

МЕЃУНАРОДЕН СЛАВЈАНСКИ УНИВЕРЗИТЕТ

„ГАВРИЛО РОМАНОВИЧ ДЕРЖАВИН“

Свети Николе – Битола, Република Северна Македонија

ФАКУЛТЕТ ЗА ПСИХОЛОГИЈА

Насока: Психологија во социјалната заштита (втор циклус)

Тема:

Зависност и последици од дигиталниот свет врз развојот на децата и врз нивната иднина.

Изработил:

Надица Василева

Ментор:

проф. д-р Сашо Кочанковски

Битола, декември 2020 г.

Со особена чест и огромно задоволство изразувам искрена благодарност до :

Мојот ДРАГ ментор, кој покрај неговата респектабилна презафатеност се залагаше со неговата голема посветеност, поддршка, ангажирање, сугестии, поуки, стручни совети и професионален однос кон работата и придонесе успех во овој магистерски труд.

Голема благодарност изразувам и кон моето ДРАГО семејство за големата континуирана и безрезервна поддршка во сите мои одлуки, толерантност, разбирање и помош која постојано ми ја даваа, а беше премоногу потребна. Ви благодарам за љубовта која е постојано присутна во сите мои чекори .

Воедно, сакам да им се се заблагодарам и на сите мои ДРАГИ личности, роднини и пријатели кои беа моја морална поддршка при текот на овој труд.

Кога се имаме едни со други , имаме сè !

Без сите Вас, ова немаше ни да започне, и затоа можам да кажам само едно големо БЛАГОДАРАМ .

„Знаењето е знаење кога е стекнато со напор на сопствените мисли, а не со паметење “

Лав Толстој

Апстракт

При определувањето на појавата која ќе ја истражуваме, поаѓаме од моментот на барање на одговор на одредени клучни прашања кои лично ги доживуваме. Значи за да започнеме со истражување на конкретната појава започнуваме од себе, барајќи решение за сопствените потреби и проблеми, од личното искуство, поткрепено со научни сознанија. Мотивот за да се насочиме кон истражување на оваа појава е пред сè од личниот интерес. Се работи за магистерски труд, во којшто тежината на истражувањето паѓа на авторот на трудот, во соработка со менторот на истиот, којшто во случај на пообемни истражувања би бил релевантен субјект за прибирање и анализа на податоци кои се карактеристични за одредена појава.

Овој труд има за цел да ја разгледа проблематиката поврзана со дигиталниот свет. Дали децата се зависни од интернетот и какво влијание има истиот врз растот и развој, и нивната иднина? Трудот се повикува на современи научни истражувања во светот кои укажуваат на релевантноста на проблемот, и решенија за истиот. Целта на овој магистерски труд е токму отстранување на најголемиот број на дилеми и нејаснотии поврзани со оваа појава, како по општата состојба на личноста, така и по самото општество во целина. Мотивираноста од увидот на реалните состојби кај нас, доведе до тоа да се почне со скенирање на оваа појава.

Еден од основните чекори е добивање информации од испитаниците кои се инволвирани во овој труд, сублимација на истите за постигнување на крајните очекувани резултати и презентација. Понатаму ќе се разгледува влијанието на интернетот, како и последиците од тоа влијание на когнитивниот и на академскиот развој на идните генерации кои сега растат со интернет од својата прва година.

Клучни зборови: деца, зависност, последици, интернет, социјални мрежи, дигитален.

Содржина

Апстракт 3

ВОВЕД.....5

I.ТЕОРЕТСКИ ПРИСПАП КОН ПРОБЛЕМОТ

1. 1 Дефинирање на проблемот и на основните поими.....8

1.2 Причини за појава на зависноста од интеренет.....12

1.3 Последици од зависност произлезена од интернет.....15

1.4 Влијанието на зависноста врз развојот на говорот во најрана возраст....17

1.5 Знаци според кои може да се препознае зависноста.....19

1.6 Зависност од видеоигри.....20

1.7 Совети за заштита на младите 22

1.8 Релевантни истражувања.....25

II.МЕТОДОЛОГИЈА НА ИСТРАЖУВАЊЕ

2.1. Предмет на истражувањето.....31

2.2 Цел и карактер на истражувањето.....31

2.3 Задачи на истражувањето.....33

2.4 Хипотези.....34

2.5 Варијабли на истражување.....36

2.6 Методи, техники и инструменти на истражување.....36

2.7 Популација и примерок.....39

2.8 Статистичка обработка на податоци.....41

2.9 Организација и тек на истражувањето.....43

III. АНАЛИЗА НА ИСТРАЖУВАЊЕТО.....43

ЗАКЛУЧОК.....110

КОРИСТЕНА ЛИТЕРАТУРА.....111

ПРИЛОЗИ.....114

Вовед

Сведоци сме на огромниот подем кој го доживува технологијата во дигиталниот свет, особено персоналните уреди како мобилните телефони, таблетите и слично. За жал со ваквиот развој на технологијата се повеќе се поставува прашањето, дали нашите деца стануваат зависници од овој тип на технологија?

Сè уште е многу рано за вистински да можат да се донесат заклучоци за тоа како интернетот и паметните телефони влијаат врз психолошкиот развој на децата, но дефинитивно е тема на која што сите ние треба да внимаваме.

Интеракцијата на младите преку социјалните мрежи на интернет стана неминовен дел од нивниот секојдневен живот. Во процесот на комуницирање и размена на информации преку социјалните мрежи младите се истовремено и учесници и најверна публика. Како резултат на ова т.н. компјутерско дружење, директните контакти, разговори и средби се сведоа на минимум.

Интернетот и социјалните мрежи потполно го променија животот во 21-виот век, но сè уште постојат дилеми дали имаат повеќе позитивни или негативни влијанија. Социјалните мрежи, како што сè почесто се нарекуваат, иако посоодветен термин е друштвени мрежи, се потпираат врз односите, врските и интеракциите на нивните корисници – индивидуалци или организации – коишто се засновани врз културни сличности или заеднички интереси.

Сметаме ли дека децата стануваат зависни од своите мобилните телефони и користење на интернетот?

Да, за жал, децата стануваат зависни, и не само тие туку и возрасните. Станува збор за еден загрижувачки и многу распространет глобален феномен кој ги опфаќа сите возрасти, и кој всушност е компулсивна и неконтролирана употреба општо на технологијата, вклучувајќи го користењето на интернетот и играњето игри. Алармирачката и голема распростанетост на ова адиктивно однесување, доведе до тоа да има најава за впишување на зависноста од технологијата во следната единаесетта ревизија на меѓународна класификација на болести. Научници од многу земји во светот, веќе го детектираат и алармираат за голем здравствен проблем, а дел од нив отворија и клиники за третман на ваквиот тип на зависност.

Интернетот и друштвените мрежи предизвикаа низа промени во сите области во општествено-социјалниот живот. Се измени начинот на размислување, на информирање, на комуницирање и сл. Брзината на комуникацијата предизвика промени во темпото на животот, начинот на однесувањето, севкупниот начин на живеење.

Со се побрзиот развој на технологијата сè повеќе се наметнува потребата од користење на компјутерите. Овој процес на користење на компјутерите ги вклучува и најмадите, и учениците во основното образование како и учениците во средното образование. Меѓутоа, иако за децата користењето на компјутер е обазование и забава, тоа често може да премине и во зависност. Поради оваа причина, кај родителите често се јавува дилемата дали и од која возраст да им дозволат на своите деца користење на компјутери. Психолозите во своите истражувања дошле до заклучок дека доколку детето поминува редовно повеќе од четири часа дневно на компјутер во тој случај станува збор за зависнот. За среќа таквата зависност опфаќа не повеќе од три проценти од корисниците. Најчесто склони на ваква зависнот се повлечените и некомуникативни деца. Тие се доста несигурни, лесно се вознемируваат и очајуваат поради најмалиот неуспех.

Се поставува прашање кои се причините поради кои се станува зависник од интернет?

Како главна причина се претпоставува дека прифаќањето на интернетот е како средина која може да пружи емоционална поддршка. Тоа најчесто се случува поради тоа што децата не можат да воспостават комуникација со своите врсници. Децата во адолесценција најчесто не умеат да зборуваат за своите чувства, како и да најдат соодветен начин да ги искажат чувствата. Со појавата на интернетот доаѓа до пресврт на компјутерската историја. Иако најпрво е измислен за комуникација меѓу американската војска, денес интернетот преставува најкористеното средство за информирање и за комуницирање. Со се побрзиот развој на технологијата сè повеќе се наметнува потребата од користење на компјутерите. Овој процес на користење на компјутерите ги вклучува и најмадите, и учениците во основното образование како и учениците во средното образование.

Во рамките на оваа теза ќе биде спроведено истражување во насока на разгледување на зависноста и последиците од дигиталниот свет врз развојот на децата и нивната иднина и да ја постигнеме очекуваната цел за добивање на нови сознанија.

Младите се најверната публика - активно ги следат случувањата, но истовремено се и активни учесници. Една од најпосетуваните страници на интернет од страна на младите е Фејсбук страницата, чие мото гласи: „Фејсбук ви помага да се поврзете и да споделувате со луѓето во вашиот живот“. Со својот исклучителен пробив и влијание врз младите предизвика денот да им започнува со оваа друштвена мрежа и денот да им завршува со неа. Неопходна и неизбежна, им создаде зависност за којашто и самите се свесни. Во истражувањето меѓу учениците, ќе биде поставено прашањето :

-Дали се чувствуваат зависни од Фејсбук и дали сметаат дека постојаното користење на оваа социјална мрежа ве одалечува од реалноста и од вистинското дружење?

I. Теоретски пристап кон проблемот на истражување

1.1 Дефинирање на проблемот и на основните поими

При определување на проблемот на истражувањето се водиме од самиот наслов на трудот, кој е во најтесна врска со материјата која ја обработуваме.

Воведена преку истражувањата од оваа област и врз основа на проучената литаратура, во ова истражување фокусот е насочен кон следниве проблеми:

1. Дали децата се зависни од интернетот и од мобилните телефони?
2. Дали зависноста од интернет влијае негативно врз растот и развојот на децата и врз нивната иднина?
3. Кои се последиците од зависноста од интернет?

- Конвенцијата за правата на детето на Обединетите нации, го дефинира Детето како: ***"човечко битие кое е под 18 годишна возраст, освен ако со закон, полнолетноста се стекнува порано".***[1]

Обединетите нации во 1989 година ја усвоија Конвенцијата за правата на детето, и со тоа заштитата на децата на меѓународно ниво го доби најзначајниот акт за заштитата на децата како документ кој има најголем број на ратификации од државите, декларирајќи ја цврсто изразената волја за подобрување на правата на децата, особено изразени со конвенциските одредби за заштита на правата и можноста за партиципација во активности, како и воведување на минимум стандарди за здравствена заштита, за образование, за социјална заштита.

[1]Извор: Обединети Нации: Convention on the Rights of the Child

- ***„Зависноста е хронична болест на мозокот, не само лоши однесувања или лоши избори“*** затоа постојат и повеќе дефиниции за тоа :

Американското здружение за медицина од зависности (ACAM) објави нова дефиниција за зависност, во која се потенцира дека ***„зависноста е хронично нарушување на мозокот и не е едноставно проблем со однесувањето што вклучува премногу алкохол, дрога, коцкање или секс.“*** Ова е прв пат ACAM да заземе официјален став дека зависноста не е поврзана само со употреба на проблематични супстанции. (15 август 2011)[2]

ACAM е најголемото професионално друштво на нација на лекари посветено на лекување и спречување на зависност. Во суштина, зависноста не е само социјален проблем или морален проблем или криминален проблем.

Новата дефиниција произлезе од интензивен, четиригодишен процес со повеќе од 80 експерти кои активно работат на тоа, вклучувајќи ги и највисоките органи за зависност, лекари за зависности и водечки истражувачи на невронски мрежи од целата земја.

Новата дефиниција исто така ја опишува зависноста како примарна болест, што значи дека не е резултат на други причини како што се емотивни или психијатриски проблеми.

Зависноста се препознава и како хронично заболување, како кардиоваскуларни заболувања или дијабетес, затоа мора да се третира, да се управува и да се следи во текот на животот.

Американското здружение за медицина од зависности, е професионално општество кое претставува близу 3 000 лекари, кои посветено работат на зголемување на пристапот и на подобрување на квалитетот на третман од зависност, едукација на лекарите и на јавноста, поддршка на истражување и на превенција, и промовирање на соодветна улога на лекарите во грижата за пациентите со зависности.

- Дијагностичкиот и статички прирачник – IV (DSM-IV) ја опишува зависноста како ***„форма на неприлагодена употреба на некоја супстанца, која доведува до значајни медицински оштетувања или непријатности кои се манифестираат***

[2]Извор: https://www.asam.org/advocacy/find-a-policy-statement/view-policy-statement/public-policy-statements/2011/12/15/the-definition-of-addiction

на три (или повеќе) од следниве наведени начини, и се случуваат во кое било време во текот на истиот период од 12 месеци“

Супстанцата често се зема во поголеми количества, или за време подолго од планираното.

Постојана желба или несупешни обиди да се прекине или контролира земањето на супстанцата.

Голем дел од времето е потрошено во активности, кои се непотребни за да се набави супстанцата (на пример, посетување повеќе доктори, или возење на долги растојанија), земање на супстанцата (на пример, прекумерно пушење) или за заздравување од ефектите на супстанцата.

Намалување или откажување од важни општествени, професинални, рекреативни активности, поради злоупотреба на супстанцата.

Континуирана злоупотреба на супстанцата, и покрај знаењето за трајните, за психолошките и за физичките проблеми, кои се предизвикани или влошени, поради злоупотреба на супстанцата.

Толеранцијата се дефинира како:

Потреба за значително зголемување на количината на супстанцата, со цел да се постигне интоксикација или саканиот ефект, или значително намален ефект со континуирана употреба на истата количина.

Одвикнувањето се манифестира како:

Карактеристични симптоми на криза за супстанцата, или земање иста (или супстанца со слично дејство) супстанца да се ублажат или да се избегнат сиптомите кои настануваат по одвикнувањето од супстанцата.

Денес децата поминуваат 7 часа на некаков електронски апарат според истражувањето на Американската Академија за педијатрија, а 97% од возраста помеѓу 12 и 17 години играат видеоигри.

- Фондацијата за истражување засновано на духовната наука (SSRF), ја дефинира зависноста онака како што е дефинирана во Дијагностичкиот и статички прирачник за ментални нарушувања – IV (DSM-IV). Дијагностичкиот и статички прирачник за

ментални нарушувања (DSM), кој е објавен од страна на Американската Психијатриска Асоцијација, е прирачник кој најчесто се користи за дијагностицирање на ментални нарушувања во Сооединетите Американски Држави.

- ***Последицата означува производ или резултат.(Pavle Ćosić I saradnici, Rečnik sinonima, Beograd 2008)***

- ***Интернетот*** е збир на компјутери распространети низ целиот свет и поврзани еден со друг заради размена на информации. Доаѓа од комбинација на зборовите "International" (меѓународна) и "network" (мрежа). „Интернетот беше првично замислен како огромна база на податоци за користење во научни и во образовни цели. Оттука, главна улога на интернет беше архивирање и комуникација. Како што расте бројот на компјутерите поврзани со интернет, така расте и бројот на организациите кои нудат онлајн информации, и бројот на посетителите на веб-страниците (кои се потенцијални корисници на производите и услугите).

- Друга дефиниција значајна е дека **интернет** (од англиски: *Internet*) или **семрежје** —е јавно достапен систем на меѓусебно поврзани сметачки мрежи од целиот свет, кои пренесуваат податоци во форма на пакети со користење на стандардното множество протоколи означено како TCP/IP. Се состои од голем број мали и големи, домашни, деловни владини и невладини мрежи, коишто заедно пренесуваат различни информации и услуги, како електронска пошта, директен разговор, како и меѓусебно поврзани мрежни места (*websites*) и други документи од *Пајажината* (Светска пајажина - World Wide Web, WWW). Корените на интернетот се во ARPANET, американска одбранбена мрежа создадена во 1969 година.

  Во тоа време интернет можеле да употребуваат универзитетите, војската и некои други државни организации во САД и бил наречен NSF (National Science Fondation = Национална научна фондација). Интернетот добил комерцијална употреба дури во 90-тите години. Помеѓу 1995 и 2017 година 50% од светското население доби интернет пристап. Генерално гледано ова е одличен податок, но сликата се менува кога ќе навлеземе во

подетална анализа на оваа бројка. Додека достапноста до интернет кај развиените земји се зголеми и до 90%, во некои земји помалку од 10% од населението е онлајн.

Охрабрувачки податок за нас е што согласно овие податоци, бројот на корисници во РС Македонија е значително поголем од сите наши соседи, и на рамниште на просекот во Европската Унија.

Едни од најбрзите и најмоќни начини на пренесување на информацијата и двонасочната комуникација се социјалните медиуми.

1.2 Причини за појава на зависност од интернет

Според анализите што ги направи ЕНИСА (ENISA) во пилот проектот, 16 декември 2015 година, откриja дека најголем број родители и старатели не се свесни за деталите кои се однесуваат со интернет искуството на децата, како и на ризиците и ранливоста поврзана со различни видови онлајн активности.

Целта на проектот е подигање на степенот на безбедноста и отпорноста на мрежите за комуникациски технологии .

Анализите покажуваат дека децата можат да користат интернет со помош на платформи и помагала како што се:

1. Персоналните компјутери
2. Мобилните телефони
3. Личните дигитални уреди

Во зависност од видот на платформата која се применува, како и од одликите со кои располага, секое искуство на единката ќе биде различно.

На пример: Најчесто, децата се обидуваат потребите кои се нормални во развојот да ги задоволат на интернет затоа што така им е најлесно, најдостапно и наизглед побезбедно. На интернет нема одложување на задоволството, не е потребно многу да се вложи во развивање вештини на комуникација, а стравот од грешка или отфрлање е сведен на минимум. Социјалните

мрежи и игри се бегство од реалниот свет, во кој има обврски, вистински пријатели, одложување на потребите, тестирање на социјалните вештини. Вака влегуваат во виртуелниот свет на задоволство и заштитеност од неуспех кој тие го управуваат на многу полесен начин.

Младите кои имаат проблеми во социјалните односи, потешкотии во воспоставување односи со врсници, проблем со самодовербата и со самопочитувањето, често се насочени кон игри и кон социјални мрежи како начин за надминување на овие свои проблеми.

Срамежливоста и социјалните фобии често се причина за зависност од интернет. Многу млади не успеваат веднаш да се вклучат во група врсници поради присутниот страв од отфрлање или негативна процена. Овој страв е нормален, посебно во тинејџерскиот период, и со поддршка од родителите и од околината природно се надминува.

Меѓутоа, таму каде што ќе изостане адекватната поддршка од опкружувањето, виртуелниот свет го олеснува надминувањето на овие непријатни чувства, но и можност младата личност да стане зависна од социјалните мрежи и од игрите.

Чувството на осаменост и страв од блискост не се карактеристични само за тинејџерите, но дефинитивно се причини зошто лицата стануваат зависни од интернет. Социјалните мрежи помагаат да се прошири кругот на луѓе кои личноста површно ги познава и со кои е во контакт. Стравот дека некој ќе ги издаде е минимален, односите се површни без многу емотивно вложување, а еден пријател може брзо да се замени со друг. Тако личноста има чувство дека постојано има некој кој ја поддржува и со кој е блиска. Не така ретко, родителите и сами даваат лош пример зошто детето може да стане зависно од интернет. Интернетот нуди можност секојдневните животни проблеми да изгледаат многу полесни и поубави, па така личноста почнува да живее во виртуелен свет на социјални мрежи и игри.

Младите стануваат зависници од интернет поради повеќе причини, меѓу кои и:

1. Интеракција со пријателите во нова средина, споделување заеднички интереси со останатите во реално време;

2. Креирање или приклучување кон заедници или интересни групи, на пример за музика, за фудбал и слично; споделување, размислување и информации за областите од интерес преку блогот, инстант порака и други алатки;

3. Среќавање нови луѓе и склопување нови пријателства;

4. Креирање и споделување оригинална и сопствена содржина како фотографии и видеа, со цел проширување на можностите за себеизразување;

5. Креирање, објавување и размена на музика;

6. Играње игри;

7. Формирање сопствен простор, дури и кога родителите или старателите се присутни;

8. Експериментирање со идентитетот, нови социјални простори и граници. Интернетот може да ги однесе децата и младите насекаде, а тие можат да бидат изложени на ризици на ист начин како во реалноста.

1.3 Последици од зависност произлезена од интернетот

Праксата, како и многу студии докажуваат линкови помеѓу претераната употреба на технологијата со развојни отстапувања и потешкотии на повеќе аспекти од детскиот развој.

Се забележува доцнење и говорни потешкотии како резултат на молчењето додека се користат таблетите и телефоните, и неразвиени комуникативни и социјални вештини како резултат на изолацијата и на запоставувањето на играта на улица и дружењето со директен контакт.

Ова влијае на задржување на ниска самодоверба и можеби дури и на развој на социјална анксиозност.

Настануваат негативни промени и растроеност во спиењето и сонот, тоа е временски скратено, и може да е испрекинато до ниво на несоница.

Забележливо е покачување на телесната тежина, а со тоа и влошување на физичката кондиција и на здравјето како резултат на пасивноста, недостиг на спортски активности и бенефитите од играта и активностите надвор.

Негативните префрлања од врсниците, но и личното незадоволство и негативната слика за себе.

Често се забележува и доцнење во когнитивниот развој и сериозни последици по способноста за логичкото и аналитичко-синтетичкото мислење, се јавува недостаток на внимание, тешкотии во учењето, зголемена импулсивност и намалена способност за контрола на емоциите и однесувањето. Ограничените и нефизиолошки движења при користењето на технологијата може да резултираат со одложување на развојот и моторно-когнитивната интеграција која е круцијално да настане и да се стимулира уште од најраниот период до петата година. Поради ова, се забележуваат стагнации во моторниот развој, особено во фината моторика. Движењата на телото ги активираат мускулите и зглобовите и го стимулираат мозокот да ги реши проблемите во движењето, балансот и координацијата, и на тој начин ја зголемува способноста за учење и за логично поврзување. Во голем процент се доведува во прашање и солидниот развој на интелигенцијата.

Во однос на емоционалниот аспект, емпатијата не се развива доволно, а типични се и потешкотии во препознавањето, контролата и експресијата на емоциите. (Хаџиванова, И. 2019)

Она што им е заедничко на сите зависници е фактот дека преку овие игри или интернет тие бегаат од реалниот живот и животните проблеми. Последиците кај децата се отуѓеност, свртување кон себе, проблеми во комуникацијата со околината и своите врсници, губење на креативноста (зашто во играта веќе има одредена приказна, а детето е само пасивен набљудувач).

Често имаме случаи на хиперактивни деца што не можат да се сконцентрираат при извршување на училишните активности. Тие се смирени само кога играат на компјутер.

Детето станува антисоцијално и се изолира од врсниците. Тоа има впечаток дека добива моќ за да ја контролира реалноста. Семејството денес е во голема криза. Родителите речиси воопшто не комуницираат со своите деца. Тоа е она што ним најмногу им недостига. Според досегашните истражувања, 60% од децата што играат компјутерски игри стануваат зависни од нив.

Слични се и симптомите кај возрасните, каде се забележува поголема зависност од интернет отколку од компјутерски игри. И кај нив како последици се јавуваат отежнатата комуникација, затвореност, губење контакт со околината.

Освен на психолошкиот живот, долготрајното седење пред компјутерот делува и на човечкиот организам.

На прво место загрозен е ’рбетот и мускулите. Не се поштедени ниту очите, поради постојаното трепкање на екранот и зрачењето.

Ова може да предизвика силни и непријатни главоболки.

Поради постојаното напрегање на очните мускули, може да дојде до оштета на видот. Често се случува децата што подолго време играат да имаат зголемен крвен притисок, забрзано чукање на срцето, болки во грбот и намален вид. Оние деца што имаат нестабилна мозочна активност можат да добијат вистински епилептични напади или да се провоцира мигренозна главоболка.

1.4 Влијанието на зависноста врз развојот на говорот во најраната возраст

Според нашите податоци, кои ги добиваме од систематските прегледи околу 50 - 60 отсто од децата во предучилишна возраст имаат полесно или потешко нарушување во говорно-јазичниот развој.

Причината е неправилната стимулација во најраниот развоен период.

Развојот на говорот е доста сложен процес во кој централно место имаат родителите и детето. За да се развие говорот, покрај биолошката основа која детето ја носи со раѓањето, потребни се и стимулации од надворешната средина

Мозокот е единствениот орган кој не е комплетно развиен со раѓањето и има најинтензивен развој во првите три години.

Тогаш се создаваат сите врски кои се потребни за развој на говорот, развој на мисловните процеси, за совладувањето на социјалните вештини, за разбирањето на емоциите, своите и туѓите, а сето ова е во директна корелација со моторичката активност на детето. Во овој период детето треба да добива проприоцептивни, вестибуларни, тактилни, аудитивни и визуелни стимулации.

Да ја развива манипулативната спретност, билатералната координација, визуо-моторната координација, графомоториката, грубата моторика, моторното планирање. Ако во овој „критичен период“ детето не ги добие потребните, правилните стимулации се создаваат услови за развој на развојни нарушувања.

Секоја нова генерација е послаба од претходната. Доцна проговоруваат, моторички се послаби. Имаат краткотрајно внимание и послаба концентрација.

Имаат сиромашен фонд на зборови, тешко се изразуваат на мајчин јазик, не можат да пишуваат, не можат да учат, ги забораваат домашните задачи.

Многу малку читаат книги, а со тоа не го надградуваат говорот и имаат лоши комуникативни способности. Лошо се организираат во времето и во просторот и потешко воспоставуваат комуникација со своите врсници.

Децата кои прекумерно се изложени на влијанието на технологијата во најраната возраст слушаат говор преку микрофони кои се со слаб квалитет, а тоа доведува до нарушување на аудитивната перцепција која е во основата на развојот на говорот и е важна за усвојување на акустичката структура на гласовите битна за правилниот изговор, за развој на фонолошката свесност важна за усвојување на техниката на читање, за развој на слушното процесирање, кое пак е важно за развој на рецептивниот и експресивниот говор. Додека играат игрички, децата во позадината слушаат музика која претставува прост повторувачки тон кој нè само што не стимулира туку и го тренира мозокот на стереотипност.

На таблетите децата гледаат дводимензионална слика, а во најраниот период треба да гледаат тродимензионална слика и на тој начин да ја развиваат третата димензија на длабочина, која е важна за развој на фокусираното внимание потребно за стекнување на техниката на читање.

Она што е најлошо е тоа што детето поминува подолго време со таблетот и губи интерес за комуникација со околината, не развива контакт со очите, нема здружено внимание и сиромашна невербална комуникација.

Комуникацијата со околината најчесто се остварува со викање, кое со текот на времето се влошува и доведува до појава на нарушување на однесувањето кое многу тешко се модифицира.

Некои стручни лица препорачуваат до пет години на децата да не им се даваат телефони и таблети, други се поригорозни и велат дека до 12 години да не се изложуваат на влијанието на технологијата, а по таа возраст времето да им се ограничи на еден час и тоа само за едукативни цели.

Ако детето седи еден час пред екраните се препорачува потоа да има два часа моторички активности. (Филипова, С., Писменост за вести и дигитална писменост – Справување со лажните вести, 2018)

1.5 Знаци според кои може да се препознае зависноста:

Постојат повеќе знаци според кои може да се утврди виртуелната зависност кај детето. Ќе наброиме некои од нив:

- Детето избегнува на секој можен начин да ја извршува домашната работа и слободното време го поминува со компјутерот.
- Забраната за играње игри на компјутер предизвикува протест, плачење, врискање, дури и агресија.
- Времето кое го поминува на компјутер го надминува времето кое детето го троши на другите активности (учење, шетање, дружење).
- Компјутерот му е поважен од дружењето со врсниците, а и со родителите.
- Нема омилени книги, нема друг вид на забава освен компјутерот.
- Вознемиреноста, паничните напади, проблеми со спиењето, сонување на игрите.

Најчесто склони на ваква зависност се затворените и некомуникативни деца.

Тие се доста несигурни, лесно се вознемируваат и очајуваат поради најмалиот неуспех. Исто така тие се со доста променливо расположение, покажуваат скриена или нескриена нетрпеливост кон околината и од неа се често незадоволни.

На адолесцентите кои се зависници од интернет повеќе им е потребна емоционална поддршка отколку на оние кои не се во оваа т.н. ризична група.

Всушност, тие во реалниот живот не ни наоѓаат пријател или другар кој ќе може да ги ислуша или едноставно само да помине време со нив, а на интернет е многу полесно да се добие поддршката и да се сподели со некој непознат сè она што ги измачува.

1.6 Зависност од видеоигри

• **Преокупираност** – Детето поминува многу време во размислување за игри, дури и кога не игра или планира што може да игра следно.

• **Повлекување** – Чувство на немир, иритабилност, нерасположеност, нервоза, анксиозност или тага, кога детето ќе се обиде да го намали времето кое го поминува во играње, или престане со играта или кога не може воопшто да игра.

• **Толеранција** – Детето чувствува дека мора да игра се повеќе и повеќе, да игра повозбудливи игри или да користи помоќна опрема за да го постигне нивото на возбуда како и претходно.

• **Намалување/престанување** – Детето чувствува дека треба да игра помалку, но не може да намали или да скрати од времето кое го поминува во играње игри.

• **Откажување од други активности** – Детето губи интерес или се помалку учествува во други рекреативни активност (хоби, средби со пријатели) поради игрите.

• **Продолжува и покрај проблемите** – Детето продолжува да игра игри иако е свесно за негативните последици, како што се недостаток на сон, доцнење на училиште, трошење пари, караници со другите или запоставување на важни задачи.

• **Измама/ прикривање** – Детето го лаже семејството, пријателите и другите за времето кое го поминува во играње.

Во мај 2011 годнина, Светската здравствена организација ги каласифицираше мобилните телефони и останатите безжични уреди во категорија 2Б (ризик за можност од канцер), поради зрачењето кое го емитуваат.

Главна тема за размислување на детето е онлајн играта или можеби јутуберот, а од тоа следи намалување на социјализацијата и играта надвор, односно повлекување. Следи и запоставување на домашните и на училишните одговорности, а комуникацијата со семејните членови се повеќе се намалува. Опсесивното размислување и интерес кај детето дури се провлекува и за време на оброците или на средина на разговор, односно за време на сите останати семејни активности. Тие често знаат и скришно да ги користат телефоните пред заспивање и покрај родителската забрана.

Забележително е дека и задоволството е големо кога детето користи каков било уред, расположението е покачено, а доколку му се одземе, следи бурна и интензивна реакција на агресивно лутење, негодување, пркос, опоненција, уценување и симптоми на невроза, односно анксиозност како резултат на наглото прекинување на секојдневното задоволство и рутина.

Плач и бес, па дури до степен на тантруми со фрлање на подот е типичен за помалите деца. Реакцијата при одземање на адиктивниот предмет е јасен индикатор за веќе настанат проблем во користењето и симптом на зависничко однесување. Колку е поголем степенот на незадоволство, толку е поголем степенот на зависност од уредот.

Стручна помош треба да се побара веднаш штом родителот ќе забележи некакви знаци, а нема да умее да се справи со нив самиот.

За да се постави оваа дијагноза, треба да се следат прецизни критериуми кои се посочени во петто издание на Дијагностичкиот и статистички прирачник за ментални нарушувања (DSM-5), при што најмалку пет од вкупно девет критериуми треба да се присутни во однесувањето на поединецот во континуитет, во текот на 12 месеци.

Во прирачникот се наведува дека најголем број случаи се регистрирани во Азија, додека во Европа и САД нивниот број е помал, иако, генерално гледано, расположливите статистички податоци се варијабилни. Најчесто се среќава кај адолесценти од машки пол, на возраст од 12 до 20 години. Сепак, не е исклучено оваа состојба да се јави и кај помлади од 12 годишна возраст.

Состојбата може да биде блага, умерена или тешка, во зависност од степенот на нарушување на секојдневните активности.

Поединците со помалку сериозно нарушување можат да имаат помал број на симптоми и со тоа нивниот секојдневен живот да биде помалку засегнат. Оние, пак, со сериозна форма на нарушување значително повеќе часови поминуваат пред компјутер играјќи и поради тоа се соочуваат со посериозни последици по нивното оптимално функционирање.

1.7 Совети за заштита на младите

- ***Поставете неколку основни правила***. Децата треба да знаат под кои услови, во кои периоди и на кој начин смеат да користат интернет. Овие услови одредете ги вие. Почнете, на пример, со тоа дека може да одат на интернет само доколку претходно си ги завршат училишните обврски.
- ***Компјутерот на централно место***. Поставете го компјутерот на централно место во собата или во училницата за да можете да погледнувате од време на време што прават вашите деца. Ова е важно за да можете да забележите доколку вашите деца случајно наидат на содржини кои не се соодветни на нивната возраст и интереси.
- ***Поставете временско ограничување***. Препорачливо е децата да не поминуваат повеќе од 1 до 2 часа пред компјутерскиот монитор на ден. За децата до 7-годишна возраст, најдобро е да прелистувате низ содржините заедно со нив, додека за постарите деца, важно е да одредите каде смеат, а каде не смеат да одат додека се на интернет, пред да почнат со активности на интернет.
- Разговарајте со вашето дете за негативните страни од прекумерното играње игри и недостаток на социјализација.
- Потсетете го дека постои живот и надвор од видеоигрите.
- Научете ги децата на безбедно и одговорно однесување на интернет.
- Кажете им на вашите деца дека не смеат да ги делат своите лични податоци со непознати луѓе на интернет и потсетете ги дека треба да ги користат поставките за приватност на нивните лични страници за социјално вмрежување.
- Информациите што ги оставаат за себе таму, треба да бидат приватни, односно ограничени за пристап. Доволно е ваквите информации да бидат видливи само за нивните пријатели и за семејството.
- Децата треба да запомнат дека лозинките се само за нив и да внимаваат никогаш да не ја вклучуваат опцијата за автоматско помнење на корисничкото име и лозинката кога проверуваат имејл или кога користат програми за разговор од јавен компјутер.
- Научете ги децата да не се среќаваат во живо со луѓето што ги запознале на интернет.

- За децата многу е полесно да се однесуваат непристојно на интернет, отколку во живо. Кон ова придонесува можноста за користење прекари, кои ги кријат вистинските виновници за некоја лоша порака, а ваквите пораки, пак, можат лесно и брзо да се рашират до сите деца од училиштето. Оваа појава е позната под името сајбернасилство (cyberbullying).
- Едно правило до кое децата мора да се придржуваат гласи: ако некому нешто не би му кажал во лице, не му го кажувај ниту преку имејл, СМС, чет и инстант-пораки и не го поставувај на нечија страница.
- За да се заштитат самите од несакани, навредливи или заплашувачки имејл пораки, посочете им дека можат да ја користат опцијата за филтрирање непосакуван имејл преку сервисот што им ја овозможил нивната е-адреса. Повеќе информации за блокирање имејл пораки од непожелни испраќачи ќе најдете на: http://www.bezbednonainternet.org.mk/blokiranje или http://bezbednonainternet.org.mk/component/option,com_docman/task,doc_download/gid,6 6/Itemid,38/lang,mk/
- Научете ги децата да објавуваат содржини со одговорност. Тие треба да ги погледнуваат условите за користење на сервисите пред нешто да решат да објават со помош на нив.
- Потсетете ги децата дека сè што е објавено на интернет, не значи дека мора да биде точно. На содржините треба да се гледа критично, информациите треба да се проверуваат од повеќе извори. Научете ги како да разликуваат веродостојна од неверодостојна содржина и потсетете ги дека копирањето текстови од некој веб-страници може да претставува плагијат.
- Согласно бонтон правилата, може да биде добра идеја рутински да ја проверувате историјата на компјутерот и телефонот на вашите деца како и да побарате да Ви ги кажат сите лозинки за сите профили... Но, имајте на ум дека кршењето на правото на приватност може само повеќе да го оддалечи Вашето дете од Вас.
- Верувајте му на Вашето дете доволно и не ја нарушувајте неговата/нејзината приватност без оправдана причина.

- Воспоставете граници, правила и насоки на однесување кои се дозволени на социјалните медиуми, како и времетое кое смеат да го поминат на социјалните медиуми.

  Психолозите предупредуваат дека тинејџерите со паметни телефони/уреди имаат тенденција да бидат повеќе заинтересирани за сајбер светот и несвесни за реалниот свет околу нив, но како родител можете да поставите правила за да се спречи тоа.
- Постојано информирајте се за можните закани на интернет. Опасностите на интернет се многу повеќе од само интернет предатори или кражба на идентитет. Всушност, тинејџерите не се единствените ранливи интернет корисници.
- КОЛКУ ПОВЕЌЕ СТЕ ВКЛУЧЕНИ ВО СВЕТОТ ОНЛАЈН ТОЛКУ ПОВЕЌЕ ЌЕ ЗНАЕТЕ ЗА СВОЕТО ДЕТЕ И КАКО ДА РАЗГОВАРАТЕ СО НЕГО. ГЛАВНАТА ПОРАКА Е: БИДЕТЕ ВКЛУЧЕНИ! (Водич за родители за заштита на приватноста и личните податоци на децата на интернет, 2015, Скопје)*
- Да разговараат со нивните деца за тоа што прават и со кого комуницираат кога го користат својот компјутер или личен уред, како што е мобилниот телефон или конзоли со игри. Отворањето и одржувањето на таков дијалог е од суштинско значење за зачувувањето на безбедноста на нивните деца.
- Да ги читаат условите за користење заедно со нивните деца пред тие да влезат на интернет страницата, заеднички да дискутираат за безбедноста и претпазливоста, да постават основни правила на користењето и контрола за да се обезбедат дека се почитуваат правилата.
- Останете присебни и не избрзувајте со заклучоци кога ќе слушнете или видите нешто што ве загрижува во врска со однесувањето на вашите деца или однесувањето на некои од нивните онлајн пријатели.

  Некои интернет страници се социјални линии за некои млади луѓе. Ако вашите деца се плашат дека вие едноставно ќе ги исклучите од нивните социјални линии, тоа може да ја зголеми нивната одбивност да ги споделуваат со вас нивните проблеми и грижи.

1.8 Релевантни емпириски истражувања

Американската академија и Канадското друштво на педијатри, според последните истражувања велат дека на деца на возраст до 2 години воопшто не смее да им се дозволува да користат каква било технологија. Децата од 3-5 години пак може да користат технологија само половина час во текот на денот, а оние од 6-18 години два часа во текот на денот. Меѓутоа, децата и младите користат технологија 4-5 пати повеќе од дозволено, а тоа често носи и големи последици.

Технологијата од типот на: телефони, таблет, електронски играчки и слично, драматично го има зголемено производството за деца, особено малите. Крис Ровен, педијатар и новинар во Хафингтон Пост, повикувајќи се на научно докажани извори, сподели 10 причини за забрана на технологија за деца помлади од 12 години.

Денес децата поминуваат 7 часа на некаков електронски апарат според истражувањето на Американската Академија за педијатрија, а 97% од возраста помеѓу 12 и 17 години играат видео игри.(Kris Roven, 2016)

- Зависноста од интернет и онлајн видео игри е препозната како состојба која е во пораст и во најновото, петто издание на Дијагностичкиот и статистички прирачник за ментални нарушувања (DSM-5), публикуван во 2013 година од Американската психијатриска асоцијација (АПА,2013). Лицата кои се преокупирани со онлајн игрите, играат компулсивно и постојано мислат на игрите. Ваквата упорна, постојана и повторлива онлајн активност, која станува доминантна активност во нивниот живот, резултира со клинички значително нарушување или вознемиреност.
- Во рамките на истражувањето на германската здравствена каса ДАК, спроведено во соработка со Универзитетската клиника во Хамбург, испитани се 1001 дете на возраст меѓу 12 и 17 години. Резултатите биле алармантни изјавил првиот човек на ДАК, Андреас Шторм, при презентацијата на студијата во Берлин, (Андреас, 2018) „Резултатите се алармантни“, предупреди тој.

  Студијата покажува дека 2,6 проценти од тинејџерите се зависни од социјалните медиуми. Според аналитичарите, последиците не се само проблеми со спиење, бегство од реалноста и стрес со родителите. Мнозинството од децата и младите - 85% според

студијата на ДАК - се во просек по три часа дневно на социјалните мрежи – девојчињата со 182 минути се пред момчињата, кај кои просекот е 151 минути дневно. Оние со подобар успех поминуваат помалку време онлајн (149 минути) за разлика од тинејџерите или оние со послаб успех (207 минути). Најмногу се користи Ватсап, односно ова апликација ја користат 66% од испитаниците, пред Инстаграм (14%), Снепчет (9%) и Фејсбук (2%). Кај 6% од испитаните млади деца често доаѓа до расправии со родителите поради постојаното користење на социјалните мрежи. Кај 16% дури има и сериозни кавги. Колку е помлад испитаникот, толку почесто има случаи на кавги. Поради ова 14% од децата на возраст меѓу 12 и 13 години често тајно ги користат социјалните медиуми.

- Светската здравствена организација (СЗО) зависноста од играњето видеоигри ја сместува во Меѓународната класификација на болести. СЗО на овој начин овозможува сите што патат од неа да добијат и соодветна здравствена помош. Дијагнозата е предложена од страна на лекарот Владимир Познјак, член на Одделот за ментално здравје и злоупотреба на супстанции. (СЗО,2019)
- Студија: Младите во Египет и интернетот

Египетската група младинци, избрани како Интернет сигурносна група (Нет-Аман) ја сочинуваат 11 членови на возраст од 18 до 28 години и се интегрален дел на една поширока сајбер иницијатива формирана од Сузана Мубара, како Меѓународното женско мировно движење, поддржано од широк спектар на партнери. Името на фокусната група е Нет-Аман (што значи „интернет безбедност“ на арапски) беше избрано од страна на сите млади членови. Мандатот на групата е да ја зголеми свеста за интернет сигурноста и големиот потенцијал на ИКТ со цел да им овозможи на децата и на младите шанса самите да ја идентификуваат штетната содржина и да решат да се справат со неа на најдобар можен начин преку приод на учество. Почетната обука на Нет-Аман продуцираше прашалник кој членовите го користеа за да извршат „снимање“ на интересите на децата и на младите, како и на тоа што тие очекуваат од користењето на интернетот во Египет. Секој ученик или студент, во март 2008 требаше да поднесе извештај за резултатите од истражувањето. Извештајот опфаќаше ученици од различни групи на возраст од 8 до 22 години. Ваквиот преглед помогна на Нет-Аман да осознае што мислат младите за интернетот и нивната безбедност. Со проектот насловен „Младите од Египет и Интернетот“ беа опфатени околу приближно 800 млади Египќани.

Испитаните деца и младинци откриле дека:

• Додека користат интернет не се надгледувани од возрасните

• Што се однесува до предизвиците и ризиците од интернетот во Египет, тие наведоа: дека на интернетот во Египет се нудат несоодветни содржини и големи онлајн ризици, потоа вируси, насилнички содржини, препишани домашни задачи (плагијати), додека како најнов ризик го издвоиле сајбер малтретирањето.

• Најшокантен резултат од истражувањето бил податокот дека најголемиот дел од младите на интернет пласираат лични информации, целосно име и презиме, возраст, фотографија, информации за образование, телефонски броеви, без да размислуваат за последиците.

Согласно резултатите од истражувањето и согласно мандатот на Египетската група фокусирана за безбедност на интернет (Нет-Аман), младите членови ќе продолжат да придонесуваат и вложуваат напори, што ќе доведе до подобрувањето на свесноста на детето во однос на проблемите за онлајн заштита на младите во таа земја.(Hamadoun I. Touré Меѓународна телекомуникациска унија, 2009)

- Во Македонија, поголемо истражување што нуди прозорец кон младата популација и нејзината секојдневна интернет-преокупација е ESPAD (European School Survey Project on Alchocol and Other Drugs), која вмрежува тимови од 40 европски земји. Се изведува на национално ниво преку Институтот за јавно здравје, Министерството за здравство и Министерството за образование и наука на Македонија, врз репрезентативен примерок за младите во земјава.

Последната анкета опфатила над 70% од македонските средношколци на 16-годишна возраст, со цел да даде преглед (преку широкиот примерок и опсежниот прашалник) и потенцијален вовед во еден критичен поглед (што би се темелел на комплексни статистички анализи и интерпретации) кон младите и нивните секојдневни/девијантни навики (ESPAD, 2015).

Истражувањето покажува дека над 80% од младите го одбираат интернетот како начин да се пополни слободното време, покрај социјализацијата и спортот. Понатаму, резултатите

покажуваат дека во работни денови еден од пет средношколци користи интернет во времетраење од 2 до 3 часа, но исто така резултатите откриваат дека за време на викенд, еден од пет средношколци минува и повеќе од 6 часа на интернет.

Половина од македонските средношколци ги наведуваат социјалните медиуми како најчеста причина за интернет употреба, околу третина целосно се согласуваат дека тие одземаат премногу време, а сепак петтина потврдуваат дека би се чувствувале лошо доколку немаат пристап до нив.

Во врска со компјутерските игри и коцкањето (како најчесто наведувани примери за проблематична употреба на интернет), интересно е следново: иако мнозинството средношколци (над 80%) ги навеле игрите како свое хоби, сличен процент (над 80%) навеле дека ниту еден ден во неделата не минуваат играјќи за пари.

Овие студии даваат периодични и систематични податоци, но сепак не се примарно фокусирани на зависностите од интернет зашто тие се предизвик кој допрва претстои за водечките здравствени организации, како Светската здравствена организација, Светското здравствено собрание, Меѓународната класификација на болести.

- Американската педијатриска академија и Канадското друштво на педијатри објавиле дека децата до втората година на старост воопшто не би смееле да бидат изложени на влијанијата од технологијата, на децата од три до пет години би требало да им се ограничини пристапот кон технологијата на еден час дневно, а децата и адолесцентите од 6 до 18 години не би смееле да минуваат повеќе од два часа дневно пред различни екрани, пренесува Хафингтон Пост.

  Стварноста е малку поинаква.

  Користењето на медиумите кај децата и адолесцентите значително се зголемило во последните 10 години, што е документирано во бројни истражувања. Најновите извештаи од 2010 година за однесувањето на 2 000 деца и адолесценти од 8 до 18 години покажале дека децата просечно минуваат 7,5 часа дневно користејќи разни медиуми. Меѓутоа, заради мултитаскингот, децата се всушност под влијание на медиумите во просек од 10 часа дневно!

Се повеќе педијатри им советуваат на родителите да им го ограничат на децата времето поминато со технологијата, особено користењето на мобилните телефони и таблетите.

Последиците од неконтролираното користење на мобилните телефони, лаптопи, таблети, како и седењето пред телевизија, се сериозни, а понекогаш и застрашувачки. Во светот се спроведуваат голем број истражувања за развојот на детето опкружено со технологија, а резултатите се застрашувачки.

- Во рамките на истражувањето на германската здравствена каса ДАК, спроведено во соработка со Универзитетската клиника во Хамбург, беа испитани 1001 момчиња и девојчиња на возраст меѓу 12 и 17 години. Резултатите се репрезентативни за цела држава, нагласи првиот човек на ДАК, Андреас Шторм, при презентацијата на студијата во Берлин. „Резултатите се алармантни“, предупреди тој.
  Студијата покажува дека 2,6 проценти од тинејџерите се зависни од социјалните медиуми. Според аналитичарите, последиците не се само проблеми со спиење, бегство од реалноста и стрес со родителите. Мнозинството од децата и од младите - 85% според студијата на ДАК - се во просек по три часа дневно „закачени“ на социјалните мрежи – девојчињата со 182 минути се пред момчињата, кај кои просекот е 151 минути дневно.
  Оние од повисоките класови или со подобар успех во принцип поминуваат помалку време онлајн (149 минути) за разлика од тинејџерите или оние со послаб успех (207 минути).
  Најмногу се користи Ватсап, односно ова апликација ја користат 66% од испитаниците, пред Инстаграм (14%), Снепчет (9%) и Фејсбук (2%). Кај 6% од испитаните млади деца често доаѓа до расправии со родителите поради постојаното користење на социјалните мрежи. Кај 16% дури има и сериозни кавги. Колку е помлад испитаникот, толку почесто има случаи на кавги.

  Поради ова 14% од децата на возраст меѓу 12 и 13 години често тајно ги користат социјалните медиуми. Речиси секој петти испитаник на возраст од 12 до 17 години изјавил дека спие помалку поради користење на социјални мрежи или 17% од испитаниците во студијата.

Кај 6% од нив ова е честа или многу честа појава. Колку се повозрасни испитаниците, толку почест е одговорот дека поради тоа што се постојано „закачени“ на социјалните мрежи спијат премалку.

II. Методологија на истражувањето

2.1 Предмет на истражувањето

Предметот на истражувањето произлегува од проблемот на истражување.

Предмет на ова истражување е зависноста и последиците од дигиталниот свет врз растот и развојот на децата и врз нивната иднина.

Воедно и ќе се задржиме на претходно зададените дефиниции на проблемот и ќе осврнеме поголемо внимание на зависноста и на последиците.

2.2 Цел и карактер на истражувањето

Како што гласи и самиот наслов на магистеркиот труд целта на истражувањето е истакнување и докажување на зависноста и последиците од дигиталниот свет врз растот и развојот на децата и врз нивната иднина. Имајќи ги веќе на располагање горенаведените релевантни емпириски истражувања, се поставува прашањето дали истите се доволни за да се заштитат децата од зависноста и од последиците на интернетот, или се јавува несомнена потреба од дополнување посебно во рамките на нашата држава.

Цел на ова истражувањето е да се дојде до податоци ***дали постои зависност кај децата од интернетот и од паметните телефони и кои се последиците од нивното прекумерено користење и нивното влијание врз растот и развојот и врз нивната иднина?***

Да се откријат одговори на прашањата преку примена на научни методи и постапки. Поради комплексноста на проблемот на истражувањето, неопходна е анализа на постигнатите резултатите бидејќи за оваа тема има релативно малку истражувања и собрани податоци во нашата држава.

Во досегашното образложение веќе имавме прилика да увидиме дека предметот на трудов иако претставува една целина, сепак е своевидно разложен на неколку делови.

Истражувањето ќе биде од квантитативен вид и карактер, пристап кој преку структурирани прашања дава увид во мислењата и ставовите на луѓето и се користат статистички анализи за одредување на резултатот и вклучува поголем број на испитаници.

Според карактерот ќе биде теренско, бидејќи ќе се одвива во основните и во средните општински училишта.

Претставува и акционо истражување бидејќи трагаме по нови сознанија.

Според Noffke, S.E. & Stevenson, R.B 2 (1995, стр.21) тоа претставува „начин на размислување и системска процена на она што се случува во одделението или во училиштето, реализација на некоја активност со која ќе се поправи или ќе се промени состојбата или однесувањето, следење и вреднување на квалитетот на активноста со процена дека истата и понатаму ќе даде позитивни резултати".

Според Whitehead3 (1989, стр.19) тоа е „систематски процес на набљудување, опишување, планирање, дејствување, рефлексија, евалвација, модифицирање, но тие етапи не мора нужно да се остварат едноподруго, но можно е истражувањето да започне на едно место, а да заврши некаде на друго сосема неочекувано".

Акционото истражување настанува како обид за решавање на развојните роблеми. Секоја акција за решавање на проблеми мора да е планирана, стратешка акција која понатаму се следи, анализира, евалуира во поглед на придонесот кон решавање на проблемот. Се одвива како една спирала: проблем, план, акција, посматрање и критичка рефлексија. Белешките кои се водат за време на истражувањето овозможуваат да се увидат односите меѓу сопствената интенција и замисла и стварните акции и нивните ефекти во реалното социјално поле. Со нив се настојува нѐ само да се осознае нешто ново за предметот на истражување, но по пат на истражувачките активности истото да се промени, развие, унапреди, поинаку да се организира, а со тоа и подлабоко да се истражи она што е предмет на акционите истражувања.

Ќе се користи и дескриптивно истражување за констатирање на моменталната состојбата. Овој метод најчесто се користи при истражувачки проекти, т.е. кога се изработуваат описни студии во кои истражувачот се обидува да констатира некои појави, навики или состојби, притоа

самото истражување е фокусирано на откривање на причини за настанување на тие појави, навики или состојби.

2.3 Задачи на истражувањето

Тргнувајќи од вака поставената цел, задачи на истражувањето се:

- Да се испита колкав процент од учениците во основните и во средните училишта покажуваат знаци на зависност од користењето на интернет и на паметни телефони?
- Да се докаже дали децата се зависни од интернетот и од паметните телефони?
- Да се докаже колкава е застапеноста на зависност помеѓу машките и женските ученици?
- Да се докажат причините за станување интернет зависник?
- Да се докаже дали зависноста од интернет влијае негативно врз растот и развојот на децата и врз нивната иднина?
- Да се прикажат последиците од прекумереното користење на интернетот и на паметните телефони?
- Кои се првите знаци на зависност од паметните уреди кои родителите би требало да ги забележат, и кога е најсоодветно да побараат стручна помош?

2.4 Хипотези

Хипотезата ја означува врската помеѓу теоријата и истражувањето кое води кон откривање на нови спознанија. Затоа на почеток на секое истражување неопходно е да се формулира хипотеза, затоа што без хипотеза како претпоставено решение немаме што да докажуваме, не е можно да се добие каков било корисен и научно валиден резултат.

Со хипотезата се изразува тврдење кое врз основа на прибирање и анализа на податоците, треба да го докажеме преку истражувачкиот труд. Докажувањето на хипотезите е вистински истражувачки труд, во кој најмногу доаѓа до израз познавањето на методологијата и креативната способност на истражувачот.

Во секое истражување најголем ризик за неговиот успех е во поставувањето на хипотезите. Ако хипотезите се несоодветно поставени, ризикот од неуспех е доста голем во споредба со ситуацијата кога хипотезите се добро поставени. Хипотезите претставуваат мисловно - теоретски дополнувања на извесни празнини во познавањето на одредени појави или цели области на појавата, чии извесни моменти, делови или аспкети веќе ги познаваме. Затоа во барањето на добри хипотези треба да се потпреме на претходното знаење во врска со нашиот проблем. Бидејќи откритието мора да биде чекор подалеку од сознанието за добра хипотеза, покрај добрите познавања потребно е да се имаат и да се користат креативните способности како што се интелегенцијата, фантазијата и интуицијата.

Поаѓајќи од предметот, целите и задачите на истражувањето и проучената литература, определуваме главна хипотези и тоа:

Главна хипотеза:

Несоодветното користењето на интернет и на паметни телефони кои се дел од дигиталниот свет, придонесува кон создавање на зависност и последици врз растот и развојот на децата и врз нивната иднина.

Главната хипотеза е поставена, а резултатите од истражувањето ќе покажат дали нашите тврдења се основани или пак ќе бидат отфрлени како неточни. Целта на истражувањето коешто

треба да ја провери наведената хипотеза е да понуди податоци кои ќе бидат релевантен показател и ќе дадат веродостоен одговор на поставената хипотеза.

Поради тоа се спроведува истражување во рамките на училиштата од Општина Кавадарци, кое треба да ни помогне да извлечеме заклучок дали учениците го разбираат проблемот на истиот начин на којшто е определен во светот и во која мера ја чувствуваат потребата од преземање на чекори за негово решавање.

За подобро да ја разработиме главната хипотеза ја „разложуваме“ на посебнии поединечни хипотези. Земајќи во предвид дека генералната хипотеза произлегува од предметот на истражувањето, посебните хипотези произлегуваат од генералната (општата) хипотеза и се директно поврзани со варијаблите. Посебните хипотези го наоѓаат односот помеѓу варијаблите.

При проверката на главната хипотеза се движиме од долу на горе, односно од поединечните кон генералната хипотеза.

Во нашиов случај ќе се обидеме да добиеме податоци кои ќе бидат основа за анализа на следниве посебни хипотези:

- ***Учениците не се доволно запознати за влијанието на интернетот, зависноста која произлегува од него и последиците кои влијаат директно на нивниот раст и развој и на нивната иднина.***
- ***Родителите не се свесни за прекумерената употреба од интернет од страна на нивните деца и последиците од истата.***
- ***Се очекува кај учениците од средното образование да има поголема застапеност на зависност во однос на учениците од основните училишта.***
- ***Се очекува кај учениците од основно образование да има поголема застапеност на зависност во однос на учениците од подрачните училишта.***
- ***Се претпоставува дека полот не влијае на степенот на зависност кај учениците, но се очекува поголема зависност од интернет кај машките од женските ученици.***
- ***Се претпоставува дека со зголемување на нивото на професионална поддршка, информираност, едукација, работилници, и подигнување на јавната свест за влијанието и последиците од интернетот, степенот на зависност кај учениците ќе се намали.***

2.5 Варијабли во истражувањето

Независна варијабла (причина): ***Несоодветното користење на интернетот и на паметните телефони кои се дел од дигиталниот свет.***

Зависна варијабла (последица): ***Создавање на зависност и последици врз растот и развојот на децата и врз нивната иднина.***

Релевантни варијабли: ***Возраста на испитаниците, полот и средината на живеење.***

Согласно наведените варијабли, во рамките на анализата на добиените податоци ќе можеме да извлечеме релевантен заклучок за да ја докажеме вистинитоста на хипотезита.

2.6 Методи, техники и инструменти на истражување

Ова истражување претставува индивидуално истражување во кое ќе се користи дескриптивен метод, изведен преку техниките: анализа на содржината, анкетирање, скалирање односно опис на состојбата за степенот на застапеност на зависноста во основните и во средните училишта во Општина Кавадарци.

За целта на истражувањето се изработи прашалник за проценка на степенот на зависност – „Тест за проценка на зависност од интернет и од паметни телефони“ и анкетни прашалници за проценка на застапеноста на зависноста од дигитален свет од страна на тим дипломирани психолози со долгогодишно искуство во својата професија и докажани професионалци, вработени во Центар за социјална работа Кавадарци, Биро за развој на образованието и ООУ„Гоце Делчев“ Кавадарци.

Историски метод – Со употребата на историскиот метод ќе се користи ***техниката анализирање*** на содржината. Ќе го прикажеме потеклото на интернетот како појава, дефинирањето на истиот, развојните фази, видовите кои произлегле од неговото истражување, зависноста и последиците кои произлегуваат од негово прекумерено користење.

Како ***инструменти*** ќе бидат користени ***табели*** и нивни прегледи.

Генетичка –развојна метода - во која ќе се користи ***техниката анкетирање преку инструменти*** (прашалник за ставови, мислења, интереси и сл.)

Анкетниот прашалник како инструмент за прибирање на податоците, ќе биде употребен со цел добивање на непосредни податоци во врска со истражуваната појава. Анкетата е посебен метод за прибирање на податоци со помош на кој можеме да дојдеме до податоци за ставовите и мислењата на испитаниците. Но, анкетата во научните истражувања нè е само поставување на прашања и барање на одговор на тие прашања. Тоа е поставување на одредени прашања на одредена категорија и број на луѓе, на одреден начин за да добиеме точни одговори. Од големиот број различни дефиниции за анкетата најсоодветна е оваа: „Анкетата е техничка постапка за собирање на фактички материјал во комбинација со статистички методи на примерокот со методот на интервју или прашалник“. При изработка на анкетни прашалници најпрво треба да се детерминираат целите, задачите, предметот или проблемот на истражување, потоа бројот на прашања и на потпрашња, утврдување на индикаторот, варијаблите и хипотезата

Истражувањето со употреба на анкетен прашалник го спроведовме кај учениците.

Целта ќе биде докажување колку испитаниците го препознаваат овој проблем како појава.

Конечниот прашалник ќе биде дистрибуиран до одреден број на ученици од училиштата.

Метод на моделирање ќе биде искористен преку ***техниката тестирање***. Ќе се користат ***инструменти- тестови*** за проценка на степенот на зависност од интернет и од паметни телефони кај учениците.

Метод на компилација- компилација, латински – compilation претставува постапка на преземање на туѓи мисли-цитати, резултати, ставови, заклучоци, сознанија на научно-истражувачката работа. Доколку компилацијата во овој труд не се придржува на цитирање на туѓите мисли, извадоци, ставови, заклучоци дотолку подлежи на критика, санкции и преоѓа во плагијат. Сепак, методот на компилација може и корисно да се употреби во комбинација со други методи во научно-истражувачка работа.

Каузална или причинско-последична метода - каузалност, латински – causalitas причина, причинска врска, однос помеѓу причина и последица. Принципот на каузалитетот гласи: секоја промена мора да има своја причина. Каузалната метода всушност ги пронаоѓа врските помеѓу причините и последиците.

Статистичка метода - од многу бројните статистички постапки кои се применуваат во разни научни подрачја и дисциплини, ќе ги споменеме: графичко прикажување на статистичките податоци (хистограми-правоаголни или столбест дијаграм, структурни кругови, линиски дијаграм, картограм, пиктограм-графикон со слики, точки или други знаци, статистички карти и др.)

Социометриски метод – мерење и истражување на мали општествени групи (семејство, училиште, претпријатие и сл.). Во овој труд ние ќе се осврнеме на училиштата од Општина Кавадарци.

Како техничко средство во ова истражување ќе биде користен фотоапарат.

2.7 Популација и примерок

Предметна популација за која се наменети резултатите од овој труд е целокупното население од Општина Кавадарци, но со посебен акцент е наменето за учениците, за наставниците и за родителите и секако истите се наменети за потребите на државата.

Достапна популација се учениците од сите основни (+подрачни) и средни училишта на ниво на Општина Кавадарци, со таргет група за основните училишта ќе бидат опфатени II и IX одделение, додека во средните училишта ученици од II и IV година.

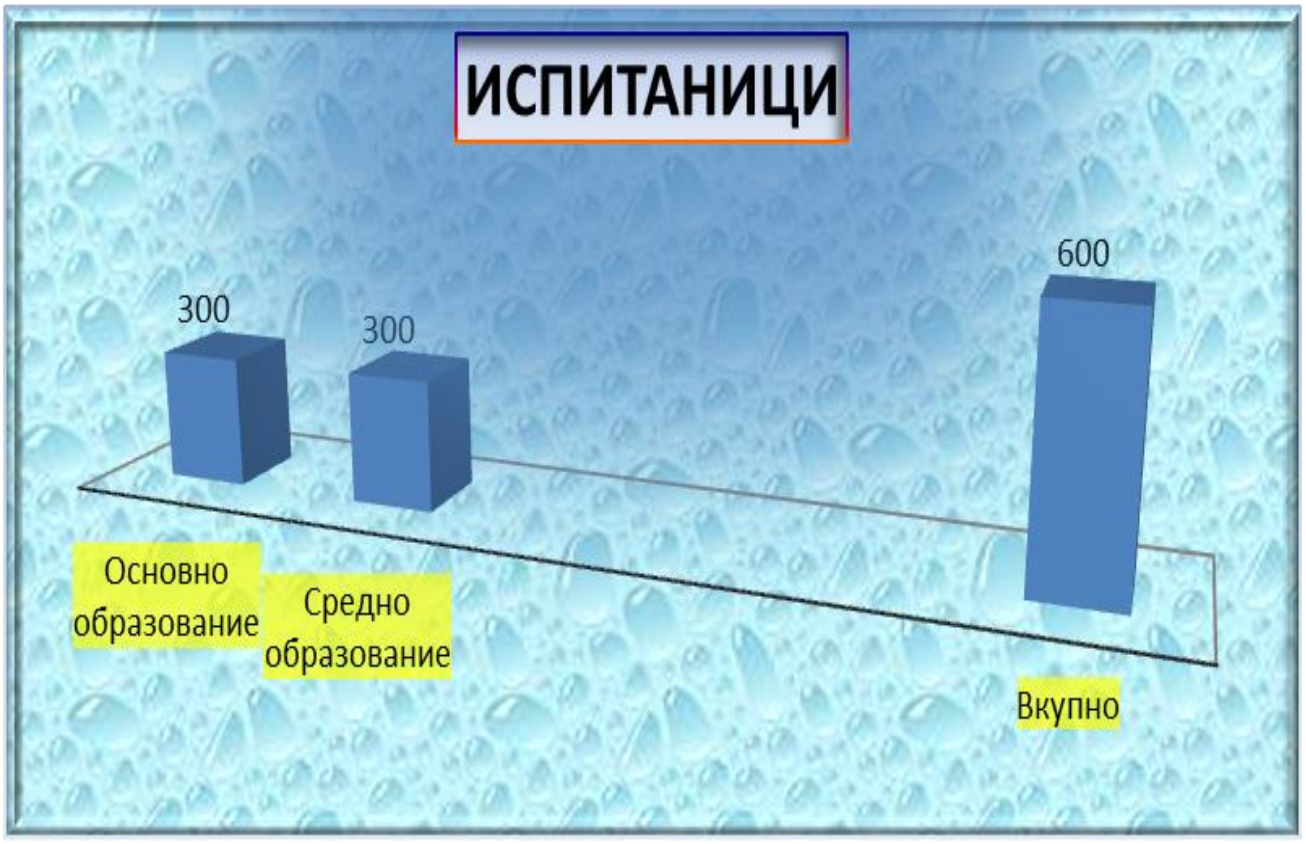
Станува збор за основните училишта и тоа : ООУ„Тоде Хаџи –Тефов“; ООУ„Тошо Велков Пепето“; ООУ„Гоце Делчев“; ООУ„Страшо Пинџур“; ООУ„Димката Ангелов Габерот“- Кавадарци и ООУ„Димката Ангелов Габерот“- Ваташа.

Средни училишта: СОУ Гимназија „Добри Даскалов“; СОУ„Киро Спанџов - Брко“ и СОЗШУ„Ѓорче Петров“ –Кавадарци.

Учество ќе заземат и одреден дел од родителите и наставниците на учениците.

Анонимноста на сите испитаници ќе биде задржана во текот на целото истражување.

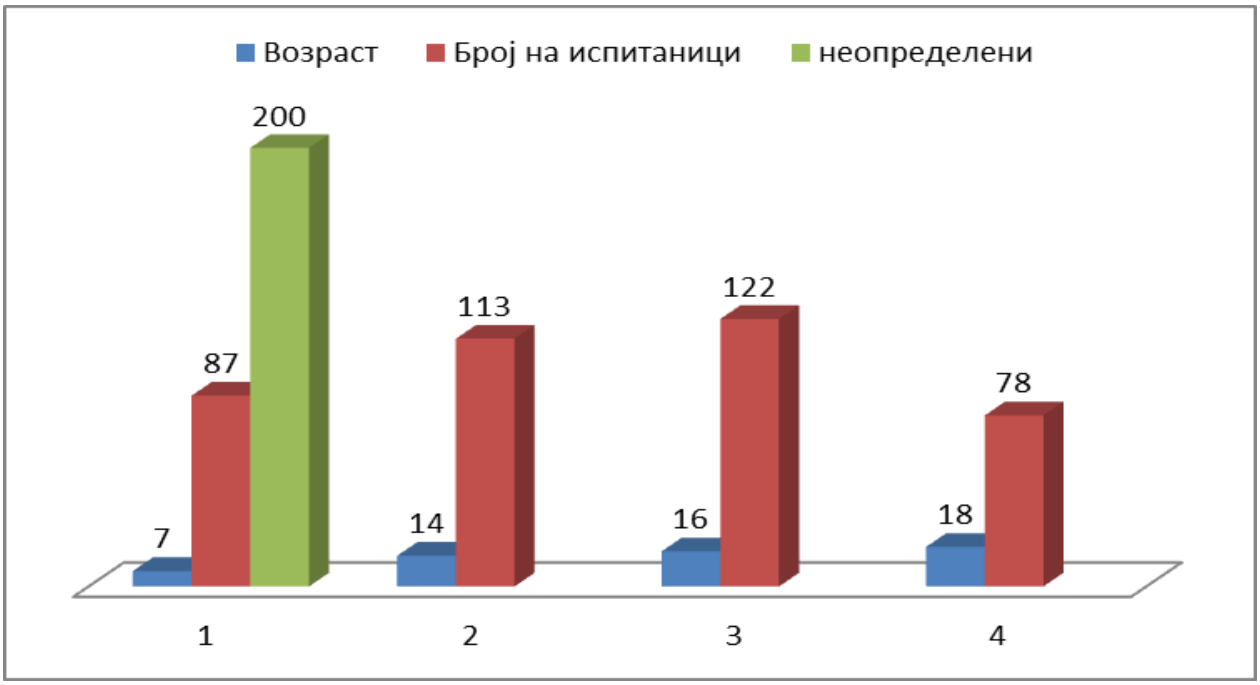
За потребите од ова истражување ќе бидат инволвирани од основните училишта 300 испитаници, а од средните училишта 300 испитаници.



Графикон 1: Број на испитаници вклучени во истражувањето.

Вкупната бројка на испитаници во ова истражување иснесува 600 и истото е реализирано во период на месец октомври/ноември, 2020 година.

Земени се повеќе критериуми при изборот на испитаниците и тоа: возраста, полот, образовно ниво, место на живеење и сл. Во делот на демографските податоци, возраста на испитаниците по одредени категории е: 7, 14, 16 и 18 години.



Графикон 2: Демографски податоци за испитаниците од основно и од средно образование

2.8 Статистичка обработка на податоците

За постигнување на целите на истражувањето, како и тестирање на поставените хипотези се употребија следниве статистички постапки:

- Фреквенција или број на ученици со различен степен на зависност од интернет и од паметни телефони

- Процентуални показатели на зависност во училиштата

Во истражувањето ќе се добијат резултати што ќе ги прикажеме под следниве наслови во понатамошното истражување:

Табела 1. Приказ на испитаниците според училишта, пол и возраст.

Табела 2. Присуство на знаците на зависност кај учениците изразено преку проценти во различни основни и средни училишта во Општина Кавадарци.

Табела 3. Процент и фреквенција на зависност од интернет кај учениците од средно и од основно образование.

Табела 4. Процент и фреквенција на зависност од употреба на интернет (онлајн) игри во основно и во средно образование.

Табела 5. Процент и фреквенција за проценка на застапеност на зависноста од дигитален свет во основно и во средно образование.

2.9 Организација и тек на истражувањето

Пред да се пристапи кон задавање на инструментите, од учениците, од наставниците и од родителите ќе се побара согласност за учество во истражувањето и ќе им биде соопштено дека прибраните податоци ќе бидат искористени за изработка на магистерски труд.

Изработката на проектот и реализирање на неговите етапи, односно теренско истражување ќе се одвива со испитување на проблемот, задачите и хипотезите кои ги поставивме и со интерпретација на резултатите од истото.

Податоците се собираа по завршувањето на првата фаза од потполнување на прашалниците и тестовите.

Постапка за прибирање податоци траеше 1 недела.

Истражувањетое се одвиваше според следниве етапи:

- Изработка на проектот на истражување
- Главно истражување
- Интерпретација на резултатите и реализација на извештај
- Соработници на ова истражување ќе бидат стручниот кадар (психолози) од училиштата и институциите, наставниците, родителите и учениците.

III. АНАЛИЗА НА ИСТРАЖУВАЊЕТО И ДИСКУСИЈА

Во ова истражување застапен беше дескриптивен метод изведен преку техниките: анализа на содржината, анкетирање, скалирање односно опис на состојбата за степенот на застапеност на зависноста во основните и во средните училишта во Општина Кавадарци.

- ✓ Со употребата на историскиот метод се користеше ***техниката анализирање*** на содржината. Го прикажавме во теретскиот пристап кон проблемот, потеклото на интернетот како појава, дефинирањето на истиот, развојните фази, видовите кои произлегле од неговото истражување, и во понатамошното аналзирање ќе ја прикажеме зависноста и последиците кои произлегуваат од негово прекумерено користење.

- ✓ **Со Генетичката развојна метода** се користеше ***техниката анкетирање преку инструменти*** (прашалник за степен на зависност, употреба и проценка од зависност од интернет и дигитален свет и сл .)

  Анкетата е посебен метод за прибирање на податоци со помош на кој можеме да дојдеме до податоци за ставовите и мислењата на испитаниците.

  Целта ќе биде докажување колку испитаниците го препознаваат овој проблем како појава. За целта на ова истражување се изработија шест анкетни прашалници за ученици од основно и од средно образование од училиштата од Кавадарци, и истите преку мерни инструменти ќе бидат образложени детално во табели и графикони и анализирани во проценти.

  Прашалниците кои беа дел од истражувањето, се изработени од страна на тим дипломирани психолози со долгогодишно искуство во својата професија и докажани професионалци, вработени во Центар за социјална работа Кавадарци, Биро за развој на образованието и ООУ„Гоце Делчев“ Кавадарци.

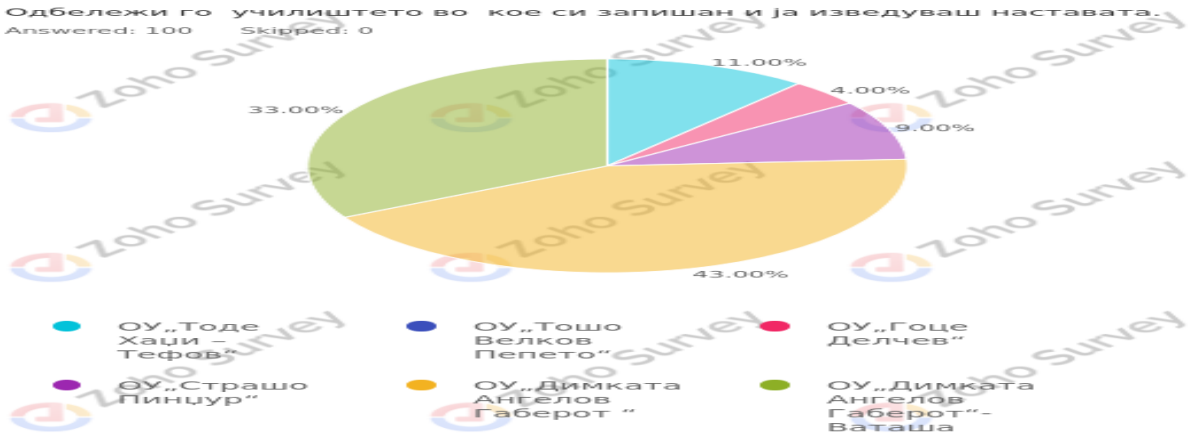
Станува збор за следниве прашалници кои во прилози се прикажани детално:

- Прашалник за употреба на интернет за основно образование
- Прашалник за употреба на интернет за средно образование
- Прашалник за проценка на застапеноста на зависноста од дигитален свет за основно образование
- Прашалник за проценка на застапеноста на зависноста од дигитален свет за средно образование
- Прашалник за употреба на интернет (онлајн) игри за основно образование
- Прашалник за употреба на интернет (онлајн) игри за средно образование

Прашалниците се потполнети од страна на 600 ученика од различни оновни и средни училишта на возраст од 6, 14, 16 и 18 години.

1. Прашалник за употреба на интернет за основно образование

Овој прашалник се состои од 10 прашања наменети за учениците од основно образование со кој се утврди процентот на употреба на интернет и истите прашања во следниве графикони и табели се анализирани детално .



Choices	Response percent	Response count
ОУ„Тоде Хаџи –Тефов“	11.00%	11
ОУ„Тошо Велков Пепето“	0.00%	0
ОУ„Гоце Делчев“	4.00%	4
ОУ„Страшо Пинџур“	9.00%	9
ОУ„Димката Ангелов Габерот “	43.00%	43
ОУ„Димката Ангелов Габерот“- Ваташа	33.00%	33

Графикон 3: Одбележи го училиштето во кое си запишан и ја изведуваш наставата

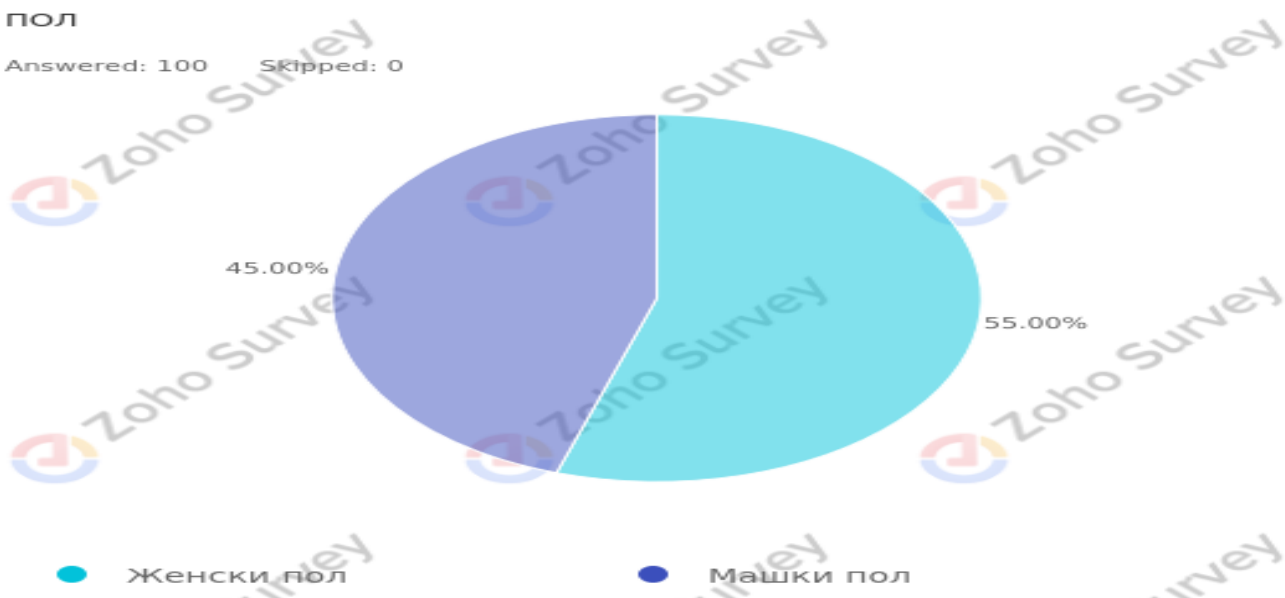
Од прикажаниот графикон можеме да заклучиме дека на прашањето : „*Одбележи го училиштето во кое си запишан и ја изведуваш наставата*“ од вкупно 100 испитаници, најголем број 43% (F=43) се од ООУ„Димката Ангелов Габерот“ Кавадарци, 33% (F= 33) се од ООУ„Димката Ангелов Габерот“ Ваташа, 11% (F=11) се од ООУ„Тоде Хаџи Тефов“, 9% (F=9) се од ООУ„Страшо Пинџур“ и 4% (F=4) се од ООУ„Гоце Делчев“.



Choices	Response percent	Response count
II одделение	46.74%	43
IX одделение	53.26%	49

Графикон 4: Одбележи го одделението низ кое ја изведуваш наставата

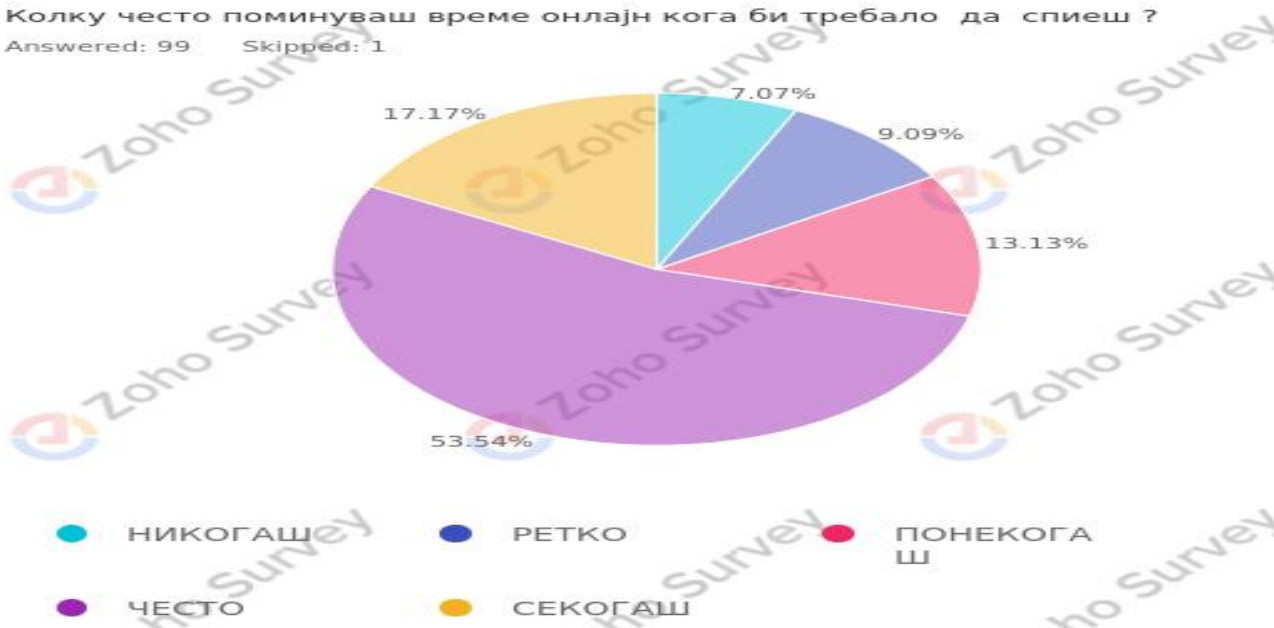
Од прикажаниот графикон можеме да заклучиме дека на прашањето: *„Одбележи го одделението низ кое ја изведуваш наставата*“ од вкупно 100 испитаници, најголем број 53% (F=49) се од деветто одделение и 46,74% (F= 43) се од второ одделение.



Choices	Response percent	Response count
Женски пол	55.00%	55
Машки пол	45.00%	45

Графикон 5: Пол

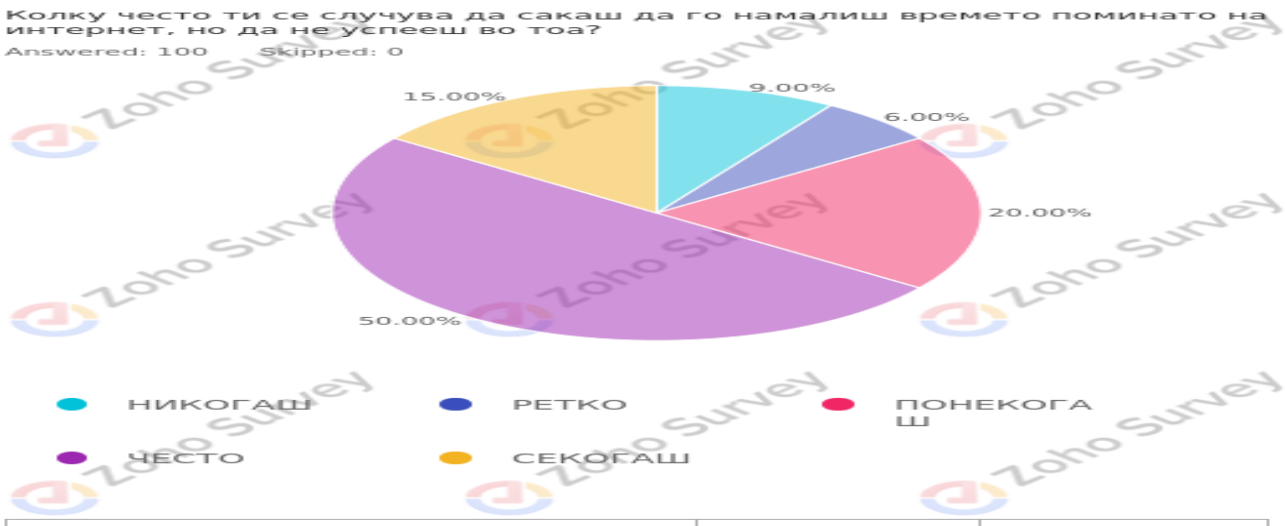
Од прикажаниот графикон можеме да заклучиме дека на прашањето: *„ Пол*“ од вкупно 100 испитаници, најголем број 55% (F=55) се од женски пол и 45% (F= 45) се од машки пол.



Choices	Response percent	Response count
НИКОГАШ	7.07%	7
РЕТКО	9.09%	9
ПОНЕКОГАШ	13.13%	13
ЧЕСТО	53.54%	53
СЕКОГАШ	17.17%	17

Графикон 6: Колку често поминуваш време онлајн кога би требало да спиеш

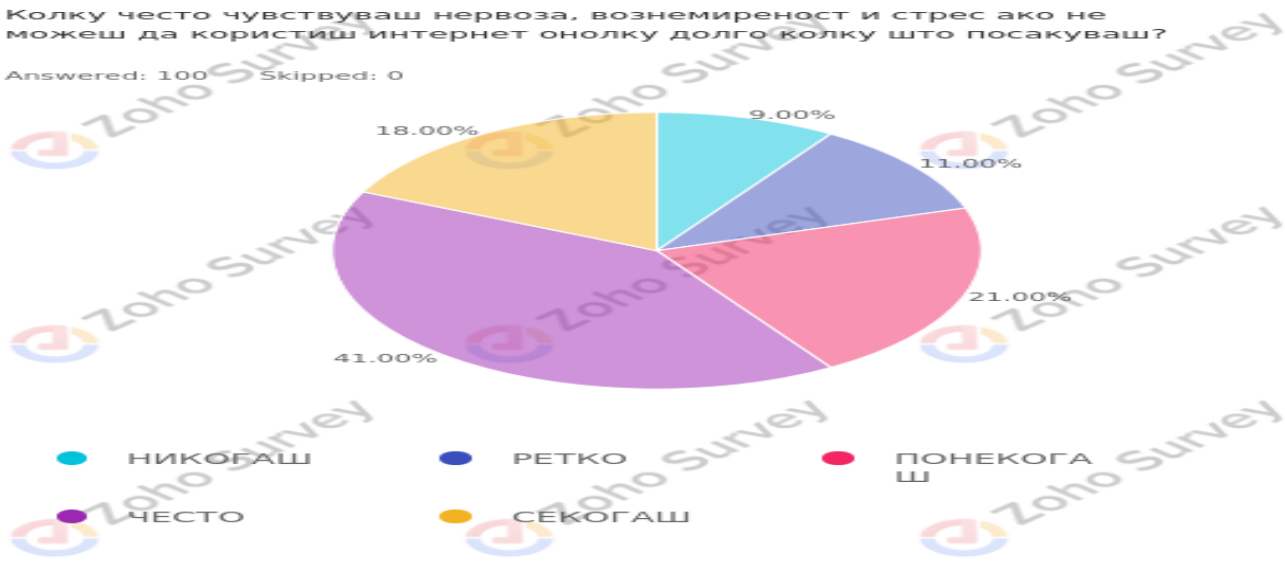
Од прикажаниот графикон можеме да заклучиме дека на прашањето: „ Колку често поминуваш време онлајн кога би требало да спиеш “ од вкупно 100 испитаници, најголем број 53,54% (F=53) одговориле ЧЕСТО, 17,17% (F= 17) одговориле СЕКОГАШ, 13,13%(F=13) одговориле ПОНЕКОГАШ, 9.09% (F=9) одговориле РЕТКО, и 7,07% (F=7) одговриле НИКОГАШ.



Choices	Response percent	Response count
НИКОГАШ	9.00%	9
РЕТКО	6.00%	6
ПОНЕКОГАШ	20.00%	20
ЧЕСТО	50.00%	50
СЕКОГАШ	15.00%	15

Графикон 7: *Колку често ти се случува да сакаш да го намалиш времето поминато на интернет, но да не успееш во тоа*

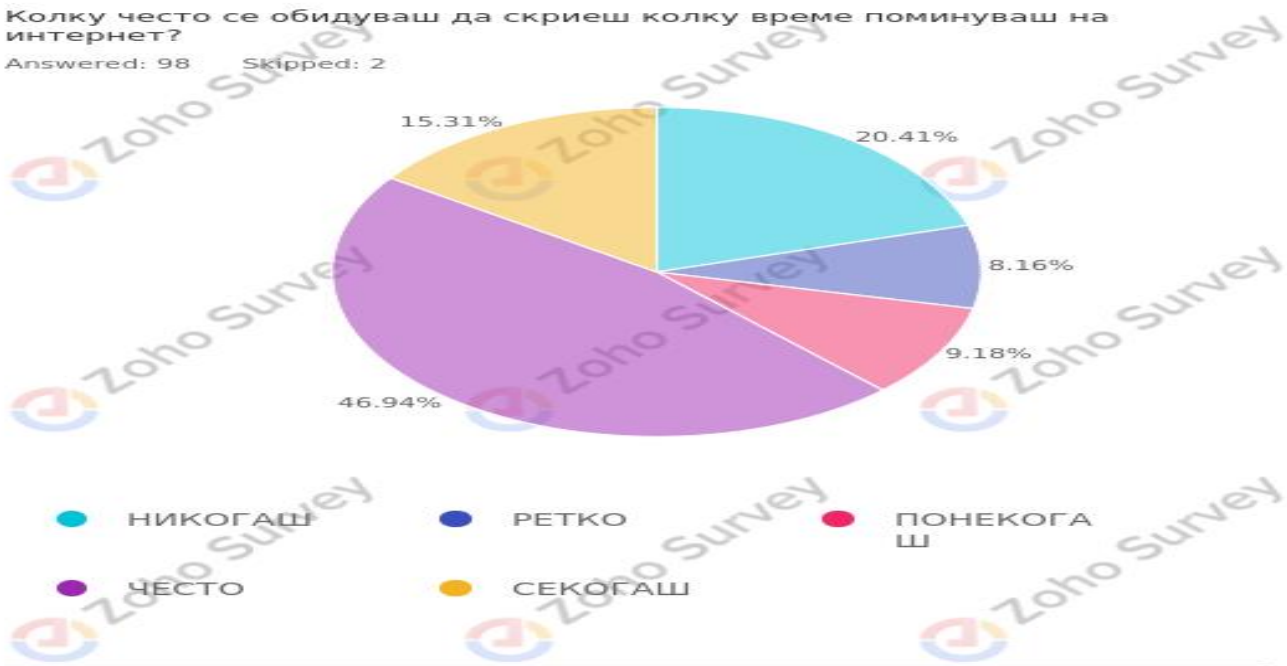
Од прикажаниот графикон можеме да заклучиме дека на прашањето: „ *Колку често ти се случува да сакаш да го намалиш времето поминато на интернет, но да не успееш во тоа*“ од вкупно 100 испитаници, најголем број 50% (F=50) одговориле ЧЕСТО, 20% (F=20) одговориле ПОНЕКОГАШ, 15% (F=15) одговориле СЕКОГАШ, 9% (F=9) одговориле НИКОГАШ, и 6% (F=6) одговриле РЕТКО



Choices	Response percent	Response count
НИКОГАШ	9.00%	9
РЕТКО	11.00%	11
ПОНЕКОГАШ	21.00%	21
ЧЕСТО	41.00%	41
СЕКОГАШ	18.00%	18

Графикон 8: Колку често чувствуваш нервоза, вознемиреност и стрес ако не можеш да користиш интернет онолку долго колку што посакуваш?

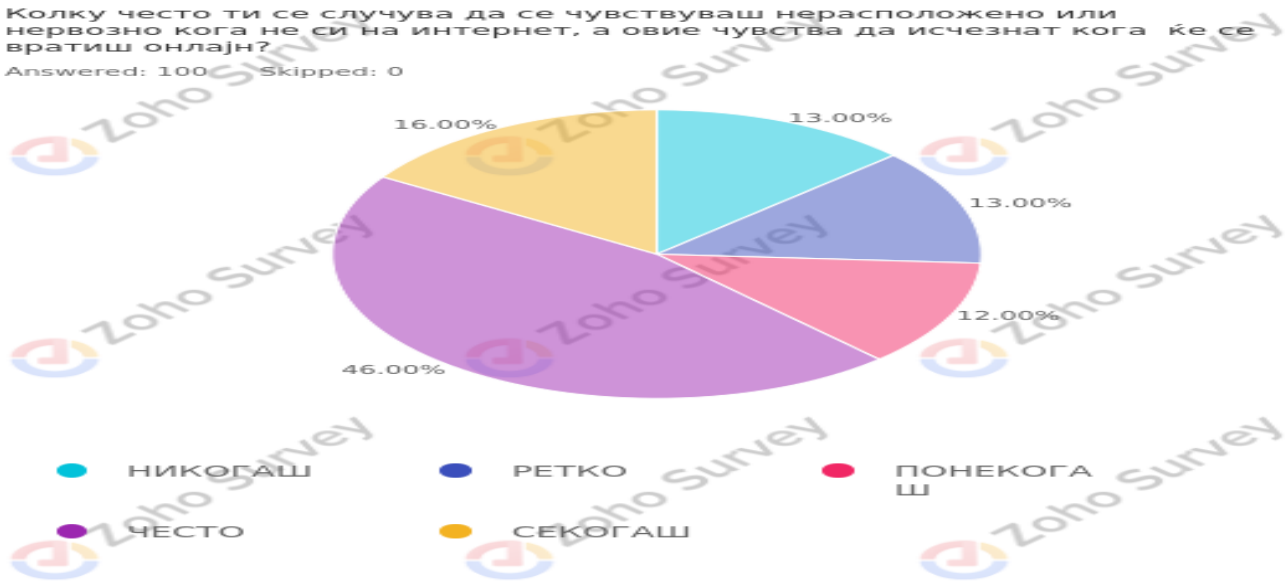
Од прикажаниот графикон можеме да заклучиме дека на прашањето: „ *Колку често чувствуваш нервоза, вознемиреност и стрес ако не можеш да користиш интернет онолку долго колку што посакуваш*“ од вкупно 100 испитаници, најголем број 41% (F=41) одговориле ЧЕСТО, 21% (F=21) одговориле ПОНЕКОГАШ, 18% (F=18) одговориле СЕКОГАШ, 11% (F=11) одговориле РЕТКО, и 9% (F=9) одговриле НИКОГАШ.



Choices	Response percent	Response count
НИКОГАШ	20.41%	20
РЕТКО	8.16%	8
ПОНЕКОГАШ	9.18%	9
ЧЕСТО	46.94%	46
СЕКОГАШ	15.31%	15

Графикон 9: Колку често се обидуваш да скриеш колку време поминуваш на интернет

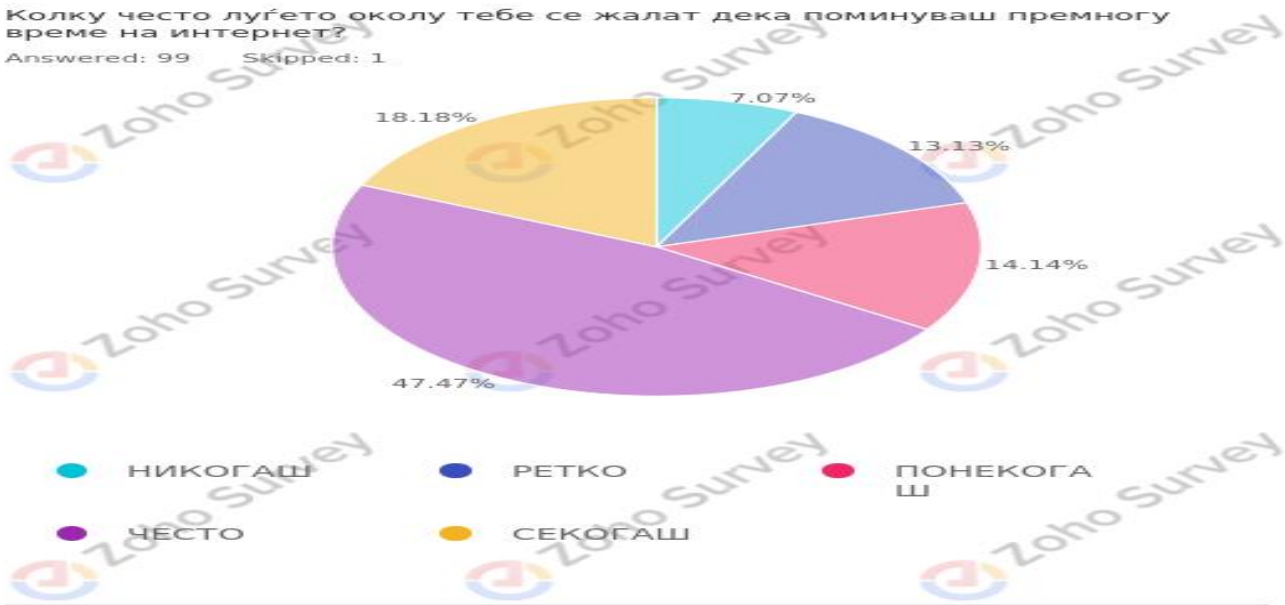
Од прикажаниот графикон можеме да заклучиме дека на прашањето: *„ Колку често се обидуваш да скриеш колку време поминуваш на интернет* “ од вкупно 100 испитаници, најголем број 46,94% (F=46) одговориле ЧЕСТО, 20,41% (F=20) одговориле НИКОГАШ, 15,31% (F=15) одговориле СЕКОГАШ, 9,18% (F=9) одговориле ПОНЕКОГАШ, и 8,16% (F=8) одговриле РЕТКО.



Choices	Response percent	Response count
НИКОГАШ	13.00%	13
РЕТКО	13.00%	13
ПОНЕКОГАШ	12.00%	12
ЧЕСТО	46.00%	46
СЕКОГАШ	16.00%	16

Графикон 10: Колку често ти се случува да се чувствуваш нерасположено или нервозно кога не си на интернет, а овие чувства да исчезнат кога ќе се вратиш онлајн.

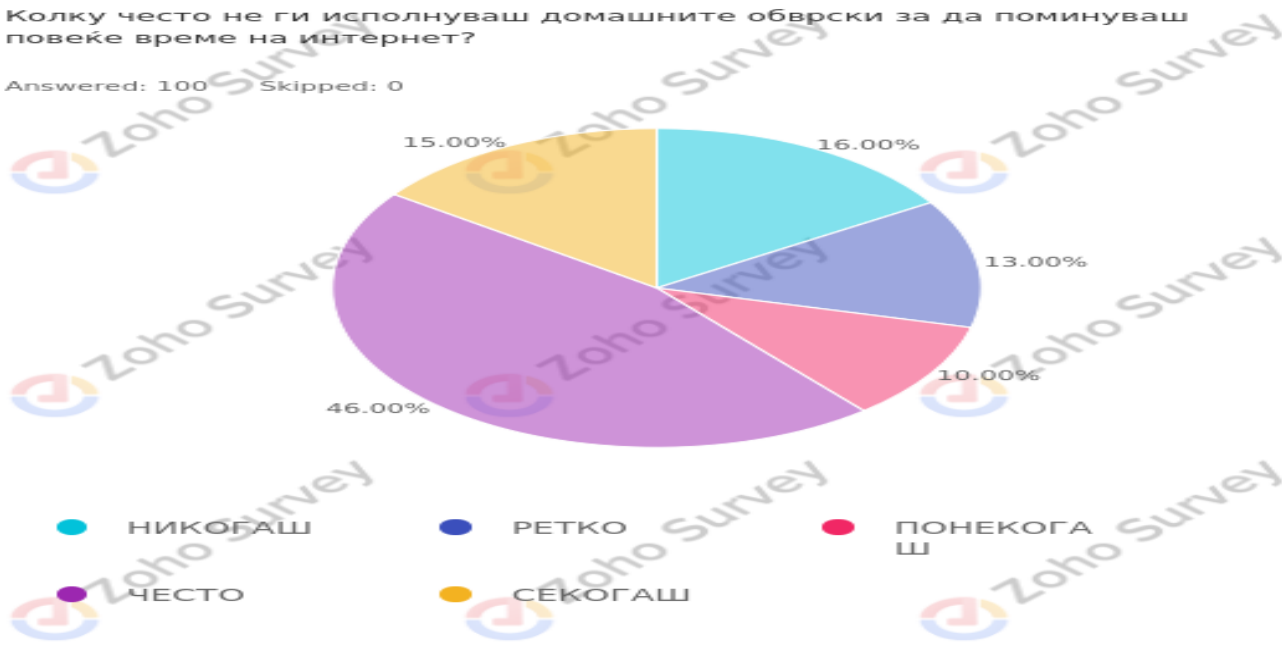
Од прикажаниот графикон можеме да заклучиме дека на прашањето: „ *Колку често ти се случува да се чувствуваш нерасположено или нервозно кога не си на интернет, а овие чувства да исчезнат кога ќе се вратиш онлајн*“ од вкупно 100 испитаници, најголем број 46% (F=46) одговориле ЧЕСТО, 16% (F=16) одговориле СЕКОГАШ, 13% (F=13) одговориле РЕТКО, 13% (F=13) одговориле НИКОГАШ и 12% (F=12) одговриле ПОНЕКОГАШ.



Choices	Response percent	Response count
НИКОГАШ	7.07%	7
РЕТКО	13.13%	13
ПОНЕКОГАШ	14.14%	14
ЧЕСТО	47.47%	47
СЕКОГАШ	18.18%	18

Графикон 11: Колку често луѓето околу тебе се жалат дека поминуваш премногу време на интернет

Од прикажаниот графикон можеме да заклучиме дека на прашањето: „ *Колку често луѓето околу тебе се жалат дека поминуваш премногу време на интернет*“од вкупно 100 испитаници, најголем број 47,47% (F=47) одговориле ЧЕСТО, 18,18% (F=18) одговориле СЕКОГАШ, 14,14% (F=14) одговориле ПОНЕКОГАШ, 13,13% (F=13) одговориле РЕТКО и 7,07% (F=7) одговриле НИКОГАШ.



Choices	Response percent	Response count
НИКОГАШ	16.00%	16
РЕТКО	13.00%	13
ПОНЕКОГАШ	10.00%	10
ЧЕСТО	46.00%	46
СЕКОГАШ	15.00%	15

Графикон 12: Колку често не ги исполнуваш домашните обврски за да поминуваш повеќе време на интернет

Од прикажаниот графикон можеме да заклучиме дека на прашањето: „*Колку често не ги исполнуваш домашните обврски за да поминуваш повеќе време на интернет"* од вкупно 100 испитаници, најголем број 46% (F=46) одговориле ЧЕСТО, 16% (F=16) одговориле НИКОГАШ, 15% (F=15) одговориле СЕКОГАШ, 13% (F=13) одговориле РЕТКО, и 10% (F=10) одговриле ПОНЕКОГАШ.

2. Прашалник за употреба на интернет за средно образование

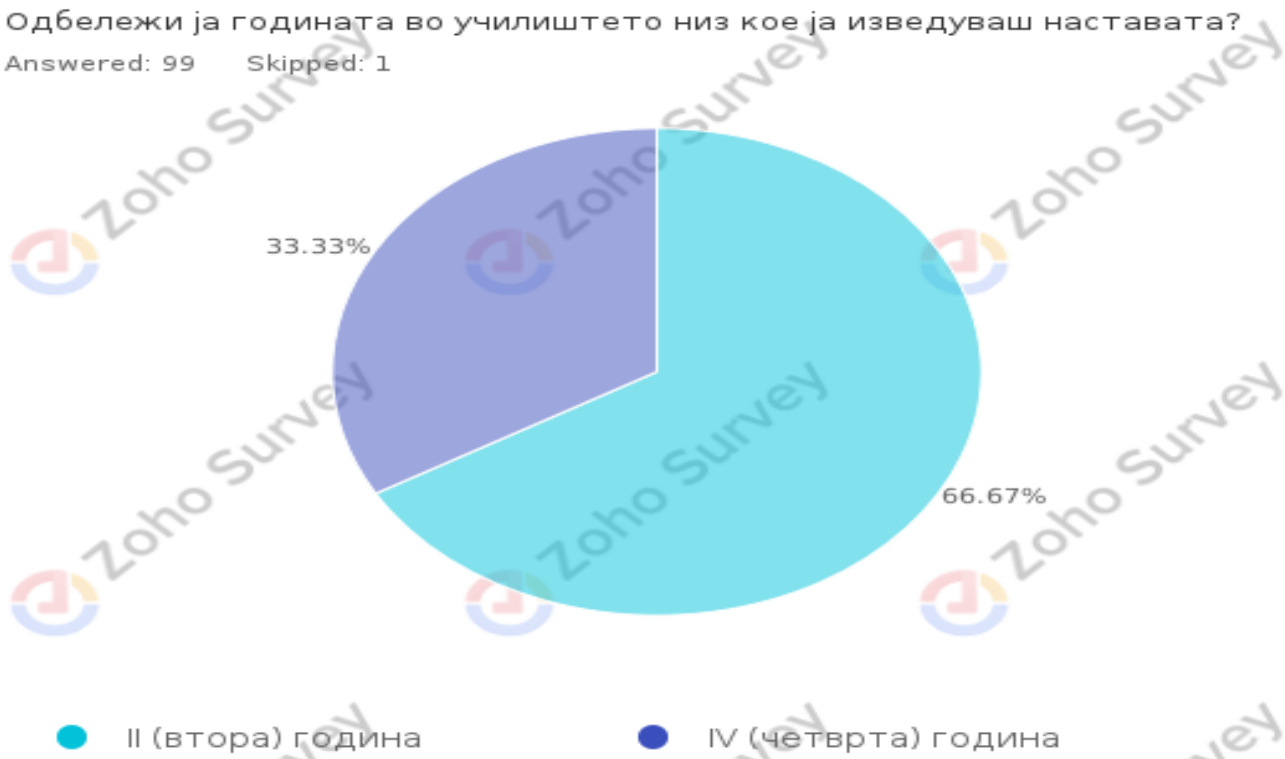
Овој прашалник се состои од 10 прашања наменети за учениците од средно образование со кој се утврди процентот на употреба на интернет и истите прашања во следниве графикони и табели се анализирани детално .



Choices	Response percent	Response count
СОУ Гимназија „ Добри Даскалов " Кавадарци	47.42%	46
СОУ „Киро Спанџов-Брко" Кавадарци	7.22%	7
СОЗШУ „Ѓорче Петров" Кавадарци	46.39%	45

Графикон 13: Одбележи го училиштето во кое си запишан и ја изведуваш наставата

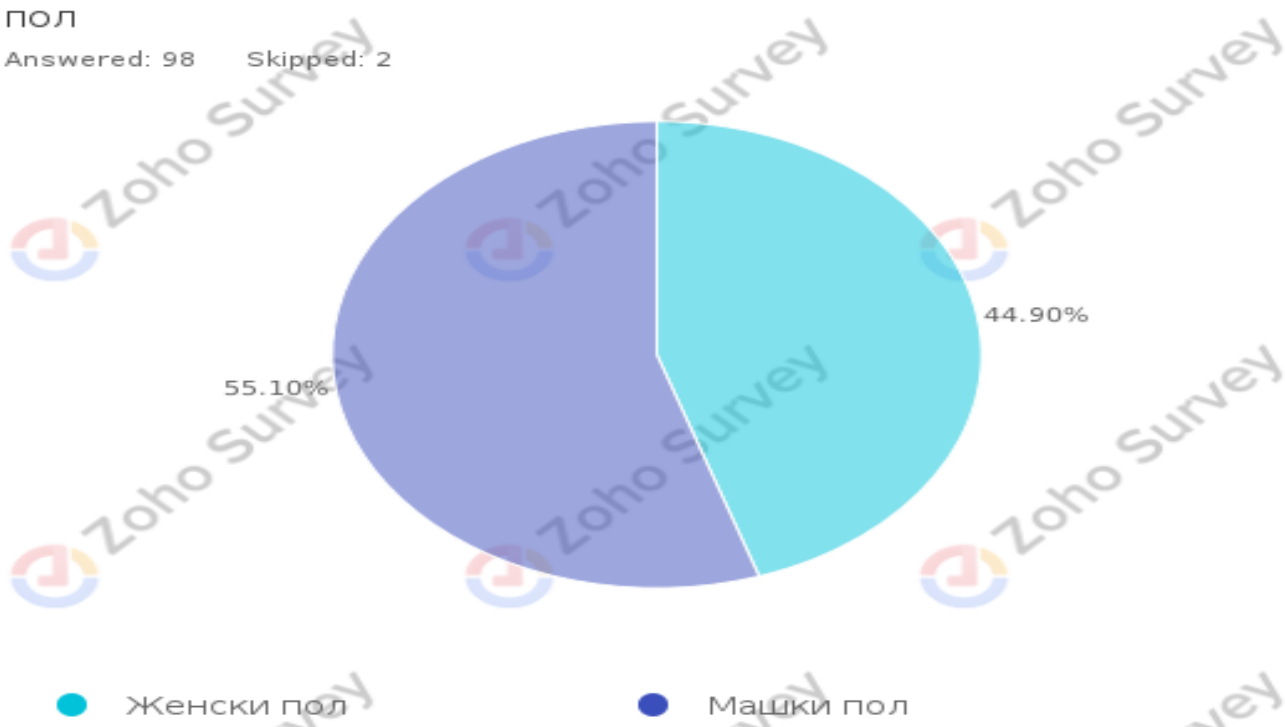
Од прикажаниот графикон можеме да заклучиме дека на прашањето: *„Одбележи го училиштето во кое си запишан и ја изведуваш наставата*“ од вкупно 100 испитаници, најголем број 47,42% (F=46) се од СОУ Гимназија „Добри Даскалов“ Кавадарци, 46,39% (F= 45) се од СОЗШУ„Ѓорче Петров “ и 7,22% (F=7) се од СОУ„Киро Спанџов-Брко“.



Choices	Response percent	Response count
II (втора) година	66.67%	66
IV (четврта) година	33.33%	33

Графикон14: Одбележи ја годината во училиштето низ кое ја изведуваш наставата?

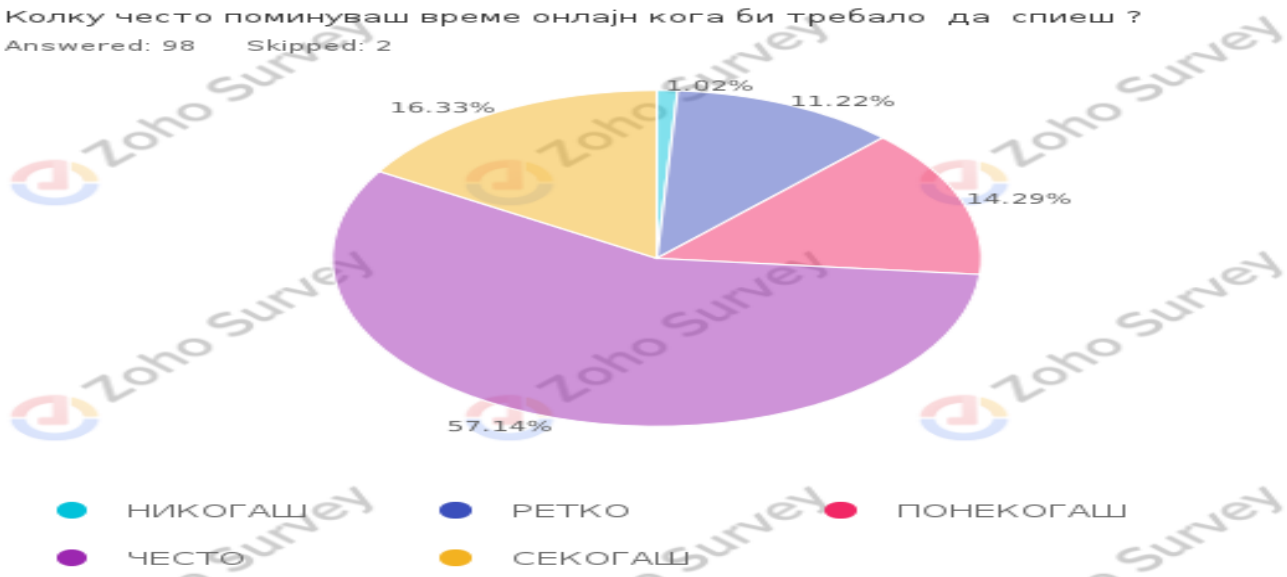
Од прикажаниот графикон можеме да заклучиме дека на прашањето: *„Одбележи ја годината во училиштето низ кое ја изведуваш наставата* “ од вкупно 100 испитаници, најголем број 66,67% (F=66) се од втора година или на возраст од 16 години и 33,33% (F= 33) се четврта година или на возраст од околу 18 години.



Choices	Response percent	Response count
Женски пол	44.90%	44
Машки пол	55.10%	54

Графикон 15:Пол

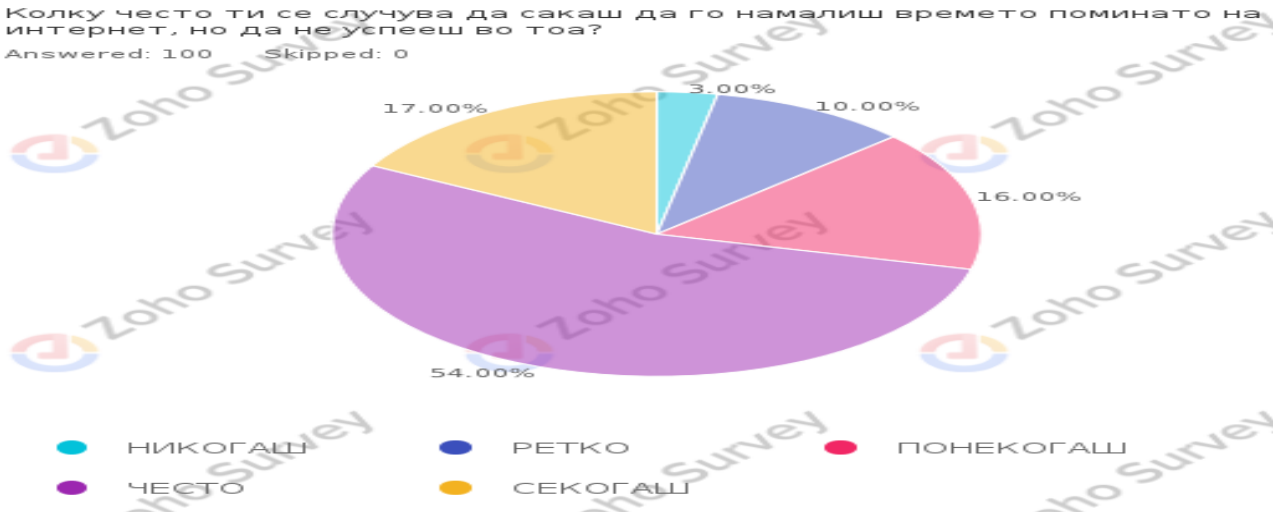
Од прикажаниот графикон можеме да заклучиме дека на прашањето: „ *Пол* “ од вкупно 100 испитаници, најголем број 55,10% (F=54) се машки пол и 44,90% (F= 44) се од женски пол.



Choices	Response percent	Response count
НИКОГАШ	1.02%	1
РЕТКО	11.22%	11
ПОНЕКОГАШ	14.29%	14
ЧЕСТО	57.14%	56
СЕКОГАШ	16.33%	16

Графикон 16: Колку често поминуваш време онлајн кога би требало да спиеш

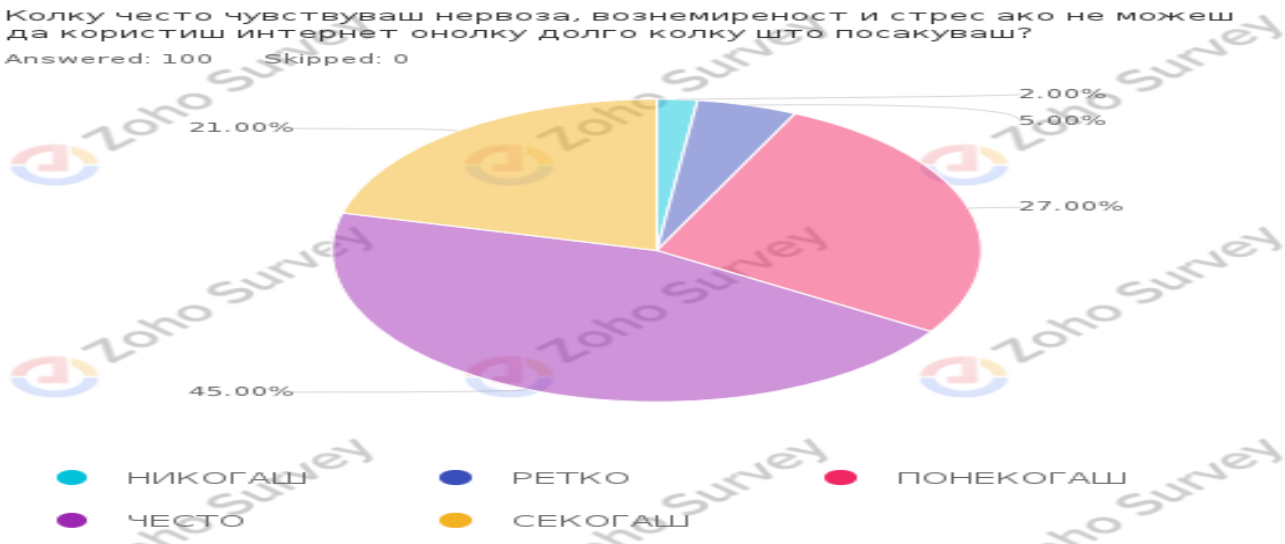
Од прикажаниот графикон можеме да заклучиме дека на прашањето: „ *Колку често поминуваш време онлајн кога би требало да спиеш* “ од вкупно 100 испитаници, најголем број ***57,14% (F=56)*** одговориле ЧЕСТО, 16,33% (F=16) одговориле СЕКОГАШ, 14,29% (F=14) одговориле ПОНЕКОГАШ, 11,22% (F=11) одговориле РЕТКО и 1,02% (F=1) одговориле НИКОГАШ.



Choices	Response percent	Response count
НИКОГАШ	3.00%	3
РЕТКО	10.00%	10
ПОНЕКОГАШ	16.00%	16
ЧЕСТО	54.00%	54
СЕКОГАШ	17.00%	17

Графикон17: Колку често ти се случува да сакаш да го намалиш времето поминато на интернет, но да не успееш во тоа.

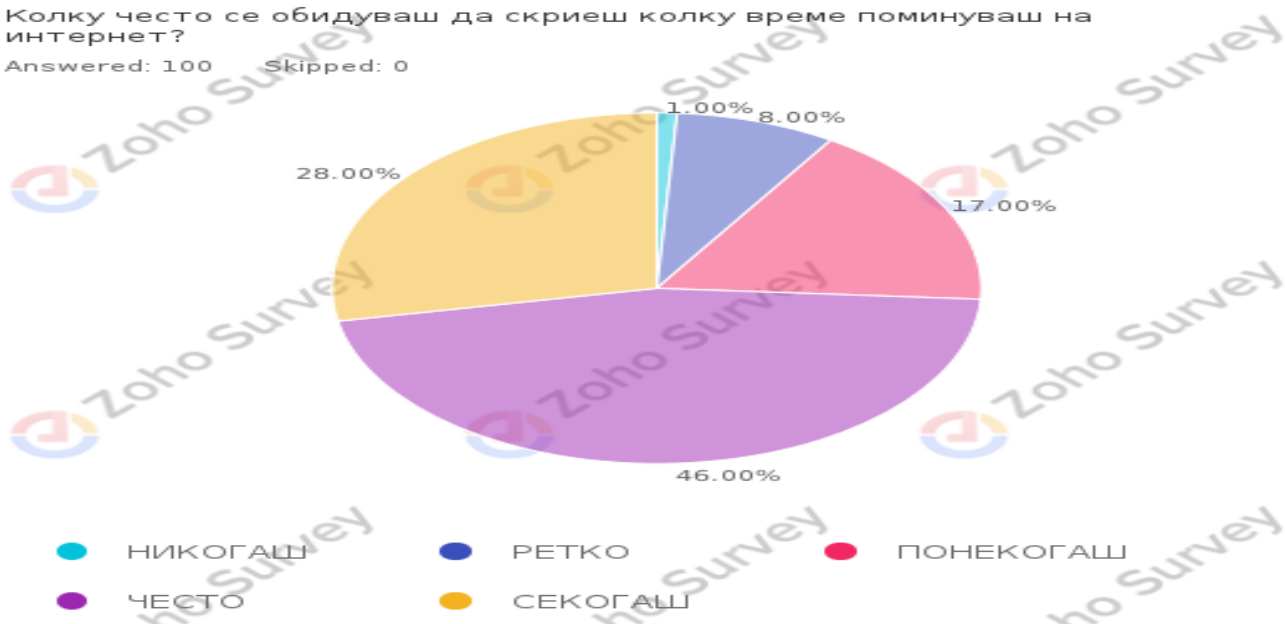
Од прикажаниот графикон можеме да заклучиме дека на прашањето: „*Колку често ти се случува да сакаш да го намалиш времето поминато на интернет, но да не успееш во тоа*“ од вкупно 100 испитаници, најголем број 54% (F=54) одговориле ЧЕСТО, 17% (F=17) одговориле СЕКОГАШ, 16% (F=16) одговориле ПОНЕКОГАШ, 10% (F=10) одговориле РЕТКО и 3% (F=3) одговориле НИКОГАШ.



Choices	Response percent	Response count
НИКОГАШ	2.00%	2
РЕТКО	5.00%	5
ПОНЕКОГАШ	27.00%	27
ЧЕСТО	45.00%	45
СЕКОГАШ	21.00%	21

Графикон 18: Колку често чувствуваш нервоза, вознемиреност и стрес ако не можеш да користиш интернет онолку долго колку што посакуваш

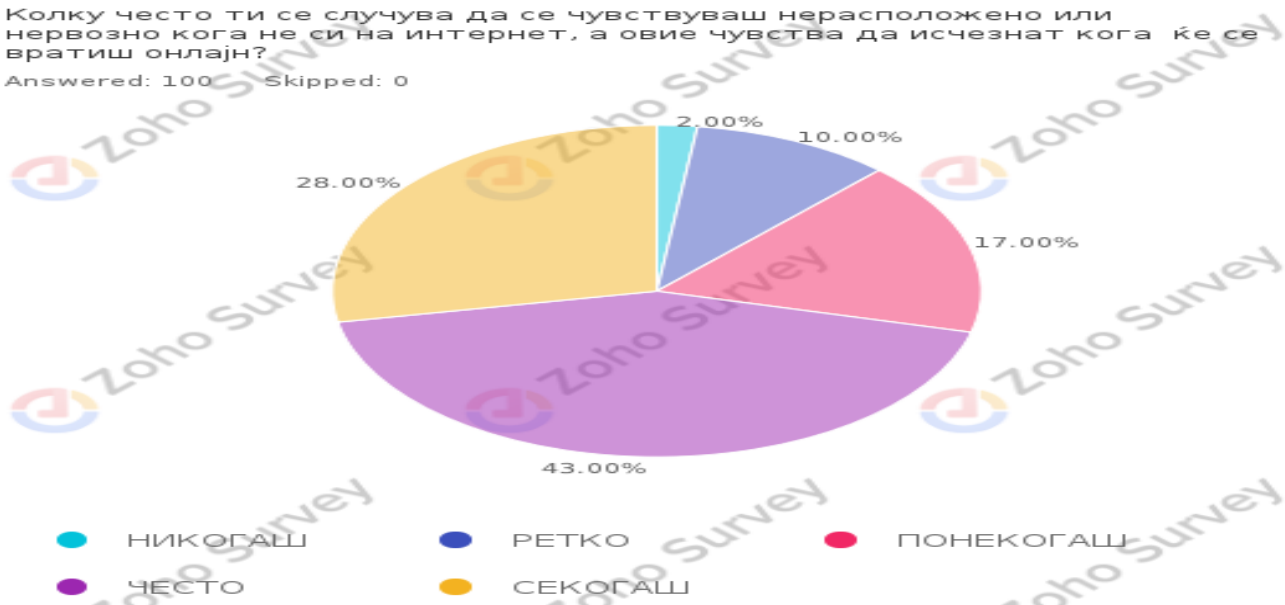
Од прикажаниот графикон можеме да заклучиме дека на прашањето: „ *Колку често чувствуваш нервоза, вознемиреност и стрес ако не можеш да користиш интернет онолку долго колку што посакуваш"* од вкупно 100 испитаници, најголем број 45% (F=45) одговориле ЧЕСТО, 27% (F=27) одговориле ПОНЕКОГАШ, 21% (F=21) одговориле СЕКОГАШ, 5% (F=5) одговориле РЕТКО и 2% (F=2) одговориле НИКОГАШ**.**



Choices	Response percent	Response count
НИКОГАШ	1.00%	1
РЕТКО	8.00%	8
ПОНЕКОГАШ	17.00%	17
ЧЕСТО	46.00%	46
СЕКОГАШ	28.00%	28

Графикон 19: Колку често се обидуваш да скриеш колку време поминуваш на интернет

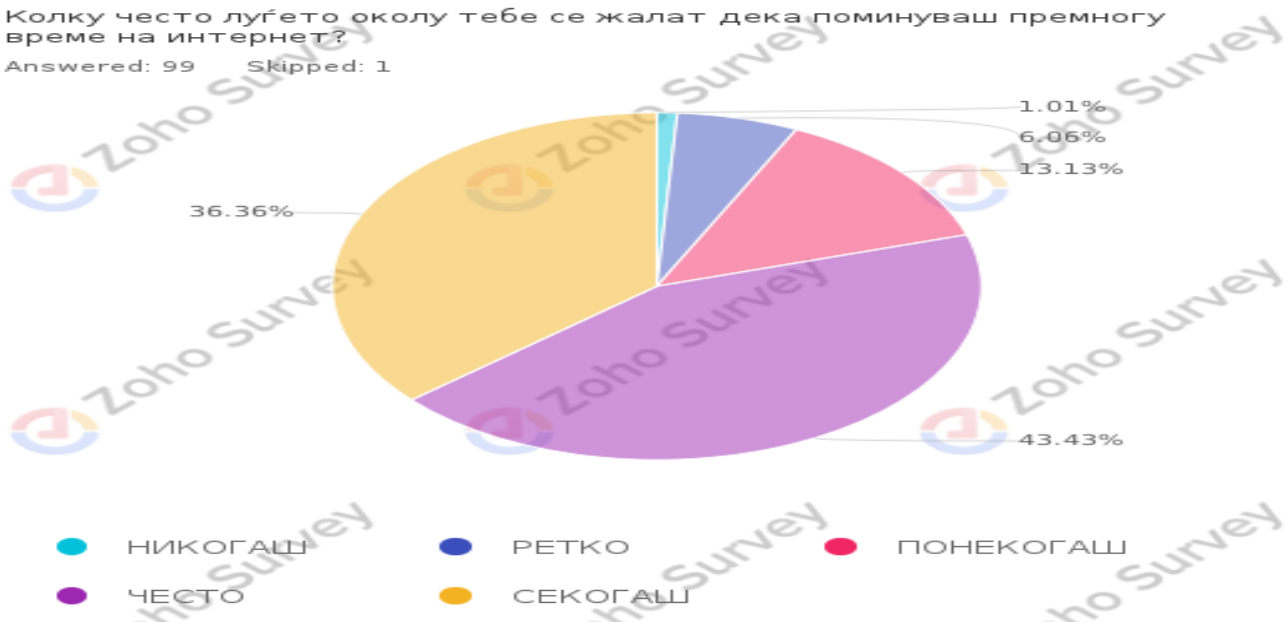
Од прикажаниот графикон можеме да заклучиме дека на прашањето: *„Колку често се обидуваш да скриеш колку време поминуваш на интернет“* од вкупно 100 испитаници, најголем број 46% (F=46) одговориле дека ЧЕСТО, 28% (F=28) одговориле СЕКОГАШ, 17% (F=17)одговориле ПОНЕКОГАШ, 8% (F=8) одговориле РЕТКО и 1% (F=1) одговориле НИКОГАШ.



Choices	Response percent	Response count
НИКОГАШ	2.00%	2
РЕТКО	10.00%	10
ПОНЕКОГАШ	17.00%	17
ЧЕСТО	43.00%	43
СЕКОГАШ	28.00%	28

Графикон 20: Колку често ти се случува да се чувствуваш нерасположено или нервозно кога не си на интернет, а овие чувства да исчезнат кога ќе се вратиш онлајн

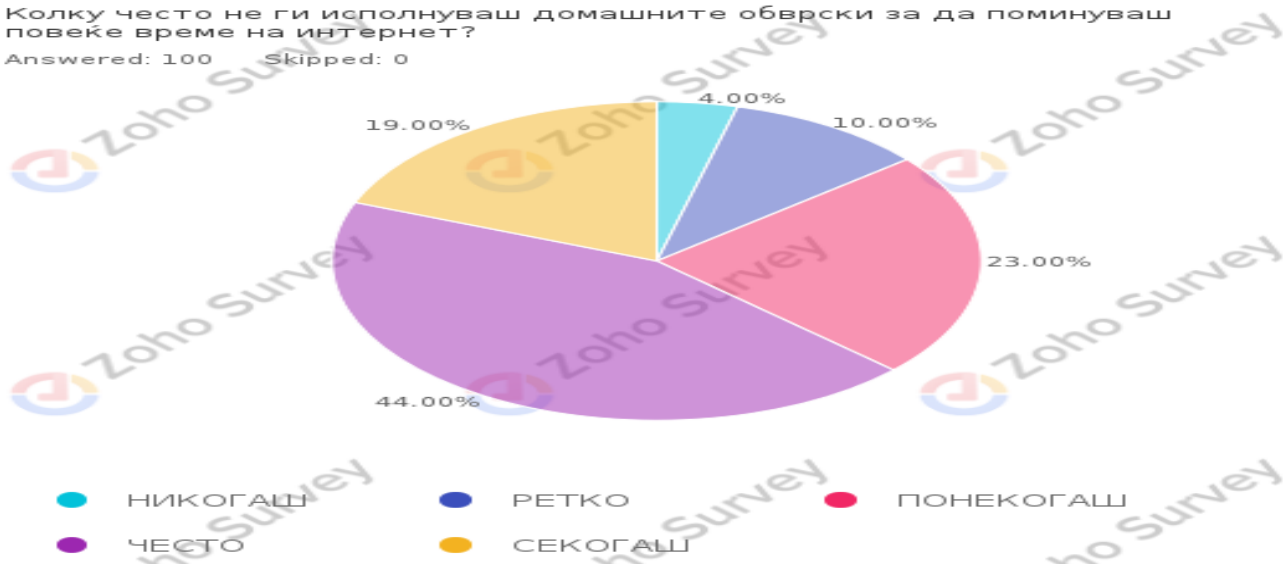
Од прикажаниот графикон можеме да заклучиме дека на прашањето: *„Колку често ти се случува да се чувствуваш нерасположено или нервозно кога не си на интернет, а овие чувства да исчезнат кога ќе се вратиш онлајн“* од вкупно 100 испитаници, најголем број 43% (F=43) одговориле дека ЧЕСТО, 28% (F=28) одговориле СЕКОГАШ, 17% (F=17) одговориле ПОНЕКОГАШ, 10% (F=10) одговориле РЕТКО и 2% (F=2) одговориле НИКОГАШ.



Choices	Response percent	Response count
НИКОГАШ	1.01%	1
РЕТКО	6.06%	6
ПОНЕКОГАШ	13.13%	13
ЧЕСТО	43.43%	43
СЕКОГАШ	36.36%	36

Графикон 21: Колку често луѓето околу тебе се жалат дека поминуваш премногу време на интернет.

Од прикажаниот графикон можеме да заклучиме дека на прашањето: *„Колку често луѓето околу тебе се жалат дека поминуваш премногу време на интернет“* од вкупно 100 испитаници, најголем број 43,43% (F=43) одговориле ЧЕСТО, 36,36% (F=36) одговориле СЕКОГАШ, 13,13% (F=13) одговориле ПОНЕКОГАШ, 6,06% (F=6) одговориле РЕТКО и 1,01% (F=1) одговориле НИКОГАШ.



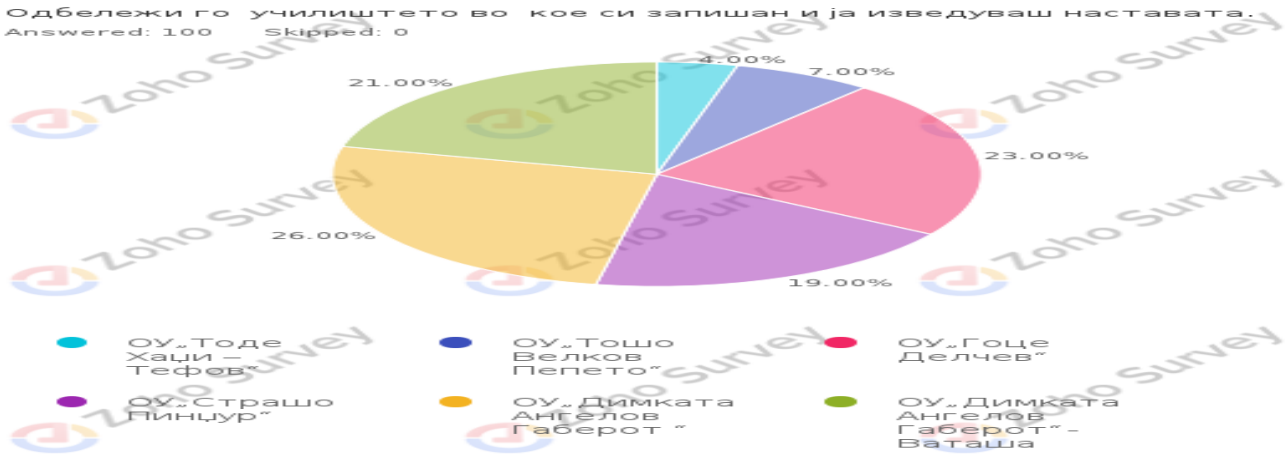
Choices	Response percent	Response count
НИКОГАШ	4.00%	4
РЕТКО	10.00%	10
ПОНЕКОГАШ	23.00%	23
ЧЕСТО	44.00%	44
СЕКОГАШ	19.00%	19

Графикон 22: Колку често не ги исполнуваш домашните обврски за да поминуваш повеќе време на интернет

Од прикажаниот графикон можеме да заклучиме дека на прашањето: *„Колку често не ги исполнуваш домашните обврски за да поминуваш повеќе време на интернет“* од вкупно 100 испитаници, најголем број 44% (F=44) одговориле ЧЕСТО, 23% (F=23) одговориле ПОНЕКОГАШ, 19% (F=19) одговориле СЕКОГАШ, 10% (F=10) одговориле РЕТКО, и 4% (F=4) одговориле НИКОГАШ.

3. Прашалник за проценка на застапеноста на зависноста од дигитален свет за основно образование

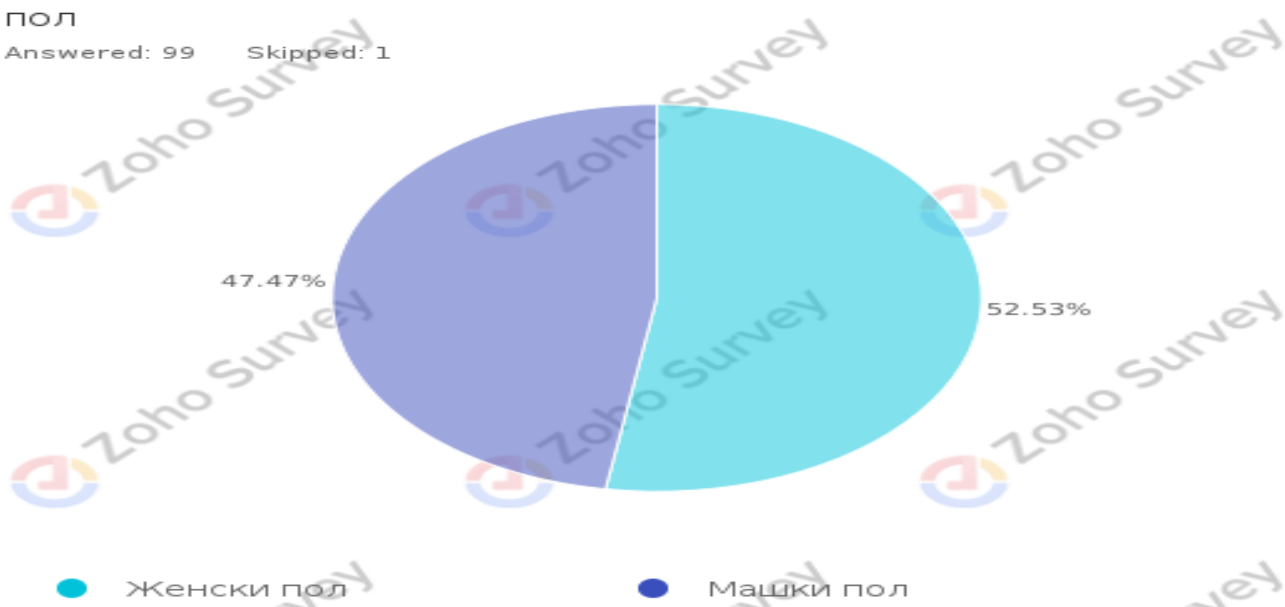
Овој прашалник се состои од 10 прашања наменети за учениците од основно образование со кој се утврди процентот на застапеност на интернет од дигитален свет и истите прашања во следниве графикони и табели се анализирани детално.



Choices	Response percent	Response count
ОУ„Тоде Хаџи –Тефов"	4.00%	4
ОУ„Тошо Велков Пепето"	7.00%	7
ОУ„Гоце Делчев"	23.00%	23
ОУ„Страшо Пинџур"	19.00%	19
ОУ„Димката Ангелов Габерот "	26.00%	26
ОУ„Димката Ангелов Габерот"- Ваташа	21.00%	21

Графикон 23: Одбележи го училиштето во кое си запишан и ја изведуваш наставата.

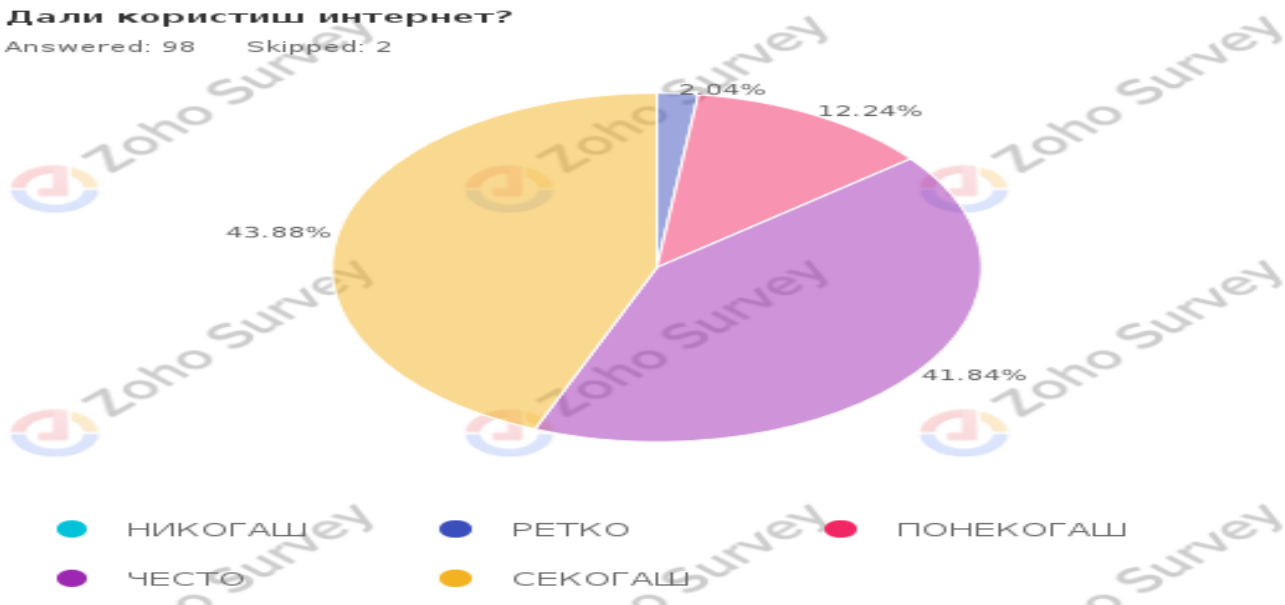
Од прикажаниот графикон можеме да заклучиме дека на прашањето: *„Одбележи го училиштето во кое си запишан и ја изведуваш наставата*“ од вкупно 100 испитаници, најголем број 26% (F=26) се од ООУ„Димката Ангелов Габерот“ Кавадарци, 23% (F= 23) се од ООУ„Гоце Делчев“, 21% (F=21) се од ООУ„Димката Ангелов Габерот“ Ваташа, 19% (F=19) се од ООУ„Страшо Пинџур, 7% (F=7) се од ООУ„Тошо Велков Пепето“ и 4% (F=4) се од ООУ„Тоде Хаџи Тефов“.



Choices	Response percent	Response count
Женски пол	52.53%	52
Машки пол	47.47%	47

Графикон 24: Пол

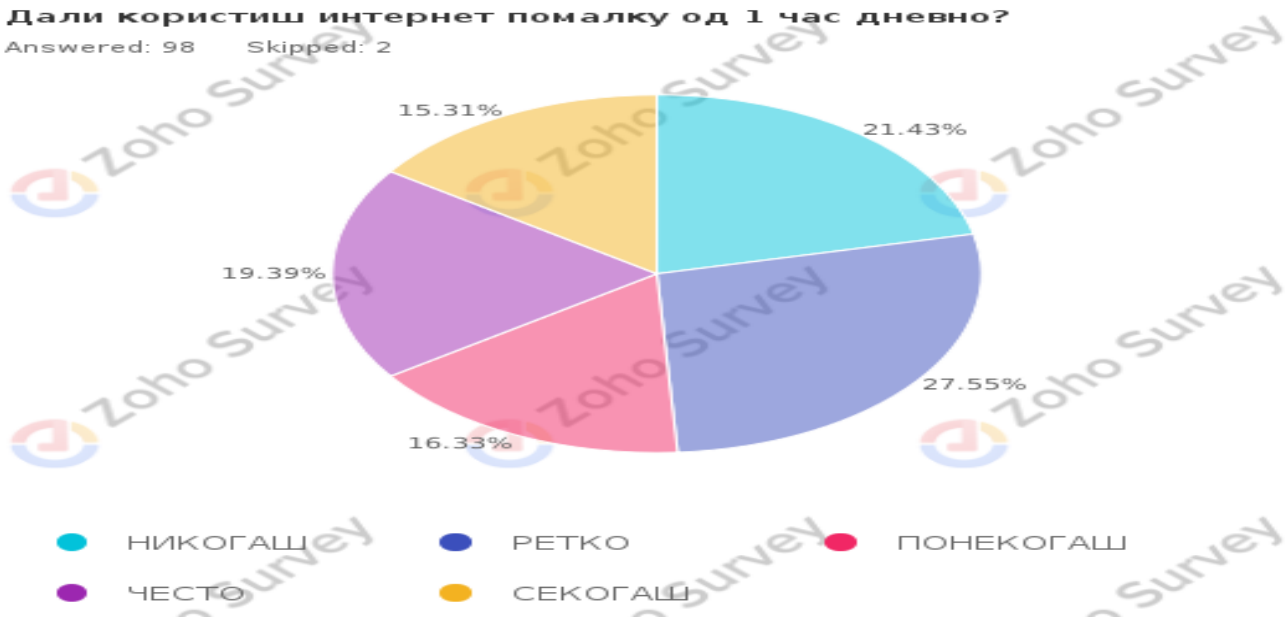
Од прикажаниот графикон можеме да заклучиме дека на прашањето: „*Пол* “ од вкупно 100 испитаници, најголем број 52,53% (F=52) се од женски пол и 47,47% (F= 47) се од машки пол.



Choices	Response percent	Response count
НИКОГАШ	0.00%	0
РЕТКО	2.04%	2
ПОНЕКОГАШ	12.24%	12
ЧЕСТО	41.84%	41
СЕКОГАШ	43.88%	43

Графикон 25: Дали користиш интернет?

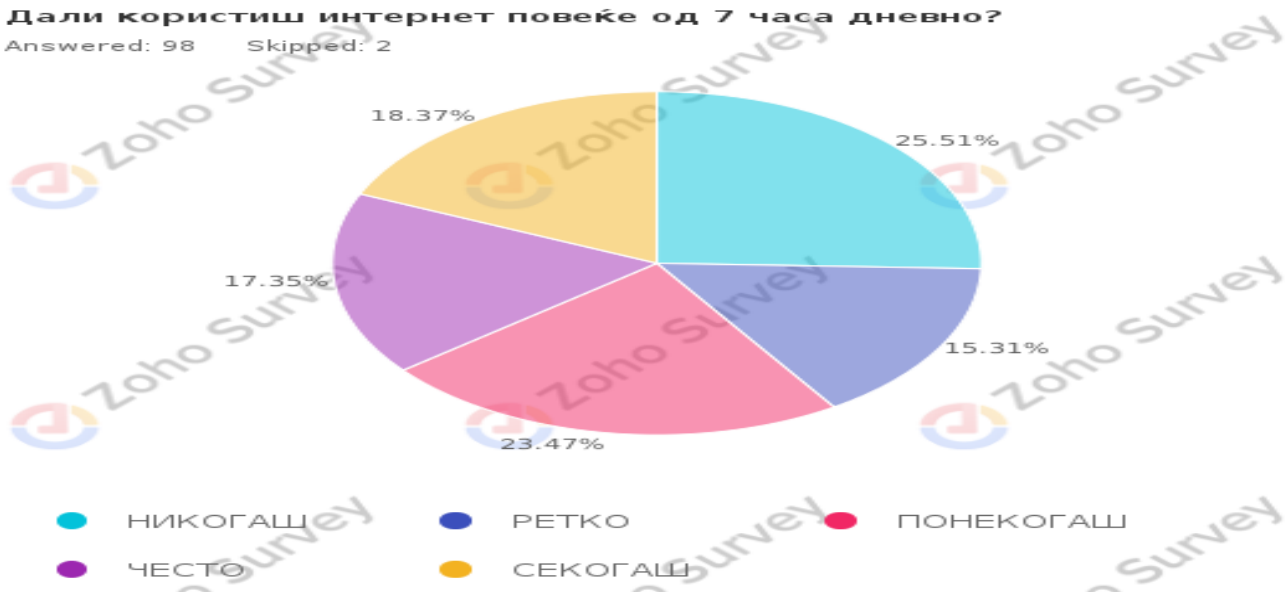
Од прикажаниот графикон можеме да заклучиме дека на прашањето: *„Дали користиш интернет“* од вкупно 100 испитаници, најголем број 43,88% (F=43) одговориле СЕКОГАШ, 41,84% (F=41) одговориле ЧЕСТО, 12,24% (F=12) одговориле ПОНЕКОГАШ, 2,04% (F=2) одговориле РЕТКО и 0% (F=0) одговориле НИКОГАШ.



Choices	Response percent	Response count
НИКОГАШ	21.43%	21
РЕТКО	27.55%	27
ПОНЕКОГАШ	16.33%	16
ЧЕСТО	19.39%	19
СЕКОГАШ	15.31%	15

Графикон 26: Дали користиш интернет помалку од 1 час дневно?

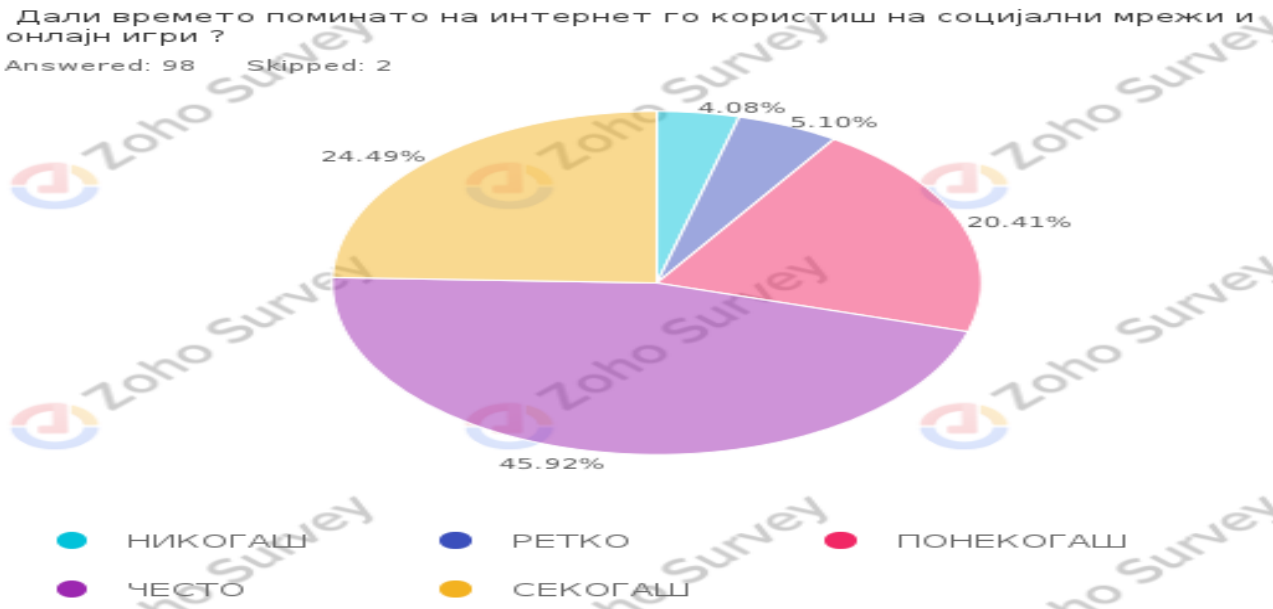
Од прикажаниот графикон можеме да заклучиме дека на прашањето: *„Дали користиш интернет помалку од 1 час дневно“* од вкупно 100 испитаници, најголем број 27,55% (F=27) одговориле РЕТКО, 21,43% (F=21) одговориле НИКОГАШ, 19,39% (F=19) одговориле ЧЕСТО, 16,33% (F=16) одговориле ПОНЕКОГАШ и 15,31% (F=15) одговориле СЕКОГАШ.



Choices	Response percent	Response count
НИКОГАШ	25,51%	25
РЕТКО	15.31%	15
ПОНЕКОГАШ	23.47%	23
ЧЕСТО	17.35%	17
СЕКОГАШ	18.37%	18

Графикон 27: Дали користиш интернет повеќе од 7 часа дневно?

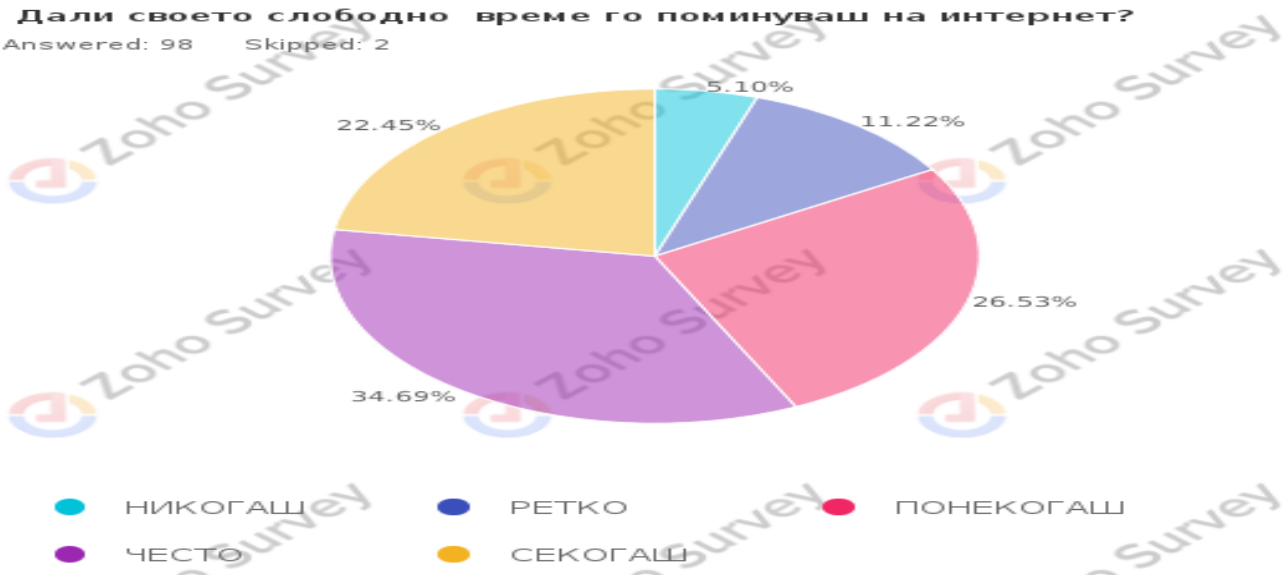
Од прикажаниот графикон можеме да заклучиме дека на прашањето: „ *Дали користиш интернет повеќе од 7 часа дневно*“ од вкупно 100 испитаници, најголем број 25,51% (F=25) одговориле НИКОГАШ, 23,47% (F=23) одговориле ПОНЕКОГАШ, 18,37% (F=18) одговориле СЕКОГАШ, 17,35% (F=17) одговориле ЧЕСТО и 15,31% (F=15) одговориле РЕТКО.



Choices	Response percent	Response count
НИКОГАШ	4.08%	4
РЕТКО	5.10%	5
ПОНЕКОГАШ	20.41%	20
ЧЕСТО	45.92%	45
СЕКОГАШ	24.49%	24

Графикон 28: Дали времето поминато на интернет го користиш на социјални мрежи и на онлајн игри ?

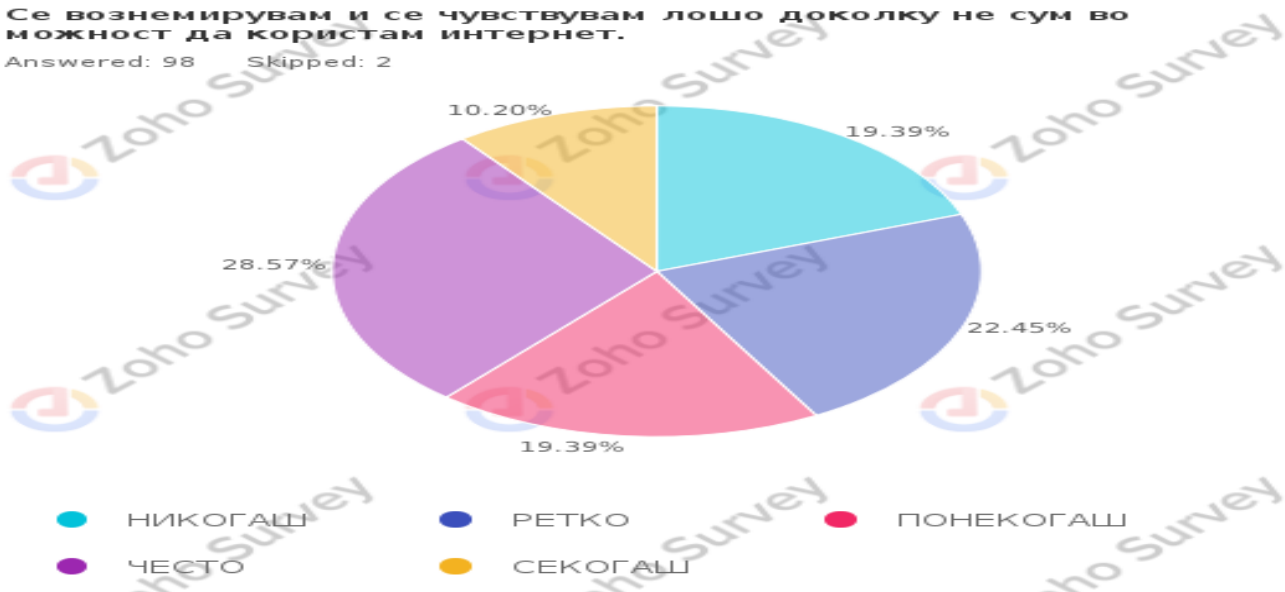
Од прикажаниот графикон можеме да заклучиме дека на прашањето: „*Дали времето поминато на интернет го користиш на социјални мрежи и на онлајн игри*“ од вкупно 100 испитаници, најголем број 45,92% (F=45) одговориле ЧЕСТО, 24,49% (F=24) одговориле СЕКОГАШ, 20,41% (F=20) одговориле ПОНЕКОГАШ, 5,10% (F=5) одговориле РЕТКО и 4,08% (F=4) одговориле НИКОГАШ.



Choices	Response percent	Response count
НИКОГАШ	5.10%	5
РЕТКО	11.22%	11
ПОНЕКОГАШ	26.53%	26
ЧЕСТО	34.69%	34
СЕКОГАШ	22.45%	22

Графикон 29: Дали своето слободно време го поминуваш на интернет?

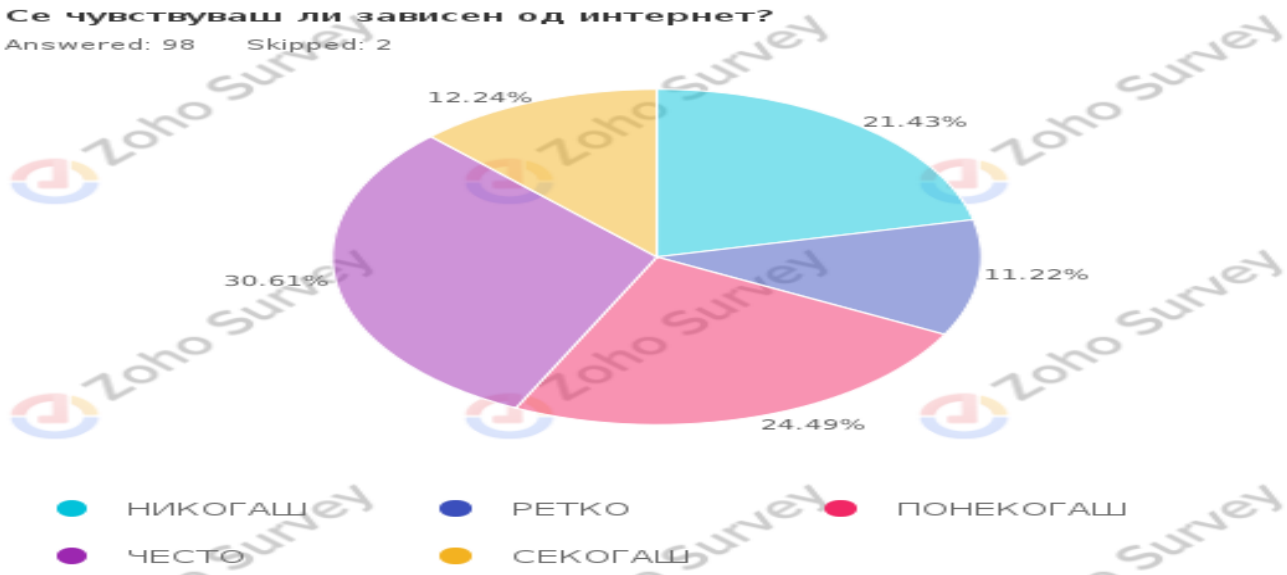
Од прикажаниот графикон можеме да заклучиме дека на прашањето: „*Дали своето слободно време го поминуваш на интернет*“ од вкупно 100 испитаници, најголем број 34,69% (F=34) одговориле ЧЕСТО, 26,53% (F=26) одговориле ПОНЕКОГАШ, 22,45% (F=22) одговориле СЕКОГАШ, 11,22% (F=11) одговориле РЕТКО и 5,10% (F=5) одговориле НИКОГАШ.



Choices	Response percent	Response count
НИКОГАШ	19.39%	19
РЕТКО	22.45%	22
ПОНЕКОГАШ	19.39%	19
ЧЕСТО	28.57%	28
СЕКОГАШ	10.20%	10

Графикон 30: Се вознемирувам и се чувствувам лошо доколку не сум во можност да користам интернет.

Од прикажаниот графикон можеме да заклучиме дека на прашањето: „*Се вознемирувам и се чувствувам лошо доколку не сум во можност да користам интернет*“ од вкупно 100 испитаници, најголем број 28,57% (F=28) одговориле ЧЕСТО, 22,45% (F=22) одговориле РЕТКО, 19,39% (F=19) одговориле ПОНЕКОГАШ/НИКОГАШ и 10,20% (F=10) одговориле СЕКОГАШ

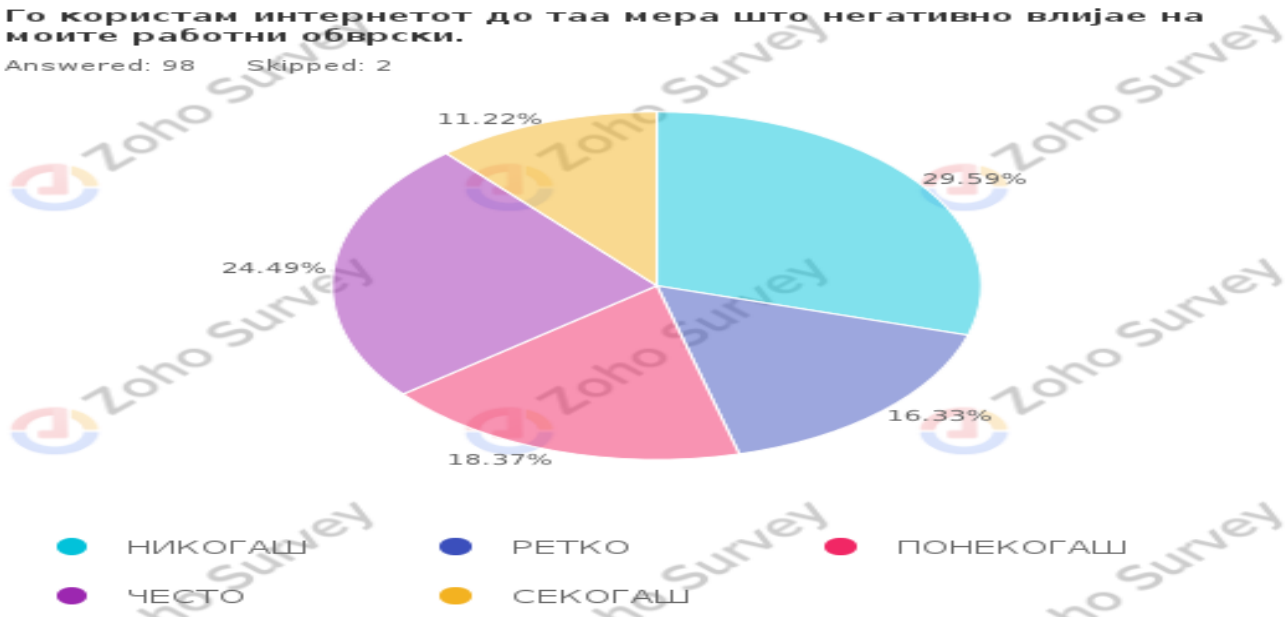


Choices	Response percent	Response count
НИКОГАШ	21.43%	21
РЕТКО	11.22%	11
ПОНЕКОГАШ	24.49%	24
ЧЕСТО	30.61%	30
СЕКОГАШ	12.24%	12

Графикон 31: Се чувствуваш ли зависен од интернет?

Од прикажаниот графикон можеме да заклучиме дека на прашањето: „*Се чувствуваш ли зависен од интернет*“ од вкупно 100 испитаници, најголем број 30,61% (F=30) одговориле ЧЕСТО, 24,49% (F=24) одговориле ПОНЕКОГАШ, 21,43% (F=21) одговориле НИКОГАШ, 12,24% (F=12) одговориле СЕКОГАШ и 11,22% (F=11) одговориле РЕТКО

.



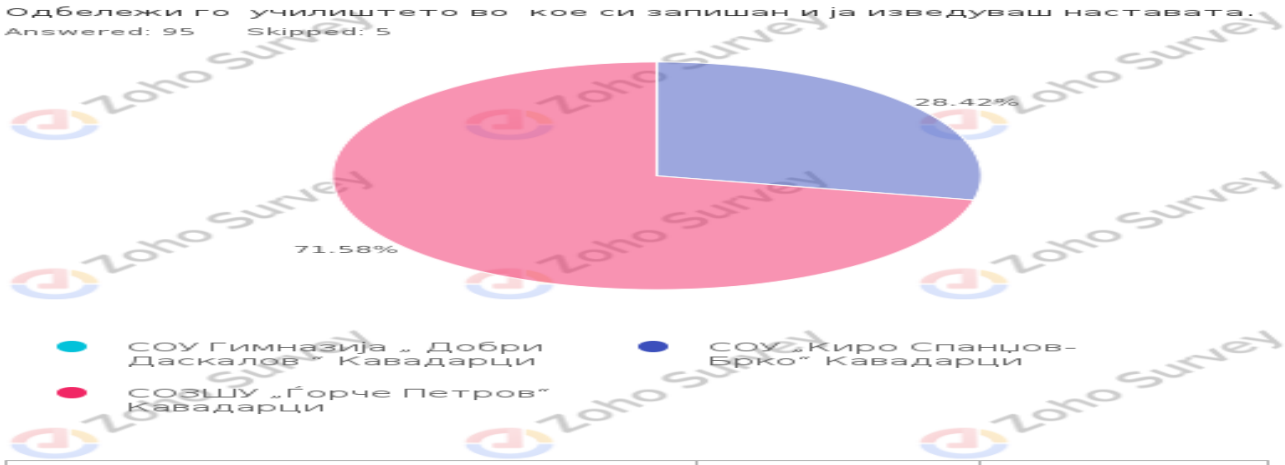
Choices	Response percent	Response count
НИКОГАШ	29.59%	29
РЕТКО	16.33%	16
ПОНЕКОГАШ	18.37%	18
ЧЕСТО	24.49%	24
СЕКОГАШ	11.22%	11

Графикон 32: Го користам интернетот до таа мера што негативно влијае на моите работни обврски

Од прикажаниот графикон можеме да заклучиме дека на прашањето: „*Го користам интернетот до таа мера што негативно влијае на моите работни обврски*“ од вкупно 100 испитаници, најголем број 29,59% (F=29) одговориле НИКОГАШ, 24,49% (F=24) одговориле ЧЕСТО, 18,37% (F=18) одговориле ПОНЕКОГАШ, 16,33% (F=16) одговориле РЕТКО и 11,22% (F=11) одговориле НИКОГАШ.

4. Прашалник за проценка на застапеноста на зависност од дигитален свет за средно образование

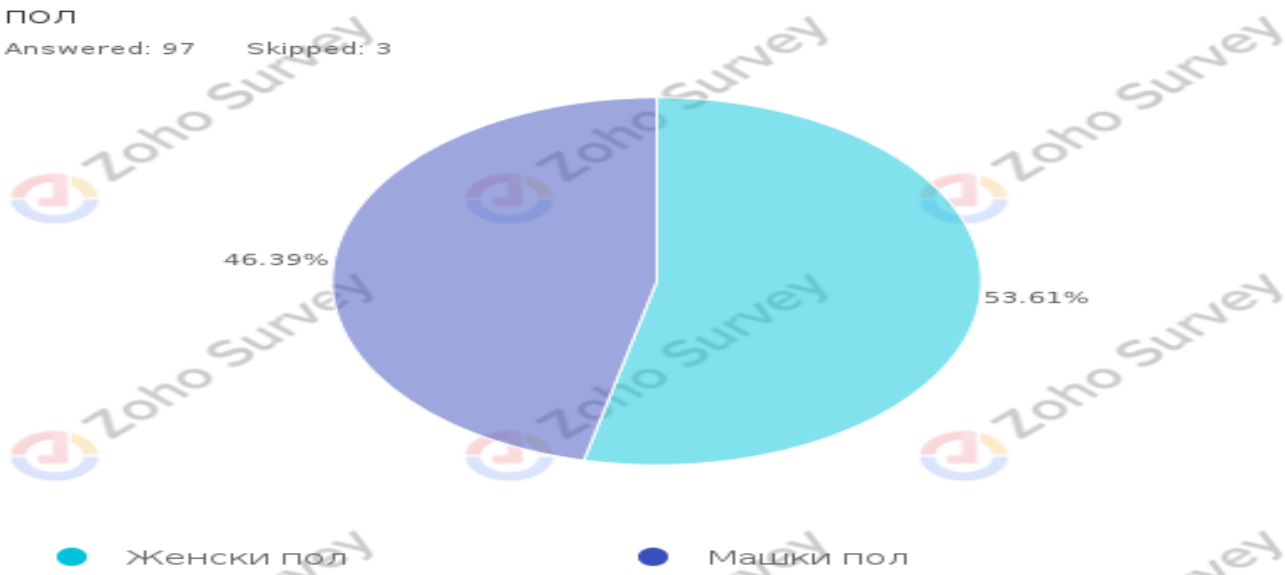
Овој прашалник се состои од 10 прашања наменети за учениците од средно образование со кој се утврди процентот на застапеност на интернет од дигитален свет и истите прашања во следниве графикони и табели се анализирани детално .



Choices	Response percent	Response count
СОУ Гимназија „ Добри Даскалов " Кавадарци	0.00%	0
СОУ „Киро Спанџов-Брко" Кавадарци	28.42%	27
СОЗШУ „Ѓорче Петров" Кавадарци	71.58%	68

Графикон 33: Одбележи го училиштето во кое си запишан и ја изведуваш наставата

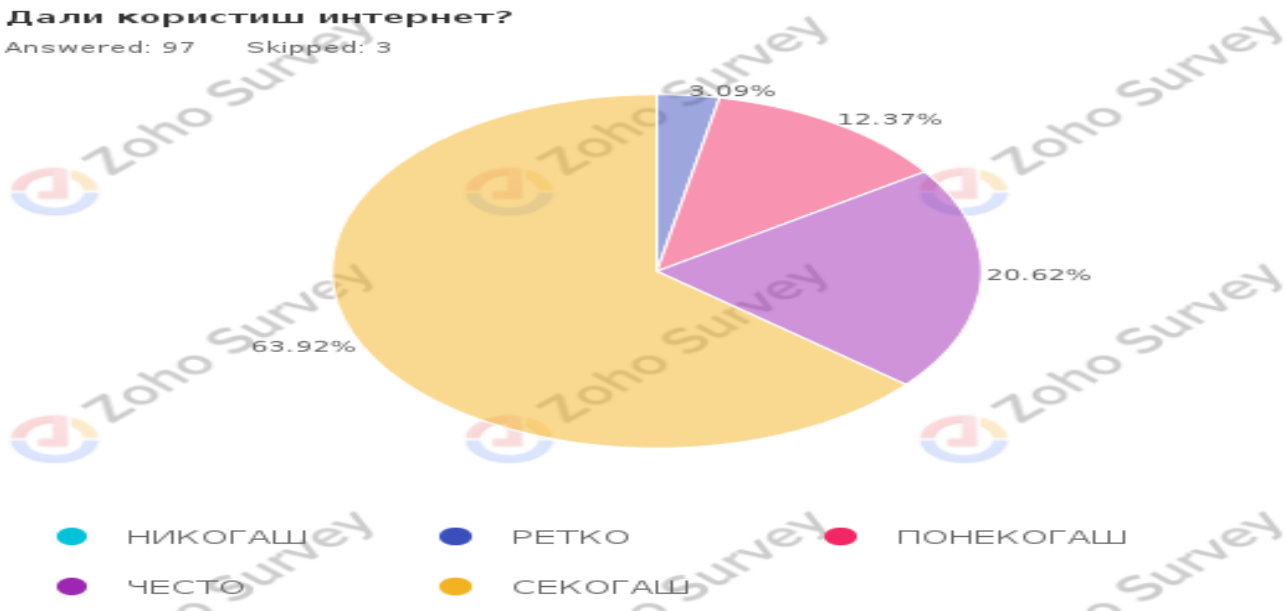
Од прикажаниот графикон можеме да заклучиме дека на прашањето: *„Одбележи го училиштето во кое си запишан и ја изведуваш наставата*“ од вкупно 100 испитаници, најголем број 71,58% (F=68) се од СОЗШУ „Ѓорче Петров“, 28,42% (F= 27) се од СОУ „Киро Спанџов-Брко“ и 0% (F=0) се од СОУ Гимназија „Добри Даскалов“ Кавадарци.



Choices	Response percent	Response count
Женски пол	53.61%	52
Машки пол	46.39%	45

Графикон 34: Пол

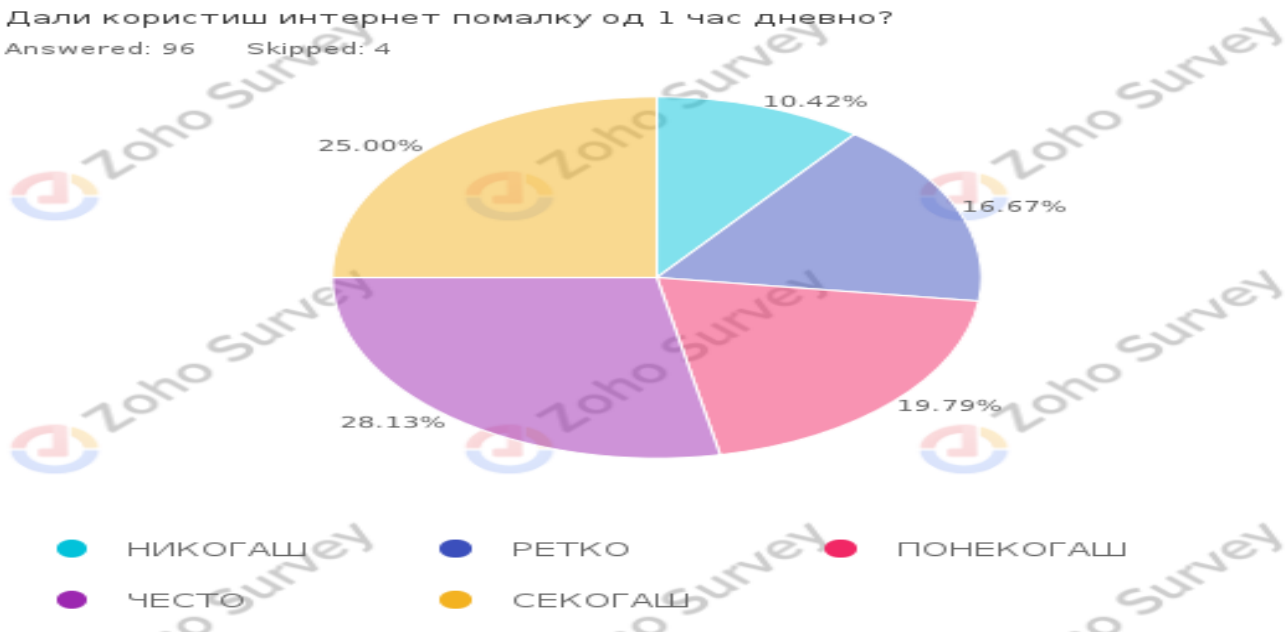
Од прикажаниот графикон можеме да заклучиме дека на прашањето: *„Пол*“ од вкупно 100 испитаници, најголем број 53,61% (F=52) се од женски пол и 46,39% (F= 45) се од машки пол.



Choices	Response percent	Response count
НИКОГАШ	0.00%	0
РЕТКО	3.09%	3
ПОНЕКОГАШ	12.37%	12
ЧЕСТО	20.62%	20
СЕКОГАШ	63.92%	62

Графикон 35: Дали користиш интернет

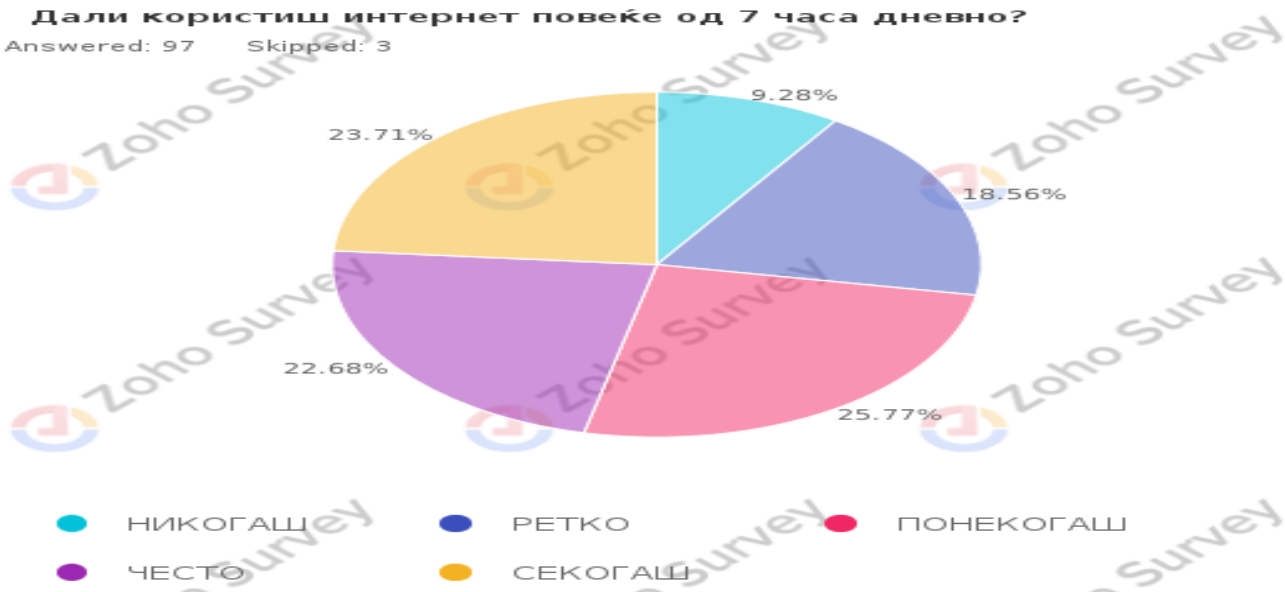
Од прикажаниот графикон можеме да заклучиме дека на прашањето: *„Дали користиш интернет*“ од вкупно 100 испитаници, најголем број 63,92% (F=62) одговориле СЕКОГАШ, 20,62% (F= 20) одговориле ЧЕСТО, 12,37% (F=12) одговориле ПОНЕКОГАШ, 3,09% (F=3) одговориле РЕТК0 и 0% (F=0) одговориле НИКОГАШ.



Choices	Response percent	Response count
НИКОГАШ	10.42%	10
РЕТКО	16.67%	16
ПОНЕКОГАШ	19.79%	19
ЧЕСТО	28.12%	27
СЕКОГАШ	25.00%	24

Графикон 36: Дали користиш интернет помалку од 1 час дневно?

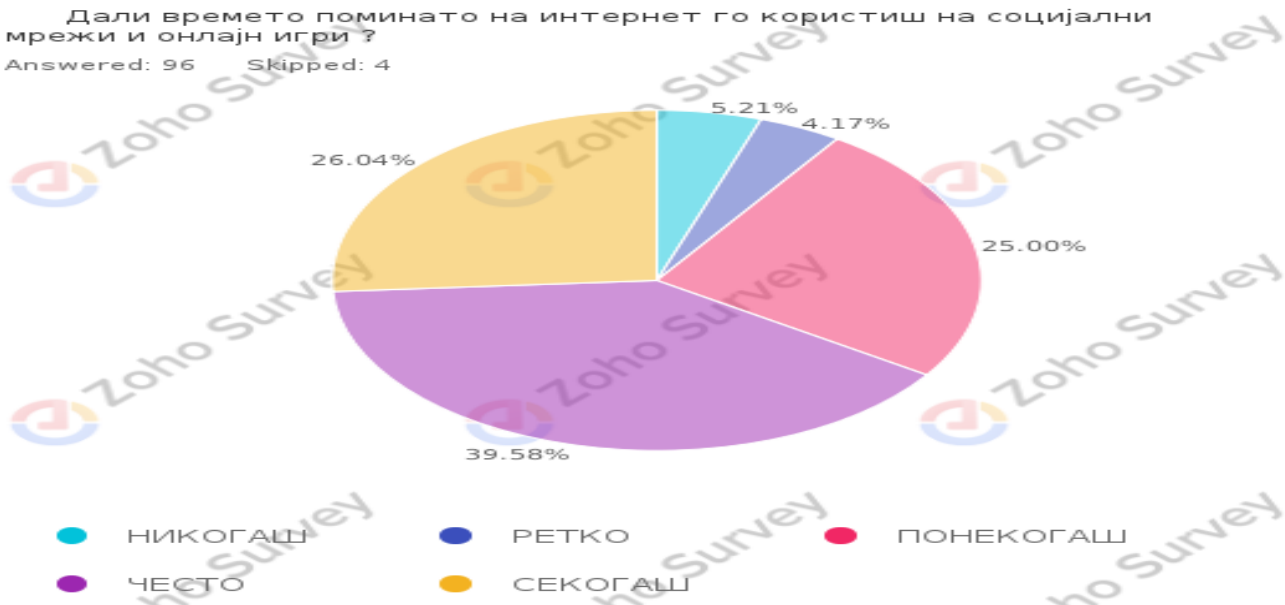
Од прикажаниот графикон можеме да заклучиме дека на прашањето: *„ Дали користиш интернет помалку од 1 час дневно*“ од вкупно 100 испитаници, најголем број 28,12% (F=27) одговориле ЧЕСТО, 25% (F= 25) одговориле СЕКОГАШ, 19,79% (F=19) одговориле ПОНЕКОГАШ, 16,67% (F=16) одговориле РЕТК0 и 10,42% (F=10) одговориле НИКОГАШ.



Choices	Response percent	Response count
НИКОГАШ	9.28%	9
РЕТКО	18.56%	18
ПОНЕКОГАШ	25.77%	25
ЧЕСТО	22.68%	22
СЕКОГАШ	23.71%	23

Графикон 37: Дали користиш интернет повеќе од 7 часа дневно?

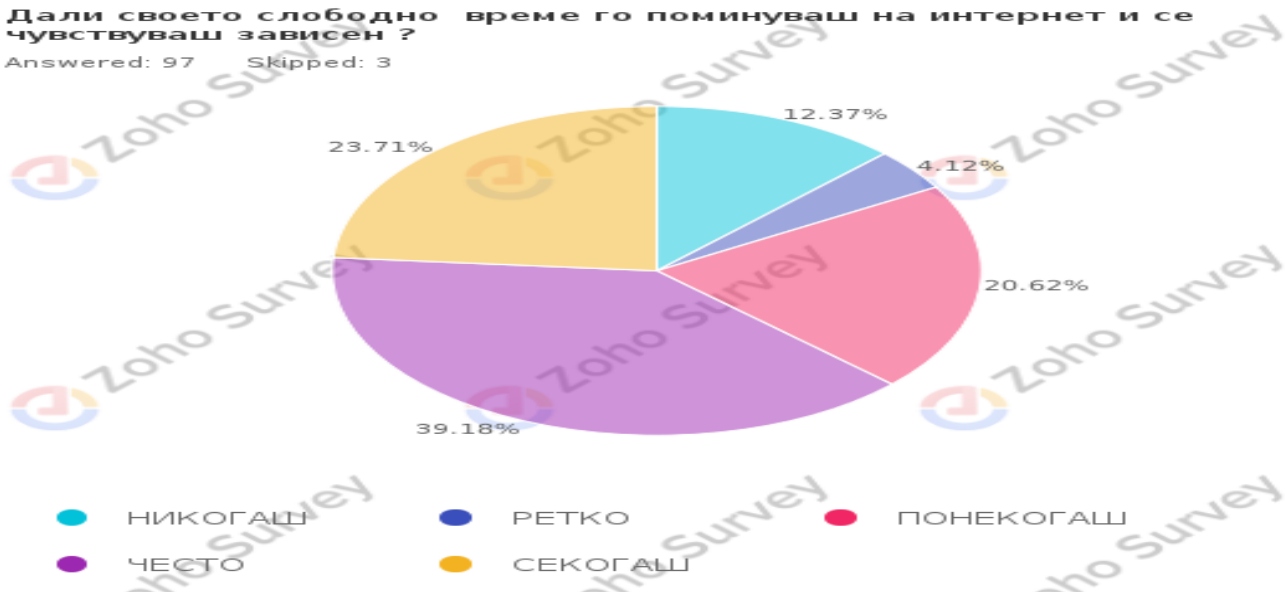
Од прикажаниот графикон можеме да заклучиме дека на прашањето: *„Дали користиш интернет повеќе од 7 часа дневно*“ од вкупно 100 испитаници, најголем 25,77% (F=25) одговориле ПОНЕКОГАШ, 23,71% (F= 23) одговориле СЕКОГАШ, 22,68% (F=22) одговориле ЧЕСТО, 18,56% (F=18) одговориле РЕТК0 и 9,28% (F=9) одговориле НИКОГАШ.



Choices	Response percent	Response count
НИКОГАШ	5.21%	5
РЕТКО	4.17%	4
ПОНЕКОГАШ	25.00%	24
ЧЕСТО	39.58%	38
СЕКОГАШ	26.04%	25

Графикон 38: Дали времето поминато на интернет го користиш на социјални мрежи и на онлајн игри

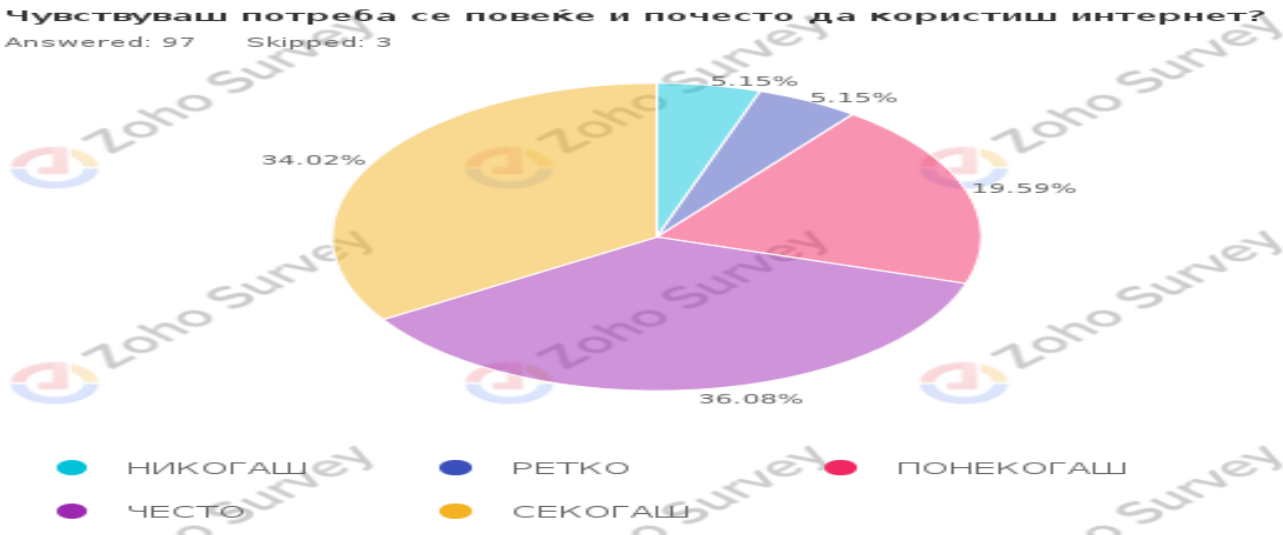
Од прикажаниот графикон можеме да заклучиме дека на прашањето: *„Дали времето поминато на интернет го користиш на социјални мрежи и на онлајн игри*“ од вкупно 100 испитаници, најголем број 39,58% (F=38) одговориле ЧЕСТО, 26,04% (F= 25) одговориле СЕКОГАШ, 25% (F=24) одговориле ПОНЕКОГАШ, 5,21% (F=5) одговориле НИКОГАШ и 4,17% (F=0) одговориле РЕТКО.



Choices	Response percent	Response count
НИКОГАШ	12.37%	12
РЕТКО	4.12%	4
ПОНЕКОГАШ	20.62%	20
ЧЕСТО	39.18%	38
СЕКОГАШ	23.71%	23

Графикон 39: Дали своето слободно време го поминуваш на интернет и се чувствуваш зависен

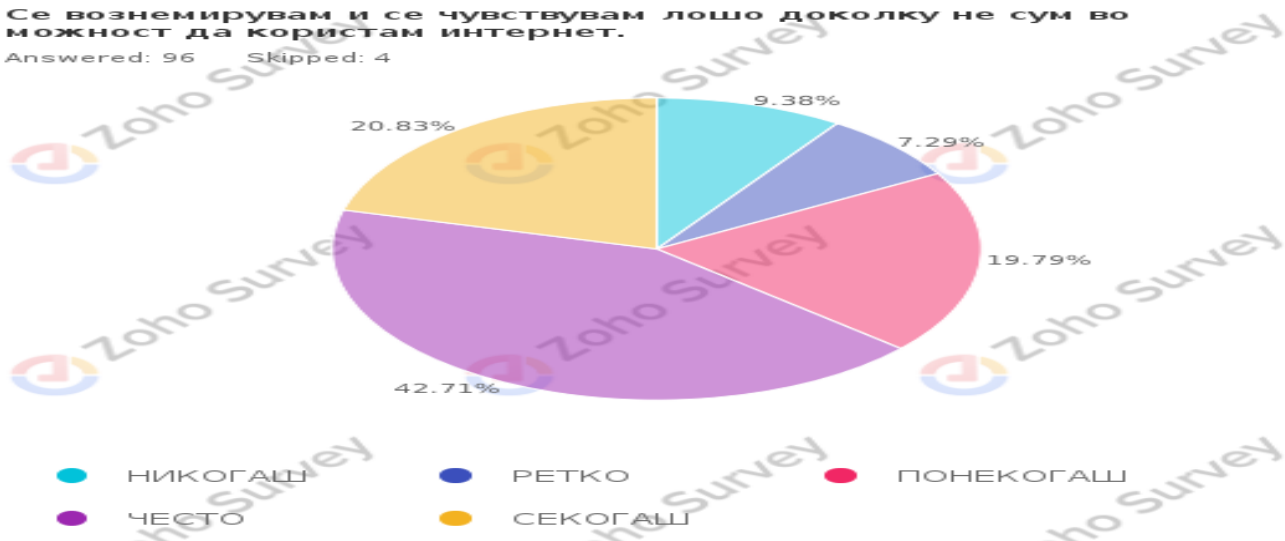
Од прикажаниот графикон можеме да заклучиме дека на прашањето: *„Дали своето слободно време го поминуваш на интернет и се чувствуваш зависен*“ од вкупно 100 испитаници, најголем број 39,18% (F=38) одговориле ЧЕСТО, 23,71% (F= 23) одговориле СЕКОГАШ, 20,62% (F=20) одговориле ПОНЕКОГАШ, 12,37% (F=12) одговориле НИКОГАШ и 4,12% (F=4) одговориле РЕТКО.



Choices	Response percent	Response count
НИКОГАШ	5.15%	5
РЕТКО	5.15%	5
ПОНЕКОГАШ	19.59%	19
ЧЕСТО	36.08%	35
СЕКОГАШ	34.02%	33

Графикон 40: Чувствуваш потреба се повеќе и почесто да користиш интернет?

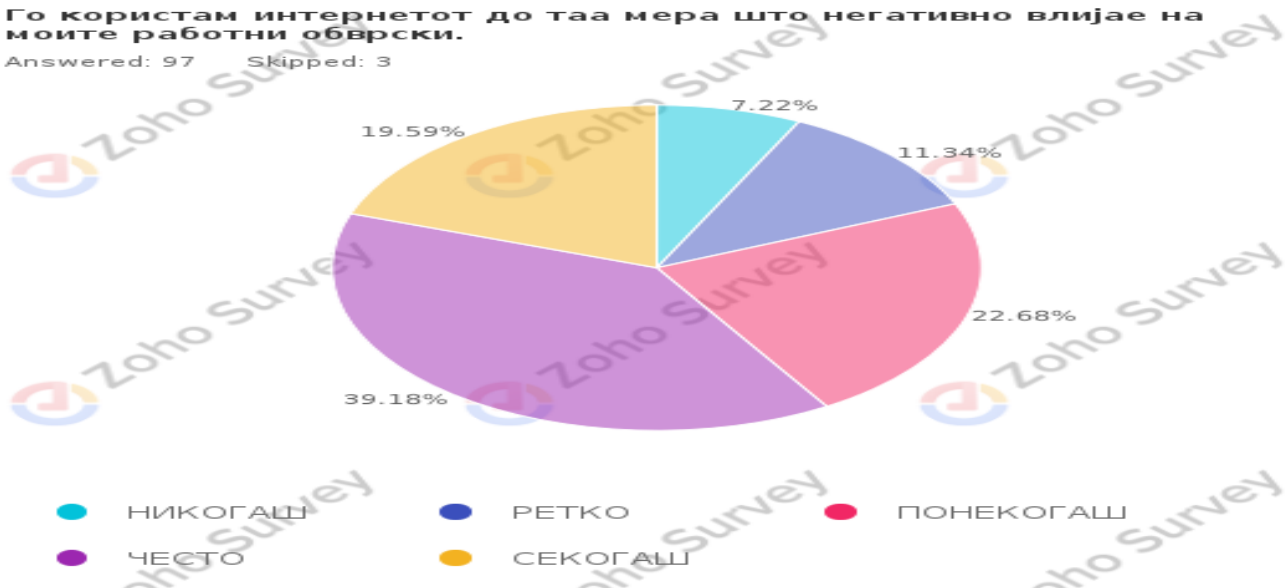
Од прикажаниот графикон можеме да заклучиме дека на прашањето: *„Чувствуваш потреба се повеќе и почесто да користиш интернет*“ од вкупно 100 испитаници, најголем број 36,08% (F=35) одговориле ЧЕСТО, 34,02% (F=33) одговориле СЕКОГАШ, 19,59% (F=19) одговориле ПОНЕКОГАШ и 5,15% (F=5) одговориле РЕТКО/НИКОГАШ.



Choices	Response percent	Response count
НИКОГАШ	9.38%	9
РЕТКО	7.29%	7
ПОНЕКОГАШ	19.79%	19
ЧЕСТО	42.71%	41
СЕКОГАШ	20.83%	20

Графикон 41: Се вознемирувам и се чувствувам лошо доколку не сум во можност да користам интернет.

Од прикажаниот графикон можеме да заклучиме дека на прашањето: *„Се вознемирувам и се чувствувам лошо доколку не сум во можност да користам интернет*“, од вкупно 100 испитаници, најголем број 42,71% (F=41) одговориле ЧЕСТО, 20,83% (F= 20) одговориле СЕКОГАШ, 19,79% (F=19) одговориле ПОНЕКОГАШ, 9,38% (F=9) одговориле НИКОГАШ и 7,29 % (F=7) одговориле РЕТКО



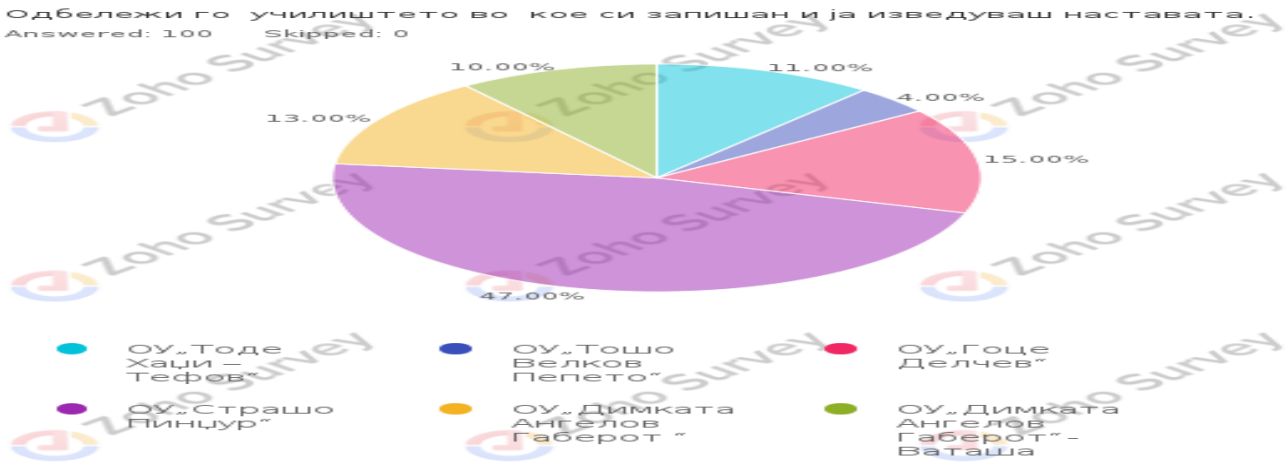
Choices	Response percent	Response count
НИКОГАШ	7.22%	7
РЕТКО	11.34%	11
ПОНЕКОГАШ	22.68%	22
ЧЕСТО	39.18%	38
СЕКОГАШ	19.59%	19

Графикон 42: Го користам интернетот до таа мера што негативно влијае на моите работни обврски.

Од прикажаниот графикон можеме да заклучиме дека на прашањето: *„Го користам интернетот до таа мера што негативно влијае на моите работни обврски*“ од вкупно 100 испитаници, најголем број 39,18% (F=38) одговориле ЧЕСТО, 22,68% (F=22) одговориле ПОНЕКОГАШ, 19,59% (F=19) одговориле СЕКОГАШ, 11,34% (F=11) одговориле РЕТКО и 7,22% (F=7) одговориле НИКОГАШ.

4. Прашалник за употреба на интернет (онлајн) игри за основно образование.

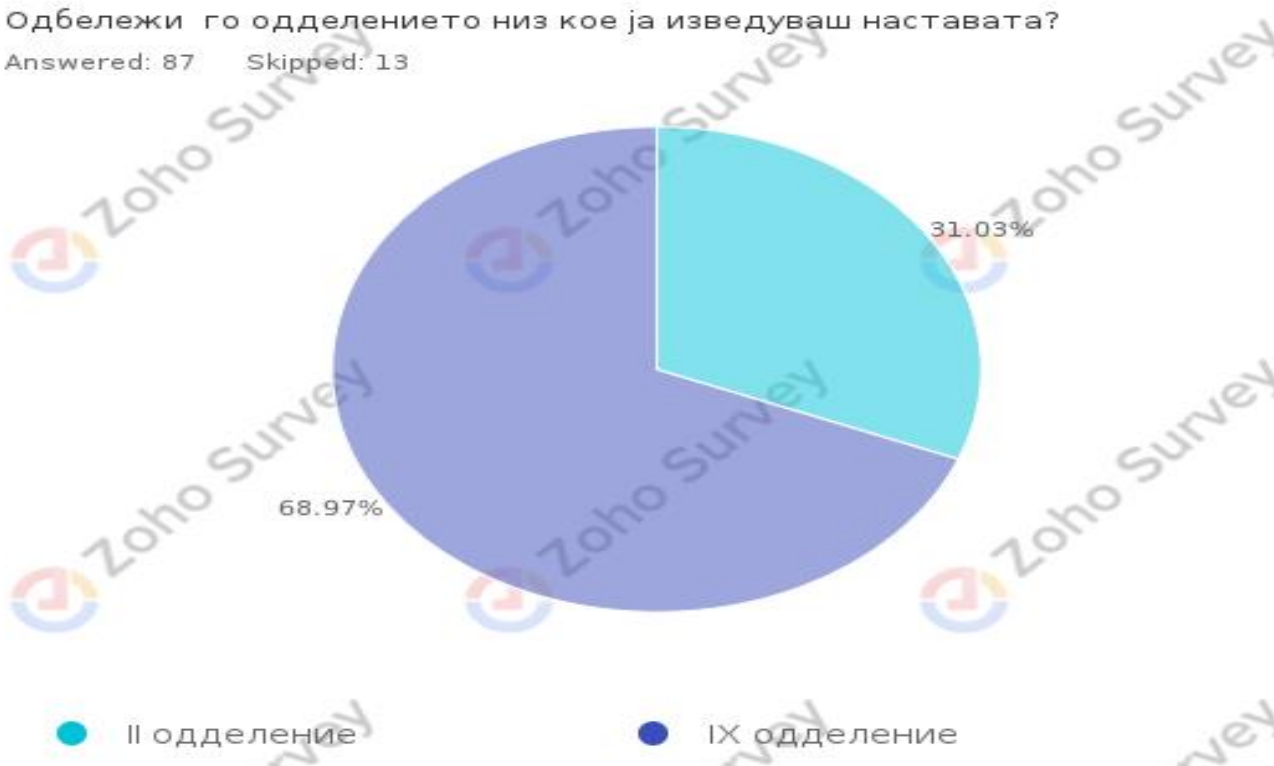
Овој прашалник се состои од 10 прашања наменети за учениците од основно образование со кој се утврди процентот на застапеност на интернет од дигитален свет и истите прашања во следниве графикони и табели се анализирани детално .



Choices	Response percent	Response count
ОУ„Тоде Хаџи –Тефов"	11.00%	11
ОУ„Тошо Велков Пепето"	4.00%	4
ОУ„Гоце Делчев"	15.00%	15
ОУ„Страшо Пинџур"	47.00%	47
ОУ„Димката Ангелов Габерот "	13.00%	13
ОУ„Димката Ангелов Габерот" - Ваташа	10.00%	10

Графикон 43*: Одбележи го училиштето во кое си запишан и ја изведуваш наставата.*

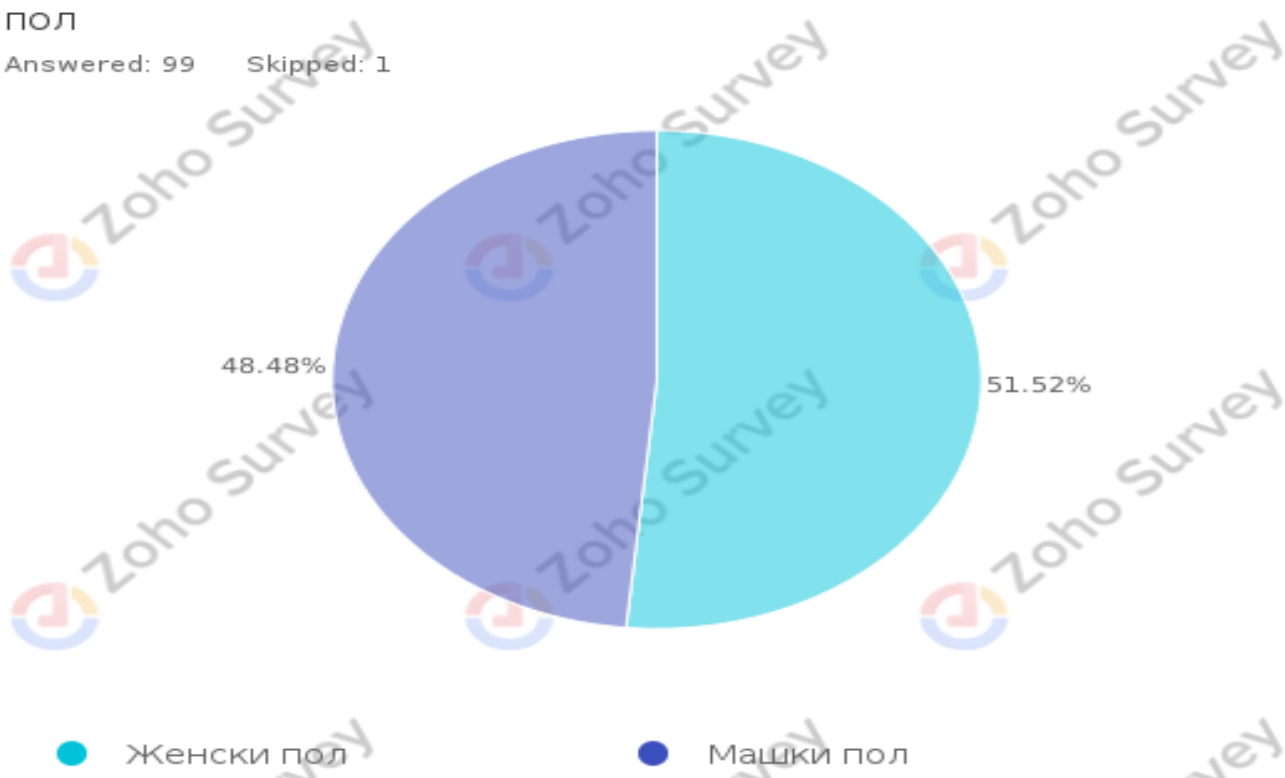
Од прикажаниот графикон можеме да заклучиме дека на прашањето: *„Одбележи го училиштето во кое си запишан и ја изведуваш наставата*“ од вкупно 100 испитаници, најголем број 47% (F=47) се од ООУ „Страшо Пинџур“, 15% (F= 15) се од ООУ „Гоце Делчев“, 13% (F=13) се од ООУ „Димката Ангелов Габерот“ Кавадарци, 11% (F=11) се од ООУ „Тоде Хаџи Тефов“, 10%(F=10) се од ООУ „Димката Ангелов Габерот “Ваташа и 4% (F=4) се од ООУ „Тошо Велков Пепето“.



Choices	Response percent	Response count
II одделение	31.03%	27
IX одделение	68.97%	60

Графикон 44: Одбележи го одделението низ кое ја изведуваш наставата?

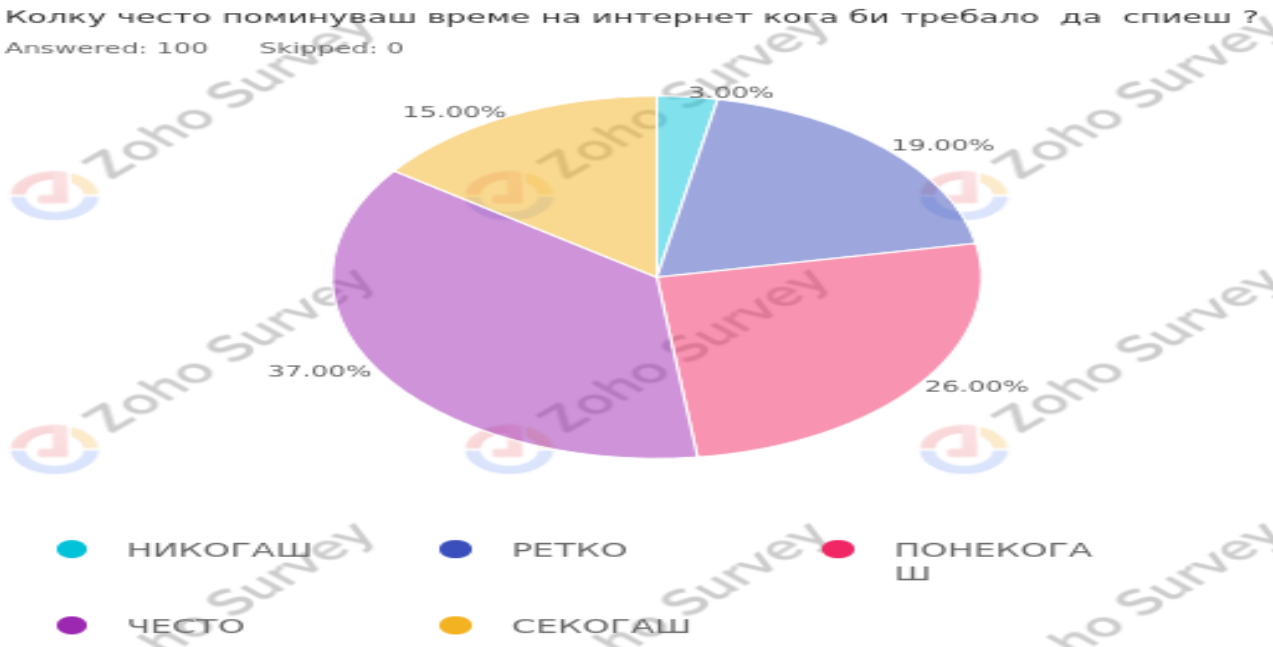
Од прикажаниот графикон можеме да заклучиме дека на прашањето: *„Одбележи го оодделението низ кое ја изведуваш наставата*“ од вкупно 100 испитаници, најголем број 68,97% (F=60) се од второ одделение и 31,03% (F= 27) се од деветто одделение



Choices	Response percent	Response count
Женски пол	51.52%	51
Машки пол	48.48%	48

Графикон 45: ПОЛ

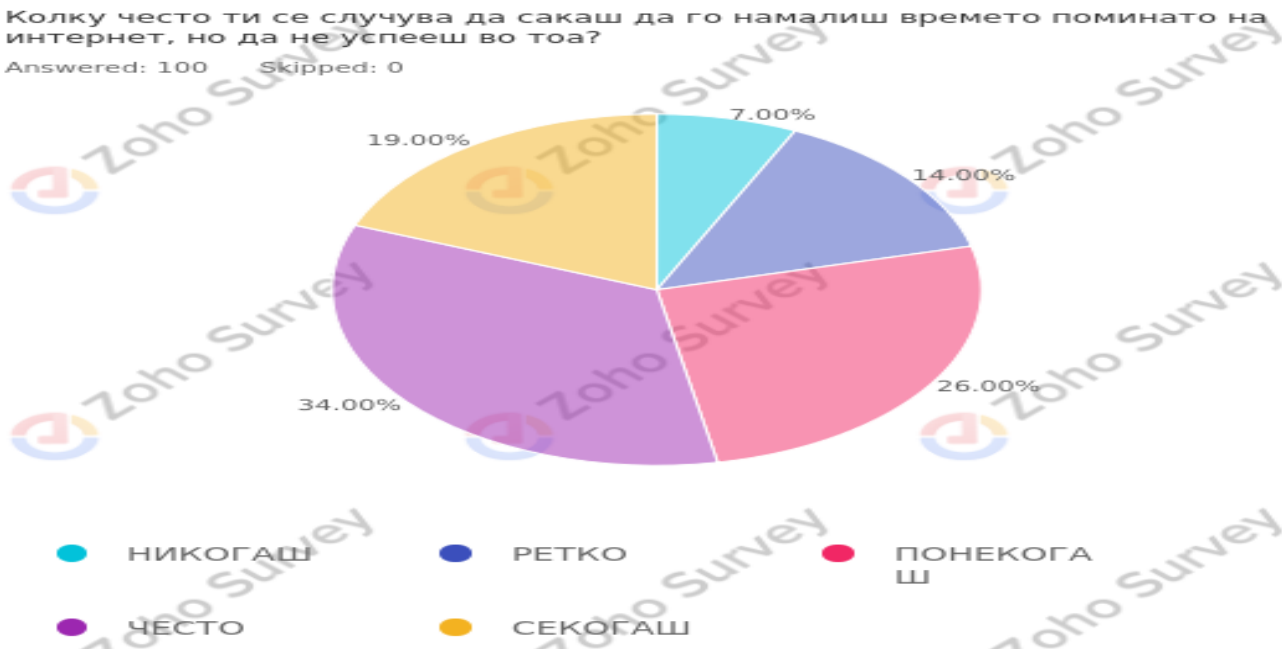
Од прикажаниот графикон можеме да заклучиме дека на прашањето: „*Пол*“ од вкупно 100 испитаници, најголем број 51,52% (F=51) се од женски пол и 48,48% (F= 48) се од машки пол.



Choices	Response percent	Response count
НИКОГАШ	3.00%	3
РЕТКО	19.00%	19
ПОНЕКОГАШ	26.00%	26
ЧЕСТО	37.00%	37
СЕКОГАШ	15.00%	15

Графикон 46: Колку често поминуваш време на интернет кога би требало да спиеш ?

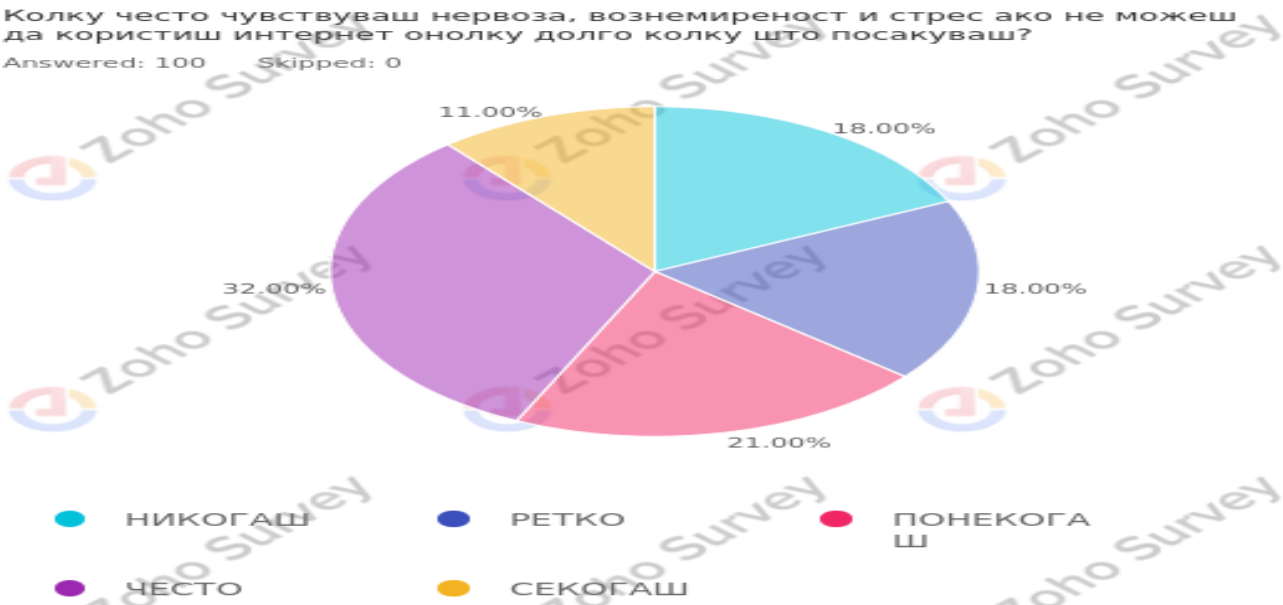
Од прикажаниот графикон можеме да заклучиме дека на прашањето: *„Колку често поминуваш време на интернет кога би требало да спиеш*“ од вкупно 100 испитаници, најголем број 37% (F=37) одговориле ЧЕСТО, 26% (F= 26) одговориле ПОНЕКОГАШ, 19% (F=19) одговориле РЕТКО, 15% (F=15) одговориле СЕКОГАШ и 3% (F=3) одговориле НИКОГАШ.



Choices	Response percent	Response count
НИКОГАШ	7.00%	7
РЕТКО	14.00%	14
ПОНЕКОГАШ	26.00%	26
ЧЕСТО	34.00%	34
СЕКОГАШ	19.00%	19

Графикон 47: Колку често ти се случува да сакаш да го намалиш времето поминато на интернет, но да не успееш во тоа?

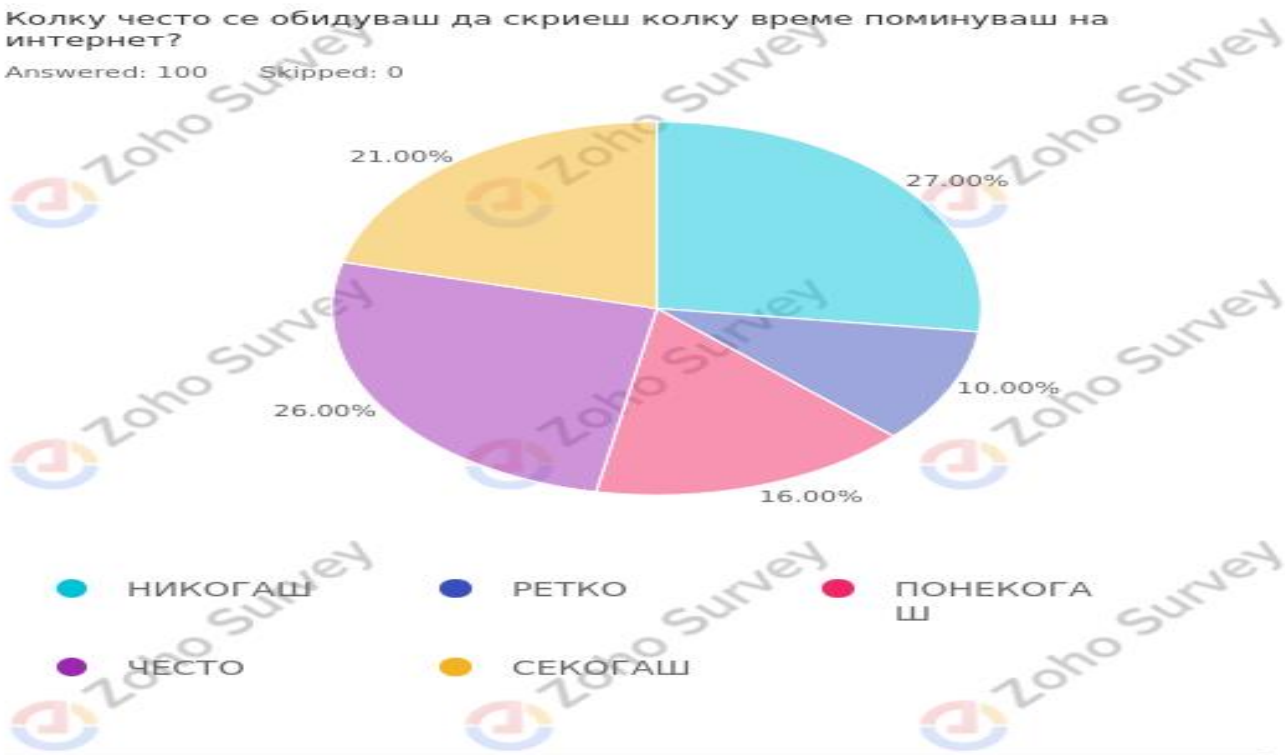
Од прикажаниот графикон можеме да заклучиме дека на прашањето: *„Колку често ти се случува да сакаш да го намалиш времето поминато на интернет, но да не успееш во тоа“* од вкупно 100 испитаници, најголем број 34% (F=34) одговориле ЧЕСТО, 26% (F= 26) одговориле ПОНЕКОГАШ, 19% (F=19) одговориле СЕКОГАШ, 14% (F=14) одговориле РЕТКО и 7% (F=7) одговориле НИКОГАШ.



Choices	Response percent	Response count
НИКОГАШ	18.00%	18
РЕТКО	18.00%	18
ПОНЕКОГАШ	21.00%	21
ЧЕСТО	32.00%	32
СЕКОГАШ	11.00%	11

Графикон 48: Колку често чувствуваш нервоза, вознемиреност и стрес ако не можеш да користиш интернет онолку долго колку што посакуваш?

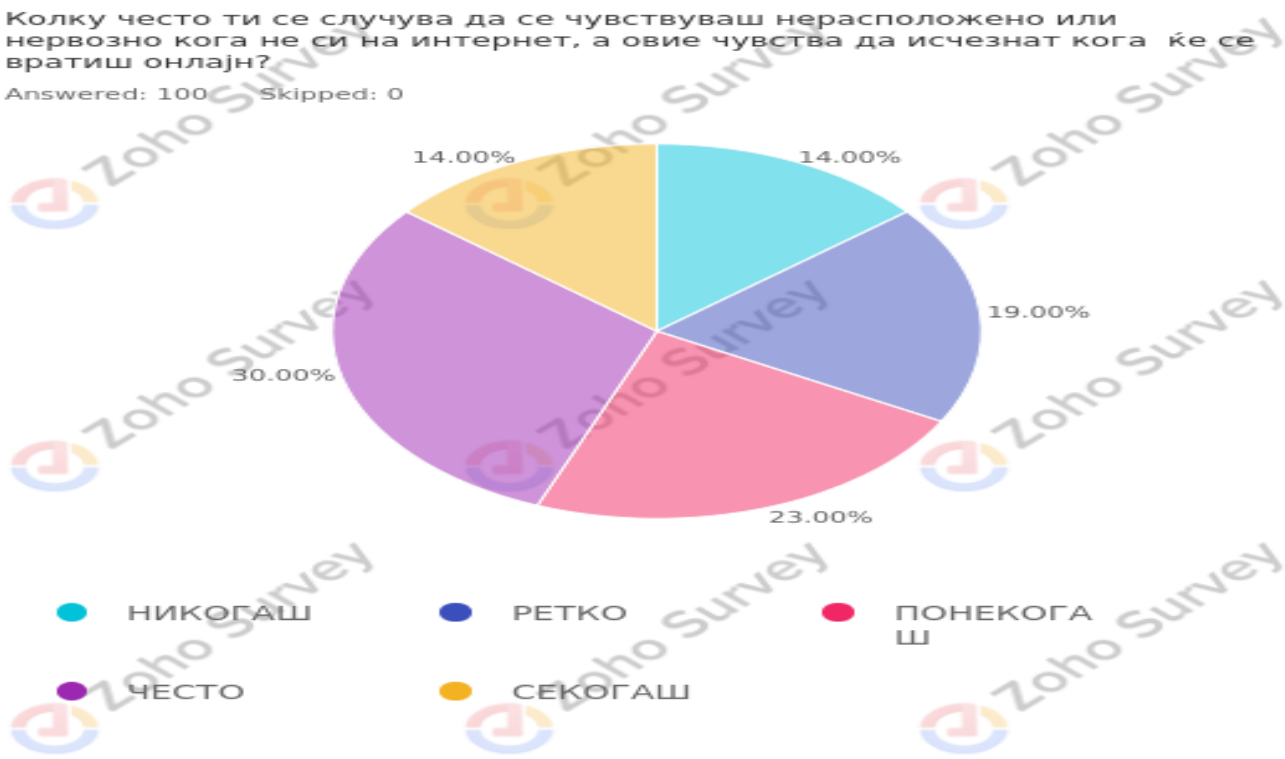
Од прикажаниот графикон можеме да заклучиме дека на прашањето: *„Колку често чувствуваш нервоза, вознемиреност и стрес ако не можеш да користиш интернет онолку долго колку што посакуваш*“ од вкупно 100 испитаници, најголем број 32% (F=32) одговориле ЧЕСТО, 21% (F= 21) одговориле ПОНЕКОГАШ, 18% (F=18) одговориле РЕТКО/НИКОГАШ и 11% (F=11) одговориле СЕКОГАШ.



Choices	Response percent	Response count
НИКОГАШ	27.00%	27
РЕТКО	10.00%	10
ПОНЕКОГАШ	16.00%	16
ЧЕСТО	26.00%	26
СЕКОГАШ	21.00%	21

Графикон 49: Колку често се обидуваш да скриеш колку време поминуваш на интернет?

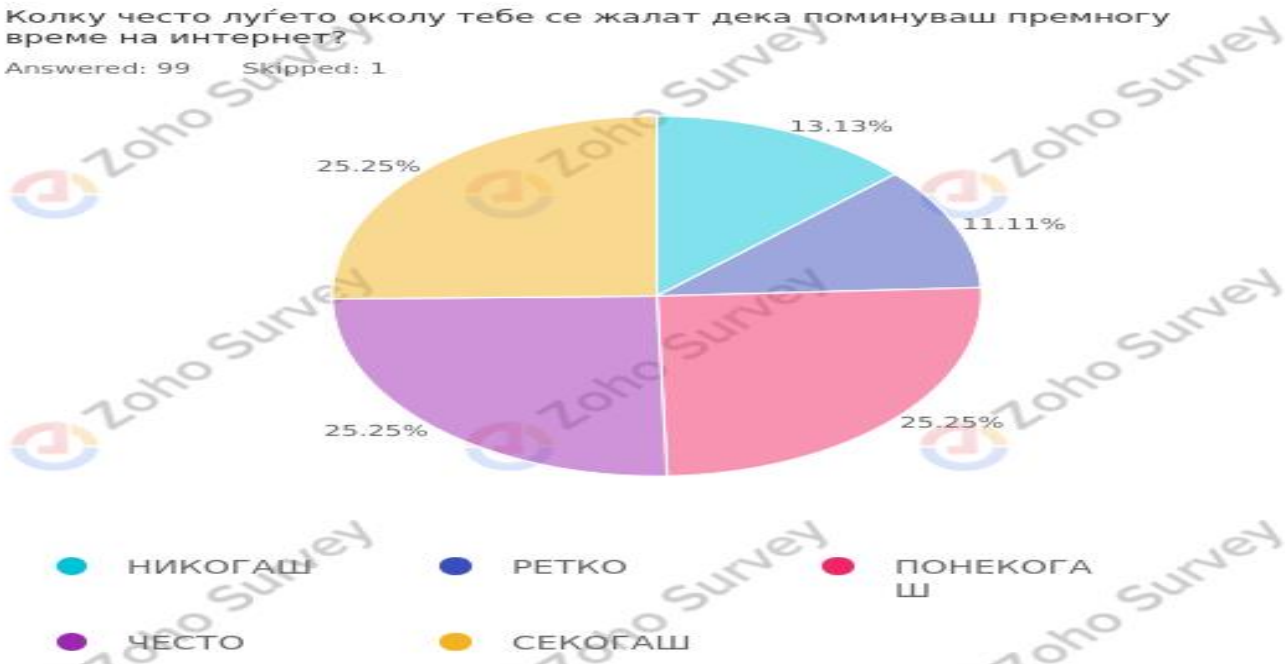
Од прикажаниот графикон можеме да заклучиме дека на прашањето: *„Колку често се обидуваш да скриеш колку време поминуваш на интернет“ о*д вкупно 100 испитаници, најголем број 27% (F=27) одговориле НИКОГАШ, 26% (F= 26) одговориле ЧЕСТО, 21% (F=21) одговориле СЕКОГАШ, 16% (F=16) одговориле ПОНЕКОГАШ и 10% (F=10) одговориле РЕТКО.



Choices	Response percent	Response count
НИКОГАШ	14.00%	14
РЕТКО	19.00%	19
ПОНЕКОГАШ	23.00%	23
ЧЕСТО	30.00%	30
СЕКОГАШ	14.00%	14

Графикон 50: Колку често ти се случува да се чувствуваш нерасположено или нервозно кога не си на интернет, а овие чувства да исчезнат кога ќе се вратиш онлајн?

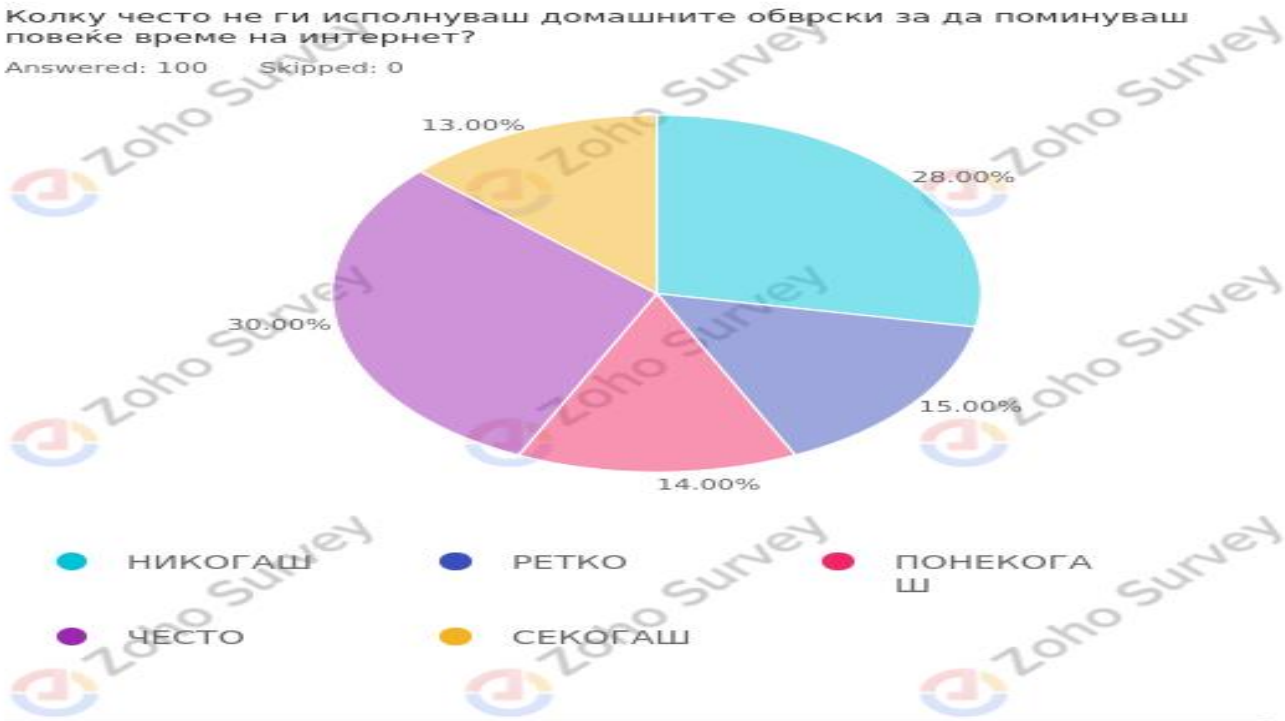
Од прикажаниот графикон можеме да заклучиме дека на *прашањето: „Колку често ти се случува да се чувствуваш нерасположено или нервозно кога не си на интернет, а овие чувства да исчезнат кога ќе се вратиш онлајн“* од вкупно 100 испитаници, најголем број 30% (F=30) одговориле ЧЕСТО, 23% (F= 23) одговориле ПОНЕКОГАШ, 19% (F=19) одговориле РЕТКО и 14% (F=14) одговориле НИКОГАШ/СЕКОГАШ.



Choices	Response percent	Response count
НИКОГАШ	13.13%	13
РЕТКО	11.11%	11
ПОНЕКОГАШ	25.25%	25
ЧЕСТО	25.25%	25
СЕКОГАШ	25.25%	25

Графикон 51: Колку често луѓето околу тебе се жалат дека поминуваш премногу време на интернет?

Од прикажаниот графикон можеме да заклучиме дека на прашањето: „*Колку често луѓето околу тебе се жалат дека поминуваш премногу време на интерне*“ од вкупно 100 испитаници, најголем број 25,25% (F=25) одговориле ЧЕСТО/ПОНЕКОГАШ/СЕКОГАШ, 13,13% (F= 13) одговориле НИКОГАШ и 11,11% (F=11) одговориле РЕТКО.



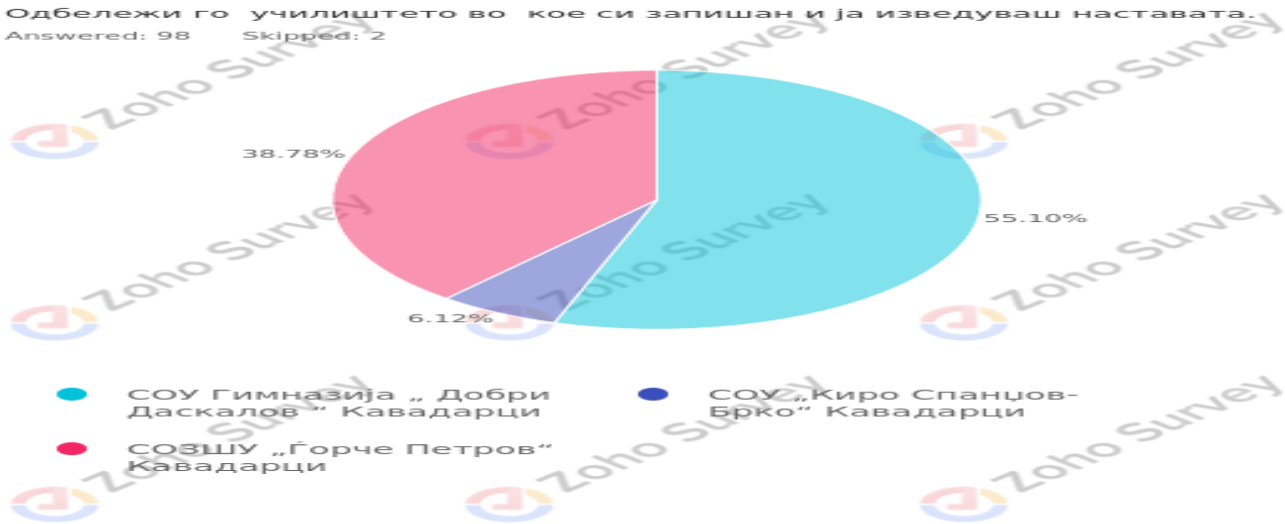
Choices	Response percent	Response count
НИКОГАШ	28.00%	28
РЕТКО	15.00%	15
ПОНЕКОГАШ	14.00%	14
ЧЕСТО	30.00%	30
СЕКОГАШ	13.00%	13

Графикон 52: Колку често не ги исполнуваш домашните обврски за да поминуваш повеќе време на интернет?

Од прикажаниот графикон можеме да заклучиме дека на прашањето: „*Колку често не ги исполнуваш домашните обврски за да поминуваш повеќе време на интернет*“ од вкупно 100 испитаници, најголем број 30% (F=30) одговориле ЧЕСТО, 28% (F= 28) одговориле НИКОГАШ, 15% (F=15) одговориле РЕТКО, 14% (F=14) одговориле ПОНЕКОГАШ и 13% (F=13) одговориле СЕКОГАШ.

6. Прашалник за употреба на интернет (онлајн) игри за средно образование.

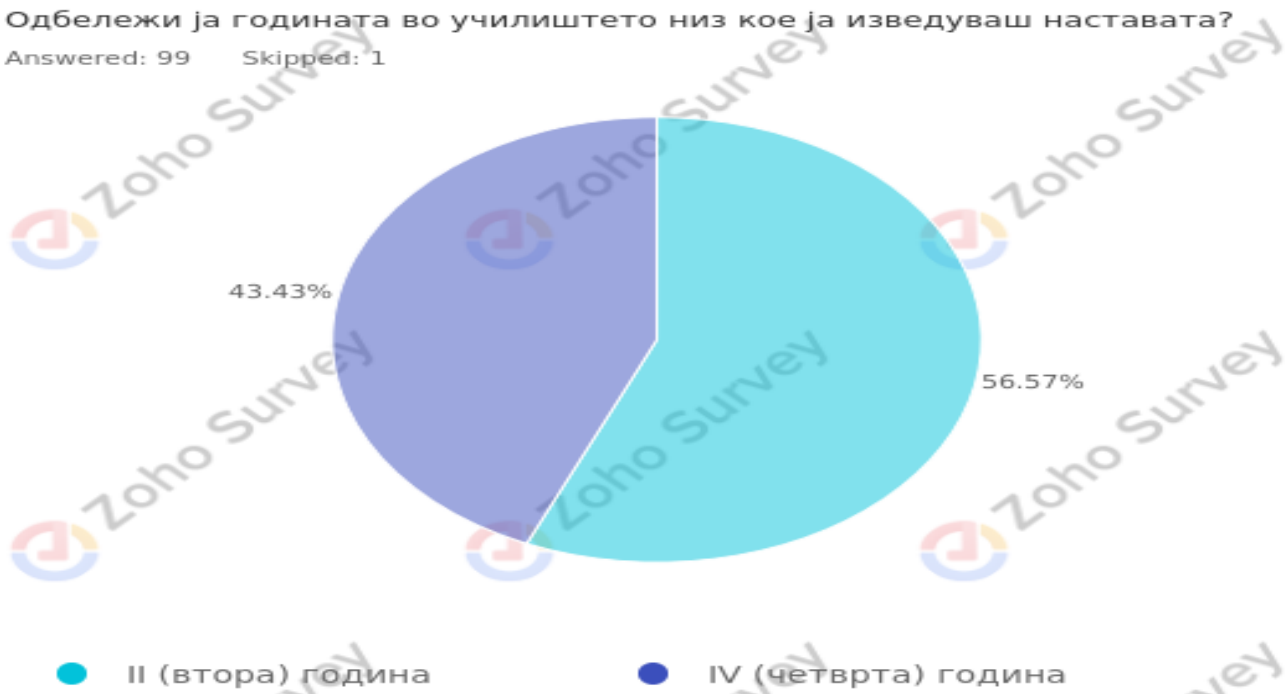
Овој прашалник се состои од 10 прашања наменети за учениците од средно образование со кој се утврди процентот на застапеност на интернет од дигитален свет и истите прашања во следниве графикони и табели се анализирани детално .



Choices	Response percent	Response count
СОУ Гимназија „ Добри Даскалов “ Кавадарци	55.10%	54
СОУ „Киро Спанџов-Брко“ Кавадарци	6.12%	6
СОЗШУ „Ѓорче Петров“ Кавадарци	38.78%	38

Графикон 53: Одбележи го училиштето во кое си запишан и ја изведуваш наставата.

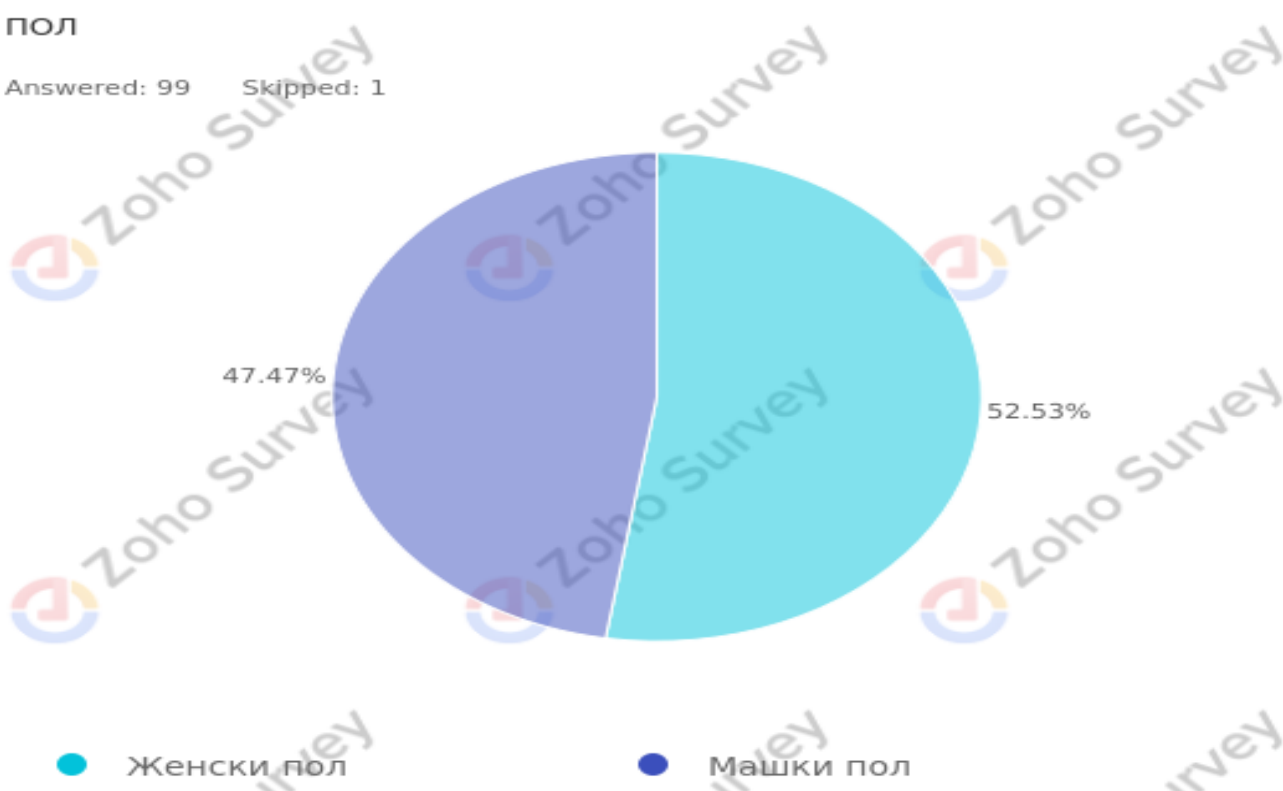
Од прикажаниот графикон можеме да заклучиме дека на прашањето: *„Одбележи го училиштето во кое си запишан и ја изведуваш наставата*“ од вкупно 100 испитаници, најголем број 55,10% (F=54) се од СОУ Гимназија „Добри Даскалов“ Кавадарци, 38,78% (F= 38) се од СОЗШУ „Ѓорче Петров “ и 6,12% (F=6) се од СОУ„Киро Спанџов-Брко“.



Choices	Response percent	Response count
II (втора) година	56.57%	56
IV (четврта) година	43.43%	43

Графикон 54: Одбележи ја годината во училиштето низ кое ја изведуваш наставата?

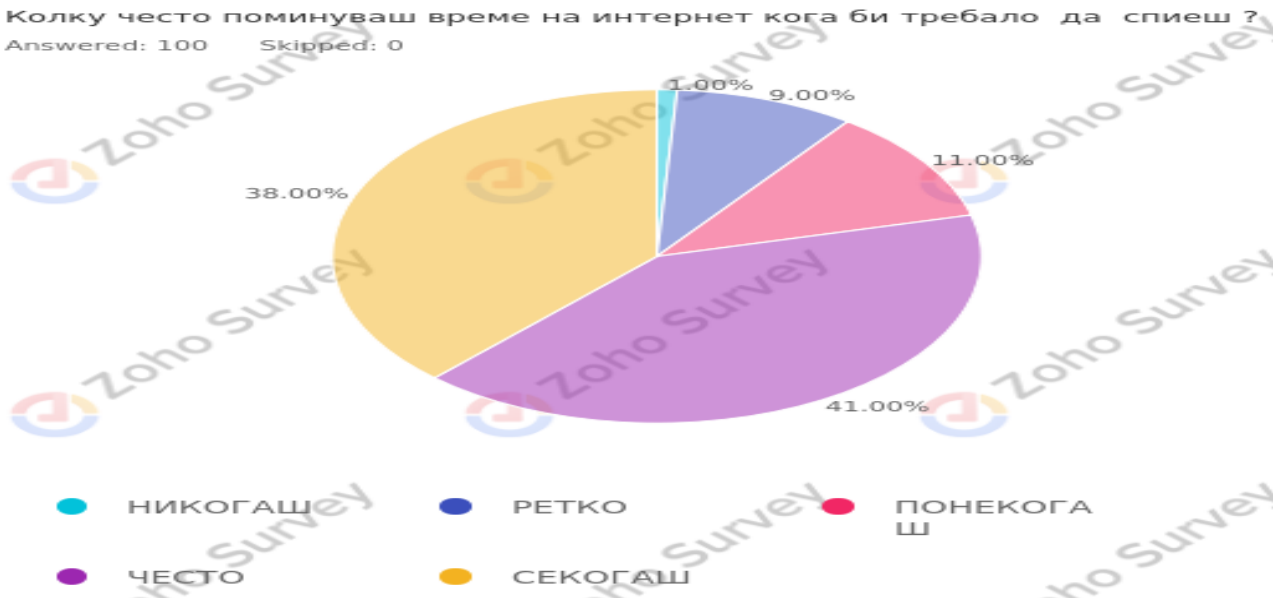
Од прикажаниот графикон можеме да заклучиме дека на прашањето : *„ Одбележи ја годината во училиштето низ кое ја изведуваш наставата* “ од вкупно 100 испитаници, најголем број 56,57% (F=56) се од втора година, и 43,43% (F= 43) се од четврта година



Choices	Response percent	Response count
Женски пол	52.53%	52
Машки пол	47.47%	47

Графикон 55: Пол

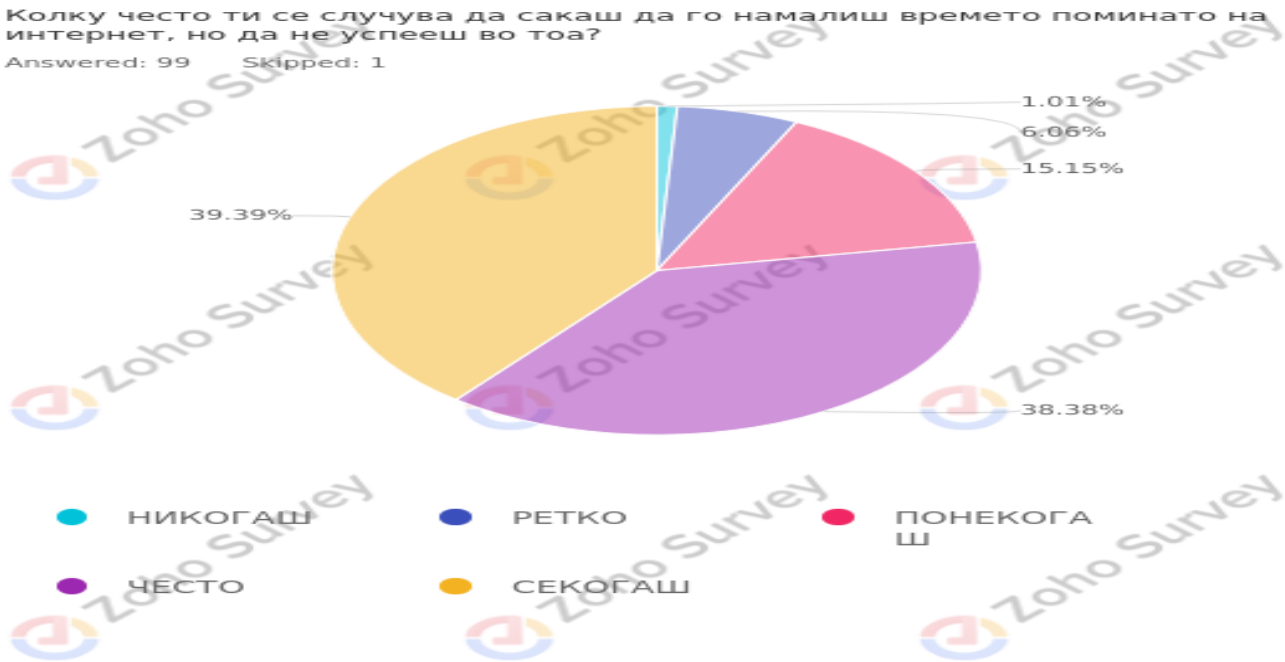
Од прикажаниот графикон можеме да заклучиме дека на прашањето: *„Пол*“ од вкупно 100 испитаници, најголем број 52,53% (F=52) се од женски пол и 47% (F= 47) се од машки пол.



Choices	Response percent	Response count
НИКОГАШ	1.00%	1
РЕТКО	9.00%	9
ПОНЕКОГАШ	11.00%	11
ЧЕСТО	41.00%	41
СЕКОГАШ	38.00%	38

Графикон 56: Колку често поминуваш време на интернет кога би требало да спиеш ?

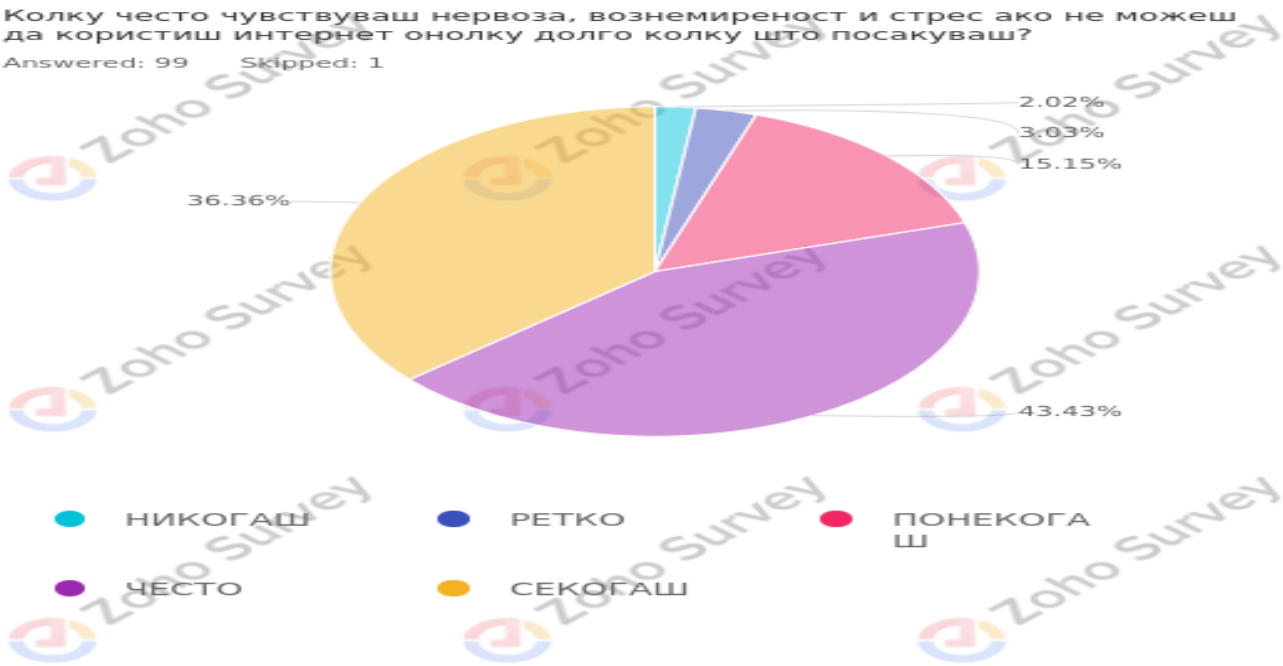
Од прикажаниот графикон можеме да заклучиме дека на прашањето: *„Колку често поминуваш време на интернет кога би требало да спиеш“* од вкупно 100 испитаници, најголем број 41% (F=41) одговориле ЧЕСТО, 38% (F= 38) одговориле СЕКОГАШ, 11% (F=11) одговориле ПОНЕКОГАШ, 9% (F=9) одговориле РЕТКО и 1% (F=1) одговориле НИКОГАШ.



Choices	Response percent	Response count
НИКОГАШ	1.01%	1
РЕТКО	6.06%	6
ПОНЕКОГАШ	15.15%	15
ЧЕСТО	38.38%	38
СЕКОГАШ	39.39%	39

Графикон 57: Колку често ти се случува да сакаш да го намалиш времето поминато на интернет, но да не успееш во тоа?

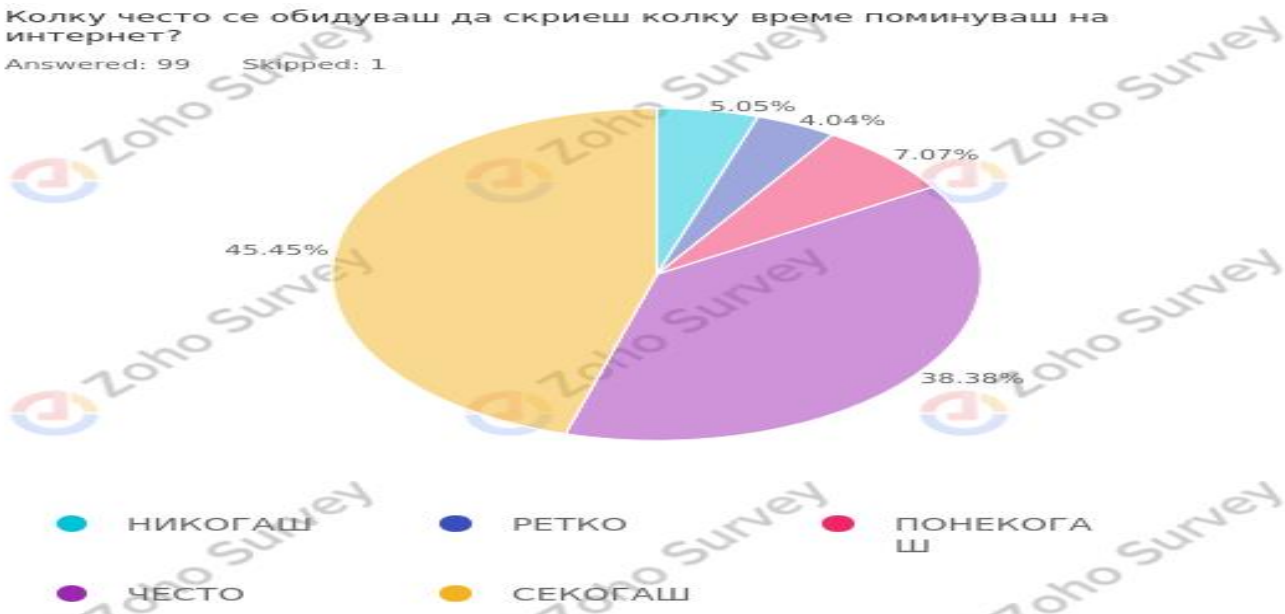
Од прикажаниот графикон можеме да заклучиме дека на прашањето: *„Колку често ти се случува да сакаш да го намалиш времето поминато на интернет, но да не успееш во тоа“* од вкупно 100 испитаници, најголем број 39,39% (F=39) одговориле СЕКОГАШ, 38% (F= 38) одговориле ЧЕСТО, 15,15% (F=15) одговориле ПОНЕКОГАШ, 6,06% (F=6) одговориле РЕТКО и 1,01% (F=1) одговориле НИКОГАШ.



Choices	Response percent	Response count
НИКОГАШ	2.02%	2
РЕТКО	3.03%	3
ПОНЕКОГАШ	15.15%	15
ЧЕСТО	43.43%	43
СЕКОГАШ	36.36%	36

Графикон 58: Колку често чувствуваш нервоза, вознемиреност и стрес ако не можеш да користиш интернет онолку долго колку што посакуваш?

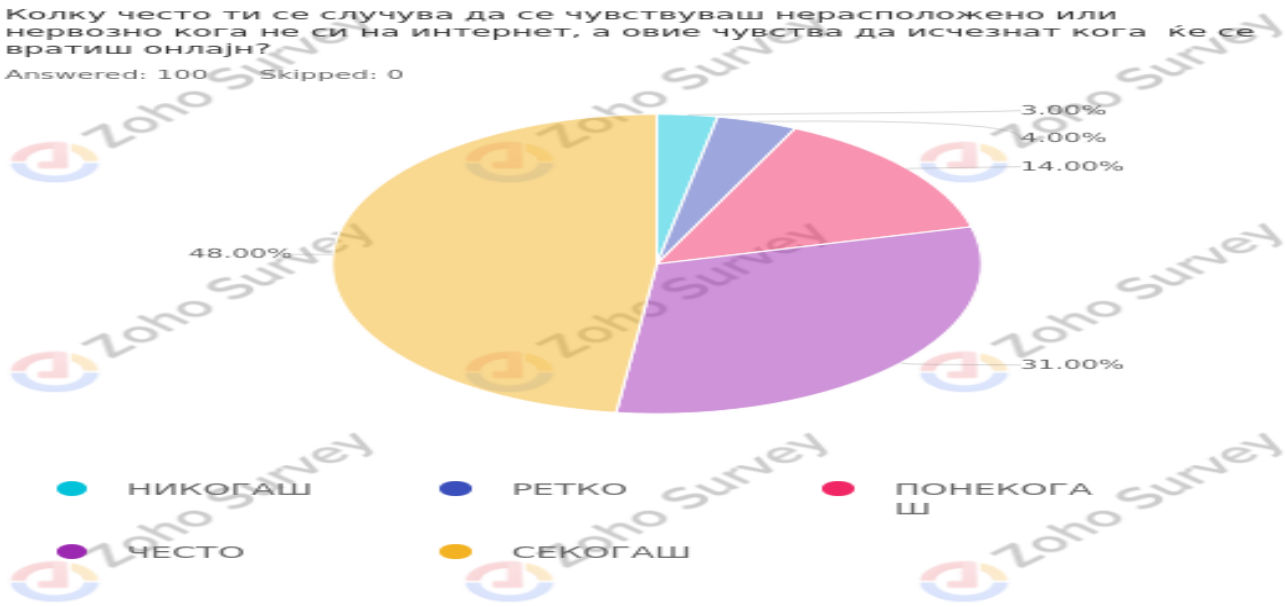
Од прикажаниот графикон можеме да заклучиме дека на прашањето*: „Колку често чувствуваш нервоза, вознемиреност и стрес ако не можеш да користиш интернет онолку долго колку што посакуваш*“ од вкупно 100 испитаници, најголем број 43,43% (F=43) одговориле ЧЕСТО, 36,36% (F= 36) одговориле СЕКОГАШ, 15,15% (F=15) одговориле ПОНЕКОГАШ, 3,03% (F=3) одговориле РЕТКО и 2,02% (F=2) одговориле НИКОГАШ.



Choices	Response percent	Response count
НИКОГАШ	5.05%	5
РЕТКО	4.04%	4
ПОНЕКОГАШ	7.07%	7
ЧЕСТО	38.38%	38
СЕКОГАШ	45.45%	45

Графикон 59: Колку често се обидуваш да скриеш колку време поминуваш на интернет?

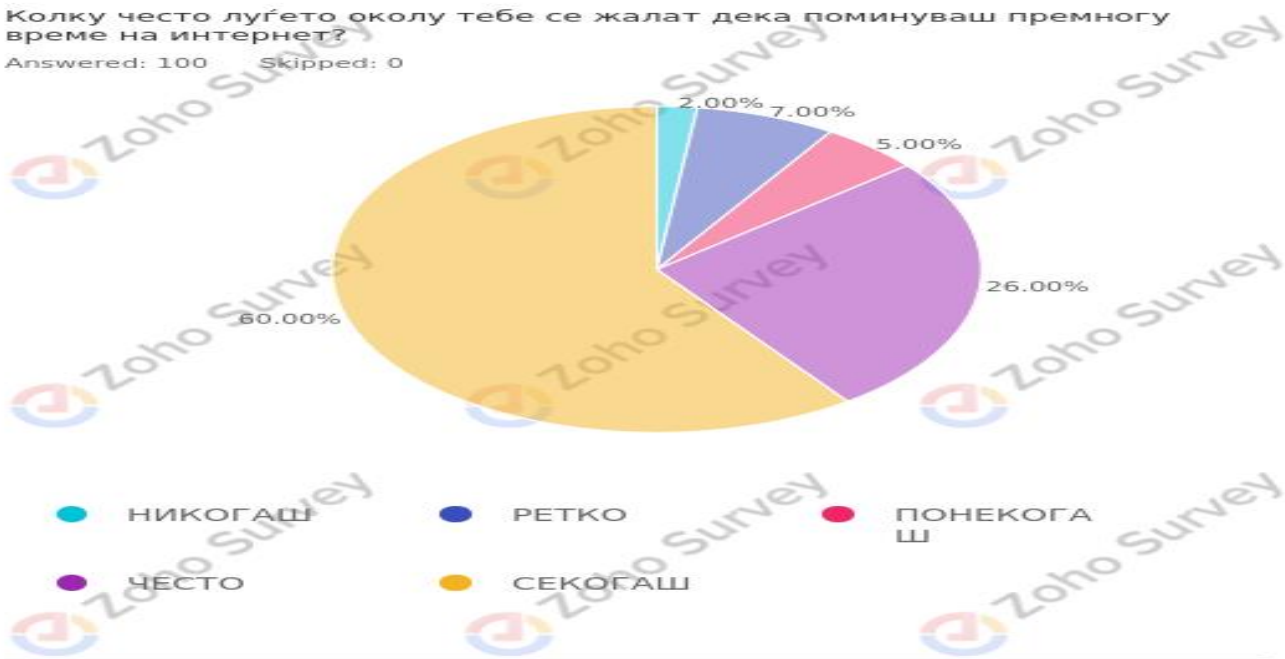
Од прикажаниот графикон можеме да заклучиме дека на прашањето: *„Колку често се обидуваш да скриеш колку време поминуваш на интернет*“ од вкупно 100 испитаници, најголем број 45,45% (F=45) одговориле СЕКОГАШ, 38,38% (F= 38) одговориле ЧЕСТО, 7,07% (F=15) одговориле ПОНЕКОГАШ, 5,05% (F=5) одговориле НИКОГАШ и 4,04% (F=4) одговориле РЕТКО.



Choices	Response percent	Response count
НИКОГАШ	3.00%	3
РЕТКО	4.00%	4
ПОНЕКОГАШ	14.00%	14
ЧЕСТО	31.00%	31
СЕКОГАШ	48.00%	48

Табела 60: Колку често ти се случува да се чувствуваш нерасположено или нервозно кога не си на интернет, а овие чувства да исчезнат кога ќе се вратиш онлајн?

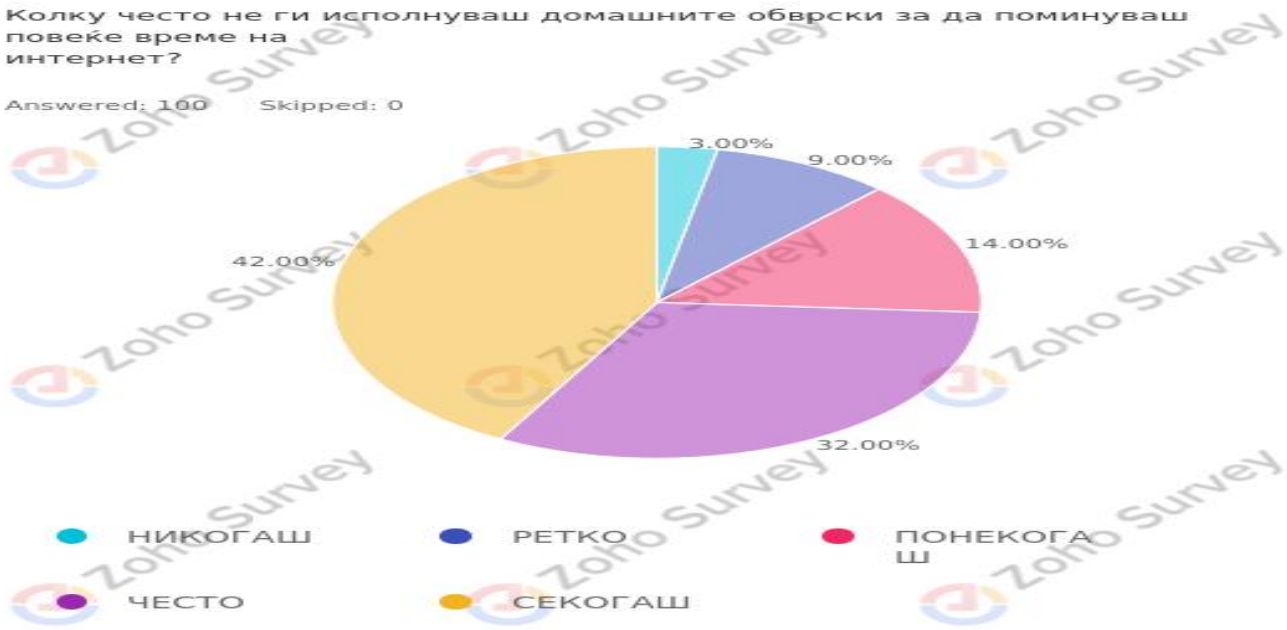
Од прикажаниот графикон можеме да заклучиме дека на прашањето: *„Колку често ти се случува да се чувствуваш нерасположено или нервозно кога не си на интернет, а овие чувства да исчезнат кога ќе се вратиш онлајн*“ од вкупно 100 испитаници, најголем број 48% (F=48) одговориле СЕКОГАШ, 31% (F= 31) одговориле ЧЕСТО, 14% (F=14) одговориле ПОНЕКОГАШ, 4% (F=4) одговориле РЕТКО и 3% (F=3) одговориле НИКОГАШ.



Choices	Response percent	Response count
НИКОГАШ	2.00%	2
РЕТКО	7.00%	7
ПОНЕКОГАШ	5.00%	5
ЧЕСТО	26.00%	26
СЕКОГАШ	60.00%	60

Графикон 61: Колку често луѓето околу тебе се жалат дека поминуваш премногу време на интернет?

Од прикажаниот графикон можеме да заклучиме дека на прашањето: *„Колку често луѓето околу тебе се жалат дека поминуваш премногу време на интернет*“ од вкупно 100 испитаници, најголем број 60% (F=60) одговориле СЕКОГАШ, 26% (F= 26) одговориле ЧЕСТО, 7% (F=7) одговориле РЕТКО, 5% (F=5) одговориле ПОНЕКОГАШ и 2% (F=2) одговориле НИКОГАШ.



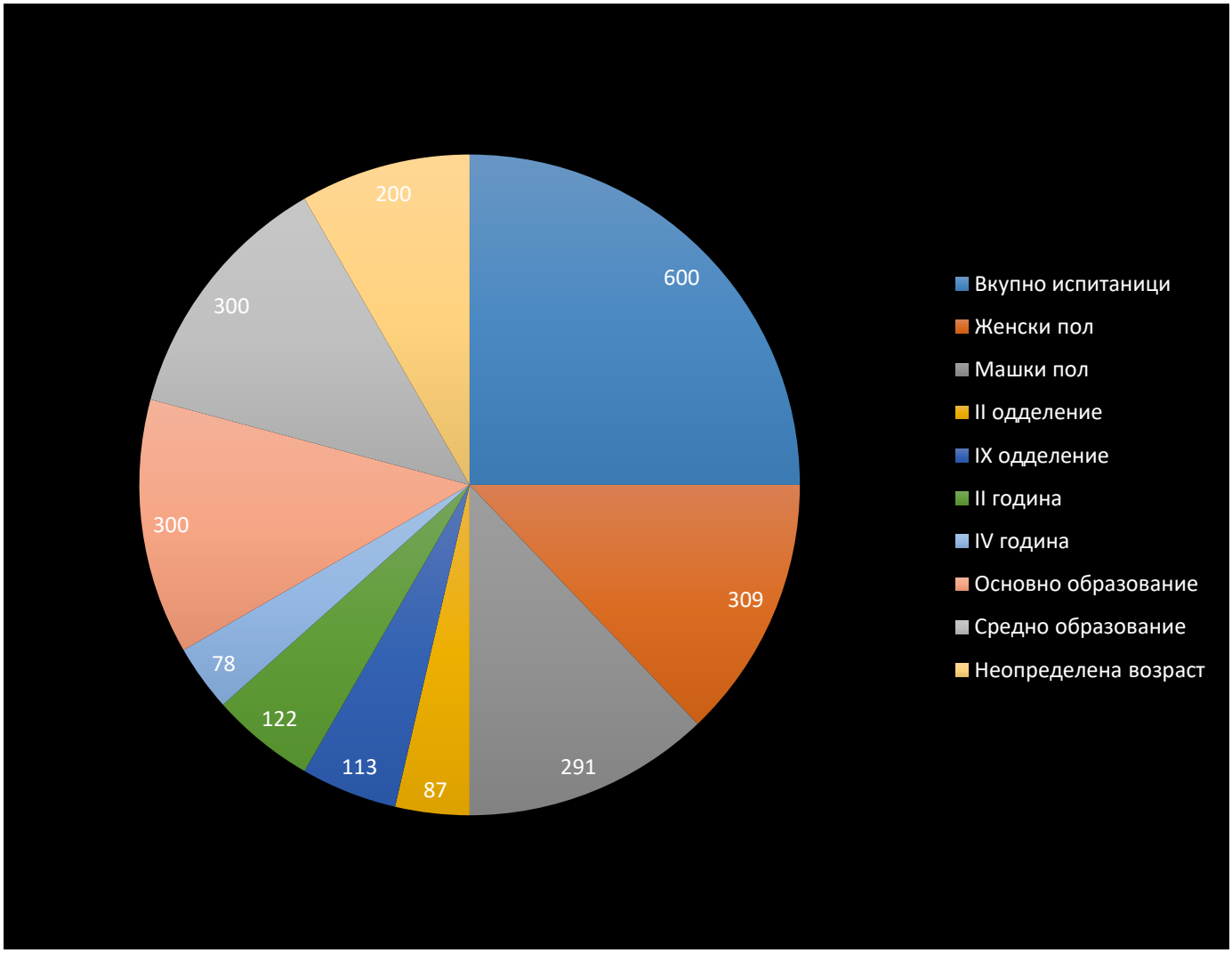
Choices	Response percent	Response count
НИКОГАШ	3.00%	3
РЕТКО	9.00%	9
ПОНЕКОГАШ	14.00%	14
ЧЕСТО	32.00%	32
СЕКОГАШ	42.00%	42

Графикон 62: Колку често не ги исполнуваш домашните обврски за да поминуваш повеќе време на интернет?

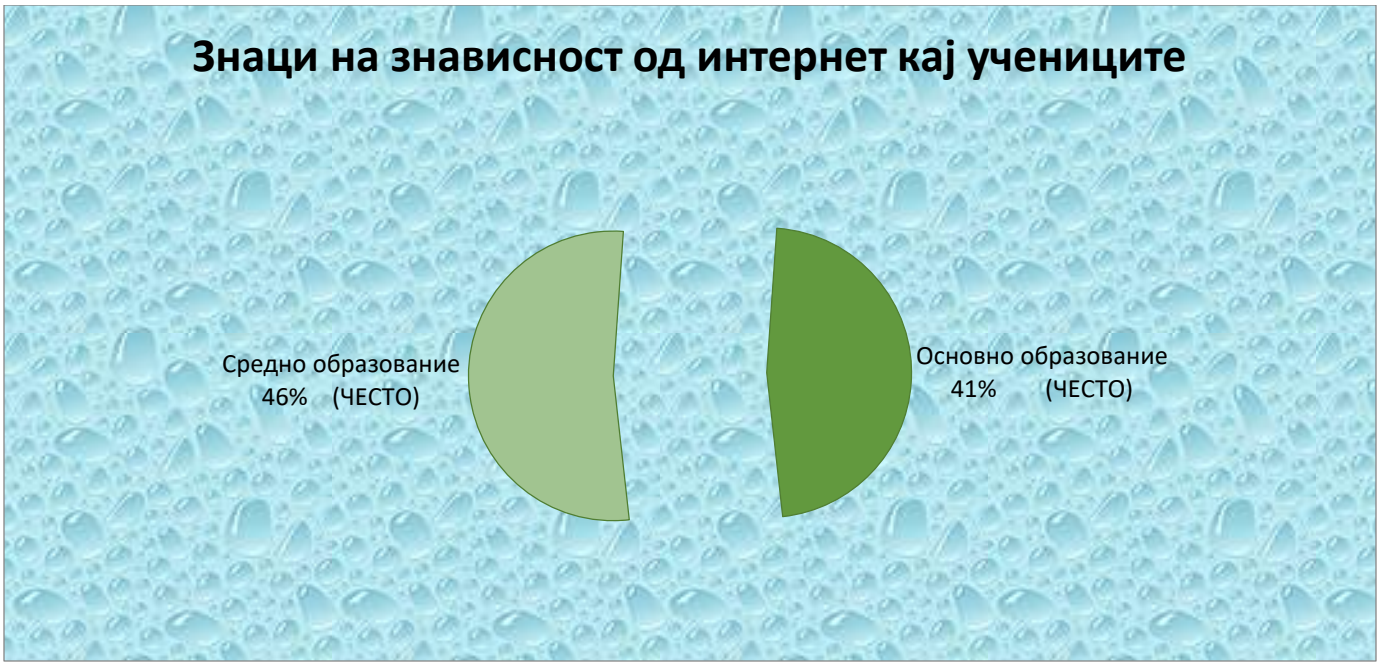
Од прикажаниот графикон можеме да заклучиме дека на прашањето: *„Колку често не ги исполнуваш домашните обврски за да поминуваш повеќе време наинтернет*“ од вкупно 100 испитаници, најголем број 42% (F=42) одговориле СЕКОГАШ, 32% (F= 32) одговориле ЧЕСТО, 14% (F=14) одговориле ПОНЕКОГАШ, 9% (F=9) одговориле РЕТКО и 3% (F=3) одговориле НИКОГАШ.

Статистичка обработка на податоците

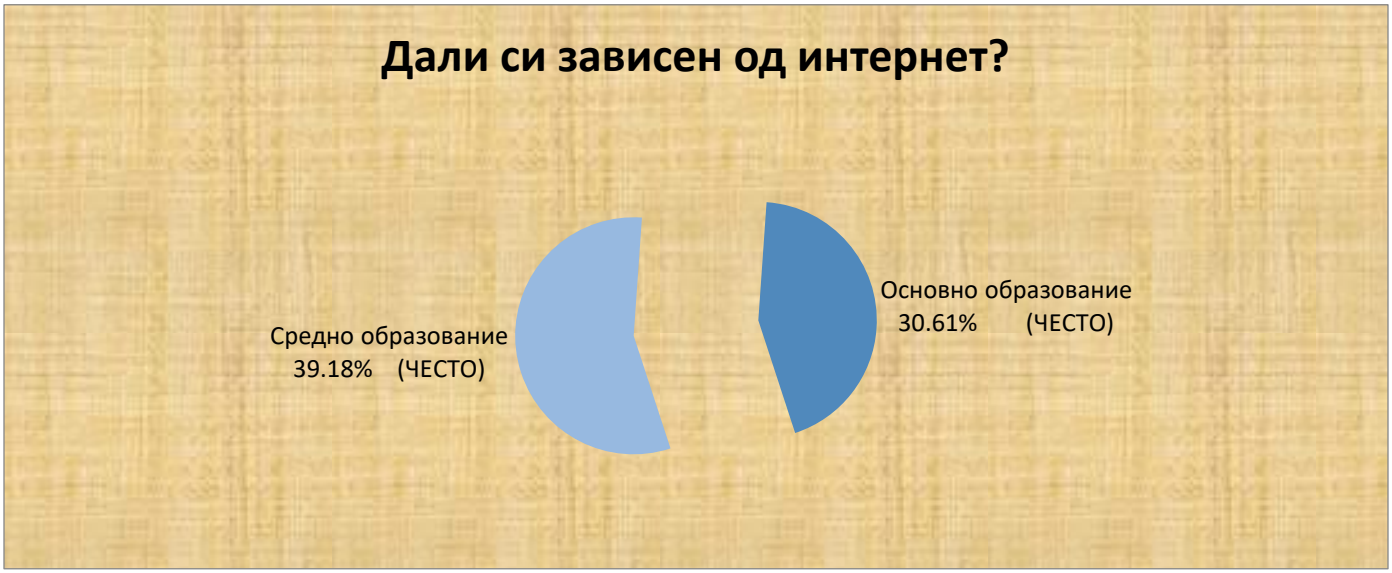
За постигнување на целите на истражувањето, како и тестирање на поставените хипотези според анализите од одговорените анкетни прашалници, во прилог ги образложуваме табелите кои ги добивме со статистичката обработка на податоци:



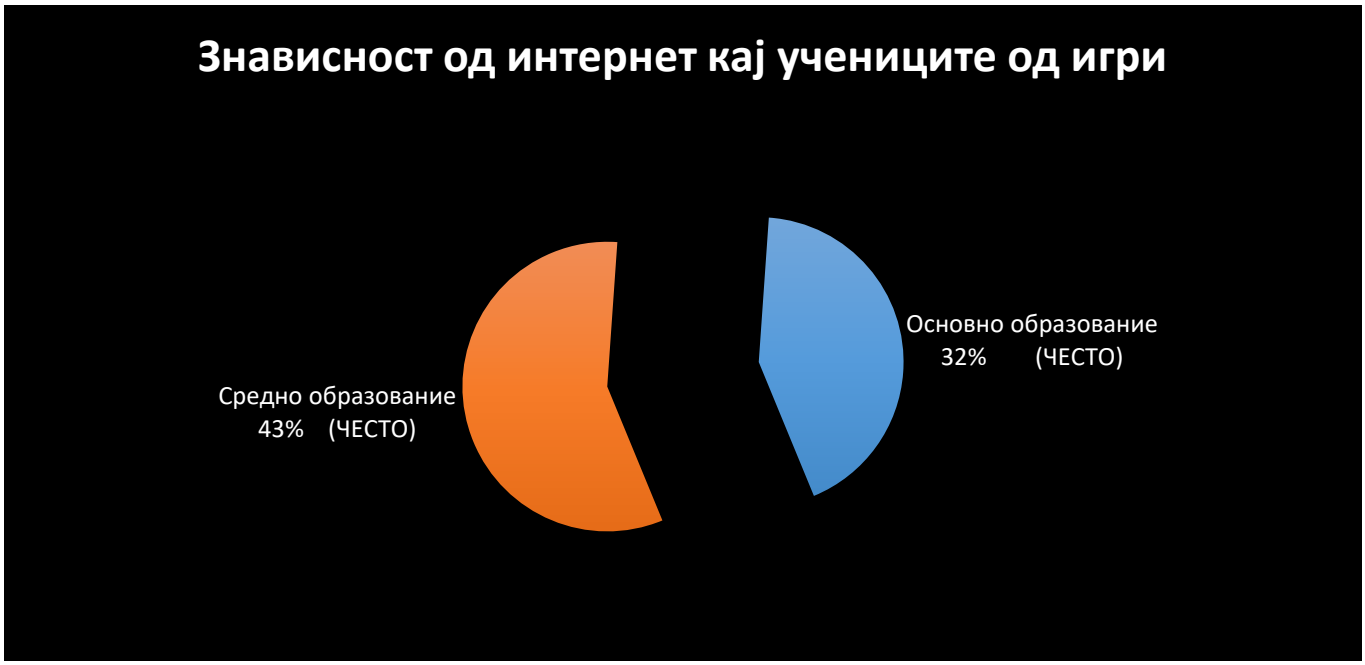
Графкон 63: Приказ на испитаниците според образование, пол и возраст.



Графикон 64: Присуство на знаците на зависност кај учениците изразено преку проценти во различни основни и средни училишта во Општина Кавадарци



Графикон 65: Процент и фреквенција на зависност од интернет кај учениците од средно и од основно образование



Графикон 66: Процент и фреквенција на зависност од употреба на интернет (онлајн) игри во основно и во средно образование



Графикон 67: Процент и фреквенција за проценка на застапеност на зависноста од дигитален свет во основно и во средно обраозование

Поаѓајќи од предметот, целите и задачите на истражувањето и проучената литература, анализираме дека се потврдува главната хипотези и тоа:

Главна хипотеза:

- ***Несоодветното користење на интернет и паметни телефони кои се дел од дигиталниот свет, придонесува кон создавање на зависност и последици врз растот и развојот на децата и врз нивната иднина.***

Според добиените резултати од истражувањето, главната хипотеза се потврдува.

Целта на истражувањето докажа дека наведената хипотеза понуди податоци кои се релевантен показател и придонесе кон веродостоен одговор на поставената хипотеза. Поради тоа со спроведеното истражување во рамките на училиштата од Општина Кавадарци, ни помогна да извлечеме заклучок дали учениците НЕ го разбираат проблемот на истиот начин на којшто е определен во светот, и во која мера ја чувствуваат потребата од преземање на чекори за негово решавање.

За подобро да ја разработиме главната хипотеза ја „разложивме“ на посебни поединечни хипотези. Земајќи во предвид дека генералната хипотеза произлегува од предметот на истражувањето, посебните хипотези произлегуваат од генералната (општата) хипотеза и се директно поврзани со варијаблите. Посебните хипотези го наоѓаат односот помеѓу варијаблите.

При проверката на главната хипотеза се движиме од долу на горе, односно од поединечните кон генералната хипотеза.

Во нашиов случај се обидовме да добиеме податоци кои се основа за анализа на следниве посебни хипотези и истите голем дел ги потврдивме и докажавме во нашата анализа:

- ***Се докажа дека учениците не се доволно запознати за влијанието на интернетот, зависноста која произлегува од него и последиците кои влијаат директно на нивниот раст и развој и на нивната иднина.***
- ***Се докажа очекувањето дека кај учениците од средно образование има поголема застапеност на зависност во однос на учениците од основните училишта.***

- ***Се докажа дека кај учениците од основно образование има поголема застапеност на зависност во однос на учениците од подрачните училишта.***
- ***Се претпоставува дека полот не влијае на степенот на зависност кај учениците но НЕ се докажа дека поголема зависност од интернет постои кај машките од женските ученици, односно постои оттстапување .***
- ***Се докажа дека со зголемување на нивото на професионална поддршка, информираност, едукација, работилници, и подигнување на јавната свест за влијанието и последиците од интернетот, степенот на зависност кај учениците ќе се намали.***

Целта на ова истражувањето беше да се дојде до податоци и истата се потврди дека:

- ***Постои зависност кај децата од интернет и од паметни телефони, и тоа е последица од нивно прекумерено користење и влијае врз растот и развојот и врз нивната иднина!***

ЗАКЛУЧОК

Предметна популација за која се наменети резултатите од овој труд е целокупното население од Општина Кавадарци, но со посебен акцент е наменето за учениците, за наставниците и за родителите и секако истите се наменети за потребите на државата.

Достапна популација се учениците од сите основни (+подрачни) и средните училишта на ниво на Општина Кавадарци со таргет група за основните училишта во која се опфатени II и IX одделение, додека во средните училишта ученици од II и IV година.

Учесници во ова истражување се учениците од основните училишта и тоа: ООУ„Тоде Хаџи–Тефов“; ООУ„Тошо Велков Пепето“; ООУ„Гоце Делчев“; ООУ„Страшо Пинџур“; ООУ„Димката Ангелов Габерот“- Кавадарци и ООУ„Димката Ангелов Габерот“- Ваташа.

Средни училишта: СОУ Гимназија „Добри Даскалов“; СОУ„Киро Спанџов-Брко“ и СОЗШУ„Ѓорче Петров“ – Кавадарци..

Анонимноста на сите испитаници беше задржана во текот на целото истражување.

За потребите на ова истражување инволвирани во анкетните прашалници се 300 испитаници од основните училишта и 300 испитаници од средните училишта.

Хипотезата која беше поставена:

„***Несоодветното користење на интернет и на паметни телефони кои се дел од дигиталниот свет, придонесува кон создавање на зависност и последици врз растот и развојот на децата и врз нивната иднина“*** ја потврдивме .

Резултатите кои претходно беа прикажани и објаснети, преку соодветни анлизи и прикажување на истите преку графикони и табели, ја потврдуваат основната хипотеза.

Што се однесува до посебните хипотези кои беа поставени, истите ги испитавме според критериумите кои беа поставени и ги докажавме преку нашето истражување, и направивме да бидат достапни за вас при нашето набљудување.

Хипотезите и задачите кои си ги поставивме како услов во нашето истражување истите ги набљудувавме, испитавме и докажавме, и како главни заклучоци се наметнуваат :

- Се докажа дека кај учениците од основно образование 41% и 46% од средно образование покажуваат знаци на зависност од користењето на интернет.
- Се докажа дека децата се зависни од интернетот и од паметните телефони и тоа 39% од средно образование и 30% од основно образование.
- Се докажа дека застапеноста на зависност помеѓу машките и женските ученици е релативно мала и таа изнесува 309 испитаници од женски пол и 291 испитаник од машки пол.
- Се докажа дека зависноста од интернет влијае негативно врз растот и развојот на децата и врз нивната иднина со тоа што 44% од средно образование и 46% од основно образование не ги исполнуваат своите обврски, поради времето поминато на интернет.
- Се докажа дека учениците не се доволно запознати за влијанието на интернетот, зависноста која произлегува од него и последиците кои влијаат директно на нивниот раст и развој и на нивната иднина.
- Се докажа дека родителите не се свесни за прекумерената употреба од интернет од страна на нивните деца и последиците од истата.
- Се докажа дека учениците не се доволно запознати за влијанието на интернетот, зависноста која произлегува од него и последиците кои влијаат директно на нивниот раст и развој и нивната иднина.
- Се докажа дека со зголемување на нивото на професионална поддршка, информираност, едукација, работилници, и подигнување на јавната свест за влијанието и последиците од интернетот, степенот на зависност кај учениците ќе се намали.
- Несоодветното користењето на интернет и паметни телефони кои се дел од дигиталниот свет, придонесува кон создавање на зависност и последици врз растот и врз развојот на децата и нивната иднина.
- Постои зависност кај децата од интернет и од паметни телефони, и тоа е последица од нивно прекумерено користење и влијае врз растот и развојот и врз нивната иднина.

Се надеваме дека заклучоците на ова истражување ќе бидат основа и инспирација на понатамошни истражувања за застапеноста и зависноста од интернет кај децата од дигитален свет и влијанието врз нивниот раст и развој. Современите услови упатуваат на натамошни истражувања за користење на нови методолошки постапки и материјали за работа

Очекуваме дека степенот на зависност од интернет од дигитален свет и неговото влијание врз растот и врз развојот на децата ќе биде стимул за истражување на слични актуелни сегменти.

„Децата се наша иднина, но иднина не постои доколку целиот живот им го сведеме на видеоигри и електрични уреди"

Ровен

КОРИСТЕНА ЛИТЕРАТУРА

На кирилица:

- Димитров, В. Н., Митрева, Е., Серафимова, М. (2017). *Методологија на научно-истражувачка работа (наука и практика),* Штип
- Кунчик, М., Ципфел, А. (1998). *Вовед во науката за публицистика и комуникации, Скопје, Фондација* "Фридрих Еберт"
- Мојаноски, Ц. (1999). *Методологија на научно-истражувачката работа*, Штип
- Пандев, Д. Основни поими на науката за јазикот, воведни предавања по општа лингвистика, авторизирана скрипта (прв дел), Скопје .
- Филипова,С. (2013). *Вовед во логопедија*, Скопје, ДГУП„Софија"
- Шопар, В. (2010). *Основи на комуникациите*, УТМС, Скопје

На латиница:

- Bangur, V., Potkonjak, N. (1999). *Metodologija pedagogije*, Beograd: Savez pedagoskih drustava Jugoslavije Bangur, V.
- Deutsche Welle, (2002) 'When the Internet Gives you a High Lin, S. and Tsai, C-C. Sensation seeking and Internet dependence of Taiwanese high school adolescents. Computers in Human, Behavior, 18, 411-426.
- Ferenc, Ellen, (2000).*Action research,* LAB:, p.9
- Marentic-Pozarnik, Barica (1993).*Akcijsko raziskovanje-spodbujanje uciteljevega razmisljanja in profesionalne rasti*. Sodobna pedagogika (Ljubljana), br. 7-8, 347-359.
- McNiff, Jane & Whitehead, Jack (2002). *Action research: Principles and practice*. London: Rotledge/Falmer
- Noffke, S.E., & Stevenson, R.B. (Eds.). (1995). *Educational action research: Becoming practically critical.* New York: Teachers College Press., p.21
- Pešić, M. (1998). *Alternativne epistemologije pedagoških istraživanja*, u: M. Pešić i dr.: Zbornik Instituta za pedagoška istraživanja, br. 27 (138-158). Beograd: Institut za pedagoška istraživanja.

- Potkonjak, N. (1999). *Metodologija pedagogije*, Beograd: Savez pedagoskih drustava Jugoslavije
- Sharan, S. (1980).*Cooperative learning in small groups: Recent methods and effects on achievement, attitudes and ethnic relations, Review of Educationl Research*, Vol. 50, No. 2, 241-271.
- Sharan, S., & Y. Sharan. (1992).*Expanding cooperative learning through group investigation.* Colchester: Teacher College Press.
- Sharan, S., P. Kussell, R. R. Hertz-Lazarowitz, Y. Bejarano, S. Raviv & Y. Sharan (1984). *Cooperative learning in desegregated classroom*. Hillsdale: Lawrence Erlbaum.
- Slavin, R. (1990). *Cooperative learning: Theory, research and practice.* Boston: Allyn & Bacon.
- Whitehead, Jack. (1989). *Creating a living educational theory from questions of the kind, "How d I improve my practice?* Cambridge Journal of Education, 19
- Pijaze.Z-B.Inhelder.(1978).*Intelektualni razvoj deteta*, Beograd, Zavod za udzbenike i nastavna sredstva

Интернет извори:

- http://www.teachersnetwork.org/tnli/Action_Research_Booklet.pdf
- https://e-lib.ugd.edu.mk/detal.php?id=374&ugd=72147b5cb481be2e1f9e9066e9b8b293&fbclid=IwAR0K15jfO9nKXlkbn7TEhPjYuLIn557tpdTOqU5kDF_A9OHH2tSE2ZvV90g
- http://www.thefreedictionary.com
- http://medium.edu.mk/attach/Mediumska_pismenost_komplet_FINAL.pdf?fbclid=IwAR018i6Y21E7_iT4D9_vz9UWyQQRUCC0HigMhXwb6hUEItCyjHSldL-mjvc
- https://www.psycom.net/internet-addiction-test-quiz
- https://www.liebertpub.com/doi/abs/10.1089/cpb.2004.7.443
- https://www.techopedia.com/definition/15454/internet-addiction
- https://www.psycom.net/iadcriteria.html
- https://www.mhanational.org/risky-business-internet-addiction

- https://childmind.org/article/is-internet-addiction-real/
- https://www.techwalla.com/articles/the-effects-of-internet-addiction
- https://www.academia.edu/24429075/ZAVISNOST_OD_INTERNETA-PREDRASUDE_ILI_REALNOST
- https://samoobrazovanje.rs/
- https://www.mojpedijatar.co.rs/
- https://www.simplypsychology.org/maslow.html
- https://strategus.co.nz/blog/step-up-your-online-business-game/
- https://www.healthline.com/health/anxiety/nomophobia

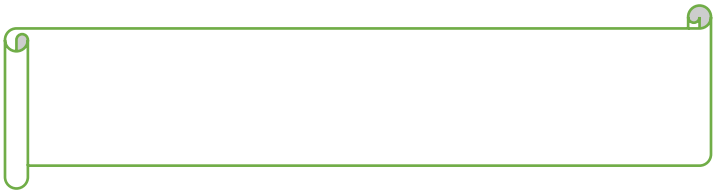
IV. ПРИЛОЗИ:

АНКЕТНИ ПРАШАЛНИЦИ ЗА ПРОЦЕНКА НА ЗАСТАПЕНОСТА НА ЗАВИСНОСТА ОД ДИГИТАЛНИОТ СВЕТ

ПОЛ: **М** ☐ **Ж** ☐

УЧИЛИШТЕ :

ВОЗРАСТ:



	НИКОГАШ	РЕТКО	ПОНЕКОГАШ	ЧЕСТО	СКОРО СЕКОГАШ/СЕКОГАШ
1. Дали користите интернет?	1	2	3	4	5
2. Дали користете интернет помалку од 1 час дневно?	1	2	3	4	5
3. Дали користете интернет повеќе од 7 часа дневно?	1	2	3	4	5
4. Дали времето поминато на интернет го користете на социјални мрежи?	1	2	3	4	5
5. Дали времето поминато на интернет го користете на онлајн игри ?	1	2	3	4	5
6. Дали своето слободно време, го поминувате на интернет?	1	2	3	4	5
7. Чувствувам потреба се повеќе и почесто да користам интернет.	1	2	3	4	5
8. Се вознемирувам и се чувствувам лошо доколку не сум во можност да користам интернет.	1	2	3	4	5
9. Го користам интернетот до таа мера што негативно влијае на моите работни обврски.	1	2	3	4	5
10. Се чувствувам зависен од интернет?	1	2	3	4	5

Прашалник за употеба на интернет

Следните изјави се поврзани со твојата употреба на интернет. Замолуваме, откако ќе ги прочиташ изјавите, на скала од 1 (никогаш) до 5 (секогаш), да назначиш во колкава мера секоја изјава важи за тебе.

	никогаш	ретко	понекоаш	често	скоро секогаш/ секогаш
1.Колку често не ги исполнуваш домашните обврски за да поминуваш повеќе време онлајн?	1	2	3	4	5
2.Колку често чувствуваш дека треба да го намалиш времето поминато онлајн?	1	2	3	4	5
3.Колку често минуваш време онлајн кога би требал/а да спиеш?	1	2	3	4	5
4.Колку често ти се случува да сакаш да го намалиш времето поминато на интернет, но да не успеваш во тоа?	1	2	3	4	5
5.Колку често чувствуваш нервоза, вознемиреност и стрес ако не можеш да користиш интернет онолку долго колку што сакаш?	1	2	3	4	5
6.Колку често се обидуваш да скриеш колку време поминуваш онлајн?	1	2	3	4	5
7.Колку често чувствуваш нервоза, вознемиреност и стрес ако не можеш да користиш интернет во период од неколку дена?	1	2	3	4	5
8.Колку често ти се случува да се чувствуваш нерасположено или нервозно кога не си на интернет, а овие чувства да исчезнат кога ќе се вратиш онлајн?	1	2	3	4	5
9.Колку често луѓето во твојот живот се жалат дека поминуваш премногу време онлајн?	1	2	3	4	5

Прашалник за употеба на интернет (онлајн) видеоигри

Замолуваме да ги прочиташ сите долунаведени изјави за употреба на *интернет (онлајн) видеоигри*. За поедноставување, во сите изјави зборот „игра“ ќе се користи како замена за „интернет (онлајн) видеоигра“, иако овој прашалник СЕ ОДНЕСУВА ИСКЛУЧИВО НА УПОТРЕБА НА ИНТЕРНЕТ (ОНЛАЈН) ВИДЕОИГРИ. Откако ќе ги прочиташ изјавите, на скала од 1 (никогаш) до 5 (скоро секогаш/секогаш), назначи во колкава мера тие важат за тебе.

	никогаш	ретко	понекоаш	често	скоро секогаш / секогаш
1. Кога не играш, колку често мислиш на играње игри или замислуваш како би се чувствувал/а ако би играл во тој миг?	1	2	3	4	5
2. Колку често играш подолго од првично планираното?	1	2	3	4	5
3. Колку често се чувствуваш нерасположено или нервозно ако не играш, за тие чувства да исчезнат откако ќе почнеш со играње?	1	2	3	4	5
4. Колку често чувствуваш дека треба да го намалиш времето поминато во играње?	1	2	3	4	5
5. Колку често луѓето околу тебе се жалат дека премногу играш?	1	2	3	4	5
6. Колку често не успеваш да се сретнеш со другар/ка бидејќи си играл/а игри?	1	2	3	4	5
7. Колку често мечтаеш за играње игри?	1	2	3	4	5
8. Колку често губиш осет за време кога играш?	1	2	3	4	5
9. Колку често стануваш немир/ен/на и нервоз/ен/на ако неколку дена не си во можност да играш игри?	1	2	3	4	5
10. Колку често неуспешно си се обидувал/а да го намалиш времето поминато во играње игри?	1	2	3	4	5
11. Колку често се караш со твоите родители и/ли другари/ки заради играње?	1	2	3	4	5
12. Колку често ги запоставуваш другите активности бидејќи попрво би играл/а игра?	1	2	3	4	5

ЛИСТА НА СЛИКИ :







