

## E-MOI (B0)

### Inwentarz Nadużywania Mediów Elektronicznych przez Dzieci i Młodzież - wersja B0 do obserwacyjnej oceny dzieci w wieku 0-6 lat przez rodziców i opiekunów -

Anna Wojtkowska, Ewa Hewiak, Tomasz Wojtkowski (2022)

**Cel pomiaru:** wielowymiarowa ocena nasilenia ryzyka nadużywania mediów elektronicznych przez dzieci w wieku 0-6 lat dokonywana przez rodzica/opiekuna.

**Odbiorcy:** rodzice i opiekunowie dzieci w wieku 0-6 lat.

**Przeznaczenie:** badania indywidualne, badania naukowe.

**Właściwości:** rzetelne, trafne, znormalizowane.

#### Procedura przeprowadzania pomiaru, obliczania i interpretacji wyników:

1. Wypełnij arkusz testowy E-MOI wersji B0 przeznaczonej do oceny dzieci w wieku 0-6 lat dokonywanej na podstawie obserwacji rodzica/opiekuna. Ustosunkuj się do 40 twierdzeń dotyczących używania wszystkich mediów elektronicznych zgodnie z instrukcją podaną na arkuszu testowym. Oceń na ile każde twierdzenie jest zgodne z zachowaniami jakie podejmujesz ze swoim dzieckiem korzystając ze skali od 1 do 7, gdzie:

1=całkowicie nas nie opisuje, 4=umiarkowania nas opisuje, a 7=całkowicie nas opisuje.

2. Odwrócić punktację w jednym pytaniu: niemal wszystkie pozycje testowe pytają wprost o mierzone cechy – jest tylko jeden wyjątek. Twierdzenie numer 35 „Bez internetu mam trudności w zabawie z dzieckiem”, które wchodzi w skład Skali 5 pyta o jej odwrotność. Zanim zaczniesz sumować wyniki w tej skali odwróć punktację w tym jednym pytaniu, czyli jeśli wypełniając kwestionariusz zaznaczyłaś/eś tu jako odpowiedź 7 punktów, teraz zmień ją na 1 punkt, jeśli 6 – zmień na 2, jeśli 5 – zmień na 3, jeśli 4 – pozostaw 4, jeśli 3 – zmień na 5, jeśli 2 – zmień na 6 i jeśli 1 – zmień na 7. W kolejnym kroku weź pod uwagę wynik już odwrócony.

3. Oblicz *wyniki surowe* dla 5 podskal sumując punkty przypisane w odpowiedzi na należące do nich pytania. Każda podskala składa się z 8 pytań, więc w każdej możesz uzyskać wynik mieszczący się w przedziale od 8 do 40 punktów.

**Skala 1** *Brak kontroli używania e-mediów:* 1, 6, 11, 16, 21, 26, 31, 36.

**Skala 2** *Wczesne nadużywanie e-mediów:* 2, 7, 12, 17, 22, 27, 32, 37.

**Skala 3** *Złe nawyki w domu:* 3, 8, 13, 18, 23, 28, 33, 38.

**Skala 4** *Szkodliwe przekonania rodziców:* 4, 9, 14, 19, 24, 29, 34, 39.

**Skala 5** *Zachowania pozytywnie ochronne:* 5, 10, 15, 20, 25, 30, 35, 40.

4. Oblicz również surowy *wynik ogólny*, będący generalnym wskaźnikiem nasilenia ryzyka nadużywania e-mediów przez dziecko. Zsumuj wyniki w 5 podskalach, ale uważaj - ostatnia skala odnosi się do zachowań pozytywnych i suma osiągniętych w niej punktów musi zostać odjęta od wyniku ogólnego. Dlatego, aby obliczyć ostateczny wynik ogólny, należy posłużyć się wzorem:

$$\text{Wynik ogólny} = \text{WS}_1 + \text{WS}_2 + \text{WS}_3 + \text{WS}_4 + (64 - \text{WS}_5)$$

gdzie *WS* to wyniki surowe/sumy punktów uzyskane w każdej z 5 podskal.

5. Korzystając z poniższej tabeli zinterpretuj wyniki - zarówno dla wyniku ogólnego jak i wyników surowych w każdej podskali odczytaj w którym przedziale znajduje się Wasz wynik i o jakim nasileniu ryzyka nadużywania e-mediów może to świadczyć.
6. Jeśli w wyniku ogólnym lub którejkolwiek ze skal od 1 do 4 uzyskasz wynik na poziomie 7 stenu lub wyższy - skonsultuj wyniki ze specjalistą.

Nasilenie	Poziom wyniku	STEN	Skale E-MOI B0					Wynik ogólny
			1	2	3	4	5	
NISKIE	bardzo niski	1	-	-	-	-	8 - 22	40 - 53
	niski	2	8	8 - 9	8	8	23 - 28	54 - 62
	obniżony	3	9	10 - 12	9	9	29 - 32	63 - 70
ŚREDNIE	dolna norma	4	10 - 11	13 - 17	10 - 11	10 - 12	33 - 36	71 - 81
	przeciętny	5	12 - 17	18 - 22	12 - 14	13 - 19	37 - 41	82 - 99
	górna norma	6	18 - 23	23 - 28	15 - 18	20 - 26	42 - 44	100 - 114
WYSOKIE	podwyższony	7	24 - 28	29 - 33	19 - 22	27 - 31	45 - 47	115 - 136
	dość wysoki	8	29 - 33	34 - 39	23 - 26	32 - 38	48 - 49	137 - 156
	wysoki	9	34 - 42	40 - 43	27 - 31	39 - 43	50 - 51	157 - 171
	bardzo wysoki	10	43 - 56	44 - 56	32 - 56	44 - 56	52 - 56	172 - 280

7. Przeczytaj poniższe opisy aby dowiedzieć się na co mogą wskazywać uzyskane przez Ciebie wyniki we wszystkich skalach:

**SKALA 1 „Brak kontroli używania e-mediów”** - Mierzy wczesne oznaki potrzeby użytkowania e-mediów przez małe dziecko przy niedostatecznych umiejętnościach rodzica do kontrolowania tych popędów u dziecka. Wysokie wyniki osiągnięte w tej skali sugerują, że rodzice dostrzegają, że dziecko wymusza na nich kontakt z e-mediami poprzez usilne prośby, płacz, złość, krzyk, wyraźny protest oraz ignoruje próby wprowadzenia w domu zasad zabawy urządzeniami elektronicznymi, ale nie potrafią opanować tych zachowań, przez co obawiają się reakcji dziecka, ulegają im lub podejmują reakcje niewłaściwe (np. krzyczą). Niskie wyniki w tej skali sugerują, że dziecko niepodejmuje trudnych do opanowania prób wymuszenia kontaktu z e-mediami, a rodzice radzą sobie w sytuacjach, gdy dziecko próbuje złamać zasady zabawy z urządzeniami elektronicznymi. Wynik przeciętny wskazuje na umiarkowane nasilenie problemu i zalecenie wdrożenia wczesnych działań edukacyjnych i profilaktycznych. Wyniki pomiędzy 24 a 56 punktów w tej skali mogą oznaczać nasilone problemy z kontrolowaniem wczesnych oznak nadużywania u dziecka.

**SKALA 2 „Wczesne nadużywanie e-mediów”** - Mierzy oznaki nadmiernego w stosunku do wieku zaabsorbowania dziecka użytkowaniem e-mediów. Wysokie wyniki w tej skali oznaczają, że dziecko jeszcze przed wiekiem szkolnym potrafi obsługiwać urządzenia elektroniczne, a czasami obsługuje je lepiej niż inne przedmioty codziennego użytku, posiada własne e-media i/lub wykazuje chęć ich posiadania, rozmawia o nich i obawia utraty

możliwości ich użytkowania. Niskie wyniki w tej skali wskazują na stosownie niskie do wieku zainteresowanie użytkowaniem e-mediów i ich posiadaniem. Wyniki pomiędzy 29 a 56 punktów w tej skali mogą wskazywać niepokojąco wysokie nasilenie wczesnych oznak rozwijającego się uzależnienia od e-mediów.

**SKALA 3 „Złe nawyki w domu”** - Mierzy nasilenie wzorców użytkowania e-mediów przez dorosłych domowników, które mogą mieć niekorzystny wpływ na małe dzieci. Wysokie wyniki w tej skali osiągają rodzice, w domach których używa się e-mediów podczas posiłków, do uspokajania dzieci, zajmowania ich uwagi, pocieszania w chorobie, czy zamiast rozwojowych form wspólnie spędzanego czasu, takich jak czytanie bajek czy zabawy bez ekranów. Niskie wyniki w tej skali uzyskują rodzice, którzy wybierają inne sposoby zabawy z dzieckiem, czy zagospodarowywania czasu wolnego niż przez użytkowanie e-mediów i skutecznie oddzielają czas na zabawy z urządzeniami elektronicznymi od innych aktywności w ciągu dnia. Wyniki pomiędzy 19 a 56 punktów w tej skali mogą wskazywać na wysokie nasilenie niekorzystnych nawyków w środowisku domowym.

**SKALA 4 „Szkodliwe przekonania rodziców”** - Mierzy oznaki błędnego postrzegania zachowań dziecka wobec e-mediów i brak świadomości co do skutków ich użytkowania w tak młodym wieku. Wysokie wyniki w tej skali osiągają rodzice, którzy uważają urządzenia elektroniczne za odpowiednie zabawki dla swoich małych dzieci, często lepsze od zabawek tradycyjnych, a czas spędzany na ich wspólnym użytkowaniu za korzystny dla wzajemnej więzi. Rodzice ci mogą dostrzegać w nowoczesnych technologiach skuteczne wskaźniki dobrego rozwoju małego dziecka oraz narzędzia do stymulowania tego rozwoju, niedoceniając zagrożeń, jakie w tym wieku niosą. Niskie wyniki w tej skali osiągają rodzice bardziej świadomi negatywnych skutków wczesnego używania e-mediów i raczej ograniczający celowe wprowadzanie ich do świata małego dziecka. Wyniki pomiędzy 27 a 56 punktów w tej skali mogą sygnalizować wysokie nasilenie niekorzystnych przekonań u rodziców małych dzieci.

**SKALA 5 „Zachowania pozytywnie ochronne”** - Mierzy działania i przekonania rodziców, które mogą chronić małe dziecko przed wykształceniem się pierwszych mechanizmów nadużywania e-mediów. Wysokie wyniki w tej skali osiągają rodzice, którzy selekcionują treści do jakich ich dzieci mają dostęp użytkując internet lub telewizję, wybierają treści dopasowane do wieku dziecka i o potencjale edukacyjnym charakterze, wprowadzają w domu zasady korzystania z e-mediów, sami są ich przykładem i od wczesnych lat wykształcili w dzieciach zdolność do przestrzegania tych zasad. Niskie wyniki w tej skali osiągają rodzice, którzy nie podejmują korzystnych zachowań profilaktycznych, które mogą chronić dzieci przed negatywnymi treściami obecnymi w sieci oraz negatywnymi skutkami niewłaściwego użytkowania e-mediów. Wyniki pomiędzy 18 a 32 punkty w tej skali mogą wskazywać na niedostateczne nasilenie wczesnych działań profilaktycznych w bezpośrednim otoczeniu dziecka.

## E-MOI (B0) - arkusz

Wojtkowska, Hewiak, Wojtkowski, 2022

**Płeć dziecka:**  kobieta  mężczyzna  inna    **Wiek dziecka:**.....    **Data badania:**.....

**Instrukcja:** Poniżej znajduje się lista twierdzeń opisujących różne zachowania rodziców i dzieci. Przeczytaj uważnie każde z nich i pomyśl, na ile dotyczy ono Ciebie i Twojego dziecka, na ile opisuje Wasze zachowania. Oceń je w skali od 1 do 7, gdzie:

- 1 = „całkowicie nas nie opisuje”,
- 2 = „bardzo słabo nas opisuje”,
- 3 = „raczej słabo nas opisuje”,
- 4 = „umiarkowanie nas opisuje”,
- 5 = „raczej dobrze nas opisuje”,
- 6 = „bardzo dobrze nas opisuje”,
- 7 = „całkowicie nas opisuje”.

Pytania o "e-media", "media elektroniczne", albo "urządzenia elektroniczne" dotyczą wszystkich nowoczesnych urządzeń umożliwiające łączenie się z siecią Internet. Należą do nich telefony komórkowe, tablety, komputery, ale również telewizory, konsole do gier, smartwatche i inne zaawansowane technicznie przyrządy i zabawki, z których możesz korzystać na co dzień. Pytania o czynności, jakie można wykonywać przy użyciu e-mediów dotyczą m.in. przeglądanie stron internetowych, gier i zabaw komputerowych, oglądania bajek, filmów, seriali i programów telewizyjnych, komputerowych i internetowych, słuchania muzyki i oglądania klipów wideo, użytkowania mediów społecznościowych, czytania i pisanie blogów, nagrywania filmików, śledzenia innych użytkowników internetu, poszukiwania informacji również w celach edukacyjnych i rozwijania zainteresowań itd.

Nr	Treść pozycji testowych	Klucz odpowiedzi						
		1	2	3	4	5	6	7
1.	Wiem, że kiedy wyłączę bajkę, dziecko będzie się domagało następnej.	1	2	3	4	5	6	7
2.	Moje dziecko potrafi już korzystać z internetu.	1	2	3	4	5	6	7
3.	W moim domu panuje zwyczaj korzystania z telewizora podczas jedzenia posiłków.	1	2	3	4	5	6	7
4.	Cieszy mnie, kiedy widzę, jak dużo frajdy moje dziecko czerpie z używania e-mediów.	1	2	3	4	5	6	7
5.	Wydaje mi się, że oglądane przez moje dziecko treści są dostosowane do jego wieku.	1	2	3	4	5	6	7
6.	Pomimo ustalenia, że czas na granie w gry czy inne zabawy z e-mediami dobiegł końca, dziecko nie chce przestać się bawić i protestuje.	1	2	3	4	5	6	7
7.	Moje dziecko ma już własny telefon, tablet, konsolę do gier itp.	1	2	3	4	5	6	7

8.	Dziecko ogląda bajki, piosenki, zdjęcia itp. podczas jedzenia.	1	2	3	4	5	6	7
9.	Wydaje mi się, że to właśnie mądre dzieci uczą się obsługi sprzętu elektronicznego.	1	2	3	4	5	6	7
10.	Kontroluję treści, które w internecie przegląda moje dziecko.	1	2	3	4	5	6	7
11.	Moje dziecko wymusza płaczem włączenie bajki w TV, na komputerze, tablecie, telefonie itp.	1	2	3	4	5	6	7
12.	Wiem, że moje dziecko bardzo ucieszyłoby się z prezentu w postaci nowego telefonu, tabletu, komputera, konsoli itp.	1	2	3	4	5	6	7
13.	Kiedy muszę zrobić coś w domu (np. posprzątać, ugotować obiad, popracować), chętnie włączam dziecku bajkę lub pozwalam mu się pobawić telefonem, tabletem itp., aby się czymś zajęło.	1	2	3	4	5	6	7
14.	Uważam, że jeśli dziecko dobrze sobie radzi z obsługą nowoczesnych urządzeń elektronicznych, to znak, że jego rozwój przebiega pomyślnie.	1	2	3	4	5	6	7
15.	Jestem zorientowany/zorientowana w tym, z jakich stron internetowych korzysta moje dziecko, jakie bajki ogląda itp.	1	2	3	4	5	6	7
16.	Kiedy zabraniam dziecku używać e-mediów (np. wyłączam bajkę, zabieram telefon), dziecko mocno protestuje (np. płacze, złości się).	1	2	3	4	5	6	7
17.	Jednym z głównych tematów do rozmowy z moim dzieckiem są media społecznościowe, gry komputerowe lub szeroko rozumiany internet.	1	2	3	4	5	6	7
18.	Gdy jesteśmy razem z dzieckiem, korzystamy z różnych urządzeń elektronicznych jednocześnie (np. ja przeglądam telefon, dziecko ogląda bajkę w TV lub gra w gry itp.).	1	2	3	4	5	6	7
19.	Wspólne korzystanie z urządzeń elektronicznych pozwala mi umacniać relację z dzieckiem.	1	2	3	4	5	6	7
20.	Uważam, że treści oglądane przez moje dziecko w internecie mają wyłącznie potencjał edukacyjny i są pomocne w jego rozwoju.	1	2	3	4	5	6	7
21.	Obawiam się reakcji dziecka na zabranie telefonu.	1	2	3	4	5	6	7
22.	Zakaz oglądania bajek, zabawy telefonem, korzystania z komputera i innych urządzeń elektronicznych jest jedną z najbardziej dotkliwych kar dla mojego dziecka.	1	2	3	4	5	6	7
23.	Pozwalam dziecku na korzystanie z e-mediów, by w spokoju wykonać obowiązki domowe (pranie, gotowanie).	1	2	3	4	5	6	7
24.	Uważam, że nowoczesne gry interaktywne typu „Pokémon GO” itp. są świetną formą spędzania czasu przez dzieci.	1	2	3	4	5	6	7
25.	W moim domu są jasne zasady korzystania z e-mediów, np. dotyczące czasu oglądania TV, używania komputera, telefonu itp.	1	2	3	4	5	6	7

26.	Nie wiem co zrobić, gdy dziecko wymusza korzystanie z e-mediów usilną prośbą albo płaczem, krzykiem itp.	1	2	3	4	5	6	7
27.	Stosuję ograniczanie lub dostęp do e-mediów jako system kar i nagród dla dziecka.	1	2	3	4	5	6	7
28.	Częściej pozwalam dziecku oglądać bajki w TV, na tablecie itp., niż czytam mu je z książek.	1	2	3	4	5	6	7
29.	Uważam, że tradycyjne zabawy (zabawkami, lalkami, klockami, puzzlami, grami planszowymi itp.) to przeżytek i dzieci lepiej się bawią, korzystając z nowoczesnych e-mediów.	1	2	3	4	5	6	7
30.	Uważam, że jestem dobrym przykładem osoby właściwie korzystającej z e-mediów.	1	2	3	4	5	6	7
31.	Muszę krzyknąć, żeby dziecko oddało mi telefon, skończył oglądać bajkę, grać w grę itp.	1	2	3	4	5	6	7
32.	Zauważam, że dziecko lepiej radzi sobie z obsługą urządzeń elektronicznych, niż np. sznurowuje buty, je sztućcami, gra w piłkę.	1	2	3	4	5	6	7
33.	W wolnym czasie wspólnie z dzieckiem najchętniej oglądamy bajki, klipy czy programy w TV, na tablecie, komputerze, telefonie itp.	1	2	3	4	5	6	7
34.	Specjalnie zainstalowałem/zainstalowałam aplikacje, które pomagają w rozwoju mojego dziecka, np. do nauki języka obcego.	1	2	3	4	5	6	7
35.	Bez internetu mam trudności w zabawie z dzieckiem	1	2	3	4	5	6	7
36.	Moje dziecko ignoruje panujące w domu zasady związane z używaniem e-mediów.	1	2	3	4	5	6	7
37.	Gdy dziecko mnie nie słucha, zakazuję mu oglądać bajki lub bawić się telefonem itp.	1	2	3	4	5	6	7
38.	Kiedy moje dziecko źle się czuje, jest chore lub smutne, pozwalam mu więcej korzystać z telewizora, komputera, telefonu itp., aby poprawić mu samopoczucie.	1	2	3	4	5	6	7
39.	Zanim moje dziecko ukończyło pierwszy rok życia, już wykazywało duże zainteresowanie elektroniką, np. telewizorem czy moim telefonem.	1	2	3	4	5	6	7
40.	Nigdy nie musiałem/musiałam prosić ponownie o zakończenie zabawy e-mediami – po jednej prośbie dziecko mnie słucha.	1	2	3	4	5	6	7