

Το παιχνίδι ξεκίνησε ή τελείωσε το παιχνίδι; Πρώιμος έλεγχος διαταραχών παιχνιδιού για γονείς

Πριν ξεκινήσετε:

- Λάβετε υπόψη ότι δεν πρόκειται για **ψυχολογικό τεστ** και τα αποτελέσματα δεν είναι πολύ αξιόπιστα. Αυτή η λίστα ελέγχου έχει σκοπό μόνο να σας βοηθήσει να δείτε μερικούς από τους γνωστούς δείκτες¹ των διαταραχών του παιχνιδιού σε σχέση με τη συμπεριφορά του παιδιού σας, να αποκτήσετε μια βασική εικόνα και να ευαισθητοποιήσετε όλους τους εμπλεκόμενους!
- Ενώ μια μεμονωμένη συμπεριφορά μπορεί να μην υποδηλώνει διαταραχή παιχνιδιού, ένας συνδυασμός επίμονων σημείων μπορεί να υποδεικνύει απαραίτητες περαιτέρω ενέργειες. Σε αυτή την περίπτωση, συμβουλευτείτε **έναν ειδικό!**
- Απαντήστε στις παρακάτω δηλώσεις σε ποιο βαθμό ισχύουν για το παιδί σας. Επιλέξτε μια τιμή από το 1 (άνευ αντικειμένου) έως το 10 (πολύ εφαρμόσιμο) για κάθε δήλωση. Παρακαλώ να είστε **όσο δυνατόν πιο ειλικρινείς** - διαφορετικά δεν έχει νόημα!
- Όλα τα δεδομένα μπορούν να εισαχθούν ανώνυμα και να αντιμετωπιστούν εμπιστευτικά!

Τα ακόλουθα ισχύουν για το παιδί μου:	Δεν ισχύει καθόλου					Πλήρως εφαρμοσμένο		Δεν ξέρω
	1	2	3	4	5	6	7	
Σχετικά με τον ημερήσιο χρόνο παιχνιδιού (3 ώρες ή περισσότερο)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Να μιλάτε ή να σκέφτεστε συνεχώς για το gaming	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Μειωμένη συμμετοχή σε χόμπι, αθλήματα ή κοινωνικές δραστηριότητες	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Προτιμώντας τους «φίλους» του διαδικτυακού παιχνιδιού από τις διαπροσωπικές σχέσεις	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Συχνή παραμέληση των οικογενειακών υποχρεώσεων	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Συχνά παραμελούν την εργασία για το σπίτι	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Αισθητή πτώση των βαθμών ή έλλειψη ενδιαφέροντος για τις σχολικές εργασίες	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Παιχνίδι μέχρι αργά το βράδυ	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Παραμέληση βασικών αναγκών όπως το φαγητό, η υγιεινή ή η καθαριότητα	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Γίνεστε αμυντικοί ή θυμωμένοι όταν σας ρωτούν για τις συνήθειες παιχνιδιού	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ψέματα για τον χρόνο που αφιερώνετε στο παιχνίδι	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Εκδήλωση απογοήτευσης ή θυμού όταν το παιχνίδι διακόπτεται/περιορίζεται	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Αντιμετωπίζετε πονοκεφάλους, καταπόνηση των ματιών ή άλλα προβλήματα υγείας	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Συναισθηματικά скаμπανεβάσματα που συνδέονται με την επιτυχία/αποτυχία στο gaming	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Τακτικές συγκρούσεις με γονείς ή αδέρφια σχετικά με τις συνήθειες παιχνιδιού	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Εμφάνιση σημείων άγχους, κατάθλιψης ή ευερεθιστότητας	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Υπερβολικές δαπάνες για αγορές εντός παιχνιδιού, συνδρομές κ.λπ.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Παιχνίδι σε ακατάλληλους χώρους (στο σχολείο, κατά τη διάρκεια των γευμάτων κ.λπ.)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Δυσκολεύεστε να ασχοληθείτε με πραγματικές δραστηριότητες μετά το παιχνίδι	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Λήψη σχολίων από φίλους, δασκάλους κ.λπ. ότι το παιδί μπορεί να κινδυνεύει από διαταραχές παιχνιδιού	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

¹ Αυτή η λίστα ελέγχου εμπνεύστηκε από τη Διεθνή Ταξινόμηση Νοσημάτων (ICD-11) από τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας και την Αμερικανική Ψυχιατρική Εταιρεία (APA) Κριτήρια για τη Διαταραχή Τυχερών Παιχνιδιών στο Διαδίκτυο. Είναι επίσης αποτέλεσμα της έρευνας γραφείου που διεξήχθη από το έργο Gaming Disorders (<https://gamingdisorders.eu/>). Το παρόν έγγραφο εκπονήθηκε από την κοινοπραξία του έργου και στοχεύει να βοηθήσει τους εκπαιδευτικούς να εντοπίσουν πιθανούς κινδύνους των Διαταραχών Παιχνιδιού. Δεν υποκαθιστά καμία ιατρική και ψυχολογική διαγνωστική διαδικασία.

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των