SAS

Skala zur Smartphonesucht (SAS)

Die Smartphone Addiction Scale (SAS) ist ein Selbstbeurteilungsfragebogen zur Messung des Ausmaßes einer Verhaltenssucht im Zusammenhang mit der Smartphonenutzung. Sie erfasst Ausmaß und Dimensionen der Abhängigkeit anhand von Aspekten wie Toleranz, Entzugserscheinungen, übermäßiger täglicher Nutzung und Beeinträchtigung des Alltags.

Anzahl der Fragen	33 Fragen
Geschätzte Dauer	10 Minuten
Sprache	Deutsch
Originalname	Smartphone Addiction Scale
Zielgruppe	Jugendliche und Erwachsene
Autor:innen	Min Kwon, Jungsun Lee, Wonho Kim, Sung Rae Park, Yeong Sik Min, Young-Chul Choi, Young-Jin Kim, In Young Chung, Yoon Sik Choi (2013)
Kategorie	Sucht

Vorschau der 33 Fragen

Wegen des Gebrauchs meines Smartphones fällt es mir schwer, geplante Aufgaben zu erledigen.

Stimme überhaupt nicht zu | Stimme nicht zu | Stimme eher nicht zu | Stimme eher zu | Stimme zu | Stimme voll und ganz zu

Wegen des Gebrauchs meines Smartphones fällt es mir schwer, mich auf den Unterricht in der Schule oder auf meine Arbeit zu konzentrieren.

Stimme überhaupt nicht zu | Stimme nicht zu | Stimme eher nicht zu | Stimme eher zu | Stimme zu | Stimme voll und ganz zu

Wegen des übermäßigen Gebrauchs meines Smartphones ist mir schwindlig oder ich sehe verschwommen.

Stimme überhaupt nicht zu | Stimme nicht zu | Stimme eher nicht zu | Stimme eher zu | Stimme zu | Stimme voll und ganz zu

Ich spüre Schmerzen im Nacken oder im Handgelenk aufgrund des Gebrauchs meines Smartphones.

Stimme überhaupt nicht zu | Stimme nicht zu | Stimme eher nicht zu | Stimme eher zu | Stimme zu | Stimme voll und ganz zu

Wegen des übermäßigen Gebrauchs meines Smartphones fühle ich mich müde und bekomme nicht genug Schlaf.

Stimme überhaupt nicht zu | Stimme nicht zu | Stimme eher nicht zu | Stimme eher zu | Stimme zu | Stimme voll und ganz zu

Führen Sie Ihre Fragebögen online durch

Senden Sie einen Link: Ihre Patient:innen antworten am Handy oder Computer, und Sie erhalten die ausgewerteten Ergebnisse per E-Mail.

Fragebogen auf mentaal.org ansehen ›

Auswertung und Interpretation

Jedes Item wird auf einer sechsstufigen Likert-Skala von 1 (stimme überhaupt nicht zu) bis 6 (stimme voll und ganz zu) bewertet. Die Itemwerte werden addiert; ein höherer Wert weist auf eine stärkere Abhängigkeit hin. In der Literatur wurden Cut-off-Werte vorgeschlagen, die die Interpretation je nach Geschlecht und Art der Nutzung leiten.

Sind Sie Psycholog:in?

Mit Mentaal erhalten Sie aussagekräftige Informationen, um Ihre Patient:innen zu begleiten.

- Standardisierte Tests
- Automatische Auswertung
- Ergebnisse per E-Mail

Kostenlos testen | Alle Fragebögen ansehen

★★★★★

“Ich nutze Mentaal jetzt seit 2 Monaten, und dieses Tool hat meine Sicht auf die Behandlung und meinen Terminkalender revolutioniert!”

 Lena H. - Online-Psychologin (KVT)