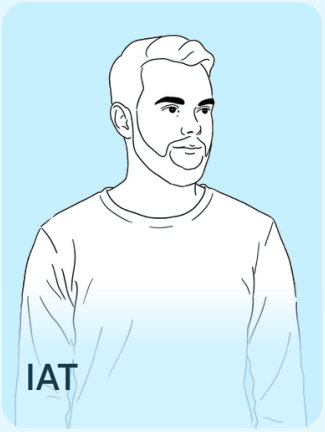


Test av internettavhengighet (IAT)

IAT er utviklet for å måle graden av avhengighet av internettbruk på ulike områder av livet. Det kartlegger mulige negative følger av internettbruk for daglige aktiviteter, sosiale relasjoner og produktivitet.

Antall spørsmål	20 spørsmål
Estimert tid	5 minutter
Språk	Norsk bokmål
Originalnavn	Internet Addiction Test
Målgruppe	Ungdom og voksne
Forfattere	Dr. Kimberly Young (2016)
Kategori	Avhengighet

Forhåndsvisning av de 20 spørsmålene

I løpet av den siste måneden, i hvilken grad har dette gjeldt deg:

Hender det at du blir lenger på internett enn du hadde tenkt?

Nei | Sjelden | Av og til | Hyppig | Ofte | Alltid

I løpet av den siste måneden, i hvilken grad har dette gjeldt deg:

Hender det at du forsømmer husarbeid for å bruke mer tid på internett?

Nei | Sjelden | Av og til | Hyppig | Ofte | Alltid

I løpet av den siste måneden, i hvilken grad har dette gjeldt deg:

Hender det at du foretrekker spenningen og moroa på internett fremfor nærhet med partneren din?

Nei | Sjelden | Av og til | Hyppig | Ofte | Alltid

I løpet av den siste måneden, i hvilken grad har dette gjeldt deg:

Hender det at du knytter nye relasjoner med andre internettbrukere?

Nei | Sjelden | Av og til | Hyppig | Ofte | Alltid

I løpet av den siste måneden, i hvilken grad har dette gjeldt deg:

Kritiserer de som står deg nær, deg for at du bruker for mye tid på internett?

Nei | Sjelden | Av og til | Hyppig | Ofte | Alltid

Bruk spørreskjemaene dine på nett

Send pasienten en lenke: de svarer på mobil eller datamaskin, og du får de skårede resultatene på e-post.

Se spørreskjemaet på mentaal.org ›

Skåring og tolkning

Hvert ledd skåres på en skala fra 1 til 5, som angir hyppigheten og intensiteten av atferd knyttet til internettbruk. Totalskåren fremkommer ved å summere svarene og tolkes for å vurdere graden av avhengighet.

Bruk

Dette verktøyet er ikke tilgjengelig på Mentaal. For å bruke dette spørreskjemaet i praksisen din må du ha en gyldig lisens. Vi anbefaler at du sender det direkte fra utgiverens nettsted.

Er du psykolog?

Med Mentaal får du nyttig informasjon som hjelper deg i arbeidet med pasientene dine.

- Standardiserte tester
- Automatisk skåring
- Resultater på e-post

Prøv gratis | Se alle spørreskjemaene

★★★★★

"Mentaal er blitt en uunnværlig hjelp til å strukturere kartleggingene mine og få en dypere klinisk forståelse av pasientene mine."

 Nolwenn P. - KAT-psykolog