

Skala for smarttelefonavhengighet (SAS)

Skala for smarttelefonavhengighet (SAS) er et selvrapporteringsskjema som måler nivået av atferdsavhengighet knyttet til bruk av smarttelefon. Det identifiserer omfanget og dimensjonene ved avhengigheten ved å se på forhold som toleranse, abstinens, overdreven daglig bruk og forstyrrelser i hverdagen.

Antall spørsmål	33 spørsmål
Estimert tid	10 minutter
Språk	Norsk bokmål
Originalnavn	Smartphone Addiction Scale
Målgruppe	Ungdom og voksne
Forfattere	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)
Kategori	Avhengighet

Forhåndsvisning av de 33 spørsmålene

Å gå glipp av planlagt arbeid på grunn av bruk av smarttelefon

Helt uenig | Uenig | Litt uenig | Litt enig | Enig | Helt enig

Å ha vanskelig for å konsentrere deg i timen, når du gjør oppgaver eller når du jobber, på grunn av bruk av smarttelefon

Helt uenig | Uenig | Litt uenig | Litt enig | Enig | Helt enig

Å bli ør eller få tåkesyn på grunn av overdreven bruk av smarttelefon

Helt uenig | Uenig | Litt uenig | Litt enig | Enig | Helt enig

Å få smerter i håndleddene eller i nakken når du bruker smarttelefon

Helt uenig | Uenig | Litt uenig | Litt enig | Enig | Helt enig

Å føle deg trett og mangle nok søvn på grunn av overdreven bruk av smarttelefon

Helt uenig | Uenig | Litt uenig | Litt enig | Enig | Helt enig

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 vurderes på en Likert-skala med 6 punkter fra 1 (helt uenig) til 6 (helt enig). Skårene på leddene legges sammen, og en høyere skår viser en høyere grad av avhengighet. Det er foreslått cut-off-verdier i litteraturen som veiledning for tolkning etter kjønn og type bruk.

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

★★★★★

“Det er et virkelig pluss i timene når jeg skal vurdere pasienten, og et svært rikt grunnlag for samtaler som utdyper det kliniske arbeidet.”

Ingrid M. - KAT-psykolog