

Penkių klausimų kompulsyvaus naudojimosi internetu skalė (*angl.* Compulsive Internet Use Scale-5, CIUS-5)

Prašome Jūsų atsakyti žemiau pateiktus klausimus apie Jūsų internet naudojimo įpročius asmeninems reikmėms.

Teiginys elgesiui apibūdinti	Niekada	Retai	Kartais	Dažnai	Labai dažnai
1. Kaip dažnai jums sunku sustoti naudotis internetu, kai esate prisijungę?	0	1	2	3	4
2. Kaip dažnai kiti (pvz., partneris, vaikai, tėvai, draugai) sako, kad turėtumėte mažiau naudotis internetu?	0	1	2	3	4
3. Kaip dažnai sutrumpėja Jūsų miego trukmė dėl to, kad naudojate internetą?	0	1	2	3	4
4. Kaip dažnai nepaisote savo kasdienių įsipareigojimų (darbo, mokyklos ar šeimos gyvenimo), nes norite naudotis internetu?	0	1	2	3	4
5. Kaip dažnai naudojate internetą, kai jaučiate prislėgtas?	0	1	2	3	4

ŠALTINIAI:

1. Meerkerk, G.-J., Van Den Eijnden, R. J., Vermulst, A. A., & Garretsen, H. F. (2009). The compulsive internet use scale (CIUS): some psychometric properties. *Cyberpsychology & behavior*, 12(1), 1-6.
2. Meerkerk, G., Lalan, A., & van den Eijnden, R. (2003). Internetverslaving: hoax of serieuze bedreiging voor de geestelijke volksgezondheid? [Internet addiction: hoax or a serious threat to mental health]. Rotterdam: Instituut voor Onderzoek naar Leefwijzen & Verslaving (IVO).
3. Milasauskiene, E., Burkauskas, J., Podlipskyte, A., Király, O., Demetrovics, Z., Ambrasas, L., & Steibliene, V. (2021). Compulsive internet use scale: psychometric properties and associations with sleeping patterns, mental health, and well-being in Lithuanian medical students during the coronavirus disease 2019 pandemic. *Front Psychol*, 12.

PASTABA: Norint skalę naudoti komerciniais tikslais, būtina gauti autoriaus Meerkerk, G. sutikimą.

Šis instrumentas yra adaptuotas ir pritaikytas naudoti Lietuvoje. Naudojant šį instrumentą galima geriau suprasti probleminio elgesio specifiką, tačiau įtariant konkrečią problemą, klausimyno įverčių reikšmės būtina aptarti su kvalifikuotais specialistais, kurie vadovaujasi Lietuvos psichologų sąjungos skelbiamu „Testų naudojimo reglamentu“: http://www.psichologusajunga.lt/lps/admin/spaw2/uploads/files/Testu%20naudojimo%20reglamentas%202014_1.pdf