

## Devynių klausimų kompulsyvaus naudojimosi internetu skalė (*angl.* Compulsive Internet Use Scale-9, CIUS-9)

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 teikiate pirmenybę interneto naudojimui, užuot leidę laiką su kitais (pvz., partneriu, vaikais, tėvais, draugais)?	0	1	2	3	4
4. Kaip dažnai sutrumpėja Jūsų miego trukmė dėl to, kad naudojate internetu?	0	1	2	3	4
5. Kaip dažnai su nekantrumu laukiate kito prisijungimo prie interneto?	0	1	2	3	4
6. Kaip dažnai nesėkmingai bandote praleisti mažiau laiko internete?	0	1	2	3	4
7. Kaip dažnai nepaisote savo kasdienių įsipareigojimų (darbo, mokyklos ar šeimos gyvenimo), nes norite naudotis internetu?	0	1	2	3	4
8. Kaip dažnai naudojate internet, kai jaučiate prislėgtas?	0	1	2	3	4
9. Kaip dažnai jaučiate neramus, nusivylęs ar susierzinęs, kai negalite naudotis internetu?	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., Lалан, A., & van den Eijnden, R. (2003). Internetverslaving: hoax of serieuze bedreiging voorde 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](http://www.psichologusajunga.lt/lps/admin/spaw2/uploads/files/Testu%20naudojimo%20reglamentas%202014_1.pdf)