

CIUS

Compulsive Internet Use Scale (Meerkerk i wsp., 2009)

polska adaptacja: Daria Biechowska i współpracownicy (2012)

Cel pomiaru: ocena nasilenia impulsywnego używania Internetu / ryzyka e-uzależnienia.

Odbiorcy: uczniowie i studenci w wieku 13-25 lat.

Przeznaczenie: badania indywidualne, ilościowe badania naukowe.

Właściwości: rzetelne, trafne, znormalizowane.

Procedura przeprowadzania pomiaru, obliczania i interpretacji wyników:

1. Wypełnij arkusz testowy CIUS odpowiadając na 14 pytań dotyczących używania Internetu. Oceń jak często podejmujesz wymienione zachowania na skali od 1 do 5, gdzie:
1=nigdy, 2=rzadko, 3=czasami, 4=często, 5=zawsze.
2. Zsumuj punkty przypisane w odpowiedzi na wszystkie pytania, otrzymasz *wynik ogólny* mieszczący się w zakresie od 14 do 70 punktów.
3. Zinterpretuj swój wynik korzystając z poniższej tabeli:

≤ 22 pkt.	wynik poniżej normy
23 - 36 pkt.	wynik w normie
≥ 37 pkt.	wynik powyżej normy

CIUS - arkusz

Daria Biechowska i wsp., 2012 (za: Meerkerk i wsp., 2009)

Płeć: kobieta mężczyzna inna **Wiek:**..... **Data badania:**.....

Instrukcja: W niniejszym kwestionariuszu przeczytasz pytania dotyczące korzystania z Internetu. Prosimy o wskazanie na skali od 1 do 5 na ile pytania te charakteryzują Ciebie.

	nigdy	rzadko	czasami	często	zawsze
1. Jak często jest Ci trudno przestać korzystać z Internetu, gdy jesteś w sieci?	1	2	3	4	5
2. Jak często kontynuujesz korzystanie z Internetu pomimo intencji zakończenia?	1	2	3	4	5
3. Jak często inni (np. partner, dzieci, rodzice) mówią Ci, że powinieneś/powinnaś mniej korzystać z Internetu?	1	2	3	4	5
4. Jak często preferujesz korzystanie z Internetu zamiast spędzać czas z innymi (np. z partnerem, dziećmi, rodzicami)?	1	2	3	4	5
5. Jak często brakuje Ci snu z powodu Internetu?	1	2	3	4	5
6. Jak często myślisz o Internecie, nawet kiedy nie jesteś w sieci?	1	2	3	4	5
7. Jak często nie możesz doczekać się następnej wizyty w sieci?	1	2	3	4	5
8. Jak często myślisz, że powinieneś/powinnaś rzadziej korzystać z Internetu?	1	2	3	4	5
9. Jak często bezskutecznie próbowałeś/aś spędzać mniej czasu w Internecie?	1	2	3	4	5
10. Jak często spieszysz się z wykonywaniem swojej pracy (domowej), aby zacząć korzystać z Internetu?	1	2	3	4	5
11. Jak często zaniedbujesz swoje codzienne obowiązki (praca, szkoła lub rodzina), ponieważ preferujesz korzystanie z Internetu?	1	2	3	4	5
12. Jak często zaczynasz korzystać z Internetu, kiedy czujesz się przygnębiony/a?	1	2	3	4	5
13. Jak często korzystasz z Internetu, aby uciec od swoich zmartwień lub złagodzić negatywne uczucia?	1	2	3	4	5
14. Jak często czujesz się niespokojny/a, sfrustrowany/a lub poirytowany/a, gdy nie możesz skorzystać z Internetu?	1	2	3	4	5