



### پرسشنامه یانگ

کاربر عزیز این پرسشنامه برای اندازه گیری رفتار شما نسبت به اینترنت تدوین شده است. به هر یک از سوالها با علامت زدن در کنار هر یک از گزینه ها به طور دقیقی و صحیح پاسخ دهید. به یاد داشته باشید که در هنگام پاسخ دادن فقط وقت صرف شده برای موارد غیر درسی و یا شغلی را منظور کنید.

۱) چقدر بیشتر از آنچه قصد دارید در اینترنت می مانید؟

اصلا  خیلی کم  کم  زیاد  خیلی زیاد

۲) چقدر به خاطر آنلاین ماندن از انجام کارهای روزمره غفلت می کنید؟

اصلا  خیلی کم  کم  زیاد  خیلی زیاد

۳) تا چه اندازه از طریق اینترنت روابط جدید با کاربران دیگر برقرار می کنید؟

اصلا  خیلی کم  کم  زیاد  خیلی زیاد

۴) تا چه اندازه از طریق چت روم روابط جدید با کاربران دیگر برقرار می کنید؟

اصلا  خیلی کم  کم  زیاد  خیلی زیاد

۵) چقدر دیگران به خاطر وقتی که در اینترنت صرف می کنید از شما شکایت دارند؟

اصلا  خیلی کم  کم  زیاد  خیلی زیاد

۶) چقدر اینترنت نمرات و کارهایتان در مدرسه یا دانشگاه را تحت تاثیر قرار داده است؟

اصلا  خیلی کم  کم  زیاد  خیلی زیاد

۷) تا چه اندازه ایمیل هایتان را پیش از کارهای ضروری دیگران چک می کنید؟

اصلا  خیلی کم  کم  زیاد  خیلی زیاد



۸) تا چه اندازه استفاده از چت روم را پیش کارهای ضروری دیگرتان انجام می دهید؟

اصلا  خیلی کم  کم  زیاد  خیلی زیاد

۹) تا چه اندازه عملکرد شغلی و بهروری شما به خاطر اینترنت آسیب دیده است؟

اصلا  خیلی کم  کم  زیاد  خیلی زیاد

۱۰) وقتی کسی از شما می پرسد در اینترنت چکار می کنید چقدر در موضع تدافعی یا پنهانکاری فرار می گیرید؟

اصلا  خیلی کم  کم  زیاد  خیلی زیاد

۱۱) تا چه اندازه از اینترنت برای آرامش روحی یا فرار از مشکلات زندگی استفاده می کنید؟

اصلا  خیلی کم  کم  زیاد  خیلی زیاد

۱۲) تا چه اندازه پیش از انجام هر کاری به فکر استفاده مجدد از اینترنت هستید؟

اصلا  خیلی کم  کم  زیاد  خیلی زیاد

۱۳) تا چه اندازه از اینکه زندگی بدون اینترنت خسته کننده، پوچ و بی لذت خواهد بود ترس دارید؟

اصلا  خیلی کم  کم  زیاد  خیلی زیاد

۱۴) چقدر وقتی کسی هنگام اتصال با اینترنت مزاحم شما می شود، غر می زنید، فریاد می کشید یا عصبانی و بر آشفته می شوید؟

اصلا  خیلی کم  کم  زیاد  خیلی زیاد

۱۵) چقدر به خاطر اینکه تا دیر وقت در اینترنت هستید خواب شبانه خود را از دست می دهید؟

اصلا  خیلی کم  کم  زیاد  خیلی زیاد

۱۶) تا چه اندازه در موقعی که با اینترنت تماس ندارید مشغولیت فکری یا تخیل رفتن به اینترنت را دارید؟



اصلا  خیلی کم  کم  زیاد  خیلی زیاد

۱۷) چقدر وقتی در اینترنت هستید این جمله را به کار می برید "فقط چند دقیقه دیگر مونده الان میام"

اصلا  خیلی کم  کم  زیاد  خیلی زیاد

۱۸) چقدر سعی می کنید میزان وقت صرف شده در اینترنت را کم کنید ولی موفق نشده اید؟

اصلا  خیلی کم  کم  زیاد  خیلی زیاد

۱۹) چقدر سعی می کنید میزان وقت صرف شده در اینترنت را از دیگران مخفی کنید؟

اصلا  خیلی کم  کم  زیاد  خیلی زیاد

۲۰) تا چه اندازه در اینترنت بودن را به بیرون رفتن با دیگران ترجیح می دهید؟

اصلا  خیلی کم  کم  زیاد  خیلی زیاد

۲۱) تا چه اندازه وقتی در اینترنت نیستید احساس افسردگی و عصبیت دارید که با اتصال به اینترنت این حالتها از بین می رود؟

اصلا  خیلی کم  کم  زیاد  خیلی زیاد

۲۲) ماهانه چقدر هزینه برای اتصال به اینترنت می پردازید؟

اصلا  خیلی کم  کم  زیاد  خیلی زیاد