

Interneto žaidimų sutrikimo skalė | Trumpoji versija (IGDS9-SF) (Pontes&Griffiths, 2015)

Instrukcijos: šie klausimai apie Jūsų žaidimų veiklą per praėjusius metus (t.y. pastaruosius 12 mėnesių). Žaidimų veiklą mes suprantame kaip bet kokią su žaidimais susijusią veiklą, kuri buvo žaidžiama tiek iš stacionaraus/nešiojamo kompiuterio, tiek iš žaidimų pulto ar bet kokios kitos rūšies prietaiso (pvz., mobiliojo telefono, planšetinio kompiuterio ir kt.) tiek internete, tiek ir/arba neprisijungus.

	Niekada	Retai	Kartais	Dažnai	Labai dažnai
1. Ar pastebite, kad nuolat galvojate apie savo žaidimų veiklą? (Keletas pavyzdžių: ar galvojate apie ankstesnę žaidimų veiklą arba numatote kitą žaidimų sesiją? Ar manote, kad žaidimai tapo dominuojančia veikla Jūsų kasdieniniame gyvenime?)	☐	☐	☐	☐	☐
2. Ar jaučiate didesnę dirglumą, nerimą ar net liūdesį, kai bandote sumažinti ar sustabdyti savo žaidimų veiklą?	☐	☐	☐	☐	☐
3. Ar jaučiate poreikį praleisti vis daugiau laiko žaidžiant žaidimus, kad pasiektumėte pasitenkinimą ar malonumą?	☐	☐	☐	☐	☐
4. Ar Jūs sistemingai patiriate nesėkmę bandydami kontroliuoti ar nutraukti savo žaidimų veiklą?	☐	☐	☐	☐	☐
5. Ar dėl savo įsitraukimo į žaidimus praradote susidomėjimą ankstesniais pomėgiais ar kitomis pramogomis?	☐	☐	☐	☐	☐
6. Ar tęsėte savo žaidimų veiklą, nepaisant to, kad suvokėte, jog tai sukelia problemų tarp Jūsų ir kitų žmonių?	☐	☐	☐	☐	☐
7. Ar jūs apgaudinėjote kurį nors iš savo šeimos narių, terapeutą ar kitus asmenis, kiek laiko skiriate savo žaidimų veiklai?	☐	☐	☐	☐	☐
8. Ar žaidžiate tam, kad laikinai pabėgtumėte ar palengvintumėte blogą nuotaiką (pvz., bejėgiškumą, kaltę, nerimą)?	☐	☐	☐	☐	☐
9. Ar dėl Jūsų žaidimų veiklos iškilo pavojus ar praradote svarbius santykius, darbą ar mokslo, karjeros galimybes?	☐	☐	☐	☐	☐