

Ergenler için Oyun Bağımlılığı Ölçeği

Bu form, sizin oyun kullanımınızı değerlendiren 21 maddeden oluşmaktadır. Soruları yanıtlarken son 6 ay içindeki oyun kullanımınızı düşünerek cevap veriniz. Yanıtlardan sadece bir şık işaretleyiniz.

| | Asla | Nadiren | Bazen | Sıklıkla | Çok Sık |
|--|------|---------|-------|----------|---------|
| 1.Tüm gün boyunca oyun oynamayı düşündünüz mü? | | | | | |
| 2.Boş zamanlarınızın çoğunu oyunlara mı harcadınız? | | | | | |
| 3.Bir oyuna bağımlı olduğunuzu hissettiniz mi? | | | | | |
| 3.Bir oyuna bağımlı olduğunuzu hissettiniz mi? | | | | | |
| 4.Düşündüğünüzden daha uzun süre oyun oynadınız mı? | | | | | |
| 5.Oyunlara harcadığınız süre giderek arttı mı? | | | | | |
| 6.Oynamaya başladığınızda kendinizi durduramadığınız oldu mu? | | | | | |
| 7.Gerçek hayatı unutmak için mi oyun oynadınız? | | | | | |
| 8.Stres atmak için oyun oynadınız mı? | | | | | |
| 9.Kendinizi daha iyi hissetmek için oyun oynadınız mı? | | | | | |
| 10.Oyun için ayırdığınız zamanı azaltmayı başaramadınız mı? | | | | | |
| 11.Başka kişiler oyun için harcadığınız süreyi azaltmayı deneyip başarısız oldular mı? | | | | | |
| 12. Oyun için harcadığınız süreyi azaltmayı deneyip başarısız oldunuz mu? | | | | | |
| 13.Oyun oynayamadığınız zamanlarda kötü hissettiniz mi? | | | | | |
| 14.Oyun oynayamadığınız için sinirlendiğiniz oldu mu? | | | | | |
| 15.Oyun oynayamadığınız zamanlarda stresli oldunuz mu? | | | | | |
| 16.Oyunlara harcadığınız zaman konusunda diğer insanlarla (aileniz, arkadaşlarınız vb) tartıştınız mı? | | | | | |
| 17.Oyun oynadığınız için başkalarını (aile, arkadaşlar vs) ihmal ettiğiniz oldu mu? | | | | | |
| 18.Oyunlara harcadığınız zaman konusunda yalan söylediğiniz oldu mu? | | | | | |
| 19.Oyunlara harcadığınız süre uykusuz kalmanıza sebep oldu mu? | | | | | |
| 20. Oyun oynamak için diğer önemli aktivitelerinizi (okul, iş, spor vb.) ihmal ettiniz mi? | | | | | |
| 21.Bir oyunu uzun bir süre oynadıktan sonra kendinizi kötü hissettiniz mi? | | | | | |