**大学生网络成瘾类型问卷**

**测验说明：**

下面这些陈述句是描述您平时上网情形与对网络的感受，请依照您平日接触网络的经验，按照下列标准选择一个与您的实际情况或想法最相符的选项。

1. **我玩游戏比做其他的事情要用心的多。**

完全不符 不太符合 一般 比较符合 非常符合

1. **上网浏览或下载信息是我生活的重要组成部分。**

完全不符 不太符合 一般 比较符合 非常符合

1. **我常采用上网玩游戏的方式发泄自己的情绪或暂时回避困难。**

完全不符 不太符合 一般 比较符合 非常符合

1. **我经常花很多的时间在网上浏览或下载信息。**

完全不符 不太符合 一般 比较符合 非常符合

1. **我的课余时间基本上是花在玩游戏上。**

完全不符 不太符合 一般 比较符合 非常符合

1. **不能上网浏览或下载信息，我会感到烦躁不安。**

完全不符 不太符合 一般 比较符合 非常符合

1. **我可以一整天在网上聊天，而不去做其他的事情。**

完全不符 不太符合 一般 比较符合 非常符合

1. **玩游戏的时间总是满足不了我的要求。**

完全不符 不太符合 一般 比较符合 非常符合

1. **同学、朋友常说我花了太多时间上网聊天。**

完全不符 不太符合 一般 比较符合 非常符合

1. **我曾尝试减少玩游戏的时间，但是没有成功。**

完全不符 不太符合 一般 比较符合 非常符合

1. **因为花了太多的时间上网聊天，我发现自己忽略了与身边的同学、朋友的交往。**

完全不符 不太符合 一般 比较符合 非常符合

1. **只要一上网，我就忍不住要去浏览或下载信息。**

完全不符 不太符合 一般 比较符合 非常符合

1. **如果不能上网、聊天，我会觉得生活没有乐趣。**

完全不符 不太符合 一般 比较符合 非常符合

1. **我在玩完游戏后仍然会沉浸在其中的某些情节里。**

完全不符 不太符合 一般 比较符合 非常符合

1. **我花了太多时间的时间玩游戏，以致于影响了自己的学习。**

完全不符 不太符合 一般 比较符合 非常符合

1. **我一有空就想上网浏览或下载信息。**

完全不符 不太符合 一般 比较符合 非常符合

1. **早上一起床我就想上网、聊天。**

完全不符 不太符合 一般 比较符合 非常符合

1. **尽管刚下网，但是我还是忍不住想再上网聊天。**

完全不符 不太符合 一般 比较符合 非常符合

1. **我花在网上浏览或下载信息、资料的时间越来越长了。**

完全不符 不太符合 一般 比较符合 非常符合

1. **我常常因为专心于玩游戏而忽视了身边的许多事。**

完全不符 不太符合 一般 比较符合 非常符合

网络成瘾评分标准：二维码

