

Facebook-riippuvuustesti

Tuntuuko sinusta joskus, että Facebookissa tulee vietettyä iso osa päivästä? Testin avulla voit arvioida omaa käyttöstästäsi. Valitse se vaihtoehto, joka parhaiten vastaa omaa tilannettasi.

link

1. Vietätkö paljon aikaa ajatellen Facebookia tai suunnitellen sen käyttöä? *

- Hyvin harvoin
- Harvoin
- Joskus
- Usein
- Hyvin usein

2. Tunnetko tarvetta käyttää Facebookia enemmän ja enemmän? *

- Hyvin harvoin
- Harvoin
- Joskus
- Usein
- Hyvin usein

3. Vietätkö Facebookissa aikaa, jotta voisit unohtaa henkilökohtaisia ongelmia? *

- Hyvin harvoin
- Harvoin
- Joskus
- Usein
- Hyvin usein

4. Oletko yrittänyt vähentää Facebookin käyttöä tuloksetta? *

- Hyvin harvoin
- Harvoin
- Joskus
- Usein
- Hyvin usein

5. Tuletko levottomaksi tai huolestuneeksi jos et pääse käyttämään Facebookia? *

- Hyvin harvoin
- Harvoin
- Joskus
- Usein
- Hyvin usein

6. Käytätkö Facebookia niin paljon, että se vaikuttaa kielteisesti opiskeluusi tai työhösi? *

- Hyvin harvoin
- Harvoin
- Joskus
- Usein

Hyvin usein

Sukupuoli *

Mies

Nainen

Muu

En halua kertoa

Ikä *

vuotta.

En halua kertoa ikääni

Tein testin *

Omasta tilanteesta

Toisen henkilön puolesta

Kokeillakseni testiä

En halua kertoa

Lähetä

Päihdelinkin testien tuloksia saatetaan käyttää tutkimusaineistona. Testien tulokset ja vastaajien taustatiedot esitetään vain tilastollisessa muodossa eikä yksittäistä vastaajaa voida tunnistaa.

Tietoa testistä ►

Lähde verkko-osoite: <https://paihdelinkki.fi/fi/testit-ja-laskurit/netinkaytto/facebook-riippuvuustesti>