

[中小学生网络成瘾测验]个人测评报告

报告日期：2019-05-11 15:51:57

一、基本信息

姓名：测试

性别：男

出生日期：

单位：三明市心理健康协会

部门：心理咨询科

二、简介

网络成瘾，又称因特网性心理障碍，临床上是指由于患者对互联网络过度依赖而导致的一种心理异常症状以及伴随的一种生理性不适。

随着现代科技的飞速发展，信息网络技术给人们的工作、生活、学习带来了巨大实惠，同时也给社会带来了不容忽视的负面影响。其中，青少年网络成瘾已成为社会关注的问题。该量表就是针对这一现实状况而编制，在这个测验中列出了一系列的问题，可逐题对比自己的现状进行分析和判断，通过测试评定个体是否是网络成瘾。共28 道题目。该量表为自评量表，适用对象为7到19岁的中小学生。一次测验时间约为10分钟。

三、结果

[中学生网络成瘾] 分数级别：无网络瘾症， 得分：0

[说明]

测试结果为无网络瘾症。表明被测试者处于良好的状态，能合理地分配自己使用网络的时间，不会因沉迷于网络而影响正常的生活。个体能正确地看待网络的利弊，把网络看成学习、交流的工具，并不过度地依赖网络。个体也能较好地处理现实生活中的问题，有正常的人际关系，与家人、老师、朋友、同学的关系比较融洽。遇到苦难或挫折时，能从周围人那里寻求帮助，而不会倾向于沉溺在虚拟的网络世界里逃避现实。

[建议]

测试结果表明被测试者对网络不成瘾。这是比较理想的情况，但仍然要提高自身心理素质，培养健全人格，预防网络成瘾。另外，要在生活上，帮助身边网络成瘾的同学。帮助其合理安排时间，鼓励他们积极参加其他活动，多与人交往；给予相应的现实生活方面的指导，如对于人际沟通上有障碍的成瘾者，向其提供沟通交流技巧方面的指导，帮助他们融入和适应现实生活；联合老师、家长共同构建预防网瘾的集体心理防护网。

四、您选择的答案

1:B, 2:B, 3:B, 4:B, 5:B, 6:B, 7:B, 8:B, 9:B, 10:B, 11:B, 12:B, 13:B, 14:B, 15:B, 16:B, 17:B, 18:B, 19:B, 20:B, 21:B, 22:B, 23:B, 24:B, 25:B, 26:B, 27:B, 28:B