

USO PROBLEMATICO DEI VIDEOGIOCHI

Nell'ultimo anno, indica con quale frequenza...		Mai (1)	Raramente (2)	A volte (3)	Spesso (4)	Sempre (5)
1	Giocare con i videogames è un comportamento da cui ti senti assorbito (Per esempio: pensi alle sessioni di gioco precedenti o alle prossime, pensi che i videogames siano diventati l'attività dominante nella tua vita quotidiana)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2	Ti senti più irritabile, ansioso o addirittura triste quando provi a ridurre il gioco o a smettere di giocare con i videogames	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3	Senti la necessità di trascorrere sempre più tempo a giocare con i videogames per provare soddisfazione o piacere	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	Fallisci sistematicamente quando cerchi di controllare il gioco o di smettere di giocare	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5	Hai perso interesse negli hobby che avevi o in altre attività di intrattenimento perché sei impegnato a giocare con i videogames	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6	Hai continuato a giocare anche se sapevi che questo stava causando problemi tra te e le altre persone	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7	Hai mentito a qualcuno dei tuoi familiari, ai terapeuti o ad altre persone su quanto giochi con i videogames	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8	Giochi per fuggire temporaneamente da uno stato d'animo negativo (per esempio: mancanza di speranza, sensi di colpa, ansia) o per alleviarlo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9	Hai messo a rischio o perso una relazione importante, il lavoro o un'opportunità di studio o di carriera a causa del gioco con i videogames	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Se il **punteggio totale** è

- **< 21**: non risulti a rischio di dipendenza
- **≥ 21**: attenzione, sei a rischio di dipendenza