

Κλίμακα Εθισμού στο TikTok (TikTok Addiction Scale)

Τους τελευταίους 12 μήνες ...	Απαντήσεις				
	Πολύ σπάνια	Σπάνια	Μερικές φορές	Συχνά	Πολύ συχνά
1. Σκέφτομαι πως θα εξοικονομήσω χρόνο από το διάβασμα ή τη δουλειά, έτσι ώστε να χρησιμοποιήσω περισσότερο το TikTok	1	2	3	4	5
2. Σκέφτομαι το TikTok ακόμη και όταν δεν το χρησιμοποιώ	1	2	3	4	5
3. Νιώθω ήρεμος/η όταν είμαι στο TikTok	1	2	3	4	5
4. Χρησιμοποιώ το TikTok για να ξεχνάω τα προβλήματα και τις σκέψεις μου	1	2	3	4	5
5. Δυσκολεύομαι να ελέγξω τον χρόνο που είμαι στο TikTok	1	2	3	4	5
6. Δυσκολεύομαι να βγω από το TikTok	1	2	3	4	5
7. Θέλω να είμαι στο TikTok όλο και περισσότερο	1	2	3	4	5
8. Νιώθω άσχημα όταν δεν μπορώ να είμαι στο TikTok για κάποια ώρα	1	2	3	4	5
9. Νιώθω θλιμμένος/η όταν δεν μπορώ να είμαι στο TikTok για κάποια ώρα	1	2	3	4	5
10. Δεν προλαβαίνω να κάνω πράγματα που θέλω εξαιτίας του ότι είμαι πολύ ώρα στο TikTok	1	2	3	4	5
11. Χάνω τον ύπνο μου εξαιτίας του TikTok	1	2	3	4	5
12. Δεν μπορώ να συγκεντρωθώ στο διάβασμά μου/στη δουλειά μου εξαιτίας του TikTok	1	2	3	4	5
13. Είμαι στο TikTok τόσο πολύ που έχει αρνητική επίδραση στην απόδοσή μου στο διάβασμα/στη δουλειά	1	2	3	4	5
14. Νιώθω θλιμμένος/η όταν δεν είμαι στο TikTok, αλλά νιώθω καλύτερα όταν μπω σε αυτό	1	2	3	4	5
15. Νιώθω ανήσυχος/η όταν δεν είμαι στο TikTok, αλλά νιώθω καλύτερα όταν μπω σε αυτό	1	2	3	4	5

Έξι παράγοντες:

- Συνεχής ενασχόληση (δυο στοιχεία; #1, #2)
- Μεταβολή της διάθεσης (δυο στοιχεία; #3, #4)
- Ανοχή (τρία στοιχεία; #5, #6, #7)
- Συμπτώματα στέρησης (δυο στοιχεία; #8, #9)
- Συγκρούσεις (τέσσερα στοιχεία; #10, #11, #12, #13)
- Υποτροπή (δυο στοιχεία; #14, #15)

Αθροίζοντας τις απαντήσεις στα 15 στοιχεία και διαιρώντας με το 15 προκύπτει η συνολική βαθμολογία στην κλίμακα, η οποία λαμβάνει τιμές από 1 έως 5.

Επιπλέον, για κάθε παράγοντα, αθροίζοντας τις απαντήσεις στα στοιχεία του παράγοντα και διαιρώντας με τον συνολικό αριθμό των στοιχείων προκύπτει η συνολική βαθμολογία στον παράγοντα, η οποία λαμβάνει τιμές από 1 έως 5. Για παράδειγμα, στον παράγοντα «συνεχής ενασχόληση», αθροίζουμε τις απαντήσεις στοιχεία #1 και #2 και διαιρούμε με το δυο.

Υψηλότερες βαθμολογίες δηλώνουν υψηλότερα επίπεδα εθισμού στο TikTok.

Παρακαλώ, χρησιμοποιήστε την παρακάτω βιβλιογραφική αναφορά:

Petros Galanis, Aglaia Katsiroumpa, Ioannis Moisoglou et al. The TikTok Addiction Scale: Development and validation, 19 July 2024, PREPRINT (Version 1) available at Research Square [<https://doi.org/10.21203/rs.3.rs-4762742/v1>]