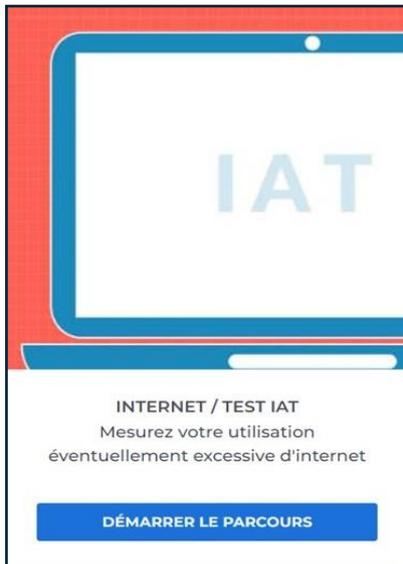


Questionnaire IAT : internet addiction test de K. YOUNG



Addict'AIDE
LE VILLAGE DES ADDICTIONS

L'IAT (Internet Addiction Test) est un test développé par Kimberly Young qui mesure l'utilisation excessive d'internet. Il est composé de 20 items et en fonction des réponses, un score de 0 à 100 est obtenu.

<https://www.addictaide.fr/parcours/internet/>

Question n°1 : Vous arrive-t-il de rester sur Internet plus longtemps que vous en aviez l'intention au départ ?

- Ne s'applique pas = 0
- Rarement = 1
- Occasionnellement = 2
- Fréquemment = 3
- Souvent = 4
- Toujours = 5

Question n°2 : Vous arrive-t-il de négliger des tâches ménagères afin de passer plus de temps sur Internet ?

- Ne s'applique pas = 0
- Rarement = 1
- Occasionnellement = 2
- Fréquemment = 3
- Souvent = 4
- Toujours = 5

Question n°3 : Vous arrive-t-il de préférer l'excitation/l'amusement d'Internet à l'intimité de votre partenaire ?

- Ne s'applique pas = 0
- Rarement = 1
- Occasionnellement = 2
- Fréquemment = 3
- Souvent = 4
- Toujours = 5

Question n°4 : Vous arrive-t-il d'avoir de nouvelles relations avec des utilisateurs d'Internet ?

- Ne s'applique pas = 0
- Rarement = 1
- Occasionnellement = 2
- Fréquemment = 3
- Souvent = 4
- Toujours = 5

Question n°5 : Vos proches vous reprochent-ils que vous passez trop de temps sur Internet ?

- Ne s'applique pas = 0
- Rarement = 1
- Occasionnellement = 2
- Fréquemment = 3
- Souvent = 4
- Toujours = 5

Question n°6 : Arrive-t-il que vos notes ou vos devoirs scolaires souffrent du temps que vous passez sur Internet ?

- Ne s'applique pas = 0
- Rarement = 1
- Occasionnellement = 2
- Fréquemment = 3
- Souvent = 4
- Toujours = 5

Question n°7 : Vous arrive-t-il de regarder d'abord votre messagerie avant d'accomplir une chose nécessaire et urgente ?

- Ne s'applique pas = 0
- Rarement = 1
- Occasionnellement = 2
- Fréquemment = 3
- Souvent = 4
- Toujours = 5

Question n°8 : Arrive-t-il que vos performances au travail ou votre productivité souffrent à cause d'Internet ?

- Ne s'applique pas = 0
- Rarement = 1
- Occasionnellement = 2
- Fréquemment = 3
- Souvent = 4
- Toujours = 5

Question n°9 : Vous arrive-t-il d'être sur la défensive ou de refuser de répondre si quelqu'un vous demande ce que vous faites sur Internet ?

- Ne s'applique pas = 0
- Rarement = 1
- Occasionnellement = 2
- Fréquemment = 3
- Souvent = 4
- Toujours = 5

Question n°10 : Vous arrive-t-il de chasser les soucis de votre vie quotidienne par la pensée réconfortante d'aller sur Internet ?

- Ne s'applique pas = 0
- Rarement = 1
- Occasionnellement = 2
- Fréquemment = 3
- Souvent = 4
- Toujours = 5

Question n°11 : Vous arrive-t-il de vous réjouir du moment où vous irez de nouveau sur Internet ?

- Ne s'applique pas = 0
- Rarement = 1
- Occasionnellement = 2
- Fréquemment = 3
- Souvent = 4
- Toujours = 5

Question n°12 : Vous arrive-t-il de penser que la vie sans Internet serait ennuyeuse, vide et sans joie ?

- Ne s'applique pas = 0
- Rarement = 1
- Occasionnellement = 2
- Fréquemment = 3
- Souvent = 4
- Toujours = 5

Question n°13 : Vous arrive-t-il de répondre d'un ton brusque, de crier ou de vous montrer agacé si quelqu'un vous dérange pendant que vous êtes sur Internet ?

- Ne s'applique pas = 0
- Rarement = 1
- Occasionnellement = 2
- Fréquemment = 3
- Souvent = 4
- Toujours = 5

Question n°14 : Vous arrive-t-il de manquer de sommeil parce que vous êtes resté tard sur Internet ?

- Ne s'applique pas = 0
- Rarement = 1
- Occasionnellement = 2
- Fréquemment = 3
- Souvent = 4
- Toujours = 5

Question n°15 : Lorsque vous n'êtes pas sur Internet, vous arrive-t-il d'y penser activement ou rêver d'y être ?

- Ne s'applique pas = 0
- Rarement = 1
- Occasionnellement = 2
- Fréquemment = 3
- Souvent = 4
- Toujours = 5

Question n°16 : Vous arrive-t-il de vous dire « juste encore quelques minutes » lorsque vous êtes sur Internet ?

- Ne s'applique pas = 0
- Rarement = 1
- Occasionnellement = 2
- Fréquemment = 3
- Souvent = 4
- Toujours = 5

Question n°17 : Vous arrive-t-il d'essayer de diminuer le temps que vous passez sur Internet sans y arriver ?

- Ne s'applique pas = 0
- Rarement = 1
- Occasionnellement = 2
- Fréquemment = 3
- Souvent = 4
- Toujours = 5

Question n°18 : Vous arrive-t-il de cacher aux autres combien de temps vous passez sur Internet ?

- Ne s'applique pas = 0
- Rarement = 1
- Occasionnellement = 2
- Fréquemment = 3
- Souvent = 4
- Toujours = 5

Question n°19 : Vous arrive-t-il de choisir de passer plus de temps sur Internet plutôt que de sortir avec des proches ?

- Ne s'applique pas = 0
- Rarement = 1
- Occasionnellement = 2
- Fréquemment = 3
- Souvent = 4
- Toujours = 5

Question n°20 : Vous arrive-t-il de vous sentir déprimé, de mauvaise humeur ou énervé lorsque vous n'êtes pas sur Internet, puis de vous sentir mieux lorsque vous y êtes ?

- Ne s'applique pas = 0
- Rarement = 1
- Occasionnellement = 2
- Fréquemment = 3
- Souvent = 4
- Toujours = 5

Interprétation du test IAT

- Un score inférieur à 49 indique que le patient peut passer parfois plus de temps sur internet que prévu mais que celui-ci garde le contrôle de son utilisation d'Internet.
- Un score de 50 à 79 révèle un usage problématique d'Internet avec de possibles conséquences sur la vie du patient.
- Un score supérieur à 80 montre un usage problématique d'Internet avec de sévères répercussions sur la vie du patient.