

## Tao's Diagnostiske kriterier for Internet Addiction

Ran Tao og kolleger fra Addiction Medicine Center på General Hospital of Beijing i Kina har udført et glimrende studie for at definere, hvilke diagnostiske kriterier for internetafhængighed der giver den bedste gyldighed og troværdighed (7). Deres endelige diagnostiske model indeholder i alt fire kriterier for a) symptomer, b) eksklusion, c) forringelse, d) varighed.

Sæt kryds ud for de kriterier, du opfylder.

### a) Symptomkriterier

Følgende to kernesymptomer skal være til stede:

\_\_\_\_\_ Optagethed af internettet (tænker på en tidligere onlineaktivitet eller ser frem til at komme online næste gang)

\_\_\_\_\_ Abstinenssymptomer udtrykt i dårligt humør, angst, irritabilitet eller kedsomhed efter flere dage uden at være online på internettet

– samt mindst ét af de følgende fem symptomer:

\_\_\_\_\_ Forøget tolerance – et tydeligt forøget forbrug af internettet er nødvendigt for at opleve tilfredsstillelse.

\_\_\_\_\_ Vedvarende ønske om og/eller mislykkede forsøg på at kontrollere, nedbringe eller ophøre med at være på internettet.

\_\_\_\_\_ Forsat overdreven brug af internettet på trods af bevidstheden om, at det sandsynligt kan bevirke eller forøge vedvarende eller tilbagevendende fysiske og psykiske problemer.

\_\_\_\_\_ Tab af interesser, tidligere hobbies, underholdningsaktiviteter (eksklusiv underholdning på internettet) som et direkte resultat af brugen af internettet.

\_\_\_\_\_ Anvendelse af internettet til at flygte fra eller lette dårligt humør (fx følelsen af hjælpeløshed, skyld, angst)

fortsættes >

## **b) Kriterie for eksklusion**

\_\_\_\_\_ Den overdrevne brug af internettet kan ikke bedre forklares af en psykotisk lidelse eller en bipolar affektiv sindslidelse.

## **c) Kriterie for klinisk signifikant forringelse**

\_\_\_\_\_ Funktionsmæssig forringelse (reduceret social, akademisk, arbejdsmæssig duelighed), inklusiv tab af vigtige relationer, ansættelse, uddannelse eller karrieremuligheder.

## **d) Kriterie for varighed**

\_\_\_\_\_ Internetafhængigheden skal have varet over tre måneder med mindst seks timers internetbrug dagligt (ikke arbejdsrelateret/ikke-akademisk).

---

Alle fire kriterier skal være opfyldt (besvaret med et ja/kryds) for at få diagnosen internetafhængighed.

Hovedkravet er tilstedeværelse af de to kernesymptomer (optagethed af internettet og abstinenssymptomer ved fravær fra internettet) samt yderligere mindst et symptom ud af de fem mulige i a). Kriterie b) viser, om din eventuelle afhængighed er forbundet med eller skyldes andre sygdomme, og kriterie c) og d) viser omfanget og sværhedsgraden af din internetafhængighed.