

## TEST ORMAN INTERNET ADDICTION

1. Est-ce que vous passez plus de temps connecté sur l'Internet, que vous auriez penser initialement ?	
OUI	NON
2. Est-ce que ça vous dérange de limiter le temps passé sur l'Internet ?	
OUI	NON
3. Est-ce que des amis ou des membres de votre famille se sont plaint par rapport au temps que vous passez sur l'Internet ?	
OUI	NON
4. Est-ce que vous trouvez difficile de rester sans être connecté pendant quelques jours ?	
OUI	NON
5. Est-ce que le rendement de votre travail professionnel ou les relations personnel, ont souffert à cause du temps que vous passez sur l'Internet ?	
OUI	NON
6. Est-ce qu'il y a des zones de l'Internet, des sites particuliers, que vous trouvez difficile à éviter ?	
OUI	NON
7. Est-ce que vous avez du mal à contrôler l'impulsion d'acheter des produits ou des services étant en relation avec l'Internet ?	
OUI	NON
8. Avez-vous essayé, sans succès, d'écourter l'usage de l'Internet ?	
OUI	NON
9. Est-ce que vous déviez beaucoup de vos champs d'action et satisfaction, à cause de l'Internet ?	
OUI	NON

- De **0 à 3 réponses positives**, il y a une petite tendance à devenir addictif Internet.
- Entre **4-6 réponses positives**, il y a une chance de développer cette conduite addictive.
- Enfin, entre **7 à 9 réponses positives**, il y a une forte tendance à devenir dépendant.