

THANG ĐO CHỨNG SỢ THIẾU ĐIỆN THOẠI DI ĐỘNG

Yildirim & Correia, 2015

Bản thích nghi trên trẻ vị thành niên của Nguyễn Tuấn Vĩnh và cộng sự (2022)

Vui lòng cho biết mức độ đồng ý hay không đồng ý của em với mỗi ý kiến liên quan đến điện thoại di động thông minh dưới đây:

Hoàn toàn không đồng ý					Hoàn toàn đồng ý		
1	2	3	4	5	6	7	
1. Em cảm thấy không thoải mái khi không được tiếp cận thông tin liên tục từ điện thoại của mình	1	2	3	4	5	6	7
2. Em khó chịu nếu em không thể tìm kiếm thông tin trên điện thoại của mình khi em muốn	1	2	3	4	5	6	7
3. Việc không thể nhận được thông tin (ví dụ, những gì đang diễn ra, thời tiết, v.v) trên điện thoại của mình khiến em lo lắng.	1	2	3	4	5	6	7
4. Em khó chịu nếu không thể sử dụng điện thoại/ các chức năng của điện thoại khi em muốn	1	2	3	4	5	6	7
5. Điện thoại hết pin khiến em sợ hãi	1	2	3	4	5	6	7
6. Nếu điện thoại của em hết tiền hoặc hết dữ liệu truy cập, em hoảng sợ	1	2	3	4	5	6	7
7. Nếu không có tín hiệu dữ liệu hoặc không thể kết nối với wifi, em sẽ liên tục kiểm tra để xem có tín hiệu hay hoặc có thể tìm một mạng wifi nào đó để truy cập	1	2	3	4	5	6	7
8. Nếu không có điện thoại của mình, em sợ sẽ bị bỏ rơi ở đâu đó.	1	2	3	4	5	6	7
9. Nếu không thể kiểm tra điện thoại của mình trong một thời gian, em mong muốn kiểm tra nó.	1	2	3	4	5	6	7
10. Nếu em không có điện thoại bên cạnh mình, em cảm thấy lo lắng vì em không thể liên lạc ngay với gia đình, bạn bè.	1	2	3	4	5	6	7
11. Nếu em không có điện thoại bên cạnh mình, em lo lắng vì gia đình, bạn bè không thể liên lạc được với em.	1	2	3	4	5	6	7
12. Nếu em không có điện thoại bên cạnh mình, em cảm thấy lo lắng vì em sẽ không thể nhận được các tin nhắn và cuộc gọi	1	2	3	4	5	6	7
13. Nếu em không có điện thoại bên cạnh mình, em cảm thấy lo lắng vì em không thể giữ liên lạc với gia đình, bạn bè	1	2	3	4	5	6	7
14. Nếu em không có điện thoại bên cạnh mình, em cảm thấy sợ hãi vì em không thể biết ai đó đã cố gắng liên lạc với mình	1	2	3	4	5	6	7
15. Nếu em không có điện thoại bên cạnh mình, em cảm thấy lo lắng vì sự kết nối liên tục của em với gia đình và bạn bè của em sẽ bị gián đoạn	1	2	3	4	5	6	7
16. Nếu em không có điện thoại bên cạnh mình, em cảm thấy hồi hộp khi em sẽ bị ngắt kết nối với danh tính trên mạng của em	1	2	3	4	5	6	7

17. Nếu em không có điện thoại bên cạnh mình, em cảm thấy không thoải mái vì không thể tiếp tục cập nhật được thông tin mới nhất từ các phương tiện truyền thông và mạng xã hội	1	2	3	4	5	6	7
18. Nếu em không có điện thoại bên cạnh mình, em cảm thấy lúng túng vì không thể kiểm tra thông báo cập nhật từ các kết nối và mạng xã hội của mình	1	2	3	4	5	6	7
19. Nếu em không có điện thoại bên cạnh mình, em cảm thấy lo lắng bởi vì em không thể kiểm tra thư điện tử (email)	1	2	3	4	5	6	7
20. Nếu em không có điện thoại bên cạnh mình, em cảm thấy kỳ lạ vì em không biết phải làm gì cả	1	2	3	4	5	6	7

Không tiếp cận được với thông tin: Câu 1 – 4
 Từ bỏ sự thuận tiện: Câu 5 – 9
 Không thể giao tiếp: Câu 10 – 15
 Mất kết nối: Câu 16 – 20

Cách tính điểm:

Tính tổng điểm toàn bộ các mục hỏi. Nếu điểm càng cao cho thấy mức độ sợ thiếu điện thoại di động càng nghiêm trọng. Các mức độ được xác định như sau:

Điểm số	Mức độ sợ thiếu điện thoại di động
20 điểm	Không có
21 – 59 điểm	Nhẹ
60 – 99 điểm	Vừa
100 – 140 điểm	Nghiêm trọng

Trích dẫn:

Nguyễn Tuấn Vĩnh, Nguyễn Phương Hồng Ngọc, Nguyễn Bảo Uyên, Nguyễn Phước Cát Tường, Trần Thị Thủy Thương Ngọc (2022). Thách nghi thang đo chứng sợ thiếu điện thoại di động trên nhóm mẫu vị thành niên. *Tạp chí Tâm lý học*, Số 8, 31-45

Tuan-Vinh Nguyen, Quynh-Anh Ngoc Nguyen, Ngoc P.H. Nguyen, Uyen B. Nguyen (2024). Smartphone use, nomophobia, and academic achievement in Vietnamese high school students. *Computers in Human Behavior Reports*, 14, 1-10. <https://doi.org/10.1016/j.chbr.2024.100418>