



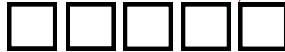
Koenko FOMOa?

Väritä ruutuja:

Kyllä todellakin:



Ei yhtään:



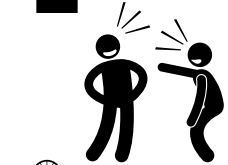
1. Pelkään, että muut kokevat palkitsevia asioita minua enemmän.

1	2	3	4	5
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



3. Huolestun, kun en tiedä, mitä ystäväni aikovat tehdä.

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------



4. On tärkeää ymmärtää kavereideni sisäpiirivitsejä (inside jokes).

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------



5. Mietin joskus, käytätkö liikaa aikaa siihen, että pysyn ajan tasalla meneillään olevista asioista.

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------



6. Minua häiritsee, jos menetän tilaisuuden tavata kavereitani.

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------



7. Kun minulla on mukavaa, on tärkeää jakaa tietoa asiasta tai tapahtumasta netissä/somessa.

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------



8. Lomaillessa ja matkoillakin seuran kavereiden tekemisiä.

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------

Mitä enemmän ruutuja, sitä enemmän FOMO voi altistaa sinua somen tai digipelien liikkakäytölle!

Sovellettu lähteistä: Przybylski, A. K., Murayama, C., DeHaanc, C. R., & Gladwell, V. (2013). Fear of Missing Out scale. Suomennus: Korhonen, Helmi. Sosped-säätiö