**התמכרות למין – באינטרנט**

**לפניכם 13 פריטים לזיהוי דפוסים של התמכרות למין באינטרנט.**

**במידה וענית בצורה חיובית על 5 שאלות או יותר, יש מקום לפנות לקבלת טיפול מקצועי.**

1. האם הנך מבלה זמן רב יותר בקשירת קשרים רומנטיים או מעורבות מינית דרך האינטרנט?
2. האם היית מעורב במספר קשרים רומנטיים או מיניים באמצאות האינטרנט?
3. האם אתה מעדיף יחסי מין באמצאות האינטרנט על פני יחסי מין עם בת/בן זוגך?
4. האם נסית ללא הצלחה להקטין את הזמן שאתה מבלה בפעילות מינית או רומנטית באינטרנט?
5. האם הזמן שאתה מבלה בפעילות מינית או רומנטית באינטרנט פוגע בעבודתך או בקיום התחייבות חשובות אחרות?
6. האם צברת כמות גדולה של חומר פורנוגרפי דרך האינטרנט?
7. האם השתתפת בפעולות או חוויות וירטואליות דרך האינטרנט אשר היו בלתי חוקיות אילו בוצעו הלכה למעשה (כגון אונס או מין עם ילדים או מתבגרים)?
8. האם מעורבותך המינית או הרומנטית דרך האינטרנט גורמת לכך שאתה מבלה פחות זמן עם בת/ן זוגך, במפגשים עם בנות/בנים, או במפגשים עם חברים?
9. האם שקרת לגבי הזמן או מהות הפעילות המינית או הרומנטית שלך דרך האינטרנט?
10. האם התנסית בפעילות מינית דרך האינטרנט שאינך מעונין לגלות לבן/ת זוגך?
11. האם בני משפחתך או חבריך התלוננו או הביעו דאגה באופן הולך וגובר בדבר היקף הזמן שאתה מבלה באינטרנט?
12. האם אתה לעיתים קרובות מתרגז או מתעצבן כאשר אתה מתבקש להתנתק מהאינטרנט או מהמחשב?
13. האם המחשב הפך להיות נקודת המיקוד העיקרית של חיי המין או הרומנטיקה שלך?

Schneider, J.P. & Weiss, R. (2001) Cybersex Exposed: Simple Fantasy or Obsession? Center City, MN: Hazeldon. 196-197