

N° de prueba: _____

A continuación, se presentan 24 ítems referidos al uso de las redes sociales, por favor conteste a todo ellos con sinceridad. No existe respuestas adecuadas, buenas, inadecuadas o malas. Marque con una equis (X) en el espacio que corresponda a lo que Ud. Siente, piensa o hace:

0
Nunca

1
Rara vez

2
Algunas veces

3
Casi siempre

4
Siempre

N° ÍTEM	DESCRIPCIÓN	RESPUESTAS				
		0	1	2	3	4
1	Siento gran necesidad de mantener conectado a las redes sociales.					
2	Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales.					
3	El tiempo que antes destinaba para estar conectado a las redes sociales ya no me satisface, necesito más.					
4	Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales.					
5	No sé qué hacer cuando quedo desconectado de las redes sociales.					
6	Me pongo de malhumor si no puedo conectarme a las redes sociales.					
7	Me siento ansioso cuando no puedo conectarme a las redes sociales.					
8	Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja.					
9	Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo.					
10	Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado.					
11	Pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales.					
12	Pienso en que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales.					
13	Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días.					
14	Me propongo sin éxito, controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales.					
15	Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales.					
16	Invierto mucho tiempo del día conectándome y desconectándome de las redes sociales.					
17	Permanezco mucho tiempo conectado a las redes sociales.					
18	Estoy atento a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o a la computadora.					
19	Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado a las redes sociales.					
20	Descuido las tareas y los estudios por estar conectado a las redes sociales.					
21	Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes sociales.					
22	Mi pareja, o amigos, o familiares; me han llamado la atención por mi dedicación y el tiempo que destino a las cosas de las redes sociales.					
23	Cuando estoy en clase sin conectar con las redes sociales, me siento aburrido.					
24	Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso la red social.					

FIN DE LA PRUEBA

COMPRUEBE QUE HA CONTESTADO A TODOS LOS ÍTEMS.