

ANEXO II. Cuestionario para detectar situaciones de adicción a las nuevas tecnologías

1. ¿Cuánto tiempo dedicas diariamente a estar conectado?
 - a. Menos de 3 horas
 - b. Entre 3 y 4 horas
 - c. Más de 4 horas
2. ¿Has intentado alguna vez pasar menos tiempo conectado y no lo has logrado?
 - a. Nada
 - b. Poco
 - c. Ni mucho ni poco
 - d. Bastante
 - e. Mucho
3. ¿Tiendes a reducir en el número de horas dedicadas a internet cuando te preguntan?
 - a. Sí, siempre
 - b. Sí, a veces
 - c. No, nunca
4. ¿Puedes salir de casa sin el teléfono móvil?
 - a. Sí, no me preocupa salir sin móvil
 - b. No, si se me olvida tengo que volver a por el a casa
5. ¿Cómo reaccionas cuando tus padres te piden que no estés tantas horas frente al ordenador, móvil, Tablet...?
 - a. Les hago caso y reduzco el número de horas conectado porque sé que quieren lo mejor para mí.
 - b. No les hago ni caso
 - c. Intento negociar
 - d. Prometo que será la última vez que esté tantas horas conectado y luego hago lo que me apetezca
6. ¿Tienes cuentas de Facebook, twitter, instagram u otras? Si / No

7. En caso afirmativo, ¿cuántas horas diarias permaneces conectado a ellas?

- a. Menos de 3 horas diarias
- b. Entre 3 y 4 horas diarias
- c. Más de 4 horas diarias

8. ¿Desatiendes las tareas del colegio por pasar más tiempo conectado a la red?

- a. Nada
- b. Poco
- c. Ni mucho ni poco
- d. Bastante
- e. Mucho

9. ¿Has dejado de practicar alguna actividad de ocio para poder pasar más tiempo frente a las nuevas tecnologías?

- a. Nada
- b. Poco
- c. Ni mucho ni poco
- d. Bastante
- e. Mucho

10. Te irritas cuando a lo largo del día no recibes mensajes, Whatsapp, notificaciones de Facebook, twitts...

- a. Nada
- b. Poco
- c. Ni mucho ni poco
- d. Bastante
- e. Mucho

11. Cada vez te comunicas más con tus amigos por mail o móvil aun pudiendo hacerlo en persona

- a. Nada
- b. Poco
- c. Ni mucho ni poco
- d. Bastante
- e. Mucho