



TEST FAMILY TIC MÓVIL

1. **¿CADA CUANTO COMPRUEBAS TU MÓVIL PARA VER SI HAY NOVEDADES EN TUS REDES SOCIALES, EN TU WHATSAPP, LLAMADAS PERDIDAS...?**
 - Hay días que ni enciendo el móvil.
 - Un par de veces al día.
 - De vez en cuando. Cada vez que oigo un pitido o siento un zumbido... ¡muchas veces!
 - ¡Jamás suelto el móvil!
2. **¿TUS AMIGOS O TUS PADRES TE DICEN QUE ESTÁS “ENGANCHADO” AL MÓVIL?**
 - A mí nunca me lo han dicho, es más, ¡se lo debería decir yo a ellos!
 - Puede que alguna vez me lo hayan dicho.
 - A veces les da por comentarlo.
 - Casi todos los días tengo que escuchar cómo me sermonean.
 - ¡Constantemente!
3. **¿TE PONES NERVIOSO O DE MAL HUMOR SI NO PUEDES USAR TU MÓVIL?**
 - Hay días que ni me acuerdo de cogerlo.
 - Nunca salgo sin él aunque no lo utilizo mucho.
 - No me pongo nervioso/a, pero sí pienso que puede estar pasando algo de lo que no me esté enterando.
 - Me provoca bastante ansiedad estar sin móvil
 - En cinco minutos sin móvil puedo comerme todas la uñas.
4. **¿HAS INTENTADO USAR MENOS EL MÓVIL Y NO LO HAS CONSEGUIDO?**
 - Cada día lo uso menos.
 - Nunca me lo he planteado pero seguro que podría.
 - alguna vez sí que me lo he propuesto e incluso he podido.
 - Lo he intentado sin demasiado éxito.
 - Yo controlo, no estoy enganchado/a pero ¡que nadie toque mi móvil!
5. **¿MIENTES SOBRE LA CANTIDAD DE TIEMPO QUE USAS EL MÓVIL?**
 - No me hace falta mentir porque no lo uso mucho.
 - Creo que no he tenido que hacerlo nunca.
 - La verdad es que, a veces, sí que he mentido.
 - Me ha tocado mentir bastantes veces.
 - Si dijera la verdad me tomarían por un adicto al móvil
6. **¿CON QUÉ FRECUENCIA INTERRUMPES UNA CONVERSACIÓN PARA COMPROBAR TU MÓVIL?**
 - Nunca la interrumpo.
 - Sólo si estoy esperando noticias importantes.
 - Echo un par de vistazos al móvil mientras estoy con mis amigos/as pero no lo considero grave.
 - Depende de lo interesante que sea la conversación.
 - A veces dejo el móvil y escucho a mis amigos/as.

7. ¿USAS EL MÓVIL EN LUGARES EN LOS QUE ESTÁ PROHIBIDO O LIMITADO COMO EN CLASE, CINE, TEATRO...?

- ¡Nunca se me ocurriría!
- alguna vez lo he hecho.
- Tengo que reconocer que a veces lo hago.
- Pues como todo el mundo: bastantes veces.
- Mi móvil y yo somos uno, no lo dejo de usar en ningún sitio.

8. ¿CREES QUE DEBERÍAS USAR MENOS EL MÓVIL PORQUE PIENSAS QUE ESTÁS “ENGANCHADO”?

- ¡En absoluto! Sé cuándo debo dejar mi móvil.
- No es algo que haya pensado mucho.
- A veces sí que pienso que debería controlarme más con el móvil.
- Muchas veces pienso que es el móvil el que tiene el poder sobre mí.
- Creo que tengo un problema y no puedo vivir sin usar mi móvil.

9. ¿QUÉ PASA SI SALES DE CASA SIN EL MÓVIL?

- Puede que no me dé cuenta hasta la vuelta.
- Dudo un poco, pero decido seguir mi día.
- Tengo la sensación de que me estoy perdiendo algo importante.
- Lo paso realmente mal. Antes me iría sin zapatos.
- Vuelvo a casa a por él, esté donde esté.

10. ¿DESCONECTAS EL MÓVIL CUANDO ESTÁS ESTUDIANDO, DURMIENDO...?

- Sí, algunas cosas son sagradas.
- Soy bastante responsable así que, sí lo suelo hacer.
- A veces me cuesta mucho desconectarlo.
- Prefiero silenciarlo antes que desconectarlo.
- Nunca desconecto mi móvil.

11. ¿CUÁLES SON LAS APLICACIONES QUE MÁS UTILIZAS?