

¿CON QUÉ FRECUENCIA EN LOS ÚLTIMOS 12 MESES TE HA PASADO QUE...?

	Nunca	Pocas veces	Bastantes veces	Muchas veces	Siempre
J1. Cuando te conectas sientes que el tiempo vuela y pasan las horas sin darte cuenta	<input type="checkbox"/>				
J2. Has intentado controlar o reducir el uso que haces de Internet pero no fuiste capaz	<input type="checkbox"/>				
J3. En alguna ocasión has llegado a descuidar algunas tareas escolares o a rendir menos en exámenes por conectarte a Internet	<input type="checkbox"/>				
J4. Necesitas pasar cada vez más tiempo conectado a Internet para sentirte a gusto	<input type="checkbox"/>				
J5. A veces te irritas o te pones de mal humor por no poder conectarte a Internet o tener que desconectarte	<input type="checkbox"/>				
J6. Has mentido a tus padres o a tu familia sobre el tiempo que pasas conectado a Internet	<input type="checkbox"/>				
J7. Has dejado de hacer cosas que antes te interesaban (hobbies, deportes, etc.) para poder conectarte a Internet	<input type="checkbox"/>				
J8. Te has conectado a Internet a pesar de que sabías que podría traerte problemas	<input type="checkbox"/>				
J9. Te llegó a molestar mucho pasar horas sin conectarte a Internet	<input type="checkbox"/>				
J10. Has llegado a tener la sensación de que si no te conectabas podías estar perdiendo algo realmente importante	<input type="checkbox"/>				
J11. Has llegado a hacer o a decir cosas por Internet que no harías o dirías en persona	<input type="checkbox"/>				

Las posibles contestaciones son: nunca, pocas veces, bastantes veces y muchas veces, que conllevan, respectivamente, 1, 2, 3 y 4 puntos. Si se obtiene más de 16 puntos, indicaría un uso problemático.