

**Bioscopio:
Antiselfis**

Anexo

**Test rápido
*Selfitis***

¿Selfitis?

- Hacerme selfis me ayuda a disfrutar más del entorno o situación
- Me expreso mejor en mi entorno a través de las selfis
- Compartir mis selfis me hace estar en una competición sana con amistades y colegas
- Cuelgo selfis a menudo para ganar seguidores, comentarios y *likes* en las redes sociales
- Me siento más popular cuando comparto selfis en las redes sociales
- Cuando cuelgo selfis, espero que mis amistades las comenten y me valoren
- Hacerme una selfi modifica mi humor de forma instantánea
- Soy más positivo hacia mí mismo cuando me hago selfis
- Siento más aceptación por parte del grupo cuando me hago selfis y las comparto en las redes
- Soy más relevante dentro de mis círculos cuando cuelgo selfis
- Cuando no cuelgo ninguna, siento desconexión y falta de pertenencia al grupo



Consultas y asesoramiento:

seducatiu@cccb.org

Todo el material e información en línea en:

bioscopi.cccb.org