

## SMARTPHONE IMPACT SCALE (SIS) – Italian version

**Istruzioni.** Di seguito sono riportate una serie di affermazioni riguardanti lo smartphone. Pensando alla tua personale esperienza, ti preghiamo di indicare quanto sei d'accordo con ciascuna affermazione su una scala da 1 (Totalmente in Disaccordo) a 5 (Totalmente d'Accordo).

	1	2	3	4	5
1. Quando non utilizzo lo smartphone mi sento meglio					
2. Se il mio smartphone ha un problema (es: non si accende più, si rompe) non riesco a pensare ad altro					
3. Gli altri mi dicono che passo troppo tempo sullo smartphone					
4. Quando sono arrabbiato/a, usare lo smartphone mi fa stare meglio					
5. Il rapporto col mio partner risentirebbe della mancanza dello smartphone					
6. Sono terrorizzato/a all'idea di perdere il mio smartphone					
7. Trovo più semplice intrattenere relazioni virtuali che relazioni faccia a faccia					
8. Lo smartphone mi aiuta a ricordare le cose che devo fare					
9. Una parte importante del rapporto col mio partner passa dalla comunicazione via smartphone					
10. Le persone che mi stanno intorno spesso giudicano eccessivo il mio utilizzo dello smartphone					
11. Quando mi sento sotto pressione, usare lo smartphone mi fa stare meglio					
12. Se lo smartphone si spegne, mi sento perso/a					
13. Preferisco parlare dei miei sentimenti via smartphone che non faccia a faccia					
14. <i>Mi sentivo meglio quando avevo un cellulare normale (*)</i>					
15. Senza lo smartphone non riuscirei a ricordare i miei appuntamenti					
16. Preferisco parlare dei miei problemi via smartphone che non faccia a faccia					
17. Talvolta ho delle discussioni con chi mi sta intorno rispetto al mio eccessivo utilizzo dello smartphone					
18. Lo smartphone è uno strumento opprimente					
19. Se sono triste, usare lo smartphone mi fa stare meglio					
20. Lo smartphone mi aiuta a svolgere dei compiti in modo più veloce					
21. Andrei nel panico se mi accorgessi di aver dimenticato lo smartphone a casa dopo essere uscito per andare a scuola/università/lavoro					

22. Quando non uso lo smartphone mi sento più sereno/a					
23. Lo smartphone mi ha aiutato (o mi aiuta) a mantenere vivo il mio rapporto sentimentale					
24. Preferisco le comunicazioni via smartphone perché si può decidere se e quando intervenire, al contrario di quelle faccia a faccia					
25. Lo smartphone mi aiuta nella vita di tutti i giorni					
26. Quando sono nervoso/a, usare lo smartphone mi fa sentire meglio					

### Raccomandazioni (\*)

Si suggerisce di rimuovere l'item 14 in quanto si riferisce a cellulari tradizionali (i.e., non connessi a Internet), attualmente poco comuni e ampiamente rimpiazzati dagli smartphone. Inoltre, studi recenti ancora non pubblicati mostrano come questo item sia di difficile comprensione per le popolazioni più giovani e la sua saturazione sulla dimensione "Awareness of negative smartphone impact" sia molto bassa.

### Calcolo Punteggi

Il punteggio di ciascun fattore si calcola facendo la media degli item che vi saturano. Non ci sono item reverse-scored.

- Awareness of negative smartphone impact → 1, (14), 18, 22
- Nomophobia → 2, 6, 12, 21
- Loss of control of smartphone use → 3, 10, 17
- Emotion regulation through smartphone usage → 4, 11, 19, 26
- Smartphone support to romantic relationships → 5, 9, 23
- Smartphone-mediated communication → 7, 13, 16, 24
- Smartphone tasks support → 8, 15, 20, 25

### Riferimenti bibliografici

Pancani, L., Preti, E., & Riva, P. (2020). The psychology of smartphone: The development of the smartphone impact scale (SIS). *Assessment*, 27(6), 1176-1197.