



# Umfrage zur Handynutzung

	Stimme voll zu	Stimme zu	Neutral	Stimme eher nicht zu	Stimme gar nicht zu
Es kommt oft vor, dass ich viel mehr Zeit am Handy verbringe, als ich geplant habe.					
Ich fühle mich unruhig, wenn ich nicht weiß was meine Freund:innen gerade machen.					
Ich bekomme manchmal so viele Nachrichten aufs Handy, dass es mich nervt.					
Ich vergleiche mich oft mit anderen Menschen und fühle mich schlecht dabei.					
Ich genieße es, wenn ich Zeit ohne Handy und Internet verbringen kann.					
Wenn ich mein Handy nicht an habe, habe ich Angst etwas zu verpassen.					
Ich schalte regelmäßig mein Handy aus, um nur Zeit für mich zu haben.					
Ich kann mich nicht auf die Schule konzentrieren, weil ich wissen möchte, was online alles passiert.					
Ich merke keinen Unterschied, ob ich mich mit Freund:innen digital oder persönlich unterhalte.					
Ich schlafe später oder schlecht, weil mich mein Handy wachhält.					
Die vielen Möglichkeiten von Social Media überfordern mich oft.					
Während ich etwas mit meinen Freund:innen unternehme überlege ich schon wie ich unser Erlebnis online teilen kann.					

\* Fragen teilweise an den Fragen der JIM-Studie angelehnt.