PERSÖNLICHES FAZIT

Mein Handy *und ich*

Dieser Bogen ist nur für dich. Es gibt keine richtigen oder falschen Antworten – und du musst ihn nicht abgeben.

1 Wann nutze ich mein Handy *bewusst?*

2 Wann nutze ich mein Handy *automatisch?*

3 Welche Apps geben mir *wirklich etwas?*

4 Welche Apps *fressen eher Zeit?*

5 Wann nervt mich mein eigenes Nutzungsverhalten?

6 Was würde ich gerne *verändern?*