

Name: _____ Vorname: _____ Alter: _____ (Jahre)

Die folgenden Fragen betreffen Deinen Umgang mit sozialen Medien-Apps und Video-Spielen. Bitte kreuze bei jeder Aussage die für Dich zutreffende Antwort an, die von „Nie“ bis „sehr oft“ reichen kann.

Fragebogen zur Nutzung von sozialen Medien-Apps

	Nie	Sehr selten	Selten	Manchmal	Oft	Sehr oft
1. Ich verwende viel Zeit darauf, über soziale Medien-Apps nachzudenken oder die Nutzung sozialer Medien-Apps zu planen.	()	()	()	()	()	()
2. Ich habe das Bedürfnis, soziale Medien-Apps mehr und mehr zu nutzen.	()	()	()	()	()	()
3. Ich nutze soziale Medien-Apps, um meine Probleme zu vergessen.	()	()	()	()	()	()
4. Ich habe versucht, meine sozialen Medien-Apps weniger zu nutzen, aber ich kann es nicht.	()	()	()	()	()	()
5. Ich werde gestresst oder ärgerlich, wenn ich meine sozialen Medien-Apps nicht nutzen darf.	()	()	()	()	()	()
6. Ich nutze soziale Medien-Apps so viel, dass es sich schlecht auf meine Schulleistungen oder meinen Job auswirkt.	()	()	()	()	()	()

Fragebogen zur Nutzung von Video-Spielen

	Nie	Sehr selten	Selten	Manchmal	Oft	Sehr oft
1. Ich verwende viel Zeit darauf, über Video-Spiele nachzudenken oder die Nutzung von Video-Spielen zu planen.	()	()	()	()	()	()
2. Ich habe das Bedürfnis, Video-Spiele mehr und mehr zu nutzen.	()	()	()	()	()	()
3. Ich nutze Video-Spiele, um meine Probleme zu vergessen.	()	()	()	()	()	()
4. Ich habe versucht, meine Video-Spiele weniger zu nutzen, aber ich kann es nicht.	()	()	()	()	()	()
5. Ich werde gestresst oder ärgerlich, wenn ich meine Video-Spiele nicht nutzen darf.	()	()	()	()	()	()
6. Ich nutze Video-Spiele so viel, dass es sich schlecht auf meine Schulleistungen oder meinen Job auswirkt.	()	()	()	()	()	()

© Für die Fragebogenmerkmale: Cecilie Schou Andreassen u.a., Psychological Reports, 2012, 110, 501-517. Übersetzt und als Fragebogen bearbeitet von H.-C. Steinhausen. Für die Auswertung kann den Antworten jeweils ein Gewicht von 1 (Nie) bis 6 (Sehr oft) zugeordnet werden. Aus den 6 Aussagen kann durch Addition ein Gesamtwert für die jeweilige Nutzung von sozialen Medien und von Video-Spielen berechnet und für Verlaufserhebungen benutzt werden.

Bezugsquelle: Steinhausen-Archiv.org