

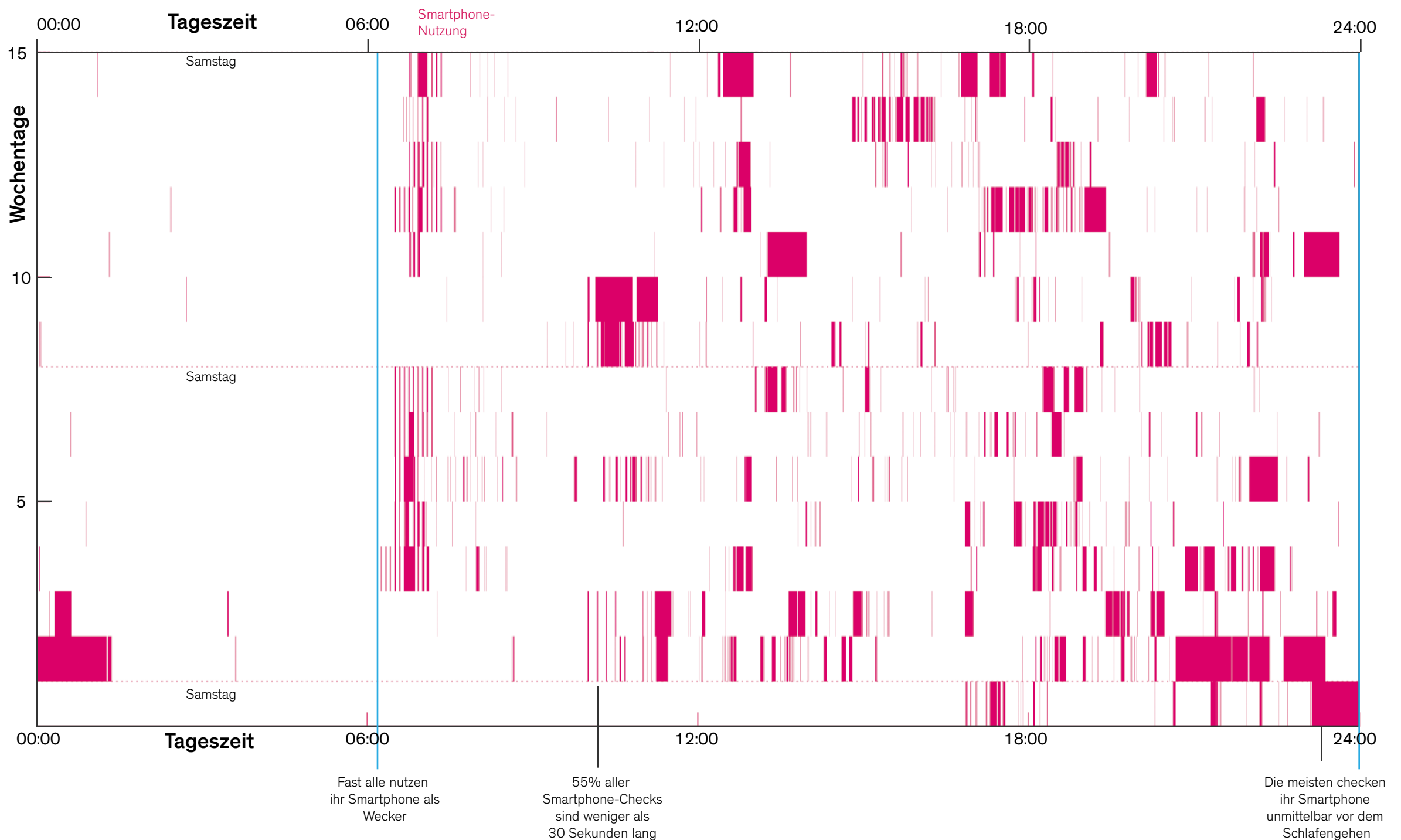
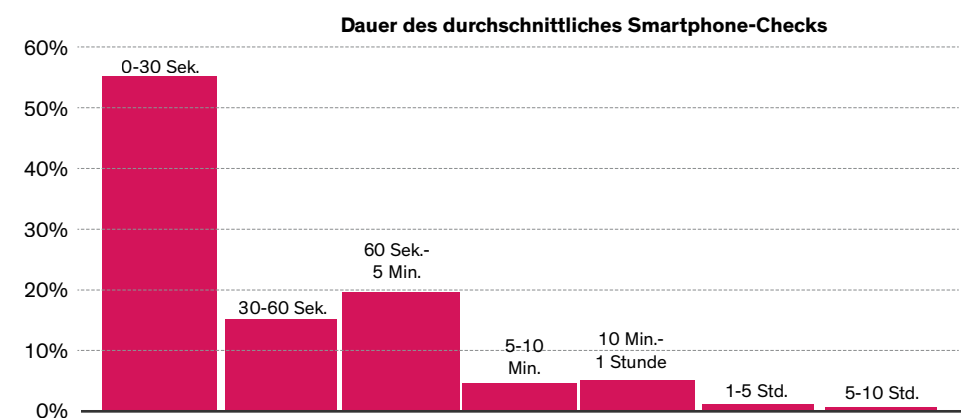
Smartphone-Nutzung: doppelt so lang wie geschätzt

Dauer und Häufigkeit tatsächlicher Smartphone-Nutzung im Vergleich mit Selbsteinschätzung

Wie oft und wie lang nutzen wir unsere Smartphones am Tag? Für eine britische Studie sollten die Befragten (18-22 Jahre) ihre tägliche Smartphone-Nutzung im Laufe von 15 Tagen schätzen. Zugleich wurde auf ihren Smartphones eine App installiert, um die tatsächliche Nutzung (inklusive Telefonieren und Musikhören) zu messen.

men. Insgesamt beträgt die Nutzungsdauer 5 Stunden täglich, wobei mehr als die Hälfte (55 Prozent) aller Aktionen weniger als 30 Sekunden dauern. „Es handelt sich um ein gewohntes, automatisches Handeln, das wir bewusst gar nicht wahrnehmen“, folgert Dr. Sally Andrews, Hauptautorin der Studie.

Die Ergebnisse zeigen: Ein Smartphone wird pro Tag durchschnittlich 85 Mal gecheckt – doppelt so oft wie die Befragten selbst annah-



Quellen: Andrews S, Ellis DA, Shaw H, Piwek L (2015) Beyond Self-Report: Tools to Compare Estimated and Real-World Smartphone Use. PLoS ONE 10(10): e0139004. doi:10.1371/journal.pone.0139004