

## Medien-Quiz zur „Handysucht“

Wie viele Menschen von einer möglichen Handysucht betroffen sein könnten, ist unklar. Mit „Handysucht“ ist jedoch nicht die Sucht nach seinem Handy gemeint, sondern nach Aktivitäten, die meist im Internet stattfinden und dabei die Ausschüttung des Glückshormons Dopamin veranlassen. Mittlerweile werden in Berichten zu diesem Thema viele verschiedene Schlagworte oder Begriffe verwendet. Welche kennst du?

**Aufgabe:** Finde den richtigen Ausdruck, der für die beschriebenen Phänomene häufig in den Medien verwendet wird und schreibe ihn in die jeweilige Zeile.

1. Die sog. „\_\_\_\_\_“ zeichnet sich durch die Angst aus kein Smartphone zu haben und damit unerreichbar zu sein. Verantwortlich dafür kann bspw. ein kaputtes bzw. nicht (mehr) vorhandenes Handy oder ein leerer Akku sein.
  - a) **NOMOPHOBIE (No-Mobile-Phone-Phobie)**
  - b) **MONOPHOBIE (Angst alleine zu sein).**
  - c) **LOGOPHOBIE (Angst zu sprechen)**
  
2. Die ständige Erreichbarkeit und die Angst etwas zu verpassen lösen für manche Menschen eine innere Unruhe aus. Diese sog. „\_\_\_\_\_“ macht sich durch die oft als unhöflich bewertete Parallelkommunikation bemerkbar, welche sich durch das Kommunizieren mit Abwesenden im Beisein Anderer auszeichnet.
  - a) **FOGO (Fear of going outside)**
  - b) **FOMO (Fear of missing out)**
  - c) **FOFO (Fear of falling over)**
  
3. Der Versuch bewusst auf digitale Medien zu verzichten mit der Absicht kreativer und produktiver zu sein, wird auch als „\_\_\_\_\_“ bezeichnet. Dabei wird versucht zunehmend offline zu sein oder die Zeit vor Bildschirmen zu verkürzen.
  - a) **Digitaler Urlaub**
  - b) **Digitales Schlafen**
  - c) **Digitales Fasten / Digitale Diät / Digital Detox**
  
4. Wenn man mit dem Handy permanent, übermäßig und zwanghaft Selbstporträts erstellt bzw. teilt, spricht man auch von einer sog. „\_\_\_\_\_“.
  - a) **Selfitis**
  - b) **Bilderitis**
  - c) **Fotose**
  
5. Dass mit neuen Medien oft auch neue Verhaltensweisen einhergehen, zeigt die Gruppe meist junger Menschen, die in der Öffentlichkeit ihre Blicke und ihre Aufmerksamkeit auf ihr Handy richten und eine problematische Kopfhaltung aufweisen. Kopf hoch, Generation „\_\_\_\_\_“!
  - a) **Generation X**
  - b) **Generation Head Down**
  - c) **Generation Y**