Medientagebuch von

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Medium | Verwendung | Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag | Samstag | Sonntag |
| Social Media | Wie lange? |  |  |  |  |  |  |  |
| Wofür? |  |  |  |  |  |  |  |
| Smartphone ohne Social Media | Wie lange? |  |  |  |  |  |  |  |
| Wofür? |  |  |  |  |  |  |  |
| Laptop/PC | Wie lange? |  |  |  |  |  |  |  |
| Wofür? |  |  |  |  |  |  |  |
| Spielekonsolen | Wie lange? |  |  |  |  |  |  |  |
| Wofür? |  |  |  |  |  |  |  |
| Fernseher | Wie lange? |  |  |  |  |  |  |  |
| Wofür? |  |  |  |  |  |  |  |
| Bücher | Wie lange? |  |  |  |  |  |  |  |
| Wofür? |  |  |  |  |  |  |  |
| Zeitungen | Wie lange? |  |  |  |  |  |  |  |
| Wofür? |  |  |  |  |  |  |  |
| Zeitschriften | Wie lange? |  |  |  |  |  |  |  |
| Wofür? |  |  |  |  |  |  |  |
| Kino | Wie lange? |  |  |  |  |  |  |  |
| Wofür? |  |  |  |  |  |  |  |

# Insgesamte Nutzungsdauer nach Medien

M1:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Nutzungsdauer in einer Woche: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

M2:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Nutzungsdauer in einer Woche: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

M3:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Nutzungsdauer in einer Woche: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

M4:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Nutzungsdauer in einer Woche: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

M5:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Nutzungsdauer in einer Woche: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

M6:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Nutzungsdauer in einer Woche: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

M7:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Nutzungsdauer in einer Woche: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

M8:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Nutzungsdauer in einer Woche: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_