

# Fragebogen zur Zufriedenheit

- mit und ohne Medien -

Wie glücklich oder zufrieden bin ich...

		sehr unzufrieden	unzufrieden	zufrieden	sehr zufrieden
wenn ich mit Freunden zusammen bin	<b>ohne</b> Medien				
	<b>mit</b> Medien				

		sehr unzufrieden	unzufrieden	zufrieden	sehr zufrieden
wenn ich zuhause bin	<b>ohne</b> Medien				
	<b>mit</b> Medien				

		sehr unzufrieden	unzufrieden	zufrieden	sehr zufrieden
beim Lernen oder in der Ausbildung	<b>ohne</b> Medien				
	<b>mit</b> Medien				

		sehr unzufrieden	unzufrieden	zufrieden	sehr zufrieden
in meiner Freizeit	<b>ohne</b> Medien				
	<b>mit</b> Medien				

		sehr unzufrieden	unzufrieden	zufrieden	sehr zufrieden
wenn ich alleine bin	<b>ohne</b> Medien				
	<b>mit</b> Medien				

Fortsetzung ↷

		sehr unzufrieden	unzufrieden	zufrieden	sehr zufrieden
beim Thema Erotik und Sex	<b>ohne</b> Medien				
	<b>mit</b> Medien				

		sehr unzufrieden	unzufrieden	zufrieden	sehr zufrieden
wenn ich mich entspanne	<b>ohne</b> Medien				
	<b>mit</b> Medien				

		sehr unzufrieden	unzufrieden	zufrieden	sehr zufrieden
wenn ich mich auf etwas konzentriere	<b>ohne</b> Medien				
	<b>mit</b> Medien				

## Auswertung

Hier bitte die Summe für jedes Symbol eintragen:

		sehr unzufrieden	unzufrieden	zufrieden	sehr zufrieden
Häufigkeit	<b>ohne</b> Medien				
	<b>mit</b> Medien				

**Meine Bewertung für mich:**