

# Social-Media-Bingo

Spielanleitung: Jede Person hat eine Bingo-Karte mit Aussagen zu Social Media. Eine Person (z.B. deine Lehrkraft) liest diese in zufälliger Reihenfolge vor.

Trifft eine Aussage auf dich zu, kreuze das Feld an. Hast du eine ganze Reihe, Spalte oder Diagonale angekreuzt, rufe laut „**BINGO!**“ und du hast gewonnen.

Ich nehme mein Handy nicht mit ins Bett.	Ich mache Fotos von meinem Essen.	Ich habe Push-Benachrichtigungen ausgeschaltet.	Ich habe schon einmal auf Social Media gepostet.	Ich tue so, als wäre ich offline, bin aber trotzdem am Handy.
Ich habe schon einmal einen negativen Kommentar geschrieben.	Ich bin jemandem schon einmal entfolgt.	Ich kenne mindestens die Hälfte meiner Follower nicht persönlich.	Ich denke regelmäßig über meinen Medienkonsum nach.	Ich scrolle morgens im Bett vor dem Aufstehen.
Ich bin in einer Familien-Chat-Gruppe.	Ich schaue Beiträge von Leuten an, die ich eigentlich nicht mag.	Ich habe ein tägliches Bildschirmzeit-Limit.	Ich habe schon einmal einen Post gelöscht, weil er wenige Likes bekommen hat.	Ich esse ohne Smartphone-Ablenkung.
Ich habe schon mal einen Beitrag gepostet, um eine Person eifersüchtig zu machen.	Ich führe Gespräche ohne auf das Handy zu schauen.	Ich habe einen Zweitaccount.	Ich mache mindestens einmal im Jahr einen "Digital Detox".	Ich habe schon einmal einen Screenshot von einem privaten Chat gemacht.
Ich scrolle, während ich auf der Toilette sitze.	Ich nutze abends den Blaulichtfilter oder den Nicht-Stören-Modus.	Ich checke meine Likes auf einen neuen Post sehr oft.	Beim Filmschauen bin ich oft am Handy.	Ich prüfe, wer meine Story angeschaut hat.

- gesunde Verhaltensweise
- neutrale Verhaltensweise
- ungesunde Verhaltensweise



### Liste mit der zufälligen Reihenfolge

Hinweis: Die Reihenfolge der Aussagen ist zufällig erstellt, damit die Spielrunde abwechslungsreich bleibt.

- 1 Ich habe schon einmal einen Screenshot von einem privaten Chat gemacht.
- 2 Ich mache Fotos von meinem Essen.
- 3 Ich scrolle auf Toilette.
- 4 Ich habe ein tägliches Bildschirmzeit-Limit.
- 5 Ich bin in einer Familien-Chat-Gruppe.
- 6 Ich schaue, wer meine Story angeschaut hat.
- 7 Ich nehme mein Handy nicht mit ins Bett.
- 8 Ich habe schon einmal einen negativen Kommentar geschrieben.
- 9 Ich führe Gespräche mit Freundinnen ohne aufs Handy zu schauen.
- 10 Beim Filmschauen bin ich oft am Handy.
- 11 Ich habe schon einmal auf Social Media gepostet.
- 12 Ich checke meine Likes auf einen neuen Post sehr oft.
- 13 Ich esse ohne Smartphone-Ablenkung.
- 14 Ich kenne mindestens die Hälfte meiner Follower nicht.
- 15 Ich nutze abends Blaulichtfilter oder den Nicht-Stören Modus.
- 16 Ich habe schon einmal einen Beitrag gepostet, um eine Person eifersüchtig zu machen.
- 17 Ich denke regelmäßig über meinen Medienkonsum nach.
- 18 Ich scrolle morgens im Bett vor dem Aufstehen.
- 19 Ich habe einen geheimen Zweitaccount.
- 20 Ich schaue Beiträge von Leuten an, die ich eigentlich nicht mag.
- 21 Ich mache mindestens einmal im Jahr einen "Digital Detox".
- 22 Ich bin schon mal jemandem entfolgt.
- 23 Ich habe Push-Benachrichtigungen ausgeschaltet.
- 24 Ich habe schon einmal einen Post wegen zu wenig Likes gelöscht.
- 25 Ich tue so, als wäre ich offline, bin aber trotzdem am Handy.