

# Inhaltsverzeichnis

<b>1</b>	<b>Vom Homo Sapiens zum Homo Digitalis</b> .....	<b>1</b>
<b>2</b>	<b>Die wissenschaftliche Beschäftigung mit Internet- und Smartphone-Sucht nimmt international an Fahrt auf</b> .....	<b>11</b>
<b>3</b>	<b>Smartphone-Sucht verstehen</b> .....	<b>13</b>
<b>4</b>	<b>Wer ist besonders anfällig, eine Smartphone-Sucht zu entwickeln?</b> .....	<b>19</b>
<b>5</b>	<b>Smartphone-Nutzung und das Gehirn</b> .....	<b>23</b>
<b>6</b>	<b>Das Nutzen von sozialen Netzwerken im Internet und das Gehirn</b> .....	<b>25</b>
<b>7</b>	<b>Technologie-Nutzung in der Kindheit und in der Familie</b> .....	<b>29</b>
<b>8</b>	<b>Smartphone und E-Mails bei der Arbeit</b> .....	<b>35</b>
<b>9</b>	<b>Nachtrag</b> .....	<b>43</b>
<b>10</b>	<b>Appendix: Schnelltest Smartphone-Sucht</b> .....	<b>45</b>
	<b>Literatur</b> .....	<b>53</b>