



MIG OG MIN  
SMARTE  
TELEFON

MIG OG MIN  
SMARTE  
TELEFON



kommunikation  
 hjælpsom smart  
 vigtig perfekt dejlig  
 fin  
 kontakt telefon tidsspil  
 genial uundværlig nyttig  
 afhængighed beskyttet uerstattelig  
 hahaha  
 awesome handy  
 spændende hjælp awesome stor  
 livsnødvendig  
 overblik  
 optur polis brugbart  
 super  
 oplysende  
 hjælpemiddel ur flot skat  
 genvej nødvendig nooooo  
 runescape elendig bedst  
 tidsfordriv suplim værktøj ordbog durebar  
 underholdning livet niceeee lort  
 en love klogeåge  
 livsnødvendig  
 liv nem fleksibel  
 social sjov baby fræk ond netværk yolo dårlig brugelig  
 livsnørve livslinj frined  
 supereffektiv kommunikationsmiddel  
 ok lækker livsvigtig smartphone lyserød kæreste smarttelefon nødvendighed musik  
 gamle tynd luksus kontaktvedligeholdende okay interessant  
 normal gammel cool gud  
 brugbare odelagt holdbar  
 firkantet luxuz  
 flexibel fortørret alt-i-en  
 brugbar tidsbespar uunværlig

# praktisk

nødvendig musik  
 fantastisk

# UNDERSØGELSEN

---

538 gymnasieelever fra gymnasier  
i hele landet

Svarprocent: 79

Søren Hebsgaard,  
videnskabsjournalist og  
teknologiforsker

Twitter: @sorenhebsgaard

web: [minsmartetelefon.dk](http://minsmartetelefon.dk)

I de kedelige gamle dage...



www

1994

1996

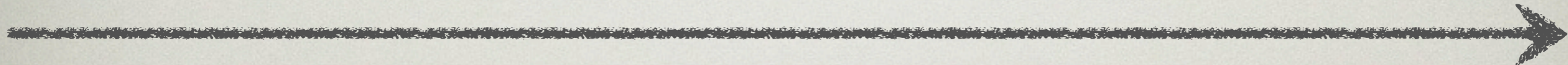
1997

2001

2007

2008

2013









**HVAD SYNES I?**

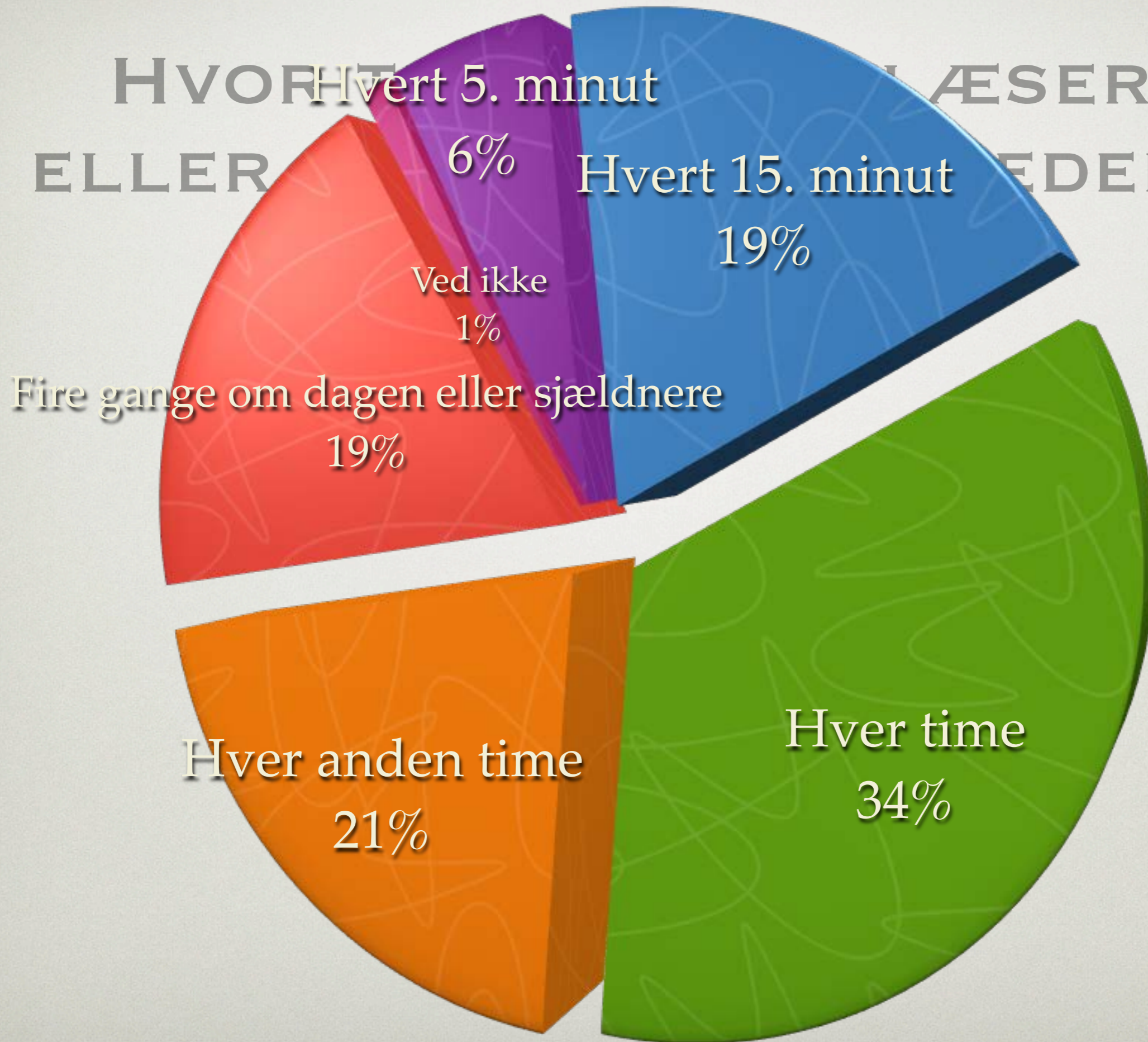




**Meet me in front of  
Strand Books at 2.**

**HVOR TIT TJEKKER, LÆSER  
ELLER SKRIVER DU BESKEDER?**

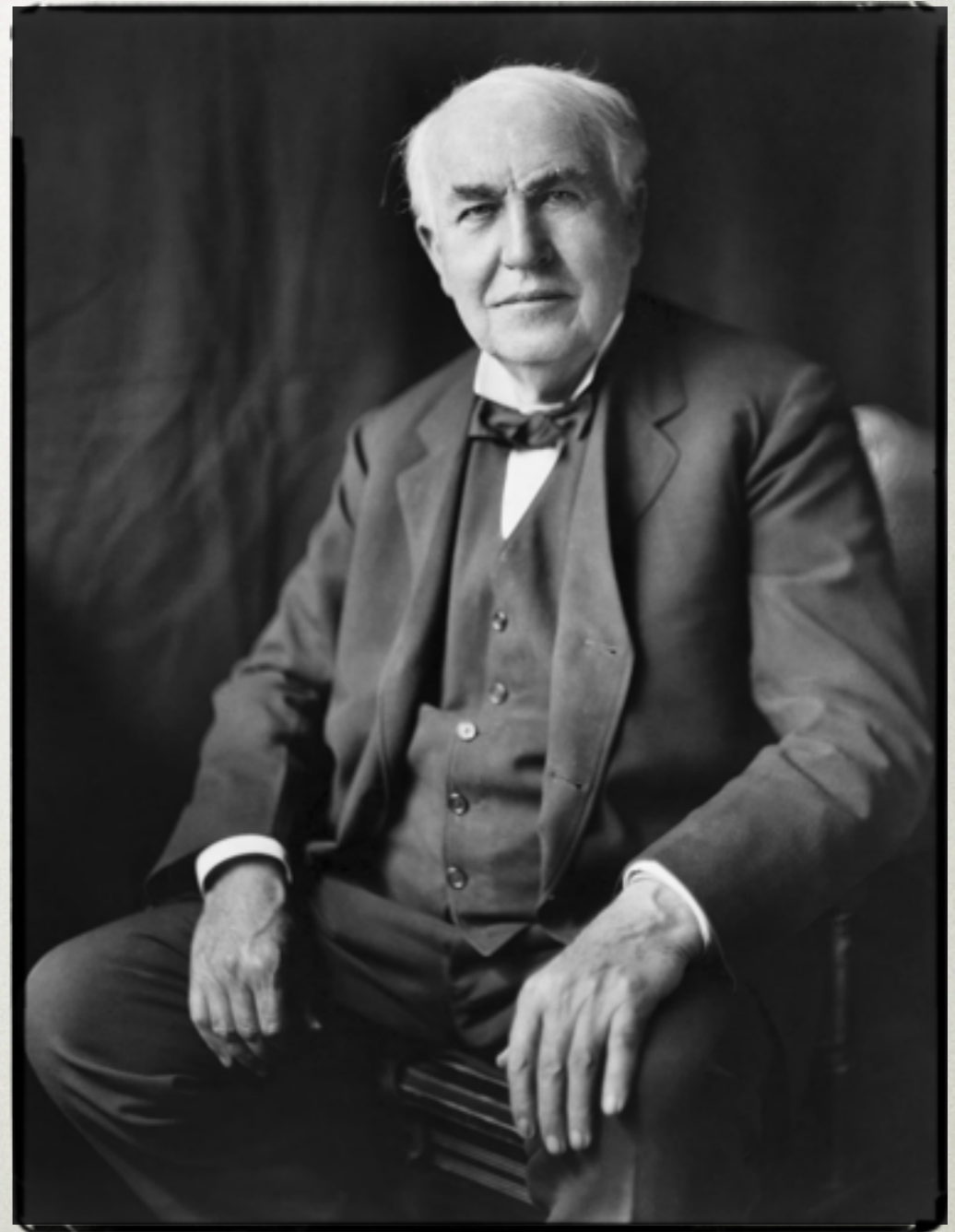
# HVORHÆFT LÆSER I LÆSER ELLER HÆFT LÆSER?



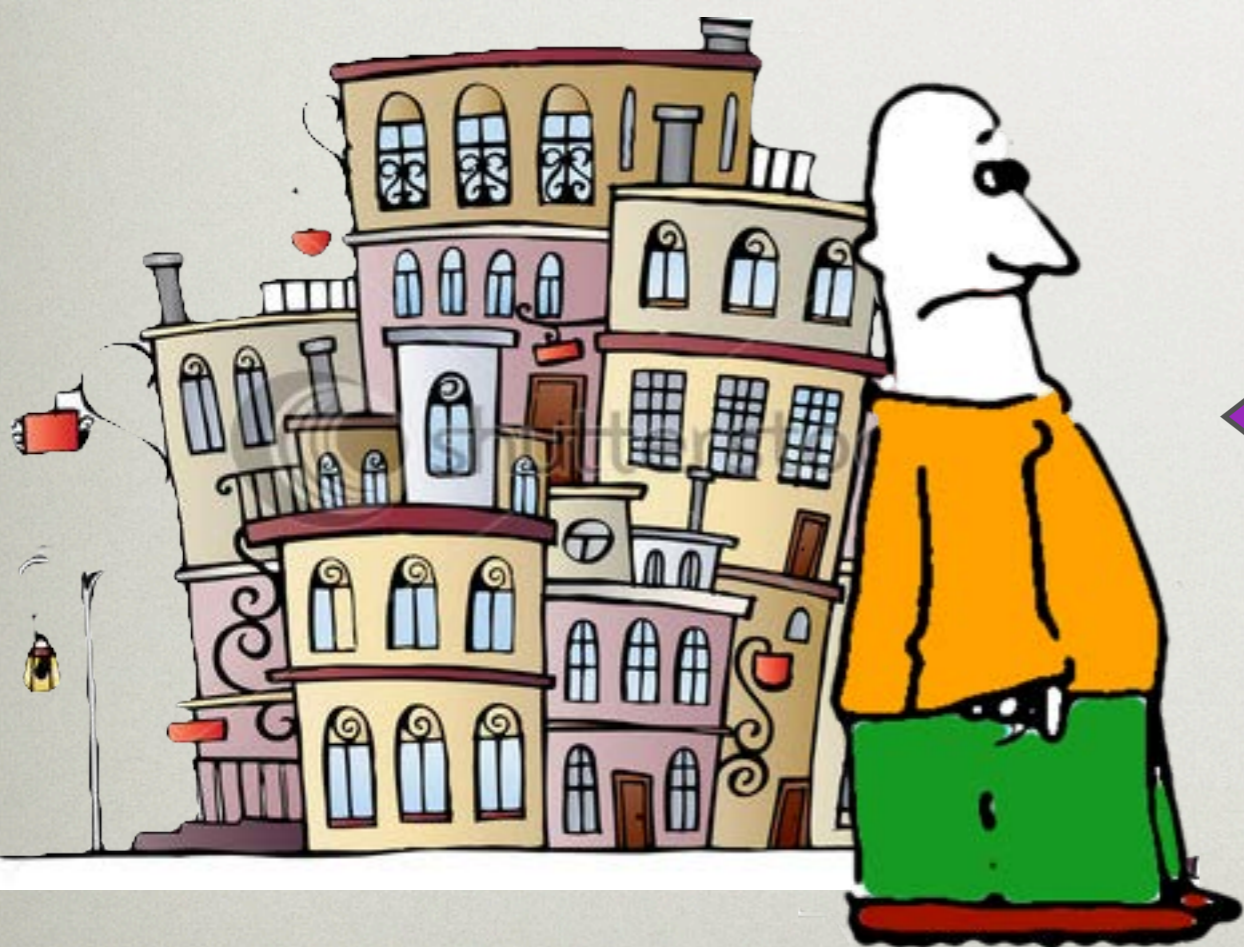
# TEKNOLOGIEN ÆNDRER, HVAD DER ER “NORMALT”

---

“Husmoderens  
hjem bliver som et  
paradis!”



*Thomas Alva Edison*



# SYNKRON

---

- Tale, ansigt til ansigt
- Highfive
- Tale i telefon





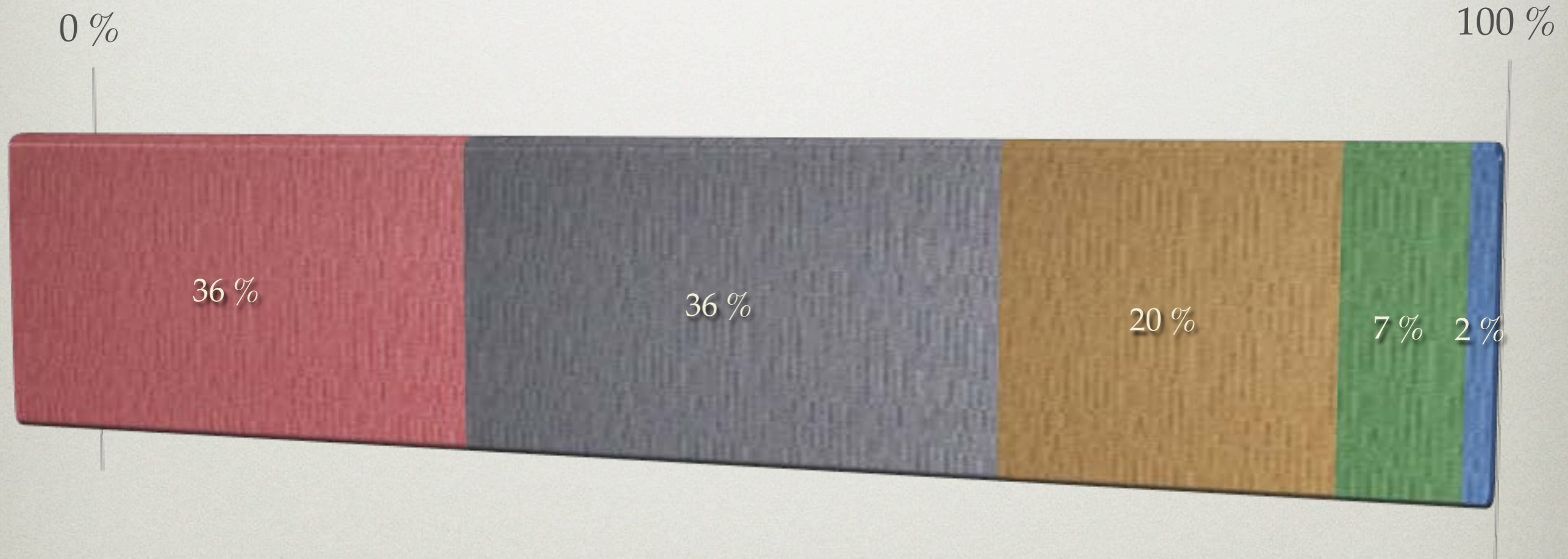
# ASYNKRON

- Brev
- SMS
- Email
- Facebook



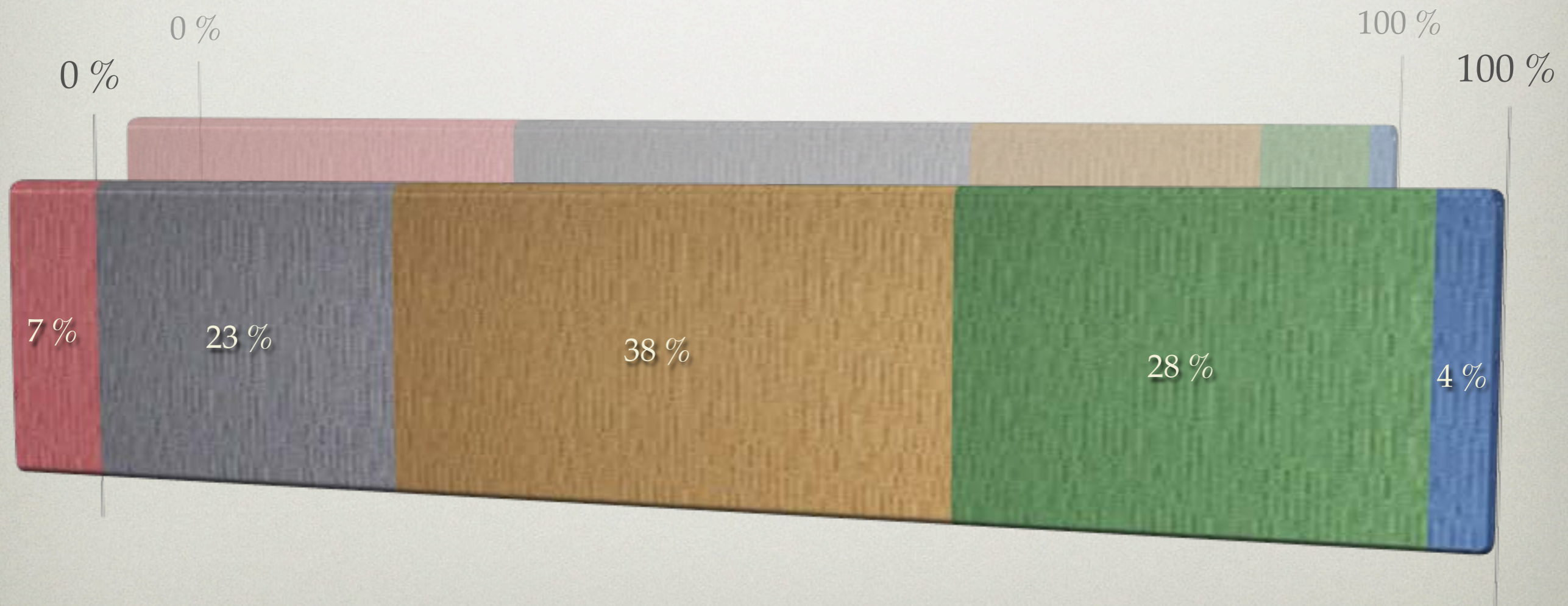
# HVOR HURTIGT SVARER DU PÅ EN SMS?

- Med det samme
- Inden for fem minutter
- Inden for en time
- Samme dag
- Senere



# HVOR SENT KAN MAN SVARE PÅ EN SMS, UDEN AT DET ER DÅRLIG STIL?

- Med det samme
- Inden for fem minutter
- Inden for en time
- Samme dag
- Senere



# SYNKRON

---

- Tale, ansigt til ansigt
- Highfive
- Tale i telefon
- **SMS, chat, Facebook**



**BRUGER DU TIT DIN  
TELEFON, MENS DU...**

... endnu ikke er stået op?

34%

der bruger mobilen  
"hver gang" eller  
"tre ud af fire gange"

... endnu ikke er stået op?

... ligger i sengen, før du skal sove?

60%

der bruger mobilen  
"hver gang" eller  
"tre ud af fire gange"

- ... endnu ikke er stået op?
- ... ligger i sengen, før du skal sove?
- ... går fra et sted til et andet?

49%

der bruger mobilen  
"hver gang" eller  
"tre ud af fire gange"



- ... endnu ikke er stået op?
- ... ligger i sengen, før du skal sove?
- ... går fra et sted til et andet?
- ... kører på cykel?

14%

der bruger mobilen  
"hver gang" eller  
"tre ud af fire gange"

- ... endnu ikke er stået op?
- ... ligger i sengen, før du skal sove?
- ... går fra et sted til et andet?
- ... kører på cykel?
- ... venter et par minutter?

46%

der bruger mobilen  
"hver gang" eller  
"tre ud af fire gange"

- ... endnu ikke er stået op?
- ... ligger i sengen, før du skal sove?
- ... går fra et sted til et andet?
- ... kører på cykel?
- ... venter et par minutter?
- ... venter 10 minutter

72%

der bruger mobilen  
"hver gang" eller  
"tre ud af fire gange"

- ... endnu ikke er stået op?
- ... ligger i sengen, før du skal sove?
- ... går fra et sted til et andet?
- ... kører på cykel?
- ... venter et par minutter?
- ... venter 10 minutter
- ... ser fjernsyn?

47%

der bruger mobilen  
"hver gang" eller  
"tre ud af fire gange"

- ... endnu ikke er stået op?
- ... ligger i sengen, før du skal sove?
- ... går fra et sted til et andet?
- ... kører på cykel?
- ... venter et par minutter?
- ... venter 10 minutter
- ... ser fjernsyn?
- ... ser en film i biografen?

4%

der bruger mobilen  
"hver gang" eller  
"tre ud af fire gange"

- ... endnu ikke er stået op?
- ... ligger i sengen, før du skal sove?
- ... går fra et sted til et andet?
- ... kører på cykel?
- ... venter et par minutter?
- ... venter 10 minutter
- ... ser fjernsyn?
- ... ser en film i biografen?
- ... har en undervisningstime?

25%

der bruger mobilen  
"hver gang" eller  
"tre ud af fire gange"

- ... endnu ikke er stået op?
- ... ligger i sengen, før du skal sove?
- ... går fra et sted til et andet?
- ... kører på cykel?
- ... venter et par minutter?
- ... venter 10 minutter
- ... ser fjernsyn?
- ... ser en film i biografen?
- ... har en undervisningstime?
- ... sidder og snakker i en gruppe?

16%

der bruger mobilen  
"hver gang" eller  
"tre ud af fire gange"

- ... endnu ikke er stået op?
- ... ligger i sengen, før du skal sove?
- ... går fra et sted til et andet?
- ... kører på cykel?
- ... venter et par minutter?
- ... venter 10 minutter
- ... ser fjernsyn?
- ... ser en film i biografen?
- ... har en undervisningstime?
- ... sidder og snakker i en gruppe?
- ... sidder og snakker med én?

# 10%

der bruger mobilen  
"hver gang" eller  
"tre ud af fire gange"

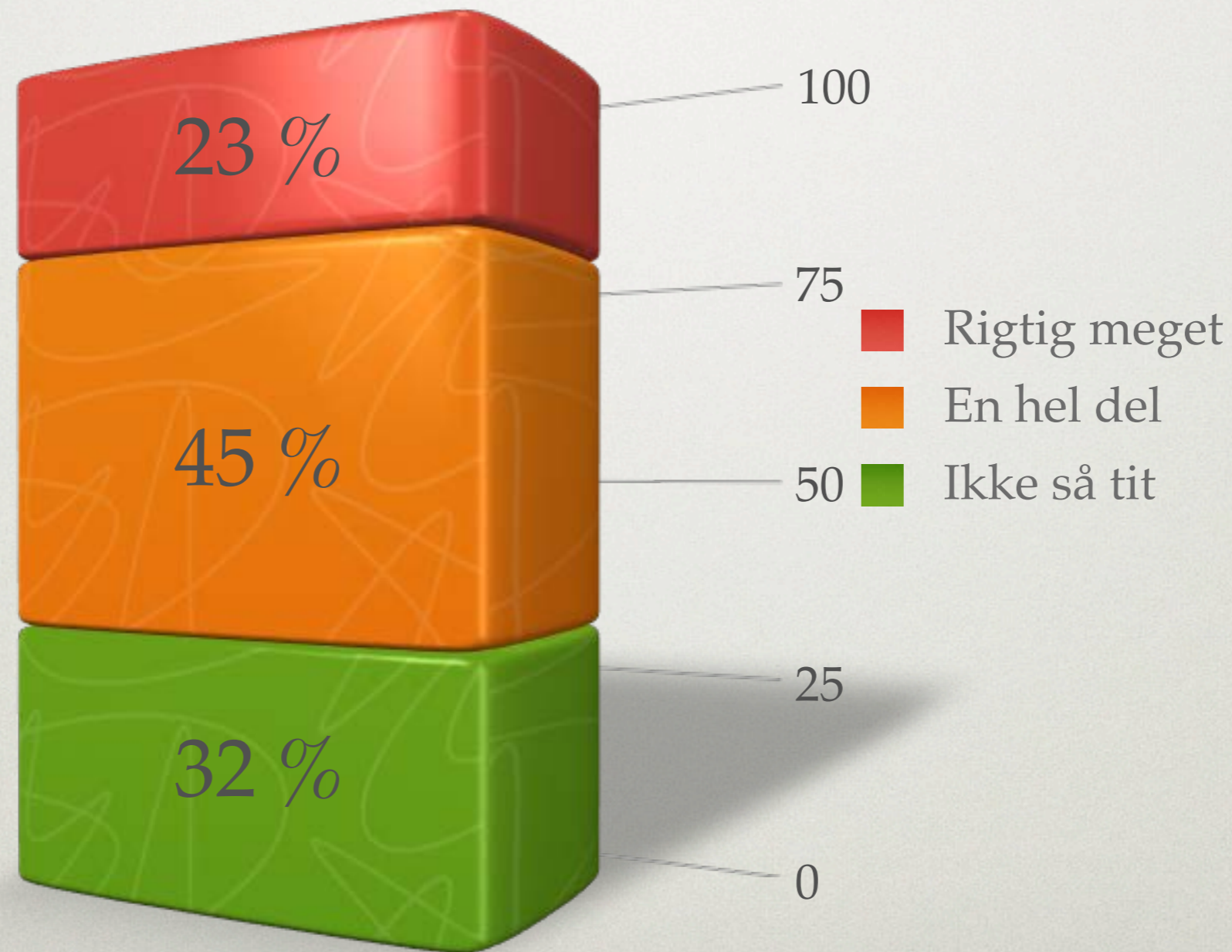


- ... endnu ikke er stået op?
- ... ligger i sengen, før du skal sove?
- ... går fra et sted til et andet?
- ... kører på cykel?
- ... venter et par minutter?
- ... venter 10 minutter
- ... ser fjernsyn?
- ... ser en film i biografen?
- ... har en undervisningstime?
- ... sidder og snakker i en gruppe?
- ... sidder og snakker med én?
- ... er på toilettet?

32%

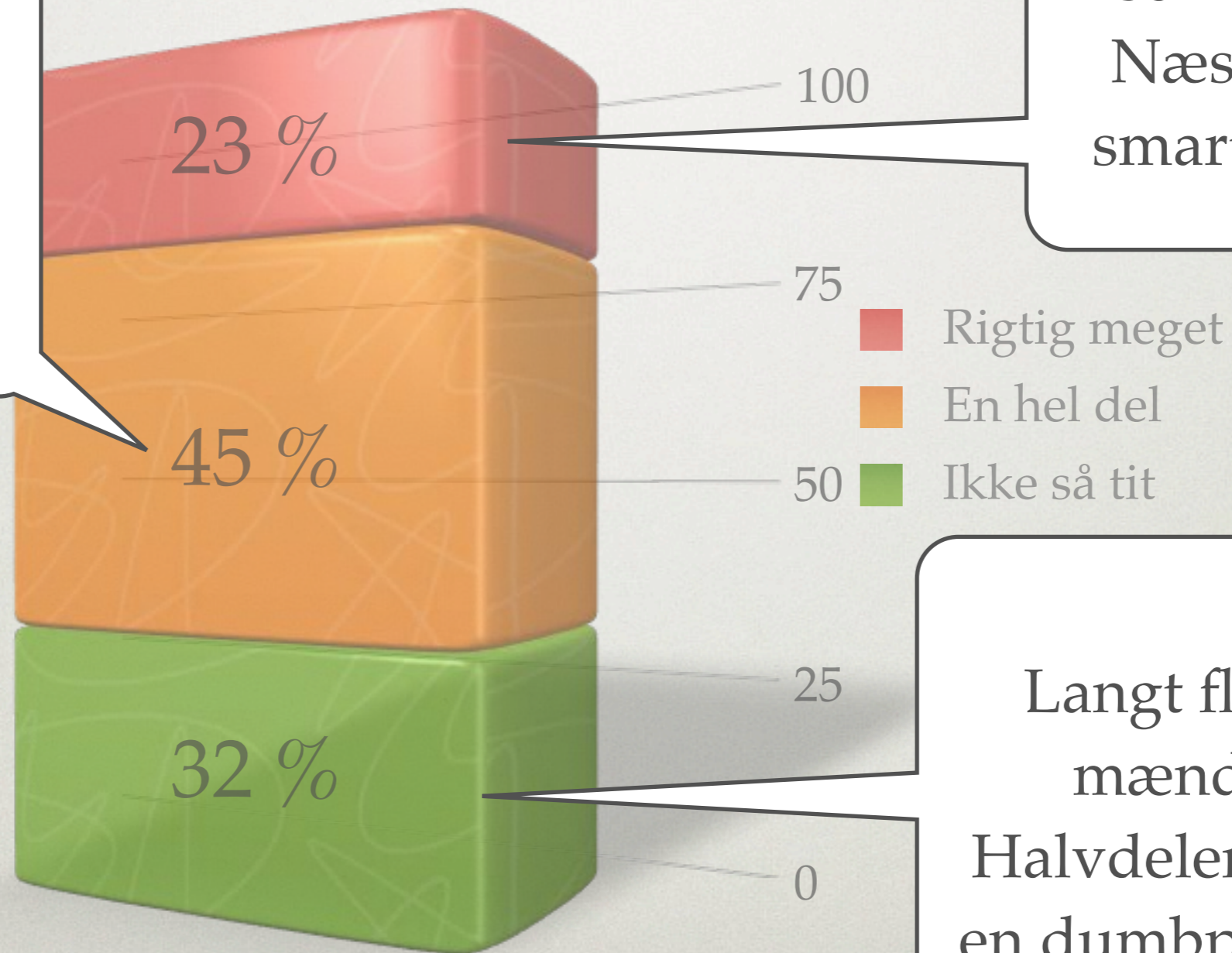
der bruger mobilen  
"hver gang" eller  
"tre ud af fire gange"

# HVOR MANGE MULTITASKER?



# HVOR MANGE MULTITASKER?

84 pct. har en  
smartphone.



Dobbelt så  
mange kvinder  
som mænd.  
Næsten kun  
smartphones.

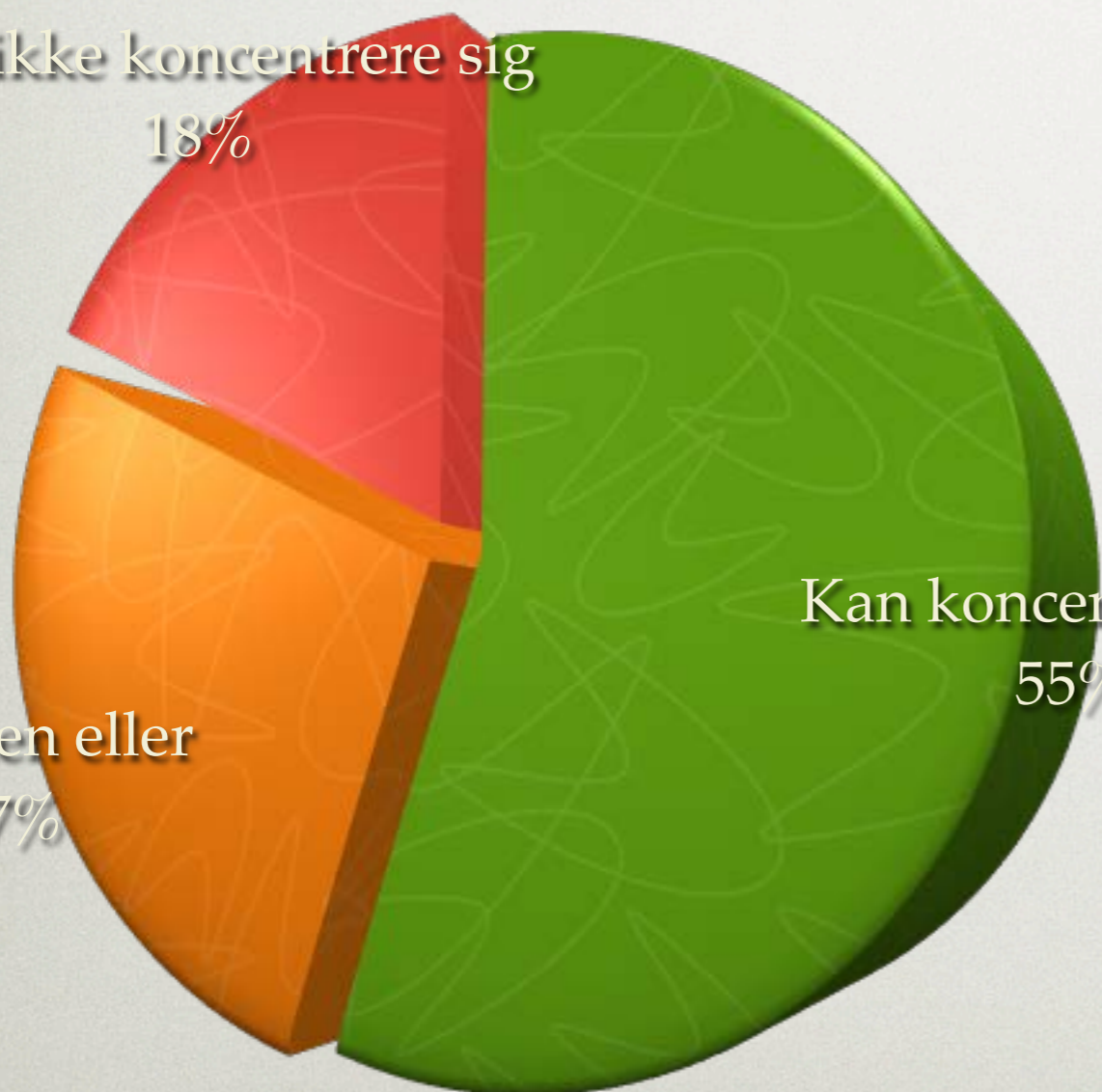
Langt flest  
mænd.  
Halvdelen har  
en dumbphone



# KAN DU KONCENTRERE DIG, HVIS DU PRØVER?

MULTITASKER SJÆLDENT

Kan ikke koncentrere sig  
18%



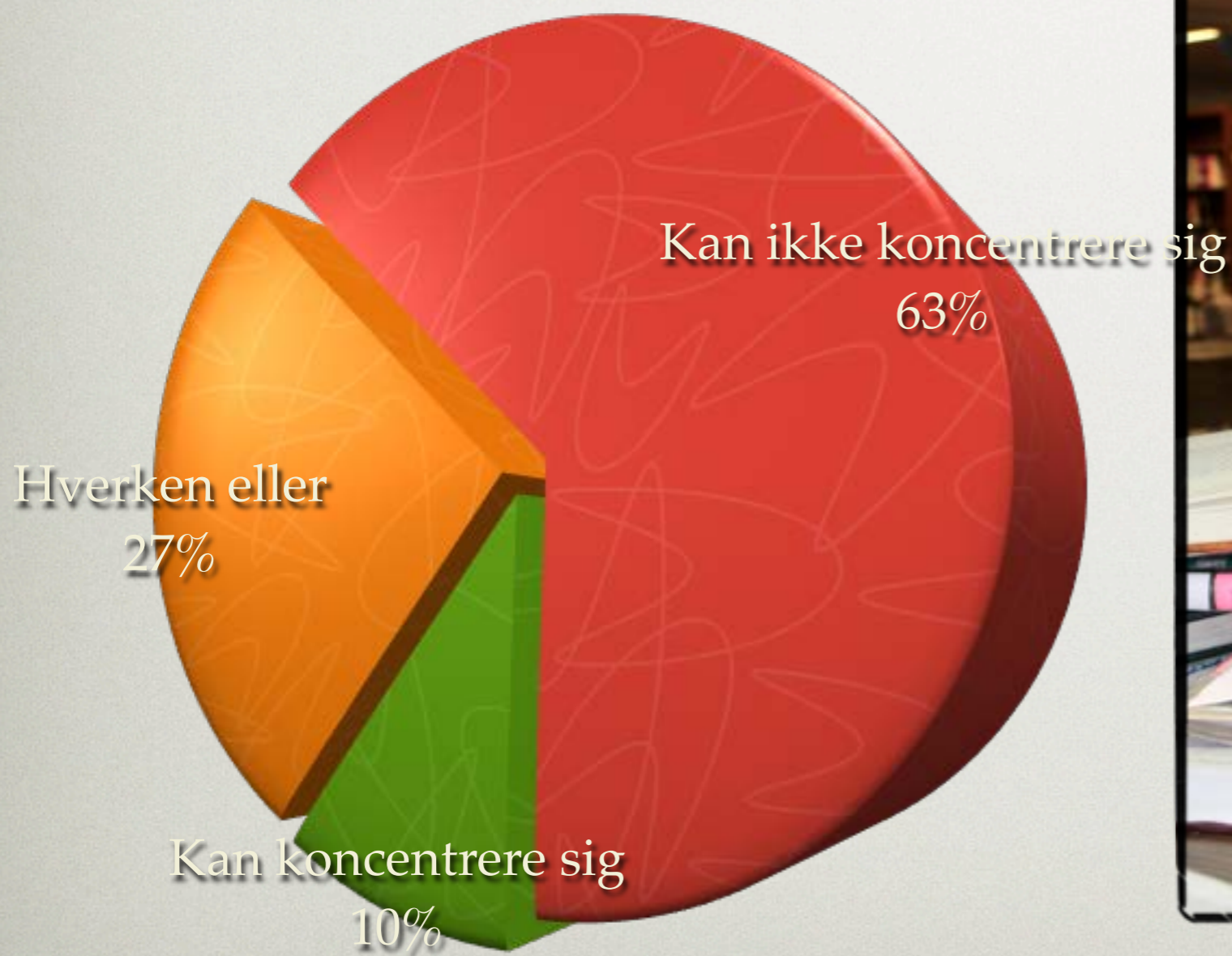
Kan koncentrere sig  
55%



Hverken eller  
27%

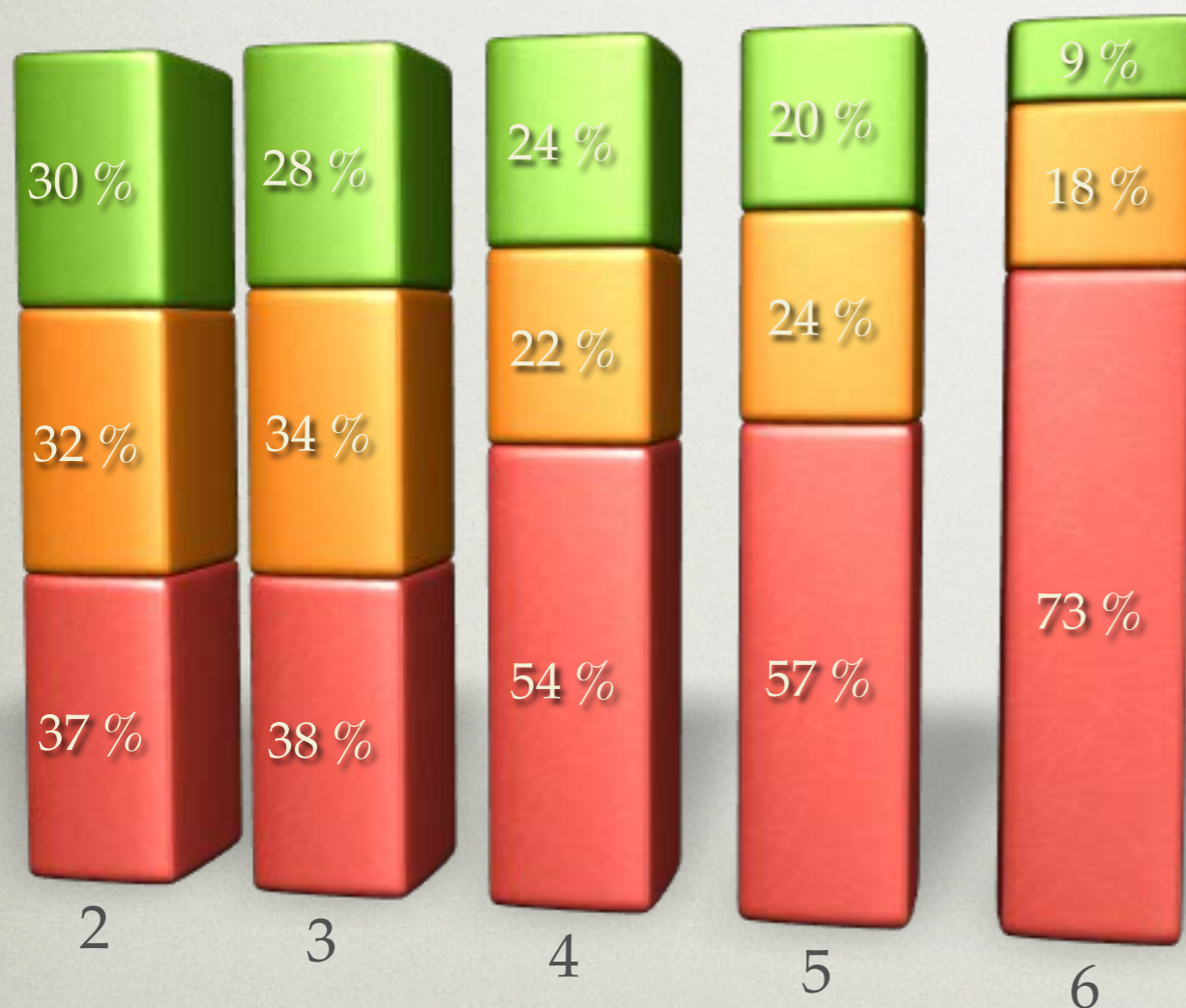
# KAN DU KONCENTRERE DIG, HVIS DU PRØVER?

MULTITASKER MEGET



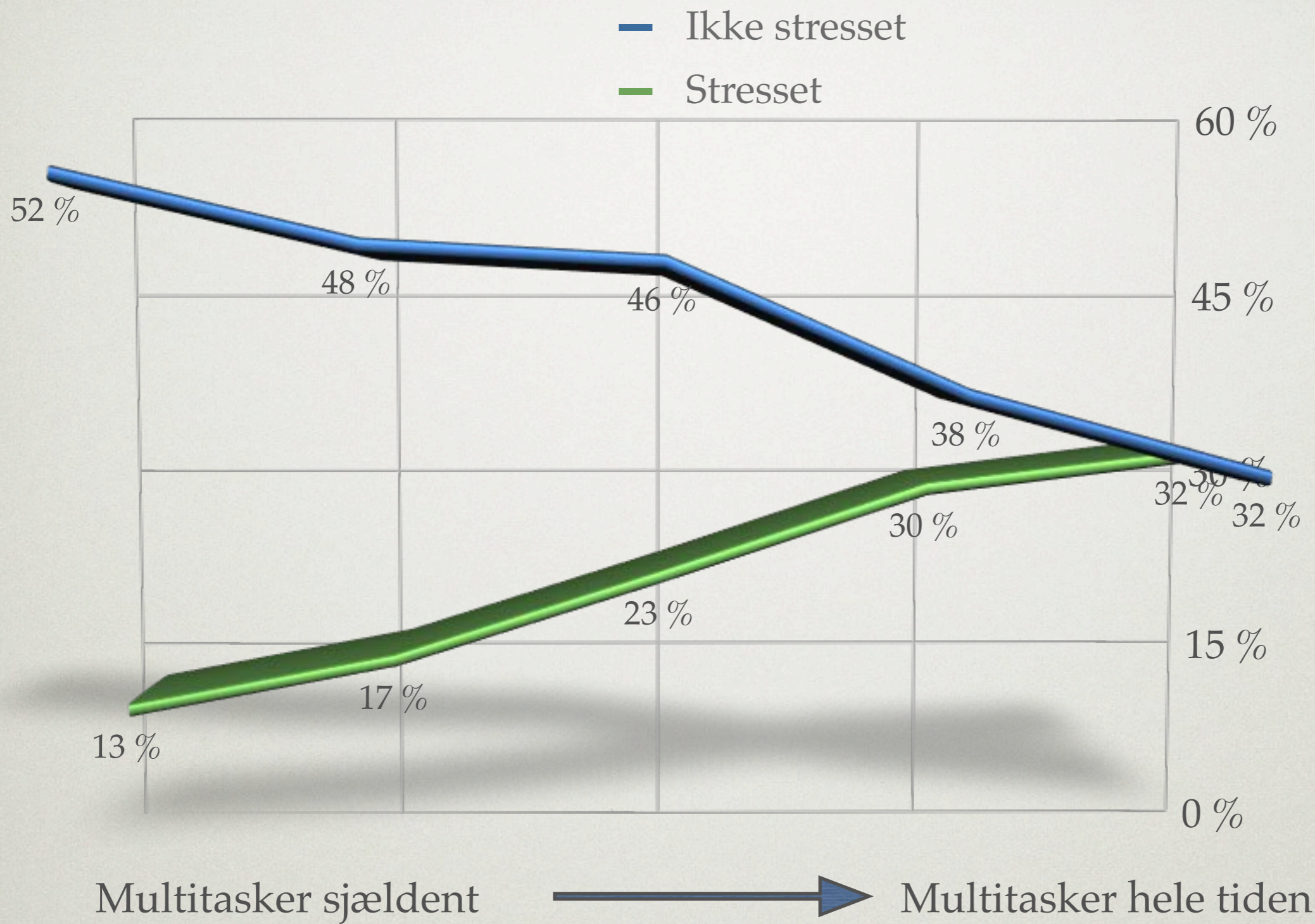
# KAN DU KONCENTRERE DIG, HVIS DU PRØVER?

- Kan koncentrere sig
- Hverken eller
- Kan ikke koncentrere sig



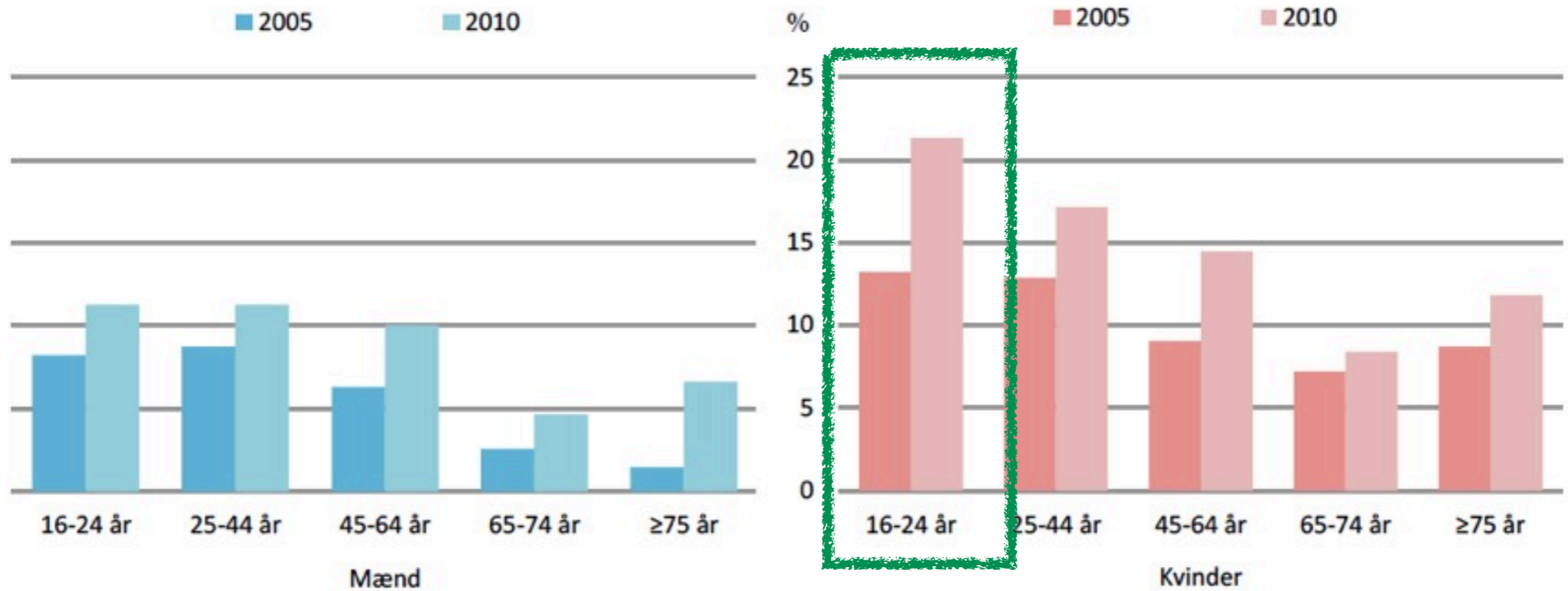
Antal hændelser, der får din mobil til at bippe eller vibrere.







Andel, der meget ofte eller ofte føler sig nervøs eller stresset. 2005-2010. Procent



Sundheds- og sygelighedsundersøgelserne og Den Nationale Sundhedsprofil 2010

**HVORFOR ER DET I SÅ  
HØJ GRAD **KVINDERNE**,  
DER FYLDER I DISSE TAL?**

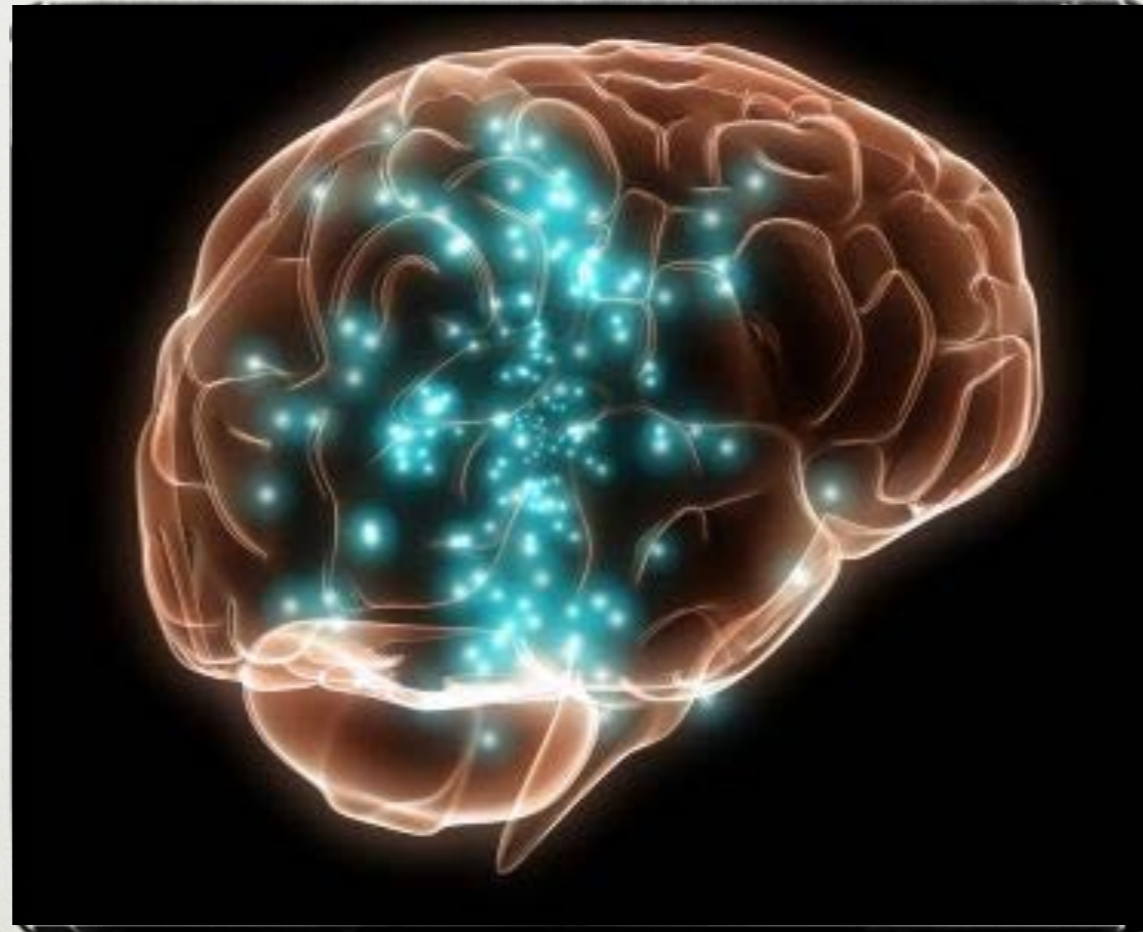
- ... endnu ikke er stået op?
- ... ligger i sengen, før du skal sove?
- ... går fra et sted til et andet?
- ... kører på cykel?
- ... venter et par minutter?
- ... venter 10 minutter
- ... ser fjernsyn?
- ... ser en film i biografen?
- ... har en undervisningstime?
- ... sidder og snakker i en gruppe?
- ... sidder og snakker med én?
- ... er på toilettet?

... venter et par minutter?

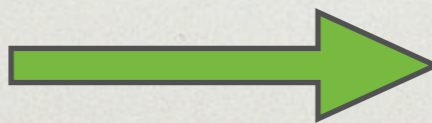




# HJERNEN BELØNNER DIG



**NAM NAM**

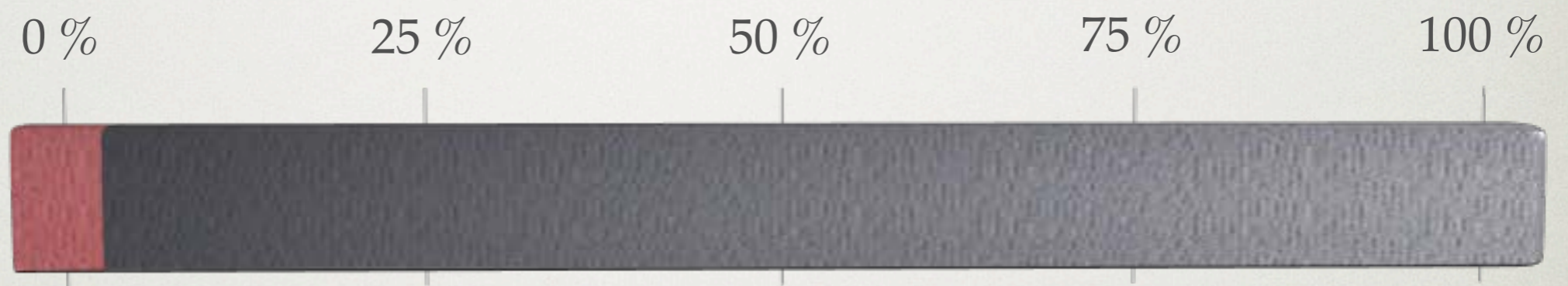


**HJERNE:  
GØR DET IGEN!**

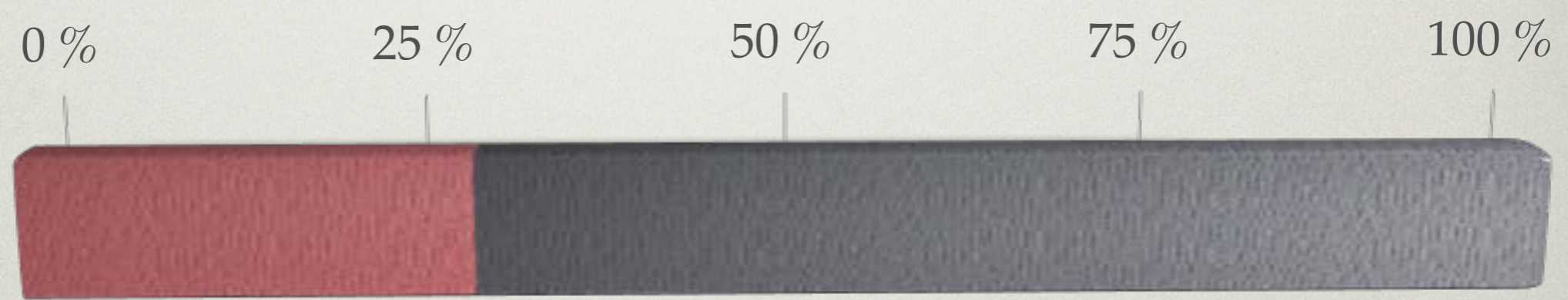


# SYNES DU SELV, DU BRUGER FOR MEGET TID PÅ DIN TELEFON?

■ Ja      ■ Nej



Har dumbhone



Har smartphone



# MOBILEN I SKOLEN

30 pct. har svært ved at koncentrere sig om undervisningen pga. deres computer

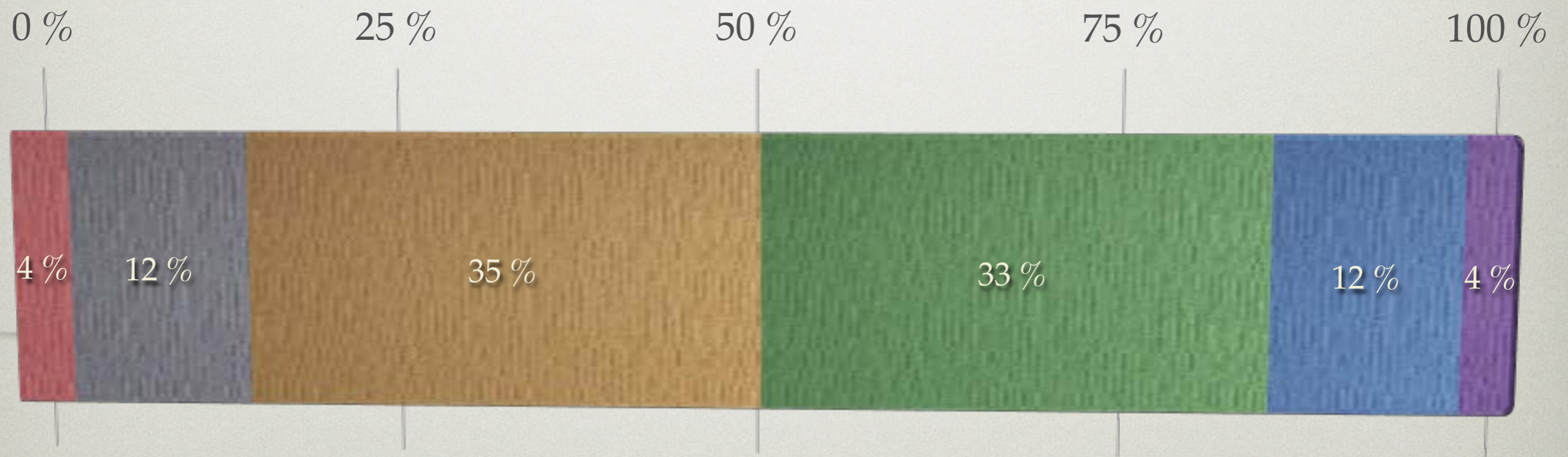
11 pct. har svært ved at koncentrere sig om undervisningen pga. deres telefon

41 pct. oplever, at undervisningen bliver dårligere, fordi de andre bruger computer eller telefon til alt muligt andet.

# MOBILEN I SKOLEN

“Min skole har for mange regler om mobiltelefoner i undervisningen”

Meget enig Enig Hverken eller Uenig Meget uenig Ved ikke



**HVORDAN SØRGER VI FOR,  
AT DET BLIVER FEDT?**

**PSSST! DET ER HER, AT I ER EKSPERTERNE**



MIG OG MIN  
SMARTE  
TELEFON

MIG OG MIN  
SMARTE  
TELEFON

