



Folge: Fantasiewelten: Gut für die Psyche?

UNSERE QUELLEN (also Studien, Bücher, Veröffentlichungen, die zentral für die Doku sind)

👉 Jugend und Mental Health:

https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract_id=5043077

👉 Smartphone-Nutzung und Mental Health:

<https://bmcmmedicine.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12916-025-03944-z>

👉 Erhebung der durchschnittlichen Handy-Zeit:

<https://www.bitkom.org/Presse/Presseinformation/Durchschnittliche-Smartphone-Nutzung-pro-Tag>