

Österreicher wollen weniger Zeit am Smartphone verbringen: Digital Detox im Trend

Eine aktuelle Deloitte-Studie zeigt, dass der Wunsch nach Digital Detox unter Österreichern wächst, während die Smartphone-Nutzung steigt.

Laimgrubengasse 10, 1060 Wien, Österreich - Eine aktuelle Studie des Beratungsunternehmens Deloitte verdeutlicht, dass die Smartphone-Nutzung in Österreich eine alarmierende Höhe erreicht hat: Durchschnittlich greifen die Nutzerinnen und Nutzer fast 40 Mal am Tag zu ihrem Mobiltelefon, während ein Drittel angibt, mehr als vier Stunden täglich mit dem Gerät zu verbringen. Besonders ausgeprägt ist diese Nutzung unter den 14- bis 29-Jährigen, wo über 25 % mehr als fünf Stunden täglich am Smartphone verbringen. Dennoch wächst die Sehnsucht nach einem Digital Detox. Umfragen zeigen, dass fast 60 % der Befragten ihren Smartphone-Konsum im kommenden Jahr reduzieren möchten, wie **ots.at** berichtet.

Die Gründe für diese Skepsis sind vielfältig. Überreizte Sinne, Schlafstörungen und das Gefühl, Zeit zu verschwenden, plagen die Nutzer. Fast 33 % der Befragten fühlen sich oft unfähig, ohne Smartphone unterwegs zu sein, und 21 % verspüren einen Zwang, ständig auf das Gerät zu schauen. Deloitte-Partner Florian Brence betont: „Die breite Öffentlichkeit wird auch künftig nicht radikal auf das Smartphone verzichten. Anbieter sollten diese veränderte Sichtweise ernst nehmen und ihre Strategie anpassen.“ Obwohl die Skepsis wächst, bleibt das Smartphone für tägliche Aktivitäten unverzichtbar, sei es für Kommunikation, Navigation oder als Wecker.

Smarte Zukunft - Das Smartphone als zentraler Knotenpunkt

Die Deloitte-Umfrage zeigt auch, dass Smartphones nicht nur Alltagsgeräte sind, sondern auch als zentrale Schnittstelle für weitere smarte Geräte fungieren. Zukünftige Entwicklungen im Bereich tragbarer und vernetzter Technologien, die zunehmend miteinander kommunizieren werden, stehen im Fokus. Die Integration von Internet of Things (IoT) wird das Nutzungserlebnis revolutionieren, indem das Smartphone eine strategische Rolle als Steuerzentrale einnimmt. So könnten Geräte miteinander verbunden werden, sodass sie als intelligentes System agieren. Durch diese Vernetzung werden personalisierte Nutzererfahrungen ermöglicht, die die Effizienz steigern und die Lebensqualität verbessern, wie in [deloitte.com](https://www.deloitte.com) beschrieben wird.

Details	
Ort	Laimgrubengasse 10, 1060 Wien, Österreich
Quellen	• www.ots.at • www2.deloitte.com

Besuchen Sie uns auf: die-nachrichten.at