

Stage mode for the adoption process of mHealth apps

German/ Deutsch:

Wenn Sie ein Smartphone oder ein Tablet besitzen:

Denken Sie zur Zeit daran eine App zu nutzen, um ...

Bitte wählen Sie in jeder Spalte eine Option aus.

... Ihre
Bewegung/
Ihren Sport
aufzuzeichnen?

... Ihre
Ernährung
aufzuzeichnen?

Ich habe noch nie daran gedacht, eine App dafür zu nutzen.	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₁
Ich habe schon einmal daran gedacht, eine App dafür zu nutzen, aber es ist nicht nötig, dass ich das tue.	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₂
Ich habe bereits geplant, eine App dafür zu nutzen, habe es aber bis jetzt noch nicht getan.	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₃
Ich habe schon einmal eine App dafür genutzt, aber tue das jetzt nicht mehr.	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₄
Ich nutze jetzt eine App dafür und habe vor, das auch künftig zu tun.	<input type="checkbox"/> ₅	<input type="checkbox"/> ₅

English/ Englisch:

If you own a smartphone or tablet:

Do you think about using an app to track ...

Please choose one option per column.

... your
fitness?

... your
nutrition?

I have never thought about using an app for that.	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₁
I have thought about using an app for that, but it is not necessary for me to do it.	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₂
I have thought about using an app for that, but so far I did not do it.	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₃
I have used an app for that, but I do not use it anymore.	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₄
I am currently using an app for that and intend to continue to use it.	<input type="checkbox"/> ₅	<input type="checkbox"/> ₅

König, L. M., Sproesser, G., Schupp, H. T., & Renner, B. (2018). Describing the process of adopting nutrition and fitness apps: Behavior stage model approach . *JMIR mHealth & uHealth* , 6(3), e55. doi: 10.2196/mhealth.8261

Scoring:

German/ Deutsch	English/ Englisch	Stage/ Stufe
Ich habe noch nie daran gedacht, eine App dafür zu nutzen.	I have never thought about using an app for that.	Stage 1 (“unengaged”)
Ich habe schon einmal daran gedacht, eine App dafür zu nutzen, aber es ist nicht nötig, dass ich das tue.	I have thought about using an app for that, but it is not necessary for me to do it.	Stage 3 (“decided not to act”)
Ich habe bereits geplant, eine App dafür zu nutzen, habe es aber bis jetzt noch nicht getan.	I have thought about using an app for that, but so far I did not do it.	Stage 2 (“decided to act”)
Ich habe schon einmal eine App dafür genutzt, aber tue das jetzt nicht mehr.	I have used an app for that, but I do not use it anymore.	Stage 5 (“disengaged”)
Ich nutze jetzt eine App dafür und habe vor, das auch künftig zu tun.	I am currently using an app for that and intend to continue to use it.	Stage 4 (“acting”)

Reference:

König, L. M., Sproesser, G., Schupp, H. T., & Renner, B. (2018). Describing the process of adopting nutrition and fitness apps: Behavior stage model approach . *JMIR mHealth & uHealth* , 6(3), e55. doi: 10.2196/mhealth.8261

The scale development is described in detail in the online multimedia appendix 1.