

Mediennutzung | 24.03.2025 | Lesezeit 2 Min.

## Wie das Internet junge Menschen beeinflusst

*Heutzutage sind die meisten Jugendlichen mit Plattformen wie Instagram, YouTube und Co. aufgewachsen. Der Konsum von digitalen Medien gehört für sie zum Alltag. Dennoch wollen viele Teenager weniger online sein, weil das ständige Surfen für sie auch einige Nachteile hat.*

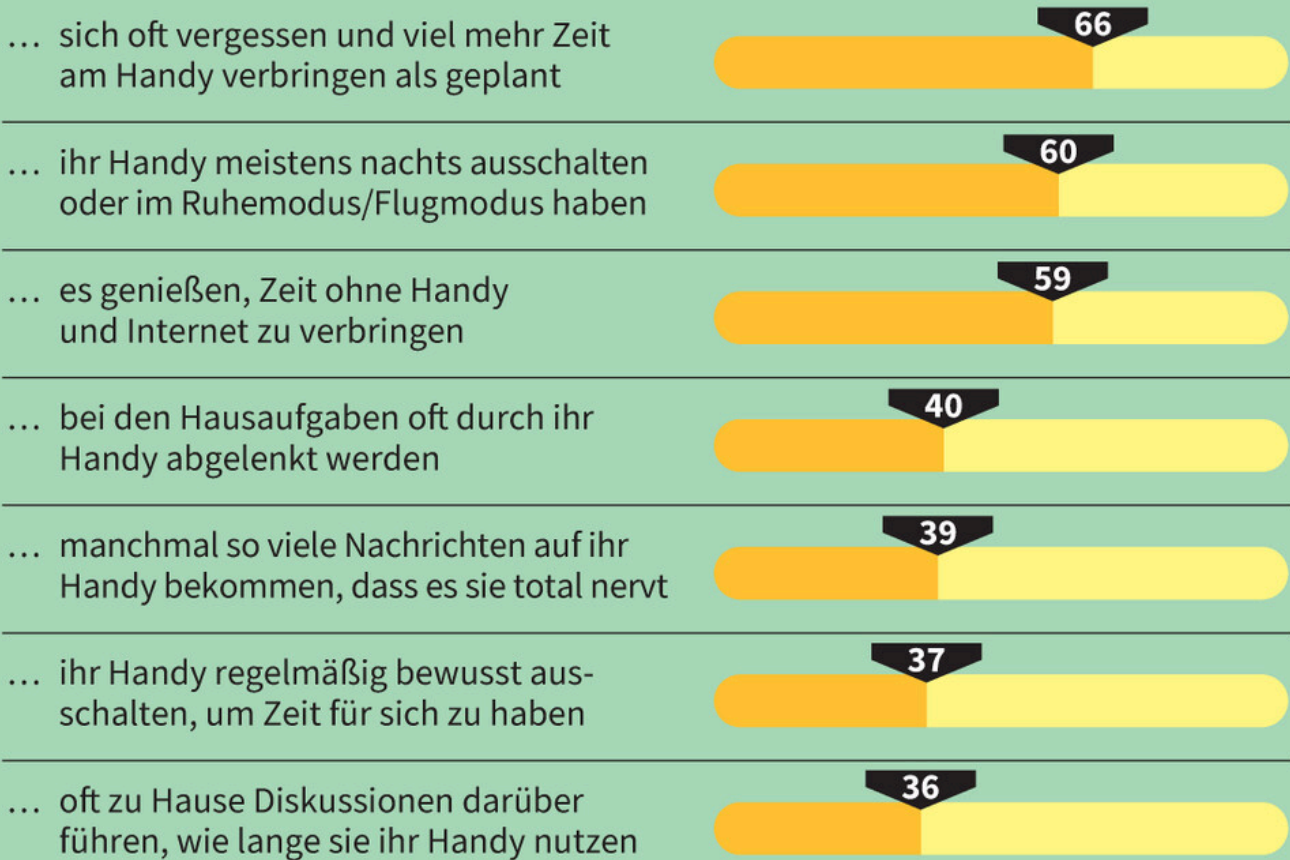
Wenn es darum geht, mit welchen Medien sich die 12- bis 19-Jährigen in Deutschland in ihrer Freizeit am liebsten beschäftigen, sind Internet und Smartphone ganz vorne mit dabei. In der Studie „Jugend, Information, Medien“ gaben 2024 alle Jugendlichen an, dass sie das Internet nutzen – rund 90 Prozent von ihnen sind jeden Tag online. Viele Teenager tauschen sich dort auf Plattformen mit anderen aus, teilen Bilder und Videos oder halten den persönlichen Alltag fest.

Die Zeit, die Jugendliche pro Tag online sind, hat zuletzt jedoch abgenommen und betrug 2024 im Schnitt 201 Minuten – rund 10 Prozent weniger als im Vorjahr. Das könnte daran liegen, dass viele Teenager durch den ständigen Internetkonsum negativen Einflüssen ausgesetzt sind (Grafik):

**Die meisten 12- bis 19-Jährigen vergessen sich im Internet und nutzen ihr Handy viel länger als gewollt.**

# Digitaler Konsum, reale Folgen

So viel Prozent der Jugendlichen in Deutschland geben an, dass sie ...



Befragung von 1.200 Bundesbürgern im Alter von 12 bis 19 Jahren zwischen dem 5. Juni und 14. Juli 2024

Quelle: Medienpädagogischer Forschungsverbund Südwest  
© 2025 IW Medien / iwd

iwd

Vor allem die permanente Erreichbarkeit hat ihren Preis: Jeweils vier von zehn Jugendlichen fühlen sich bei den Hausaufgaben durch ihr Smartphone abgelenkt und sind von den vielen Nachrichten manchmal genervt. Außerdem berichten die Teenager oft von problematischen Inhalten, denen sie beim Surfen begegnen. Am häufigsten sind sie mit Fake News, also bewusst falschen oder irreführenden Informationen, konfrontiert. Jeweils mehr als die Hälfte der Jugendlichen hat zudem mindestens einmal Erfahrungen mit beleidigenden Kommentaren oder extremen politischen Ansichten gemacht.

Der Internetkonsum hat für viele junge Menschen negative Folgen – knapp 70 Prozent von ihnen geben an, sich oft im Netz zu vergessen und viel zu viel Zeit

## am Handy zu verbringen.

---

Während vor allem die jüngeren Teenager zu Hause häufig mit ihren Eltern darüber diskutieren, wie lange sie ihr Handy nutzen dürfen, nehmen andere sich aus eigenem Antrieb eine Auszeit: Knapp 60 Prozent der 12- bis 19-Jährigen genießen es, bewusst Zeit offline und ohne Smartphone zu verbringen.

Um ungestört zu schlafen oder nicht permanent vernetzt zu sein, schalten ebenso viele ihr Handy nachts aus oder in den Flugmodus. Um mehr Zeit für sich zu haben, tun das tagsüber rund 37 Prozent.

### **Kernaussagen in Kürze:**

- Die Zeit, die Jugendliche täglich online sind, hat sich von 2023 auf 2024 um rund 10 Prozent verringert.
- Das Internet birgt für junge Menschen einige Gefahren – darunter beispielsweise Fake News, beleidigende Kommentare oder extreme politische Botschaften.
- Viele 12- bis 19-Jährige nehmen sich regelmäßig bewusst eine digitale Auszeit und genießen es, Zeit ohne ihr Smartphone zu verbringen.