



Die Drogenbeauftragte  
der Bundesregierung



Bundeszentrale  
für  
gesundheitliche  
Aufklärung



# Gemeinsame Pressemitteilung

Berlin/Köln, 15. Dezember 2020

Seite 1 von 3

## **Neue BZgA-Studiendaten zur Computerspiel- und Internetnutzung Exzessive Mediennutzung im Jugendalter nimmt zu**

Die problematische Computerspiel- und Internetnutzung ist bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen seit 2015 gestiegen. Dies zeigen die Ergebnisse der Drogenaffinitätsstudie 2019 der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA).

**Daniela Ludwig, Drogenbeauftragte der Bundesregierung:** „Medien- und Internetabhängigkeit ist quasi die Droge der Zukunft. Immer mehr Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene nutzen die digitalen Medien mehr als ihnen guttut. Auch wenn die Digitalisierung insgesamt ein wertvolles Gut ist – während Corona mehr denn je – müssen junge Menschen wissen, wann sie auch mal ‚offline‘ sein sollten. Dabei hilft meine Kampagne ‚Familie.Freunde.Follower.‘ mit wertvollen und einfachen Tipps für die ganze Familie.“

**Prof. Dr. med. Heidrun Thaiss, Leiterin der BZgA:** „Nicht jeder Hinweis auf eine exzessive Mediennutzung sollte pathologisiert werden. Gleichwohl dürfen die Suchtrisiken von digitalen Spielen sowie eine mögliche Verknüpfung mit Glücksspielen nicht verharmlost werden. Die Studiendaten bestätigen, wie wichtig es ist, Jugendlichen die Risiken der exzessiven Nutzung von Internet, Smartphones und Computerspielen aufzuzeigen. Darüber hinaus gilt es, Eltern und andere erwachsene Bezugspersonen für ihre Vorbildrolle für Kinder und Jugendliche zu sensibilisieren.“

Die BZgA hat zur Prävention der exzessiven Mediennutzung im Jugendalter ihre Kampagne „Ins Netz gehen“ um weitere Angebote ergänzt. So berichten beispielsweise Bloggerinnen und Blogger über ihre persönlichen Erfahrungen mit der Mediennutzung. Auch für Eltern, Lehrkräfte sowie Fachkräfte für Suchtprävention bietet die BZgA hilfreiche Informationen und eine individuelle E-Mail-Beratung.

Die Studiendaten bestätigen, dass für Jugendliche und junge Erwachsene bei der Internetnutzung nach wie vor Kommunikation und Unterhaltung im Vordergrund stehen. 12- bis 17-Jährige nutzen Computerspiele und das Internet durchschnittlich 22,8 Stunden pro Woche und 18- bis 25-Jährige durchschnittlich 23,6 Stunden pro Woche privat – also nicht für Schule, Studium oder Arbeit.

Im Zeitraum von 2015 bis 2019 ist der Anteil der 12- bis 17-Jährigen und 18- bis 25-Jährigen mit einer problematischen Internetnutzung nochmals gestiegen. Er hat sich bei den Jugendlichen von 21,7 Prozent im Jahr 2015 auf 30,4 Prozent im Jahr 2019 und bei den jungen Erwachsenen von 15,2 Prozent in 2015 auf 23,0 Prozent in 2019 erhöht.

Internetbezogene Störungen treten im Jahr 2019 bei 7,6 Prozent der 12- bis 17-Jährigen auf. Im Jahr 2015 lag dieser Wert bei 5,7 Prozent. Sie treten aktuell bei 4,1 Prozent der 18- bis 25-Jährigen auf und lagen im Jahr 2015 bei dieser Altersgruppe bei 2,6 Prozent.

Unter den 12- bis 17-jährigen weiblichen Jugendlichen und den 18- bis 25-jährigen jungen Frauen ist die internetbezogene Störung beziehungsweise die problematische Nutzung im Jahr 2019 etwas weiter verbreitet als unter männlichen Jugendlichen und jungen Männern entsprechenden Alters.

Die Situation während der Coronavirus-Pandemie im Jahr 2020 war nicht Teil des Erhebungszeitraums dieser Studie und ist darin nicht abgebildet.

**Die BZgA-Studie „Die Drogenaffinität Jugendlicher in der Bundesrepublik Deutschland 2019 – Teilband Computerspiele und Internet“ steht zum Download unter:**

[www.bzga.de/forschung/studien/abgeschlossene-studien/studien-ab-1997/suchtpraevention/](http://www.bzga.de/forschung/studien/abgeschlossene-studien/studien-ab-1997/suchtpraevention/)

Die Repräsentativbefragung wurde zwischen April und Juni 2019 unter 7.000 jungen Menschen im Alter von 12 bis 25 Jahren erhoben.

**Ein Info-Blatt mit ausgewählten Ergebnissen der BZgA-Drogenaffinitätsstudie steht zur Verfügung unter:**

[www.bzga.de/presse/daten-und-fakten/suchtpraevention/](http://www.bzga.de/presse/daten-und-fakten/suchtpraevention/)

**Die Kampagne „Familie.Freunde.Follower.“ der Drogenbeauftragten der Bundesregierung mit Tipps für einen gesunden Umgang mit digitalen Medien finden Sie hier:**

[www.drogenbeauftragte.de/familiefreundefollower/](http://www.drogenbeauftragte.de/familiefreundefollower/)

**Übersicht der BZgA-Angebote zur Prävention exzessiver Mediennutzung:**

- Informationsportal für Jugendliche:  
[www.ins-netz-gehen.de](http://www.ins-netz-gehen.de)
- Online-Selbsttest „Check dich selbst“ für Jugendliche:  
[www.ins-netz-gehen.de/check-dich-selbst/bin-ich-suechtig](http://www.ins-netz-gehen.de/check-dich-selbst/bin-ich-suechtig)
- Online-Verhaltensänderungsprogramm „Das andere Leben“ für Jugendliche:  
[www.ins-netz-gehen.de/das\\_andere\\_leben/home](http://www.ins-netz-gehen.de/das_andere_leben/home)
- Tipps zu alternativen Beschäftigungen in der Coronavirus-Zeit für Jugendliche:  
[www.ins-netz-gehen.de/beschaeftigung-zuhause](http://www.ins-netz-gehen.de/beschaeftigung-zuhause)
- Informationsportal für Eltern, Lehrkräfte und Fachkräfte:  
[www.multiplikatoren.ins-netz-gehen.de](http://www.multiplikatoren.ins-netz-gehen.de)
- Beratung per E-Mail für Eltern, Lehrkräfte und Fachkräfte unter:  
[www.multiplikatoren.ins-netz-gehen.de/multiplikatorenberatung](http://www.multiplikatoren.ins-netz-gehen.de/multiplikatorenberatung)
- Methoden, Ideen und Tipps, die Eltern helfen, aktuell eine gesunde Mediennutzung zu fördern:  
[www.multiplikatoren.ins-netz-gehen.de/beschaeftigungen-zuhause](http://www.multiplikatoren.ins-netz-gehen.de/beschaeftigungen-zuhause)

**Telefonberatung der BZgA zur Suchtvorbeugung:**

Rufnummer 0221 - 89 20 31. Montag bis Donnerstag: von 10 bis 22 Uhr und Freitag bis Sonntag: 10 bis 18 Uhr. Preis entsprechend der Preisliste des Telefonanbieters für Gespräche in das Kölner Ortsnetz.

**Kontakt:**

Pressestelle der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung

Maarweg 149-161

50825 Köln

[pressestelle@bzga.de](mailto:pressestelle@bzga.de)

[www.bzga.de](http://www.bzga.de)

[www.twitter.com/bzga\\_de](https://www.twitter.com/bzga_de)

Die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung ist eine Fachbehörde im Geschäftsbereich des Bundesministeriums für Gesundheit