

# Studie: kwart Duitse jongeren heeft social-media-probleem

Kort nieuws - 12 maart 2025 - Auteur: Redactie Duitslandweb

Een kwart van de jongeren in Duitsland tussen de 10 en de 17 jaar heeft een riskant of ziekelijk social-media-gebruik. Dat blijkt uit een studie van ziekenfonds DAK en de universiteitskliniek Hamburg-Eppendorf. Bijna 5 procent geldt als verslaafd.

Voor de coronapandemie vertoonde 11,4 procent van de jongeren in Duitsland problematisch social-media-gebruik. Dat is de afgelopen 5 jaar meer dan verdubbeld. Gemiddeld zitten kinderen en jongeren 157 minuten per dag op sociale media. Dat is een half uur per dag meer dan voor de pandemie. Ook gamen is een probleem: 12 procent van de jongeren vertoont volgens de studie problematisch gaming-gedrag.

Deskundigen waarschuwen voor een "tsunami aan verslavingsstoornissen" bij jongeren. Een social-media-verslaving zorgt vaak voor gezondheidsklachten en sociale conflicten, zeggen zij. Doordat jongeren zoveel tijd aan sociale media besteden, verwaarlozen ze andere onderdelen van hun leven. Het leidt tot slechtere schoolprestaties, minder belangstelling voor hobbies, sociale isolementen en conflicten binnen families. [Lees meer bij Tagesschau](#) en [ZDF Heute](#)

*Dit is een artikel gedownload via [duitslandinstituut.nl](https://www.duitslandinstituut.nl).*

Artikel:

<https://www.duitslandinstituut.nl/artikel/62714/studie-kwart-duitse-jongeren-heeft-social-media-probleem>