

## DAK-Studie: Streaming-Zeiten bei Jugendlichen explodieren

- **Tägliche Nutzung steigt in der Pandemie um 45 Prozent an**
- **Am Wochenende guckt jeder Dritte über 5 Stunden Videos**
- **Mediensucht-Studie von DAK-Gesundheit und UKE Hamburg untersucht erstmals Nutzungszeiten bei 10- bis 17-Jährigen**

YouTube, Netflix, Amazon Prime: Die Streaming-Zeiten bei Kindern und Jugendlichen explodieren. In der Pandemie ist das tägliche Schauen von Videos und Clips um 45 Prozent angestiegen. Am Wochenende sieht jeder Dritte der 10- bis 17-Jährigen inzwischen über fünf Stunden auf die Bildschirme. Der Anteil der Intensiv-Nutzer stieg um bis zu 180 Prozent. Das zeigt eine Sonderanalyse der gemeinsamen Mediensucht-Studie der Krankenkasse DAK-Gesundheit und des Universitätsklinikums Hamburg-Eppendorf (UKE). Im Rahmen einer weltweit einzigartigen Längsschnittstudie wurden bundesweit 1.200 Kinder und Jugendliche zu ihrem Streaming-Verhalten befragt.

Laut Studie gaben 90 Prozent Befragten im Mai 2021 an, in den zurückliegenden sechs Monaten Streaming-Plattformen mindestens einmal pro Woche genutzt zu haben, 45 Prozent nutzen diese täglich. Zum Vergleich: Eine tägliche Gaming-Nutzung berichteten 39 Prozent der Kinder und Jugendlichen, während 59 Prozent der Befragten täglich Social Media nutzten. Unter der Woche verbrachten Kinder und Jugendliche im Schnitt drei Stunden auf Streaming-Plattformen wie Netflix, Amazon und YouTube pro Nutzungstag (173 Minuten). Im Vergleich dazu liegen die wöchentlichen Nutzungszeiten von Games bei etwas unter zwei Stunden (109 Minuten) und für Social Media bei fast zweieinhalb Stunden (139 Minuten) pro Nutzungstag. Am Wochenende ergab sich eine Nutzungszeit von durchschnittlich 251 Minuten Streaming pro Nutzungstag. Nutzungszeiten beim Gaming lagen hier bei 175 Minuten und für Social Media bei 196 Minuten.

„Am Wochenende schaut jeder dritte Minderjährige länger als fünf Stunden Videos und Clips. Der Anteil dieser Intensiv-Nutzer nahm in der Pandemie um bis zu 180 Prozent zu, was eine alarmierende Entwicklung ist“, sagt Andreas Storm, Vorstandschef der DAK-Gesundheit. „Wir müssen den Trend weiter beobachten, damit neben Online-Spielen und Social Media der Reiz der kurzen Filme das Risiko einer Mediensucht nicht weiter erhöht. Wenn wir über Prävention die Medienkompetenz bei Kindern und Eltern erhöhen wollen, müssen wir auch das Thema Streaming in den Fokus nehmen.“

Laut DAK-Studie gibt es bei den Nutzungszeiten keinen nennenswerten Geschlechterunterschied: Während werktags Jungen durchschnittlich 175 Minuten streamen, sind es bei den Mädchen 171 Minuten. Am Wochenende nutzen Jungen mit 250 Minuten Streaming-Dienste nur unwesentlich kürzer als Mädchen (253 Minuten). Relativ große Einigkeit herrscht auch bei der Wahl der Lieblingsplattform: 50 Prozent gaben an, dass Netflix ihr Favorit ist, dicht gefolgt von YouTube (48 Prozent). Vor allem unter den sehr jungen Nutzern zwischen zehn und zwölf Jahren ist YouTube mit 56 Prozent sogar der absolute Spitzenreiter.

„Die Ergebnisse unserer Sonderanalyse zeigen, dass auch die Nutzung von Streaming-Diensten problematische Folgen haben kann“, sagt Prof. Rainer Thomasius, Studienleiter und Ärztlicher Leiter am Deutschen Zentrum für Suchtfragen des Kindes- und Jugendalters (DZKJ) am UKE Hamburg. „Über die hohen Nutzungszeiten allein lässt sich kein Zusammenhang zu einer

Mediensucht herstellen. Dass viele Kinder und Jugendliche jedoch bestätigen, die Kontrolle über die Nutzungszeiten zu verlieren und deshalb andere Aufgaben und Interessen zu kurz kommen, bereitet uns Sorge.“ In der Studie gab rund jeder Dritte an (34 Prozent), länger als geplant Videos, Clips, Serien oder Filme zu schauen. Zehn Prozent der Befragten berichteten von negativen Auswirkungen auf die Schulleistung. Drei Prozent sahen bereits wichtige soziale Kontakte gefährdet.

Für Kinder und deren Eltern, die selbst ein problematisches Nutzungsverhalten erkennen oder besorgt sind, ein solches zu entwickeln, bietet die DAK-Gesundheit gemeinsam mit der Computersuchthilfe Hamburg eine Online-Anlaufstelle Mediensucht an. Auf [www.computersuchthilfe.info](http://www.computersuchthilfe.info) erhalten Betroffene und deren Angehörige Informationen und Hilfestellungen rund um die Themen Online-, Gaming- und Social-Media-Sucht. Das kostenlose DAK-Angebot ist offen für Versicherte aller Krankenkassen.

Die Erhebungen zum Streaming-Verhalten von Kindern und Jugendlichen sind Teil einer repräsentativen Längsschnittstudie zur Mediennutzung im Verlauf der Corona-Pandemie. Diese untersucht erstmals an rund 1.200 Familien die Häufigkeiten pathologischer und riskanter Gaming- und Social-Media-Nutzung bei Kindern und Jugendlichen nach den neuen ICD-11-Kriterien der WHO. Ein weiteres Teilgebiet der umfangreichen Studie war das Thema Streaming. Die DAK-Gesundheit führte dazu gemeinsam mit dem Deutschen Zentrum für Suchtfragen des Kindes- und Jugendalters im Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf (UKE) in mehreren Wellen Befragungen durch das Meinungsforschungsinstitut Forsa durch. Dafür wurde eine repräsentative Gruppe von Kindern und Jugendlichen im Alter zwischen zehn und 17 Jahren mit je einem Elternteil zu ihrem Umgang mit digitalen Medien befragt. Die Ergebnisse zu Gaming und Social Media wurden bereits vorgestellt, eine Fortsetzung der Studie ist geplant.