

Social Media: Wo der Spaß aufhört und der Stress beginnt

Chart der Woche, 2023-KW14

6. April 2023



Ihre
Ansprechpartnerin



Ayaan Güls
Pressesprecherin

Tel. 040/4151-2264

Fax 040/4151-2091

guels@zukunftsfragen.de

Beitrag teilen:

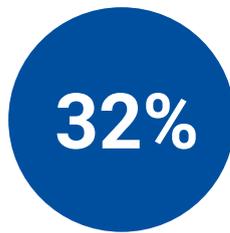


Social Media: Wo der Spaß aufhört und der Stress beginnt

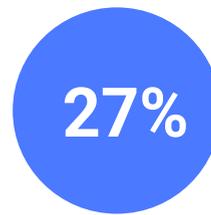
Von je 100 Befragten nutzen mindestens einmal in der Woche Social Media Angebote / haben Freude an der Nutzung von Social Media Plattformen / würden Social Media gerne öfters nutzen:



Nutzen Social Media Angebote mind. einmal in der Woche



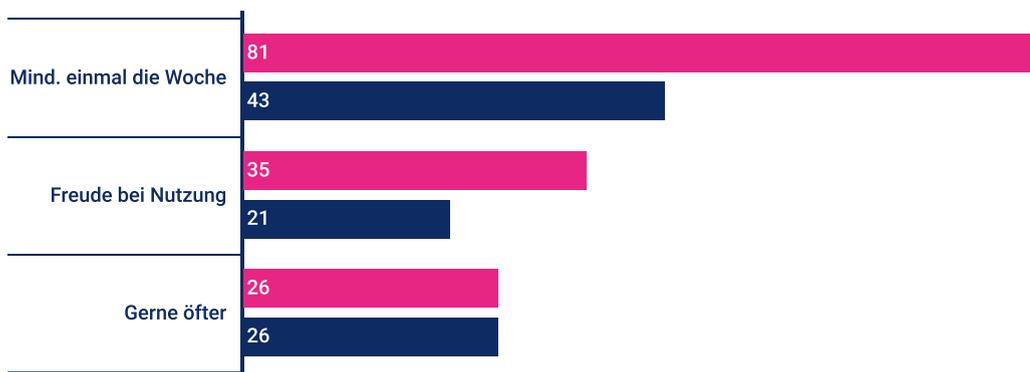
Bereitet diese Freizeitaktivität Freude



Würden gerne öfter Facebook, Instagram und Co. nutzen



Generationenvergleich



● Unter 30 Jahre ● Über 65 Jahre

Repräsentativbefragung von 3.000 Personen ab 18 J. in Deutschland

Stiftung für
Zukunftsfragen
Eine Initiative von BAT

Ergebnis

Social Media hat sich zu einem festen Bestandteil des Lebens vieler Bundesbürger entwickelt.

Aktuell nutzen mehr als zwei Drittel der Bundesbürger Instagram, Facebook, Twitter und Co. wenigstens einmal pro Woche in ihrer Freizeit. Im 10-Jahresvergleich hat sich der Anteil dabei verdoppelt (2013: 34%).

Erwartungsgemäß sind jüngere Nutzer (unter 30 Jahre: 81%) dabei fast zweimal so häufig auf Social Media Plattformen vertreten, als wie ältere Bürger (über 65 Jahre: 43%).

Doch trotz dieser intensiven Nutzung bereitet lediglich jedem Dritten das Posten, Kommentieren und Liken derzeit viel Freude und nur jeder Vierte würde gerne mehr Zeit auf den Plattformen verbringen.

Gründe

Tag täglich benutzen die Bürger ihr Smartphone etwa 3,5 Stunden – wobei allein knapp 1,5 Stunden auf die Nutzung von Social Media Plattformen, wie Facebook, Instagram, Twitter, Snapchat und Co. entfallen. Diese sind gerade für die jüngere Generation äußerst ansprechend, bieten sie doch nahezu unzählige Möglichkeiten sich über jedes erdenkliche Thema zu informieren, mit Freunden oder Fremden in ständigem Austausch zu bleiben, das Leben von Stars und Influencern (live) mitzuverfolgen oder sich mit immer neu hochgeladenen Inhalten die Zeit zu vertreiben. Aktuell zählen besonders auch kurze Videos, wie „TikToks“, „Reels“ oder „Shorts“ zu beliebten Inhalten, die gerade von Jüngeren häufig konsumiert werden. Trotz all dieser Möglichkeiten und Angebote hält sich der Spaß bei der Nutzung bei der großen Mehrheit dennoch in Grenzen. Ein Grund für die mangelnde Freude liegt in eben diesen unzähligen Informationen und Eindrücken. Das ständige Scrollen durch Beiträge erzeugt nicht selten Gefühle der Überforderung und des sozialen Drucks, was wiederum zu Stress, Unzufriedenheit, Minderwertigkeitsgefühlen oder Unbehagen führen kann. Als ein weiterer Faktor ist der Mangel an authentischem Austausch zu nennen. Zwar bieten Social Media Plattformen die Möglichkeit, mit Anderen in Kontakt zu treten, allerdings bleiben diese Interaktionen oft oberflächlich. Viele fühlen sich auf sozialen Medien daher nicht in der Lage, ihre wahren Gefühle und Gedanken auszudrücken, fürchten sie nicht selten auf Unverständnis zu treffen oder teils wenig freundlich formulierte Kritik für hochgeladene Inhalte zu ernten.

Prognose

Auf der einen Seite spricht einiges für die weiterhin häufige Nutzung von Social Media Angeboten. Neben den bereits genannten Gründen ist zudem eine stärkere Integration von Virtual Reality und Augmented Reality wahrscheinlich, welche für ein immersiveres Erlebnis sorgt. Auch werden zukünftig – neben den bestehenden – noch zahlreiche neue Plattformen entstehen, die ihren Fokus auf einen inhaltlich bedeutungsvollen Austausch zwischen Nutzern legen und nicht nur auf die maximale Anzahl an Followern und Likes.

Gleichzeitig wird aber auch der Höhepunkt von Social Media irgendwann erreicht werden. Bereits gegenwärtig zeigt die geringe Zufriedenheit, der zunehmende Wunsch nach Digital Detoxing, die Tatsache, dass sich viele (zu) abhängig von Twitter, Instagramm und Co. fühlen, die steigende Sorge vor Mobbing, Fake News und Gewaltaufrufen oder auch die immer größer werden Freizeitwünsche nach Außerhausaktivitäten, nach Treffen mit Freunden in der realen Welt sowie mehr Spontanität und Authentizität, dass viele Bürger eigentlich lieber ihre freie Zeit anders verbringen möchten als online mit Social Media.

Ähnliche Beiträge

Mut zur Bindung: Braucht es mehr Beständigkeit?

Chart der Woche, 2025-
KW16
17. April 2025

Erziehungsziele: Was braucht die nächste Generation?

Chart der Woche, 2025-
KW15
10. April 2025

Zwischenmenschliche Sorgen: War früher alles besser?

Chart der Woche, 2025-
KW14
3. April 2025

Die Zukunft des Reisens: Wohin geht die Reise wirklich?

Chart der Woche, 2025-
KW13
27. März 2025

Urlaub in Deutschland: Wer reist wohin?

Chart der Woche, 2025-
KW12
25. März 2025

Reiseverhalten der Deutschen: Wann wird gebucht, und wohin wird es gehen?

Chart der Woche, 2025-
KW11
20. März 2025

Sind Mehrfachreisen die neue Normalität?

Chart der Woche, 2025-
KW10
6. März 2025

So blicken die Bürger auf das Jahr 2025: Sorgen, Angst und ein wenig Hoffnung

Chart der Woche, 2025-
KW1
2. Januar 2025

Freizeit im Fokus: Wie Geld unsere Aktivitäten beeinflusst

Chart der Woche, 2024-
KW52
26. Dezember 2024

Wie verbringen die Deutschen die Festtage? Zwischen Familie und Einsamkeit

Chart der Woche, 2024-
KW51
19. Dezember 2024

Kein Platz für Egoismus: Warum unsere Gesellschaft mehr Zusammenhalt braucht

Chart der Woche, 2024-
KW50
12. Dezember 2024

Wie Spenden unser Leben bereichert: Glück durch Großzügigkeit

Chart der Woche, 2024-
KW49
5. Dezember 2024

Mehr Beiträge laden



**Stiftung für
Zukunftsfragen**
Eine Initiative von BAT

✉ Newsletter bestellen



Formate & Ergebnisse

Chart der
Woche
Podcast
Forschung
aktuell
Tourismusanaly
Freizeit-
Monitor
Zukunftserwart
Weitere
Sonderseiten
Publikationen

Themen & Methodik

Themen &
Methodik
Formate &
Ergebnisse
erklärt
nach Themen
filtern
nach
Formaten
filtern
🔍 Suche

Stiftung & Personen

Selbstverständl
Über die
Stifterin
Organe und
Personen
Fotos & Vita
Förderung &
Kooperationen
Nützliche
Links

