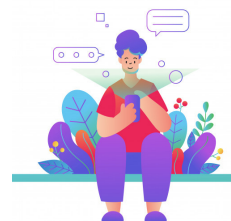


# FACTSHEET SOCIALE-MEDIAGEBRUIK ADOLESCENTEN

Het **sociale-mediagebruik** is in de afgelopen jaren sterk gestegen. Vooral onder adolescenten gaat er geen dag voorbij zonder dat zij sociale media gebruiken. Hierom heb ik voor mijn afstudeeronderzoek van de master Youth Studies onderzoek gedaan naar het sociale-mediagebruik van jongeren tussen de 16 en 25 jaar. Onder sociale-mediagebruik verstaan we de mate waarin adolescenten sociale netwerk sites (bv. Facebook, Instagram, Twitter, TikTok of YouTube) en instant messengers (bv. WhatsApp, Snapchat of Facebook Messenger) gebruiken in hun dagelijkse leven. Ik heb onderzocht in hoeverre **FOMO** invloed heeft op **intensief** en **problematisch** gebruik van sociale media. Daarnaast is onderzocht in hoeverre de gevoeligheid voor **groepsdruk** deze relatie beïnvloedt. In totaal hebben **338 Nederlandse adolescenten** deelgenomen aan een online vragenlijst.



## FOMO

### Actief & passief sociale-mediagebruik



### Sociale-mediagebruik in 2021: afleiding en FOMO belangrijke factoren

- 49.4% van de ondervraagden gebruikt gemiddeld **0 tot 3 uur** per dag sociale media.
- 50.6% van de ondervraagden gebruikt sociale media **meer dan 3 uur** per dag. Van de middelbare scholieren gebruikt 24.4% sociale media 2-3 uur per dag.
- Adolescenten gebruiken sociale media gemiddeld **3 tot 4 uur** per dag. Hoe hoger zij zijn opgeleid, hoe minder tijd zij aan sociale media besteden. Zo maakt **17.1%** van de **hoogopgeleiden** maar **1-2 uur** per dag gebruik van sociale media, tegenover slechts **8.9%** van de **middelbare scholieren**.
- **Vrouwen** besteden op een standaard dag meer tijd aan sociale media dan mannen (3.4 vs. 2.8 uur voor mannen).

- 4.4% van de adolescenten gebruikt sociale media problematisch en rapporteerden **5 of meer symptomen** die gebruikt worden om een **sociale media-verslaving** te meten.
- 20.7% van de adolescenten heeft het afgelopen jaar regelmatig **geen interesse** gehad in hobby's of bezigheden, omdat ze liever met sociale media bezig waren. En 12.4% heeft het afgelopen jaar **niet kunnen stoppen** met het gebruik van sociale media, terwijl anderen zeiden dat ze dit echt moesten doen. Dit zijn symptomen van problematisch sociale-mediagebruik (sociale media-verslaving).
- Bijna **de helft** van de adolescenten gebruikt sociale media als afleiding om niet aan vervelende dingen te hoeven denken.
- 37% van de jongeren rapporteerde **geén symptomen** van een sociale media-verslaving.

### Adolescenten hebben regelmatig angst om dingen te missen, maar zijn niet zo gevoelig voor groepsdruk

- Adolescenten die **meer FOMO** ervaren gebruiken sociale media **intensiever** (bv. meer kijken en liken op sociale netwerk sites) en **problematischer** (verslavend).
- **Vrouwen** zijn over het algemeen banger om dingen/activiteiten van hun vrienden te missen. Zij ervaren dan ook gemiddeld **meer FOMO** dan mannen. Hoe **lager** adolescenten zijn opgeleid, hoe **meer FOMO** zij ervaren. Terwijl zij **minder** gevoelig zijn voor **groepsdruk** dan hoger opgeleiden.
- Adolescenten zijn over het algemeen niet zo gevoelig voor groepsdruk. **Mannen** zijn gevoeliger voor de druk van leeftijdsgenoten dan vrouwen. Wel is de gevoeligheid voor groepsdruk een belangrijke factor in de relatie tussen FOMO en sociale-mediagebruik.
- Naast adolescenten die meer FOMO rapporteren en die daarbij intensiever gebruik maken van sociale media, gaan adolescenten die ook **gevoeliger zijn voor groepsdruk**, eerder over van intensief gebruik naar **problematisch gebruik** van sociale media.

