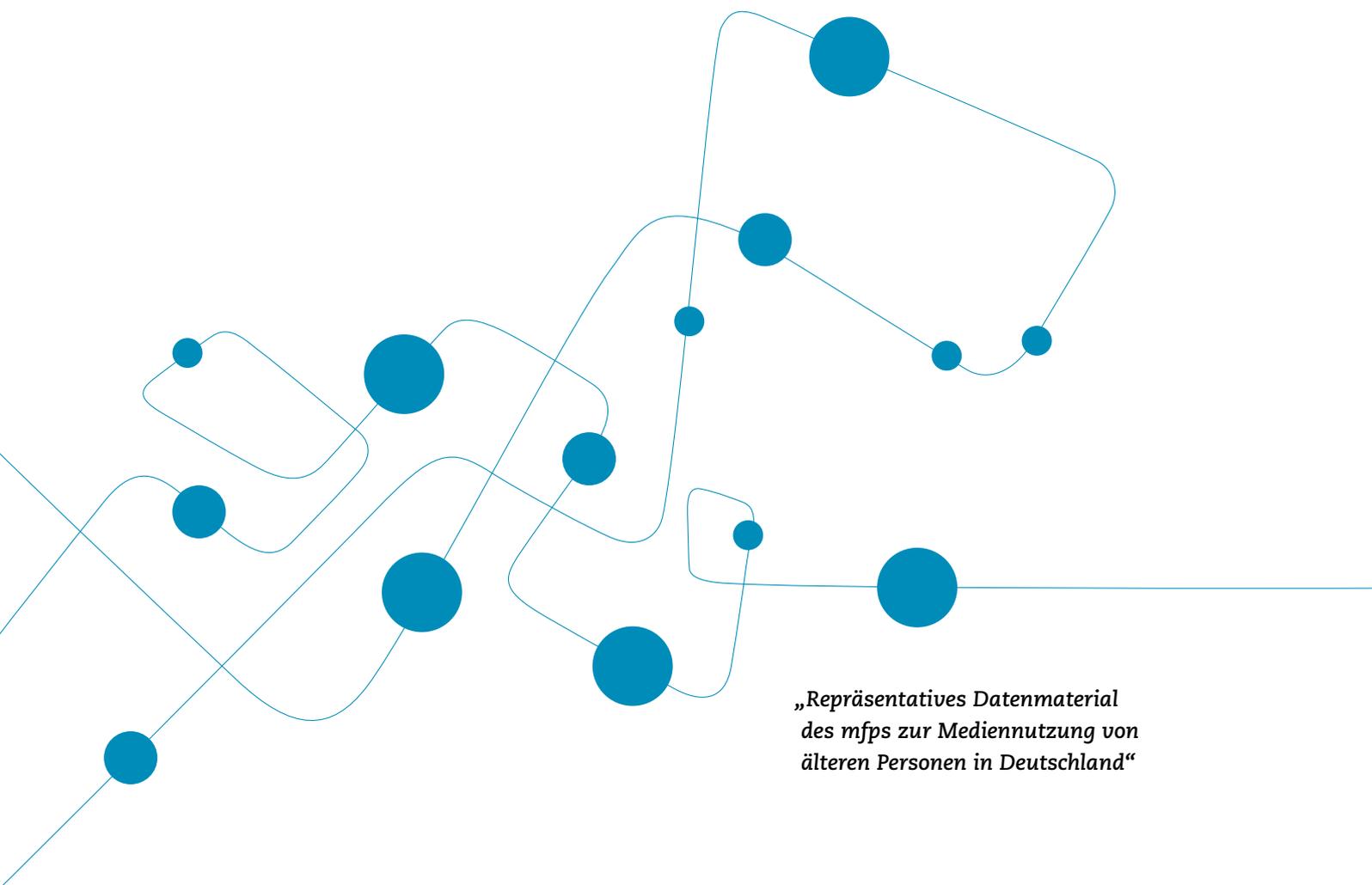


# SIM-Studie 2024

Senior\*innen, Information, Medien

Basisuntersuchung zum  
Medienumgang von Personen  
ab 60 Jahren in Deutschland





*„Repräsentatives Datenmaterial  
des mfps zur Mediennutzung von  
älteren Personen in Deutschland“*

	01.		Seite 02	<b>Einführung und Methode</b>
	02.		Seite 05	<b>Medienausstattung</b>
	03.		Seite 11	<b>Mediennutzung</b>
	04.		Seite 16	<b>Internetnutzung</b>
	05.		Seite 31	<b>Offliner*innen: Warum das Internet nicht genutzt wird</b>
	06.		Seite 35	<b>Informationsverhalten</b>
	07.		Seite 45	<b>Digitale Kompetenzen</b> 7.1 Erfassung digitaler Kompetenzen 7.2 Kenntnisse zu Informations- und Kommunikationstechnologien 7.3 Selbstwirksamkeit in Bezug auf das Internet
	08.		Seite 64	<b>Soziale Eingebundenheit und Engagement</b> 8.1 Unterstützung zu IKT 8.2 Ehrenamtliches Engagement 8.3 Gesellschaftliche Entfremdung 8.4 Wahrnehmung eigener digitaler Teilhabe
	09.		Seite 74	<b>Digitale Gesundheitskompetenz</b>
	10.		Seite 80	<b>Gesundheit und Lebenszufriedenheit</b> 10.1 Gesundheit und körperliche Einschränkungen 10.2 Lebenszufriedenheit und subjektives Alter
	11.		Seite 86	<b>Zusammenfassung</b>
	12.		Seite 92	<b>English Summary</b>



## 1. Einführung und Methode

Mit der SIM-Studie 2024 liegt nun die zweite Ausgabe einer Untersuchung des Medienpädagogischen Forschungsverbundes Südwest (mpfs) und der Katholischen Hochschule Freiburg zum Medienverhalten von Personen über 60 Jahren in Deutschland vor. Der mpfs ist eine Kooperation der Medienanstalten von Baden-Württemberg und Rheinland-Pfalz und finanziert sich aus Rundfunkbeiträgen. Die erste Studienausgabe der SIM-Studie 2021 war insoweit ein Novum, als hier der Aspekt der Mediennutzung mit gerontologischen Aspekten verknüpft wurde und bei der Erfassung des medialen Alltags auch Einstellungen und Gründe der Nicht-Nutzung von digitalen Angeboten erfasst wurden. Somit bot die SIM-Studie eine wichtige Dokumentation des Digitalisierungsgrades der älteren Bevölkerung zu einem Zeitpunkt, als mit der Pandemie viele digitale Prozesse sehr dynamisch im Alltag von älteren Menschen relevant wurden. Neben inhaltlichen Aspekten war die SIM-Studie auch in methodischer Sicht eine Innovation, da durch die Auswahl der Stichprobe auch Personen im hohen Alter systematisch erfasst wurden und so Ausweisungen für die Altersgruppe über 80 Jahren möglich waren. Diese Rahmenbedingungen der neuen Studie sorgten für ein großes Interesse in der Fachwelt, bei Bildungsträgern und Kommunen und insbesondere auch bei den zahlreichen ehrenamtlich engagierten älteren Menschen, die andere in Medienbelangen unterstützen. Nach drei Jahren erschien es angebracht, die Studie zu wiederholen und damit zu prüfen, inwiefern die digitale Transformation im Alltag älterer Menschen vorangeschritten ist, ob mehr Menschen Anschluss an die digitale Welt gefunden haben und welche Anwendungen sich im Alltag verfestigt haben. Die vergangenen Jahre waren nicht nur durch einen spürbaren Digitalisierungsschub infolge der Pandemie geprägt, auch die Entwicklung in der Digitalisierung des Gesundheitswesens nahm Fahrt auf, die Kommunen haben zahlreiche Verwaltungsvorgänge digitalisiert und in der Medienwelt wurde mit dem Thema KI eine neue Epoche eingeläutet. Es hat sich also in kurzer Zeit sehr viel getan, sodass eine Neuauflage der Studie weiteren Erkenntnisgewinn versprach.

Mit der vorliegenden Ausgabe der Studie Senior\*innen, Information, Medien (SIM) wird nun zum zweiten Mal eine bundesweite Basisuntersuchung mit der Zielgruppe „Personen ab 60 Jahren“ zu dieser Thematik umgesetzt. Die SIM-Studie zeichnet als Querschnittsuntersuchung ein aktuelles Abbild des Medienumgangs älterer Personen in Deutschland und deren digitaler Kompetenzen.

---

*Die SIM-Studie bietet Daten zum aktuellen Medienumgang älterer Personen ergänzt um die Perspektive der Altersforschung*



Der Studienbericht verfolgt die Zielsetzung, Personen in Politik, Verwaltung und Erwachsenenbildung sowie ehrenamtlich und professionell Tätigen in Pflege und Betreuung kompakte und verständliche Informationen zur Mediennutzung der älteren Generation sowie deren Bildungs- und Unterstützungsbedarfe an die Hand zu geben. Diesem praxisorientierten Studienbericht folgen vertiefende wissenschaftliche Auswertungen aus der mediengerontologischen Forschung. Zentrale Themen der SIM-Studie 2024 sind neben Mediennutzung und -ausstattung, unter Berücksichtigung der Offliner\*innen und der Onliner\*innen, das alltägliche Informationsverhalten sowie erste Erfahrungen mit Künstlicher Intelligenz (KI). Weitere Themen sind digitale Kompetenzen, insbesondere im Bereich der für die Zielgruppe relevanten Thematik der Gesundheit sowie gerontologische Aspekte wie der allgemeine Gesundheitszustand, die Lebenszufriedenheit und die soziale Einbettung.

Unterschiede zwischen Vergleichsgruppen wie z.B. nach Alter, Geschlecht oder Bildungsstatus werden berichtet, wenn diese im Sinne wissenschaftlicher-statistischer Analysen bedeutsam sind, (Signifikanz- und Effektanalysen). Zur leichteren Lesbarkeit werden Personen zwischen 60 und 69 Jahren als „Personen im jungen Alter“; zwischen 70 und 79 Jahren als „Personen im höheren Alter“ und Personen ab 80 Jahren als „Personen im hohen Alter“ bezeichnet.

Für die vorliegende SIM-Studie wurde zwischen dem 2. Mai und dem 5. August 2024 eine repräsentative Stichprobe von n=2.000 Zielpersonen befragt. Grundgesamtheit für die Untersuchung war die deutschsprachige Bevölkerung in Privathaushalten am Ort der Hauptwohnung in der Bundesrepublik Deutschland im Alter ab 60 Jahren, inklusive hochaltriger Personen, also ohne Altersgrenze nach oben. Die Stichprobe wurde hinsichtlich der Merkmale Alter und Geschlecht (insbesondere auch Personen ab 80 Jahren) sowie Berufstätigkeit und Bildung repräsentativ quotiert (Quelle: ma Audio 2024 I) und bietet damit ein bevölkerungsrepräsentatives Abbild der Grundgesamtheit hinsichtlich des Geschlechts, des Bildungsstatus sowie des Alters. Um eine repräsentative Verteilung von Stadt und Land realisieren zu können, wurde die Stichprobe zusätzlich nach drei Gebietsgrößenklassen (BIK) quotiert: Stadtregionen (bis mind. 100.000 Einwohner\*innen), Mittelzentren (25.000 bis unter 100.000 Einwohner\*innen) und Unterzentren (bis unter 25.000 Einwohner\*innen). Die Daten wurden anhand folgender Merkmale gewichtet: Alter x Geschlecht, Alter x Bildung, Bildung, Bundesland, BIK, Haushaltsgröße, Wochentag des Interviews. Basis für die Gewichtung war die MA Tranche Audio 2024 I. Die telefonische Befragung wurde computergestützt durchgeführt (CATI), die durchschnittliche Länge der Interviews lag bei etwa 30 Minuten. Um möglichst viele ältere Personen zu erreichen, wurde im Rahmen der Telefonbefragung eine kombinierte Festnetz- und Mobilfunkstichprobe (ADM Dual Frame) angewandt. Die Feldarbeit und Datenprüfung erfolgte durch die Gesellschaft für Innovative Marktforschung mbH (GIM) in Wiesbaden.

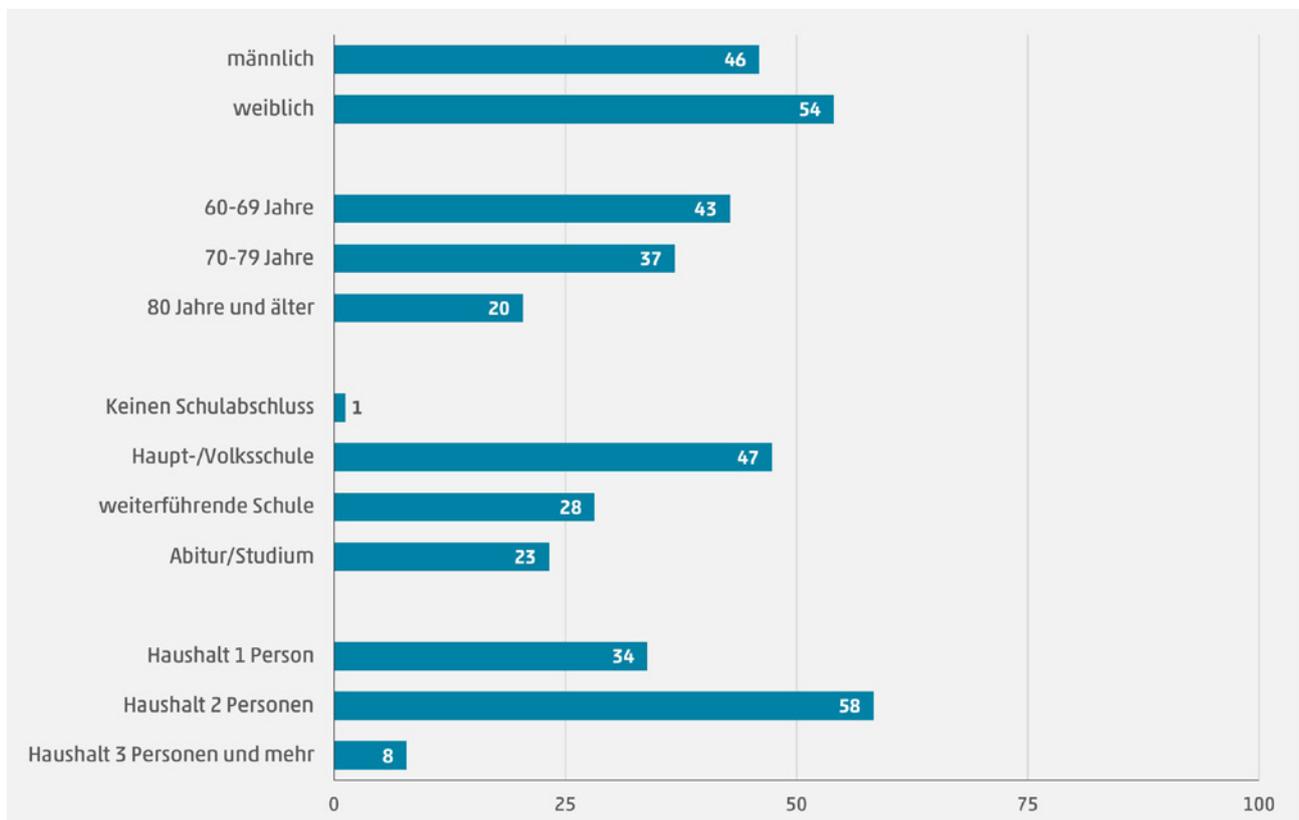


Die Befragten der SIM-Studie sind zu 54 Prozent Frauen und zu 46 Prozent Männer. Was die Bildung betrifft, hat etwa die Hälfte der Befragten (47 %) eine geringe formale Bildung, also einen Haupt- bzw. Volksschulabschluss, 28 Prozent haben einen mittleren Schulabschluss und 23 Prozent haben Abitur bzw. ein Studium abgeschlossen. Ein Prozent hat keinen Schulabschluss. Bei der Betrachtung der Bildung ist zu bedenken, dass die Schul- und Ausbildungssituation der hier vorliegenden Generationen nicht mit den heutigen Möglichkeiten und Bildungsstandards zu vergleichen ist.

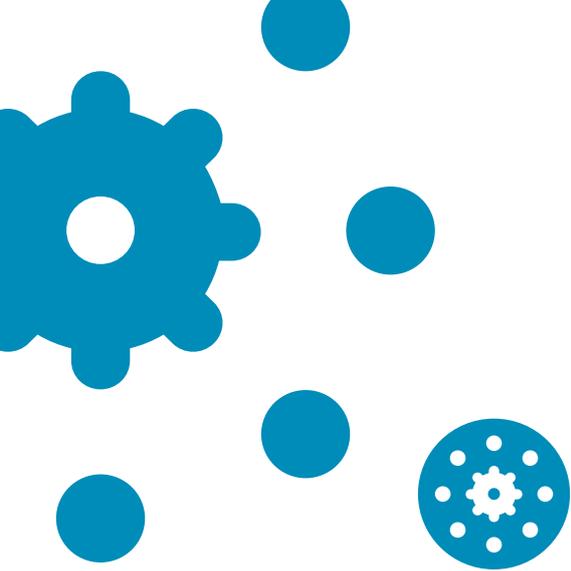
Zu beachten ist, dass die Altersgruppe der Personen ab 60 Jahren in ihren soziodemographischen Ausprägungen heterogen ist. Aufgrund der Altersverteilung ist der Anteil der Personen ab 80 Jahren deutlich kleiner als der der jüngeren Personengruppen von 60 bis 69 Jahren und 70 bis 79 Jahren. Durch die Konzeption der Studie für ältere Personen mit einer nach oben offenen Altersgrenze sind auch Personen im sehr hohen Alter vertreten (die älteste befragte Person war 105 Jahre alt).

Mit zunehmendem Alter nimmt der Anteil an Frauen und alleinlebenden Personen zu. Über die Hälfte der Personen ab 80 Jahren (54 %) lebt alleine im Haushalt, in dieser Altersgruppe beträgt der Anteil der Männer nur noch 39 Prozent. Diese Heterogenität der älteren Menschen zeigt, dass in dieser Phase vermehrt einschneidende Veränderungen der Lebenssituation stattfinden können, wie z.B. der Verlust des Partners oder der Partnerin.

## Soziodemografie SIM-Studie 2024



Quelle: SIM 2024, Angaben in Prozent, Basis: alle Befragten, n=2.000



## 2. Medienausstattung

Anhand einer vorgegebenen Liste wurde die Medienausstattung in den Haushalten der Befragten erfasst.<sup>1</sup> Die Ergebnisse zeigen, dass Personen ab 60 Jahren unterschiedliche technische Optionen für den Zugang zu Medieninhalten zur Verfügung stehen. Nach wie vor ist das Fernsehgerät mit 98 Prozent nahezu flächendeckend verbreitet, gefolgt von 91 Prozent der Haushalte, in denen ein Radiogerät (exklusive Autoradio) vorhanden ist. Etwa acht von zehn Befragten verfügen über ein Smartphone sowie einen Computer (PC/Laptop/Notebook/Netbook). In mehr als der Hälfte der Haushalte ist zudem ein Tablet (58 %) sowie ein Smart-TV (53 %) zu finden. Rund ein Viertel der Befragten gibt an, im Haushalt ein Handy ohne Internetzugang zu haben. Weniger verbreitet sind mit jeweils rund einem Fünftel der Haushalte Gesundheitsarmbänder wie Fitness-Tracker oder Smartwatches sowie E-Book-Reader. Smartspeaker wie Alexa oder Smartspeaker von Sonos sind in jedem sechsten Haushalt vorhanden. Im Vergleich zu den Ergebnissen der SIM-Studie 2021 zeigt sich eine Zunahme bei allen digitalen Endgeräten mit Internetzugang. Besonders ausgeprägt ist dieser Anstieg bei Smartphones (+11 Prozentpunkte (PP)), Tablets (+10 PP) und Smart-TVs (+9 PP). Gleichzeitig ist ein Rückgang bei Handys ohne Internetverbindung zu beobachten (-8 PP). Die Verbreitung von Radiogeräten bleibt im Vergleich zur Vorstudie unverändert.

---

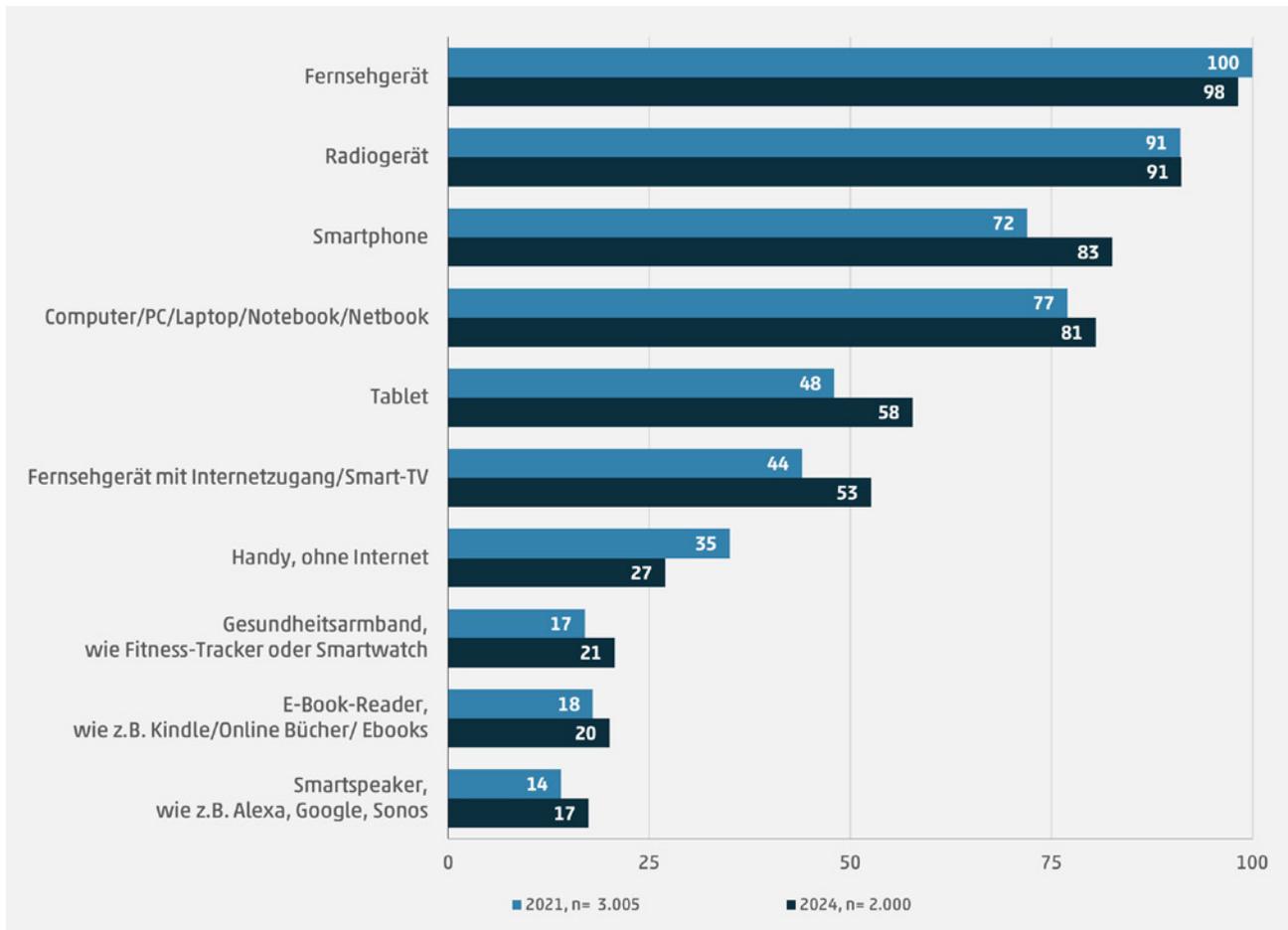
**Die Ausstattung mit digitalen  
Geräten nimmt zu**

---

<sup>1</sup> Bei der Frage zur Verfügbarkeit einzelner Geräte im Haushalt konnten die Befragten neben „ja“ und „nein“ auch mit „weiß nicht“/„kenne ich nicht“ antworten. Auf diese Antwortoption entfielen je nach Gerät zwischen null und zwei Prozent der Angaben.



## Medienausstattung im Haushalt – 2024 zu 2021

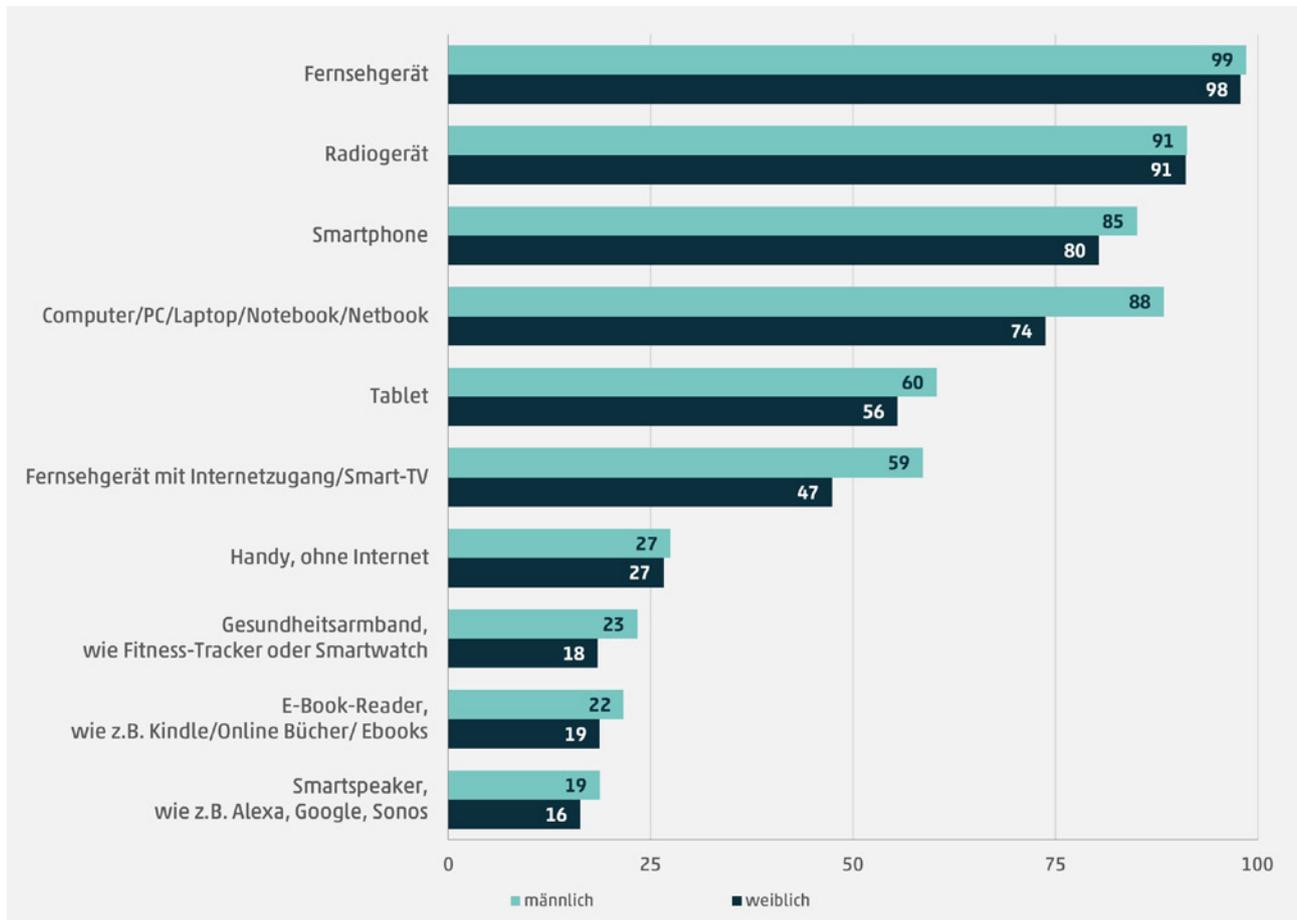


Quelle: SIM 2021, SIM 2024, Angaben in Prozent, Basis: alle Befragten

Über fast alle Geräte hinweg zeigt sich, dass diese in den Haushalten von Männern stärker verbreitet sind als in den Haushalten von Frauen. Deutlich häufiger steht den Männern ein Computer (Männer: 88 %, Frauen: 74 %) und ein Smart-TV (59 % zu 47 %) zur Verfügung. Auch sind die Haushalte der männlichen Befragten öfter mit einem Smartphone (85 % zu 80 %), einem Gesundheitsarmband (23 % zu 18 %) und einem Tablet (60 % zu 56 %) ausgestattet. Ausnahmen bilden Radiogeräte und Handys ohne Internetzugang, die in Haushalten beider Geschlechter gleichermaßen verbreitet sind.



## Medienausstattung im Haushalt – nach Geschlecht



Quelle: SIM 2024, Angaben in Prozent, Basis: alle Befragten, n=2.000

### **Die Ausstattung mit digitalen Geräten ist besonders bei Personen ab 80 Jahren angestiegen**

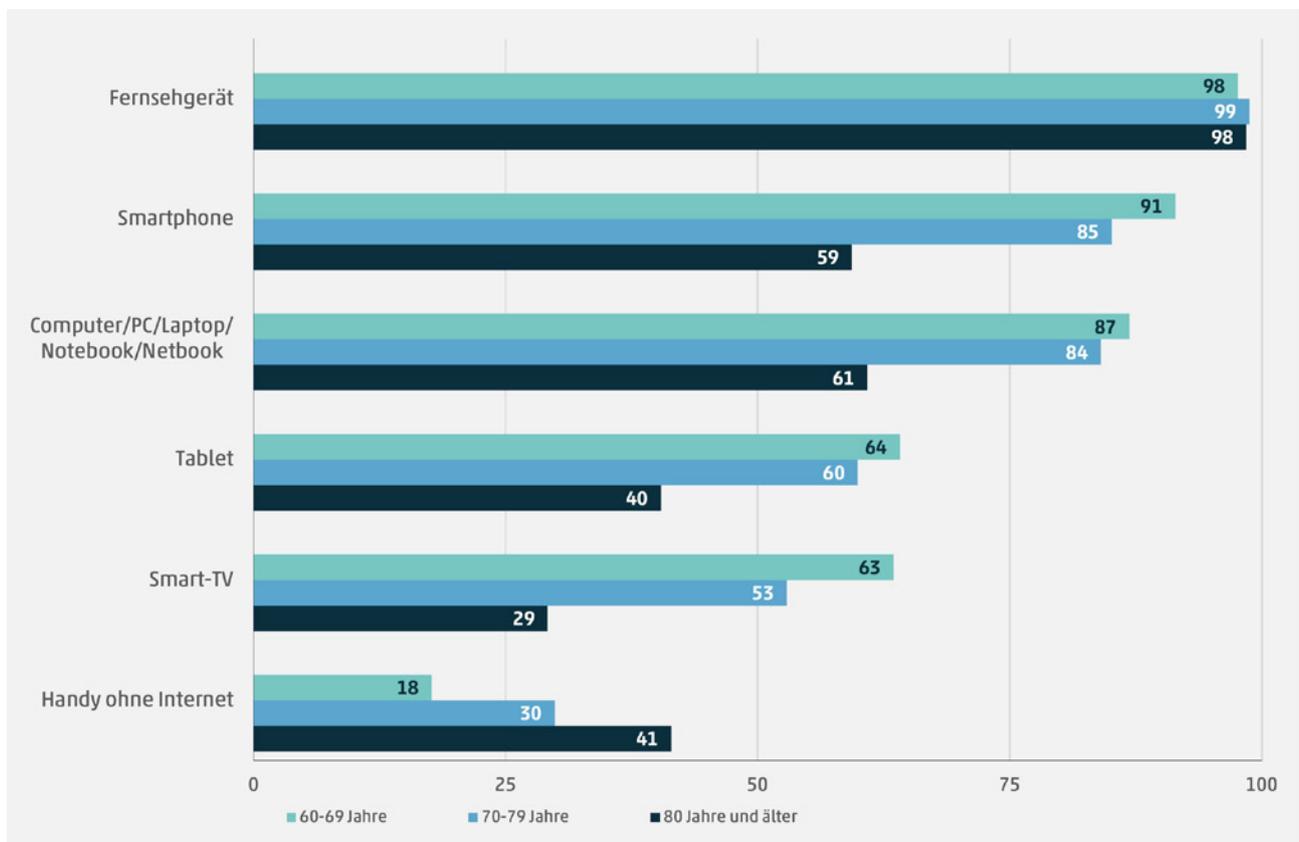
Mit Ausnahme des Fernsehgeräts nimmt mit zunehmendem Alter die Medienausstattung in den Haushalten kontinuierlich ab. Während 63 Prozent der Personen im Alter von 60 bis 69 Jahren über einen Smart-TV verfügen, sind es bei den Personen ab 80 Jahren nur noch 29 Prozent. Eine ähnliche Entwicklung zeigt sich bei Smartphones, deren Verbreitung von 91 Prozent in der jüngsten Altersgruppe auf 59 Prozent in der ältesten Altersgruppe sinkt. Auch Computer und Tablets sind mit zunehmendem Alter weit seltener vorzufinden. Im Vergleich zur Vorgängerstudie wird jedoch deutlich, dass die Altersgruppe ab 80 Jahren bei der Ausstattung mit digitalen Geräten aufholt. Besonders bei Smartphones ist dieser Trend sichtbar: Ihre Verbreitung steigt in den Haushalten der Personen im hohen Alter um 18 Prozentpunkte, während der Anstieg bei Personen im höheren Alter 13 Prozentpunkte und bei Personen im jungen Alter sechs Prozentpunkte beträgt. Auch bei Computern (+13 PP) und Tablets (+14 PP) weist die Gruppe der Personen ab 80 Jahren die höchsten Zuwächse auf.



Ein gegensätzlicher Trend zeigt sich bei Handys ohne Internetzugang: In der Altersgruppe ab 80 Jahren besitzen rund zwei Fünftel solche Geräte, während diese in den jüngeren Altersgruppen deutlich seltener vorkommen. Bei Personen im Alter von 60 bis 69 Jahren sind sie nur noch in jedem sechsten Haushalt zu finden. Keine Altersunterschiede gibt es hingegen beim Besitz eines Fernsehgeräts – dieses ist über alle Altersgruppen hinweg in nahezu jedem Haushalt vorhanden.

## Medienausstattung im Haushalt – nach Alter

– Auswahl –



Quelle: SIM 2024, Angaben in Prozent, Basis: alle Befragten, n=2.000

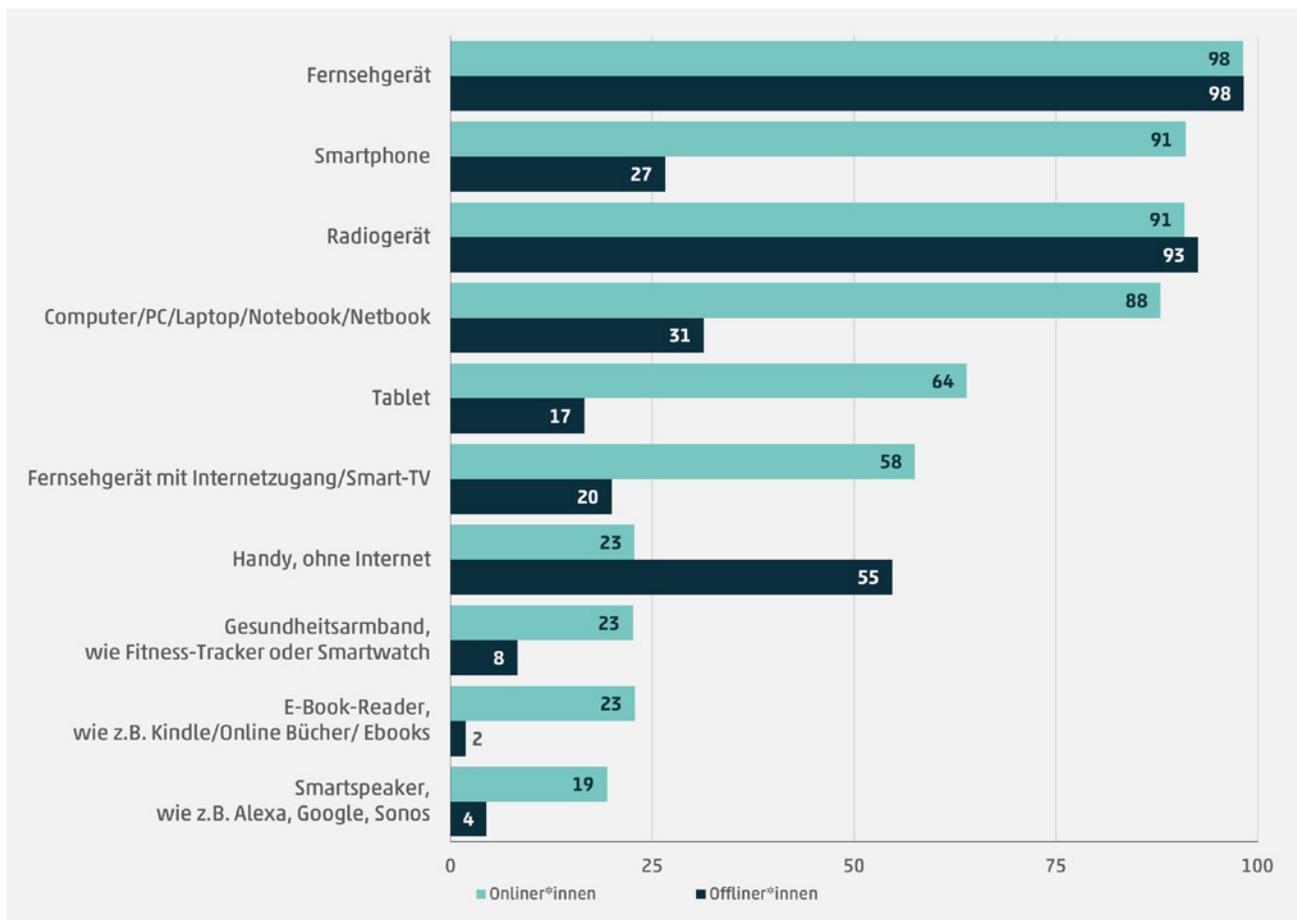
Deutliche Unterschiede zeigen sich in der Geräteausstattung der Haushalte von Onliner\*innen und Offliner\*innen. Als Onliner\*innen gelten Personen, die zumindest selten<sup>2</sup> im Internet aktiv sind, während Offliner\*innen angeben, das Internet nie zu verwenden. Wie zu erwarten, verfügen Haushalte von Onliner\*innen deutlich häufiger über Geräte mit Internetzugang als jene von Offliner\*innen. Smartphones, Computer, Smart-TVs und Gesundheitsarmbänder sind dort etwa dreimal so häufig vertreten.

<sup>2</sup> Die Befragten konnten angeben, ob sie das Internet mehrfach täglich, täglich/fast täglich, mind. einmal in der Woche, mind. einmal im Monat, seltener oder nie nutzen.



Bei Tablets, E-Book-Readern und Smartspeakern sind die Unterschiede sogar noch größer. Einzig Handys ohne Internetzugang sind in Haushalten von Offliner\*innen mit 55 Prozent deutlich verbreiteter als bei Onliner\*innen (23 %). Dagegen bestehen bei den klassischen Massenmedien Fernsehen und Radio kaum Unterschiede – beide Geräte sind in den meisten Haushalten vorhanden. Auffällig ist, dass auch in einigen Haushalten von Offliner\*innen internetfähige Geräte zur Verfügung stehen. 31 Prozent haben zuhause einen Computer, 27 Prozent ein Smartphone, 20 Prozent einen Smart-TV und 17 Prozent ein Tablet. Eine mögliche Erklärung dafür ist, dass andere Haushaltsmitglieder, wie etwa die Partnerin oder der Partner, diese Geräte nutzen. Denkbar ist auch, dass die Geräte zwar genutzt werden, jedoch ohne aktiv oder bewusst vom Internetzugang Gebrauch zu machen, oder dass Geräte bspw. wegen körperlicher Einschränkungen nicht mehr genutzt werden.

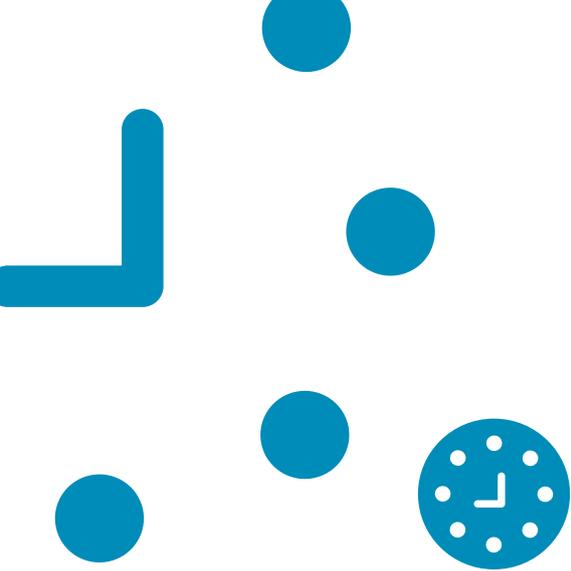
## Medienausstattung im Haushalt – nach Onliner\*innen und Offliner\*innen



Quelle: SIM 2024, Angaben in Prozent, Basis: alle Befragten, n=2.000



Auch mit Blick auf das formale Bildungsniveau zeigen sich Differenzen in der Medienausstattung. Personen mit Abitur verfügen deutlich häufiger über internetfähige Geräte als Personen mit einem Haupt- oder Volksschulabschluss. Besonders ausgeprägt ist dies beim Besitz eines Computers (Abitur: 92 %, Haupt-/Volksschule: 72 %) sowie bei Smart-TVs (60 % zu 45 %). Auch Smartphones, Tablets und E-Book-Reader sind unter Personen mit höherem Bildungsabschluss stärker verbreitet. Ein Handy ohne Internetzugang gehört hingegen bei rund einem Drittel der Personen mit niedrigem Bildungsstatus zur Ausstattung, bei Personen mit hohem Bildungsstatus ist es nur etwa ein Fünftel.

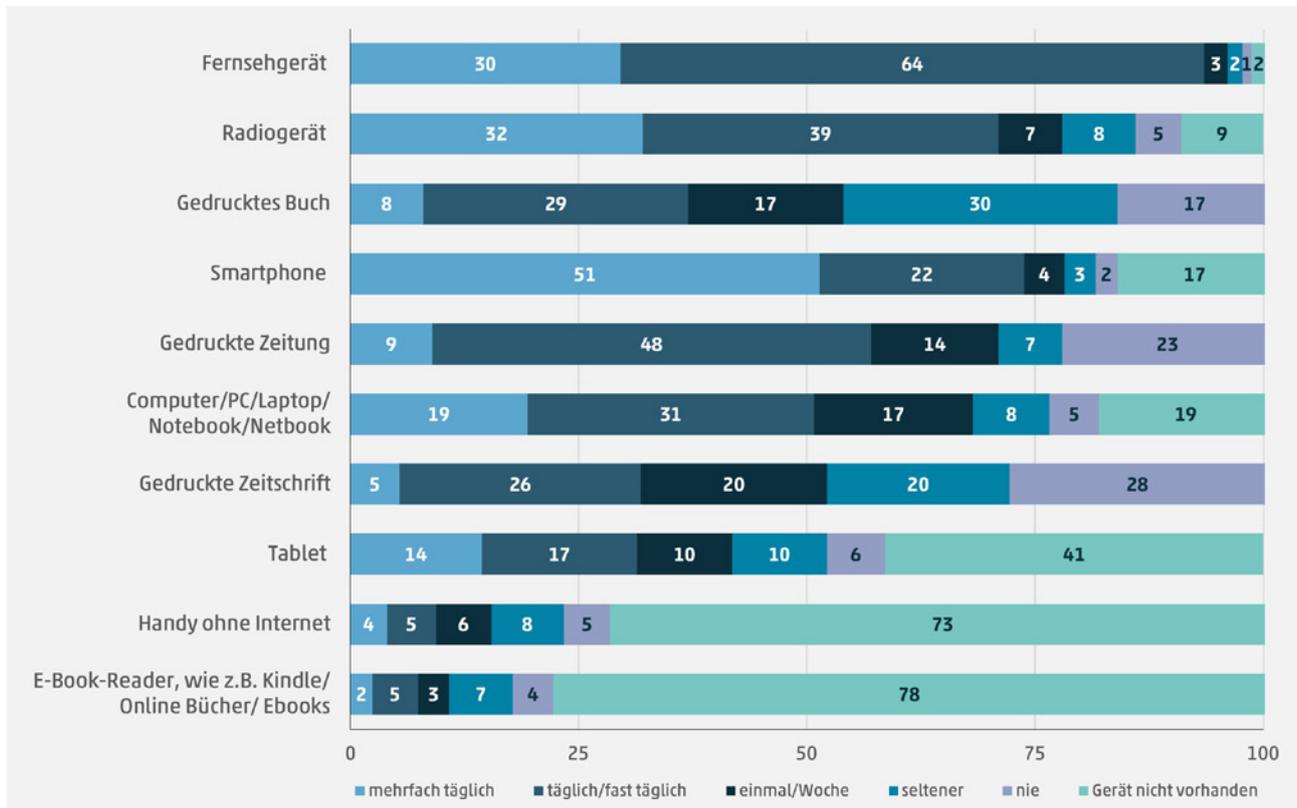


### 3. Mediennutzung

*Die tägliche Nutzung des Smartphones nimmt deutlich zu*

Die Nutzungshäufigkeit der verschiedenen Medien zeigt, dass Medientätigkeiten den Alltag von Senior\*innen maßgeblich prägen. Nach wie vor nimmt das Fernsehen dabei eine dominierende Rolle ein: 94 Prozent der Befragten sehen fast täglich fern. Die Nutzung des Smartphones nähert sich diesem Wert jedoch an: Knapp drei Viertel der Personen ab 60 nutzen inzwischen nahezu täglich ein Smartphone – ein Anstieg um zehn Prozentpunkte im Vergleich zu 2021. Zudem verwendet rund die Hälfte der Befragten ihr Smartphone mehrmals täglich (2021: 41 %). Auch das Radio bleibt ein fester Bestandteil des Alltags, 71 Prozent der Befragten hören es fast täglich. Die tägliche Nutzung von Computer und Tablet zeigt sich im Vergleich zur Vorgängerstudie unverändert: Die Hälfte der Befragten verwendet täglich einen Computer, Tablets werden von knapp einem Drittel täglich genutzt. Handys ohne Internetzugang und E-Book-Reader spielen hingegen nur für eine kleine Gruppe eine Rolle – in den meisten Haushalten sind diese Geräte nicht vorhanden. Analoge Medien sind weiterhin fest im Alltag älterer Menschen verankert: 57 Prozent lesen fast täglich eine gedruckte Zeitung, 37 Prozent greifen in dieser Frequenz zu gedruckten Büchern und 31 Prozent zu Zeitschriften in Printform.

## Nutzungshäufigkeit verschiedener Medien



Anmerkung: Zur besseren Darstellung der Nutzungshäufigkeiten wurden die Antwortmöglichkeiten „einmal im Monat“ und „seltener“ zur Kategorie „seltener“ zusammengefasst.

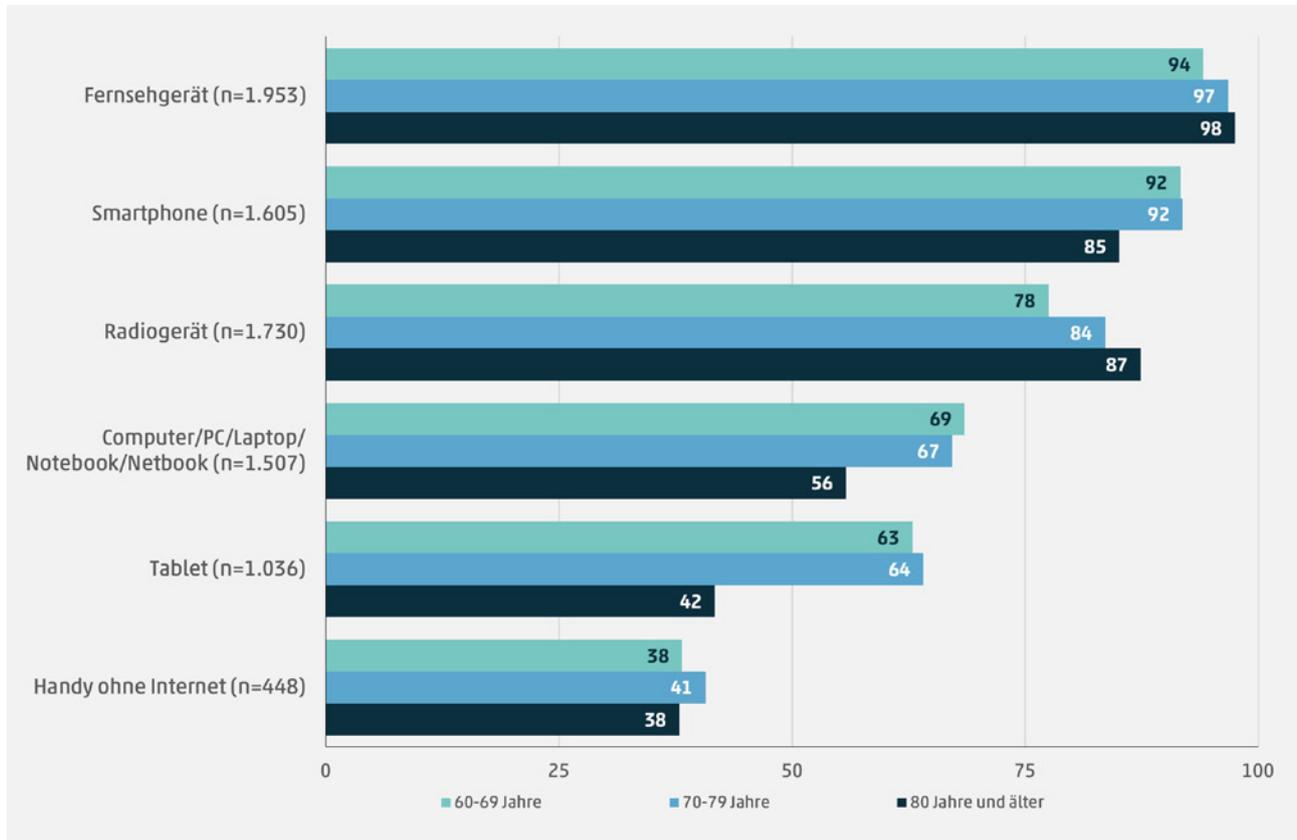
Quelle: SIM 2024, Angaben in Prozent, Basis: alle Befragten, n=2.000

Im Altersverlauf zeigen sich deutliche Unterschiede in der täglichen Mediennutzung. Besonders deutlich wird dies, wenn man die Nutzer\*innen betrachtet, also Personen, die ein bestimmtes Gerät im Haushalt besitzen und es zumindest selten verwenden. Bei digitalen Geräten mit Internetzugang lässt sich eine klare Tendenz erkennen: Mit zunehmendem Alter nimmt ihre Nutzung im Alltag ab. Besonders ausgeprägt ist dies bei Tablets. In der Altersgruppe der Personen zwischen 60 und 69 Jahren verwenden 63 Prozent der Nutzer\*innen das Gerät täglich, in der Altersgruppe ab 80 Jahren sind es 42 Prozent. Auch für Computer und Smartphones zeigt sich dieses Muster. Im Gegensatz dazu zeigt sich bei den klassischen Mediengeräten Fernseher und Radio ein gegenläufiger Trend: Diese werden mit steigendem Alter häufiger im Alltag genutzt. Auch unter den Nutzer\*innen von Printmedien, also Personen, die diese Medien grundsätzlich lesen, zeigt sich ein Bedeutungsgewinn im Altersverlauf. Besonders deutlich wird dies bei gedruckten Zeitungen: Während neun von zehn Zeitungslerner\*innen ab 80 Jahren täglich die Zeitung aufschlagen, sind es bei Personen im Alter zwischen 60 und 69 Jahren nur etwa sechs von zehn.



## Tägliche Nutzung verschiedener Medien – nach Alter

– auf Basis der jeweiligen Nutzer\*innen –



Quelle: SIM 2024, Angaben in Prozent, Basis: Personen, die das jeweilige Gerät zumindest selten nutzen

Auch zwischen Männern und Frauen sind Unterschiede im Verhalten der Nutzer\*innen erkennbar. Am deutlichsten zeigt sich dies bei der Computernutzung: 71 Prozent der Männer, die einen Computer verwenden, tun dies täglich – bei den Frauen sind es 60 Prozent. Etwas häufiger von Frauen genutzt werden dagegen Smartphones (Frauen: 93 %, Männer: 89 %) und E-Books (42 % zu 33 %). Auch beim Lesen gedruckter Bücher zeigen sich Unterschiede: Unter den Personen, die grundsätzlich Bücher lesen, greift jede zweite Frau täglich zum Buch, während der Anteil bei den Männern bei 36 Prozent liegt.

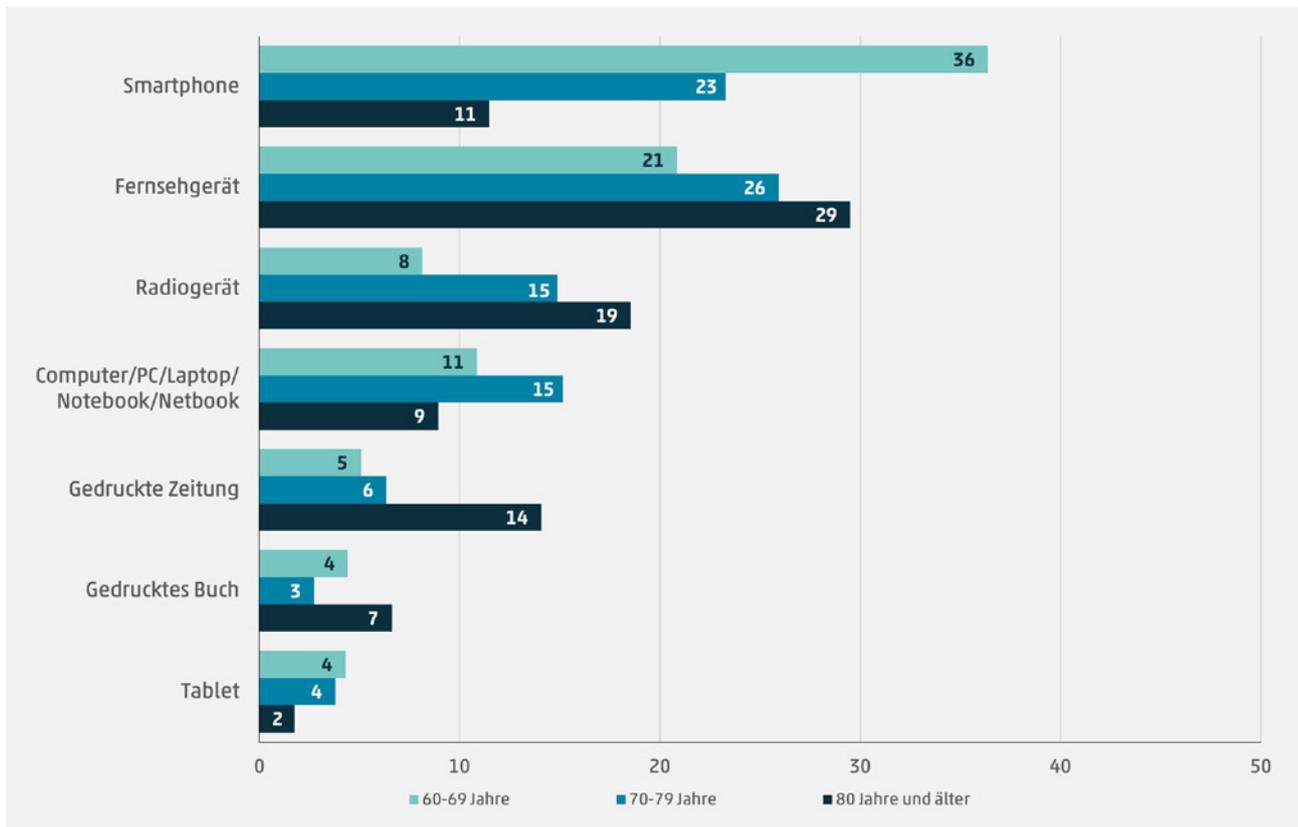
### Am wenigsten können die Befragten auf das Smartphone verzichten

Ergänzt wurde in diesem Jahr die Frage, auf welches Mediengerät die Befragten am wenigsten verzichten können. Das Smartphone landet dabei auf dem ersten Platz, dicht gefolgt vom Fernsehgerät – jeweils rund ein Viertel der Befragten möchte diese Geräte nicht mehr missen. An dritter Stelle steht das Radiogerät, das von 13 Prozent als unverzichtbar angesehen wird. Eine differenzierte Betrachtung nach Altersgruppen zeigt Unterschiede in der Priorisierung der wichtigsten Mediengeräte. In der Gruppe der Personen von 60 bis 69 Jahren wird das Smartphone mit



Abstand am häufigsten genannt (36 %), gefolgt vom Fernsehgerät (21 %) und dem Computer (11 %). Die Personen im Alter von 70 bis 79 Jahren sehen hingegen den Fernseher als ihr wichtigstes Gerät an (26 %), knapp dahinter folgt das Smartphone (23 %), während Computer und Radio mit jeweils 15 Prozent gleichauf liegen. Bei den Personen ab 80 Jahren zeigt sich eine klassische Prägung, hier nimmt das Fernsehgerät mit 29 Prozent den höchsten Stellenwert ein, gefolgt vom Radio (19 %) und der gedruckten Zeitung (14 %). In der Unterscheidung nach Onliner\*innen und Offliner\*innen zeigt sich ein ähnliches Muster. Die Reihenfolge der drei wichtigsten Mediengeräte bei Offliner\*innen entspricht jener der Personen im hohen Alter, während Onliner\*innen in ihren Prioritäten mit den Personen im jungen Alter übereinstimmen.

### Kann am wenigsten verzichten auf ... – nach Alter



Quelle: SIM 2024, Angaben in Prozent, Basis: alle Befragten, n=2.000

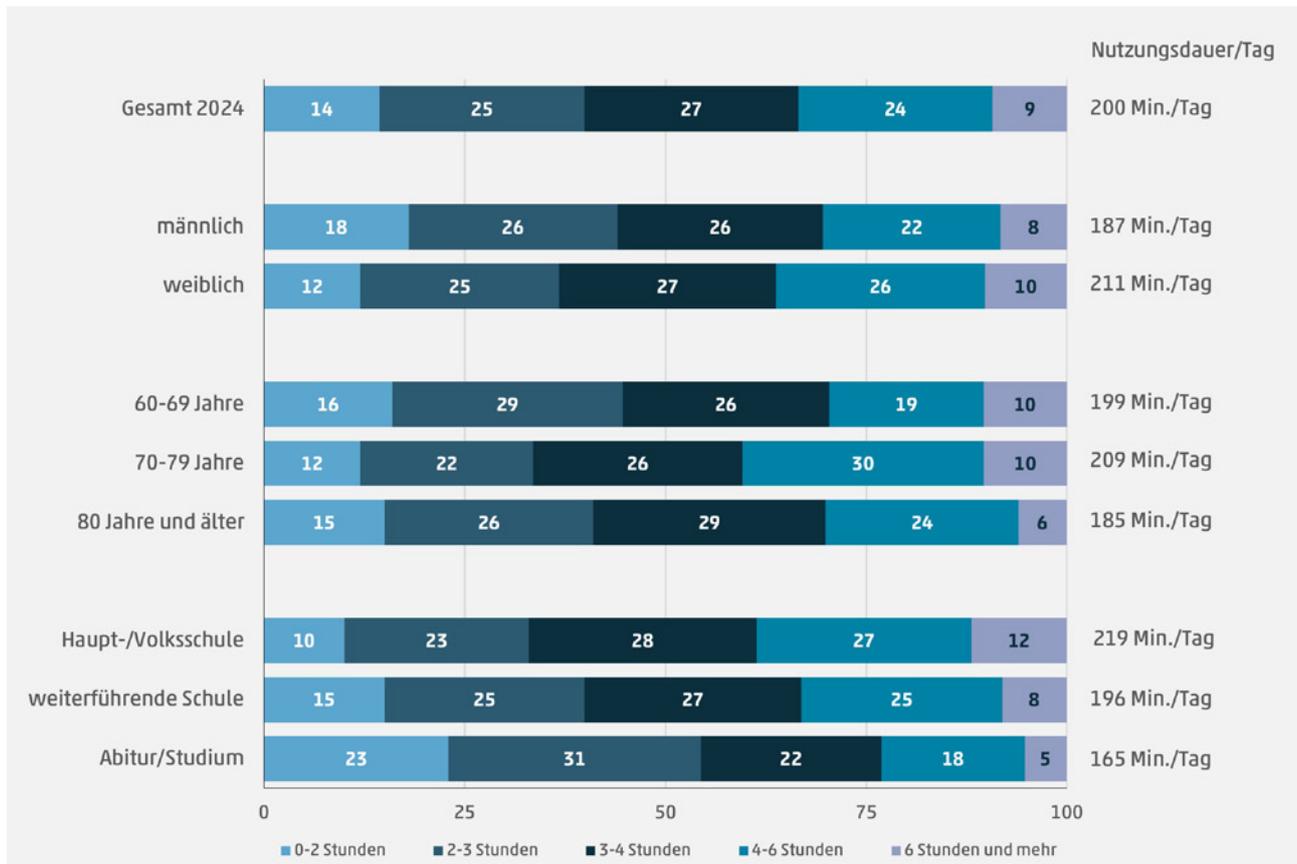
Neben der Häufigkeit der Fernsehnutzung wurde auch die tägliche Sehdauer von den Befragten selbst eingeschätzt. Etwa ein Viertel der Befragten gibt jeweils an, täglich zwei bis drei, drei bis vier oder vier bis sechs Stunden fernzusehen. Neun Prozent verbringen nach eigener Angabe



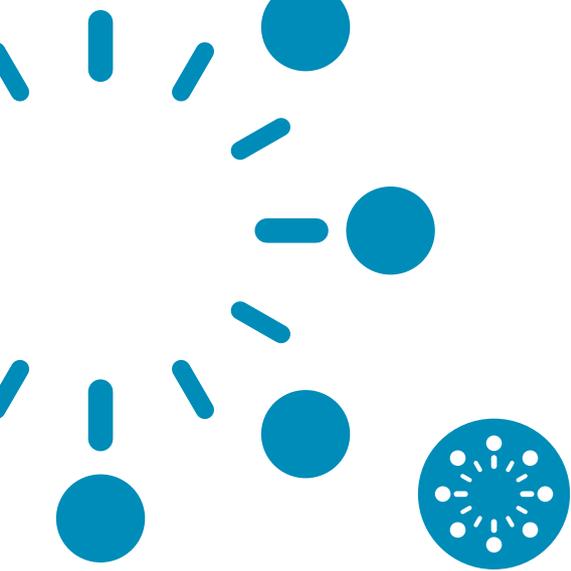
### Die tägliche Fernsehdauer sinkt im Vergleich zu 2021 um 17 Minuten

sogar mehr als sechs Stunden pro Tag vor dem Fernseher. Die durchschnittliche tägliche Nutzungsdauer über alle Befragten hinweg beträgt 200 Minuten und ist damit im Vergleich zu 2021 insgesamt um 17 Minuten gesunken. Frauen verbringen im Durchschnitt mehr Zeit mit Fernsehen als Männer: Während sie ihre tägliche Sehdauer auf 211 Minuten einschätzen, liegt die Selbsteinschätzung von Männern bei 187 Minuten. Auch im Altersverlauf zeigen sich Unterschiede in der täglichen Fernsehnutzung. Von 209 Minuten in der Altersgruppe von 70 bis 79 Jahren sinkt sie auf 185 Minuten in der Gruppe ab 80 Jahren. Einen noch stärkeren Einfluss hat der formale Bildungsgrad: Je höher dieser ist, desto geringer wird die tägliche Fernsehzeit eingeschätzt. Während Personen mit Abitur angeben, durchschnittlich 165 Minuten pro Tag fern zu sehen, sind es bei Personen mit Hauptschul- oder Volksschulabschluss 219 Minuten. Der größte Unterschied zeigt sich jedoch im Hinblick auf die Berufstätigkeit. Berufstätige sehen mit durchschnittlich 150 Minuten pro Tag eine Stunde weniger fern als Nicht-Berufstätige, die ihre tägliche Nutzung auf 210 Minuten einschätzen.

### Dauer Fernsehnutzung pro Tag – Selbsteinschätzung –



Quelle: SIM 2024, Angaben in Prozent, Basis: alle Befragten, n=2.000



**Immer mehr Personen über 60 Jahren sind im Internet unterwegs**

## 4. Internetnutzung

87 Prozent der Personen ab 60 Jahren sind online, das bedeutet, dass Sie das Internet<sup>3</sup> zumindest selten nutzen. Im Vergleich zur SIM-Studie 2021 ergibt sich bei den Onliner\*innen ein Zuwachs von sechs Prozentpunkten. Der Blick auf die Altersgruppen zeigt: 96 Prozent der Personen zwischen 60 und 69 Jahren, 90 Prozent zwischen 70 und 79 Jahren und 62 Prozent ab 80 Jahren sind Onliner\*innen. Differenziert man hierbei zudem zwischen Personen von 80 bis 84 Jahren und Personen ab 85 Jahren ergibt sich folgendes Bild: Während noch 70 Prozent der Personen zwischen 80 und 84 Jahren in Deutschland das Internet nutzen, sind es in der Altersgruppe ab 85 Jahren lediglich 48 Prozent. Insbesondere bei Personen im hohen Alter nimmt der Anteil der Onliner\*innen damit deutlich ab, jede zweite Person über 85 Jahren agiert nicht oder zumindest nicht selbstständig in der digitalen Welt. Zugleich zeigen die Daten der SIM-Studie 2024 im Vergleich zum Studienjahr 2021, dass über alle Altersgruppen hinweg immer mehr Menschen online sind. Mit elf Prozentpunkten weisen Personen ab 80 Jahren den stärksten Zuwachs auf.

Männer nutzen mit 92 Prozent deutlich häufiger das Internet als Frauen mit 83 Prozent, was einer Differenz von neun Prozentpunkten entspricht. Vor allem bei Personen ab 80 Jahren nehmen die Unterschiede zwischen den Geschlechtern deutlich zu. Während im Alter zwischen 80 und 84 Jahren 66 Prozent der Frauen und 77 Prozent der Männer online sind (Differenz: 11 PP), sind es ab dem 85. Lebensjahr nur noch 37 Prozent der Frauen und 67 Prozent der Männer (Differenz: 30 PP).

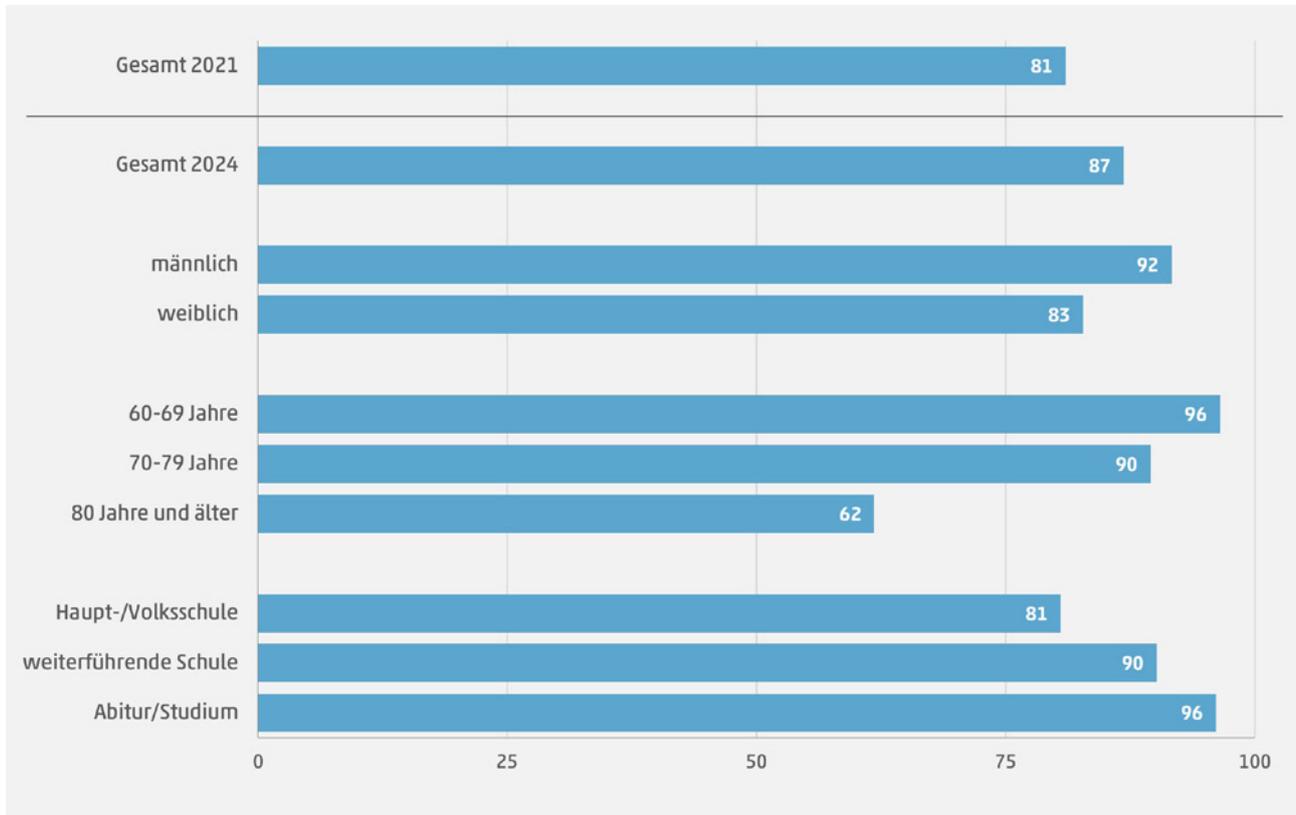
Ein Faktor für die Beschäftigung mit dem Internet ist der formale Bildungsgrad. Mit einem höheren Bildungsstatus nimmt der Anteil der Onliner\*innen deutlich zu. 96 Prozent der Personen ab 60 Jahren mit Abitur oder Studium sind online, 90 Prozent mit weiterführenden Schulabschlüssen, hingegen 81 Prozent der Personen mit einem Volks- oder Hauptschulabschluss. Gleichwohl hat sich die Schere zwischen den Bildungsgruppen seit 2021 etwas verringert, denn die Personen mit niedrigem Bildungsstatus weisen mit acht Prozentpunkten den größten Anstieg an Onliner\*innen auf.

<sup>3</sup> Im Fragebogen wurde das Internet beschrieben als „E-Mails oder Nachrichten schreiben, Instant Messenger, wie z. B. WhatsApp, Communities, wie z. B. Facebook, Online-Videos anschauen oder Informationen im Internet suchen“ - unabhängig vom verwendeten Zugangsweg.



## Anteil der Onliner\*innen in der Bevölkerung ab 60 Jahren

– Nutzung zumindest selten –



Quelle: SIM 2021, SIM 2024, Angaben in Prozent, Basis: alle Befragten, 2021: n=3.005, 2024: n=2.000

### Die Nutzung des Internets ist tief im Medienalltag von Menschen über 60 Jahren in Deutschland verankert

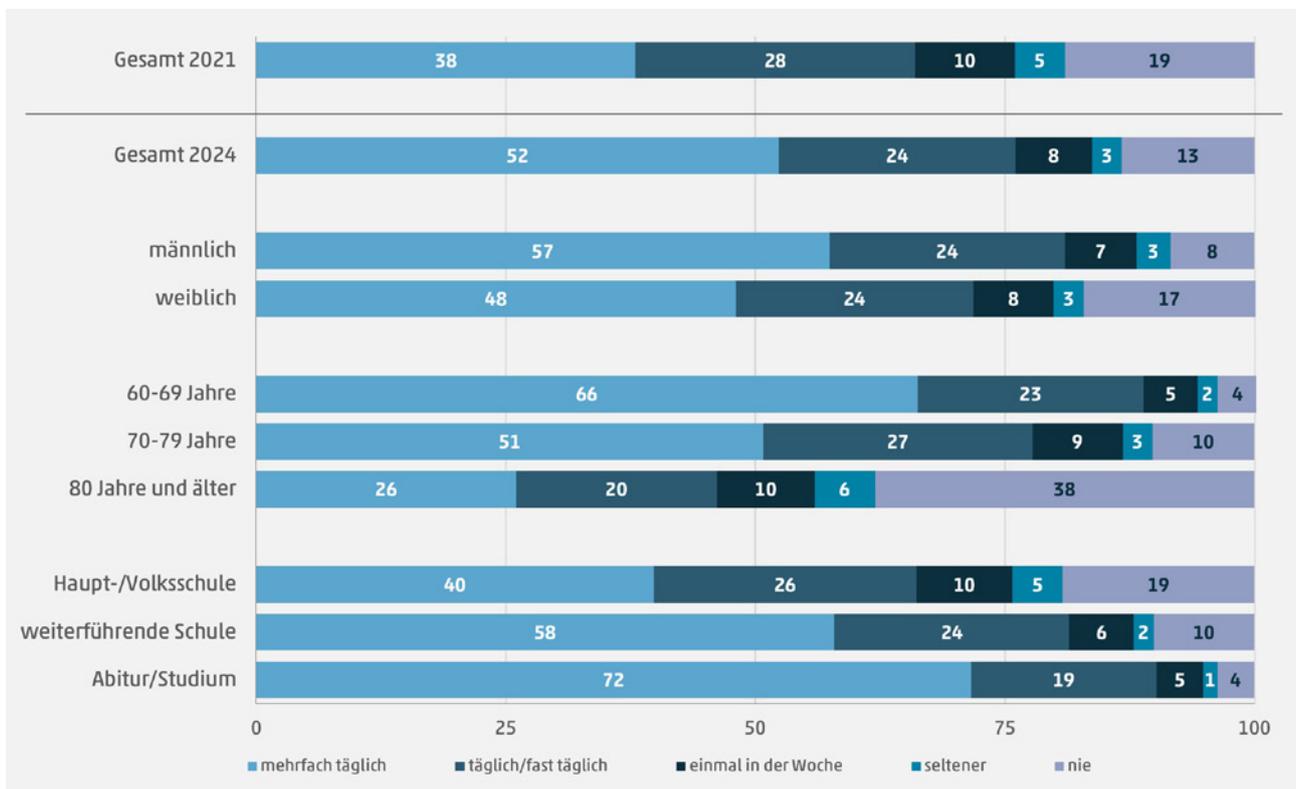
Die detaillierteren Ergebnisse verdeutlichen die Alltagsrelevanz des Internets: 84 Prozent der Befragten nutzen das Internet mindestens einmal in der Woche. Im Vergleich zur SIM-Studie 2021 ist dies ein Zuwachs von acht Prozentpunkten. 76 Prozent der Personen ab 60 Jahren sind täglich oder fast täglich online (2021: 66 %), 52 Prozent sogar mehrfach täglich (2021: 38 %). Dabei begünstigt der Besitz eines Smartphones eine höhere Nutzungsfrequenz des Internets. Hier nutzen 87 Prozent das Internet (fast) täglich, 61 Prozent sogar mehrmals täglich. Neben dem Bildungsgrad hat auch das Einkommen deutliche Auswirkungen auf die Größe des Nutzer\*innenkreises und die Häufigkeit der Onlinenutzung. Während 93 Prozent der Personen mit einem monatlichen Haushaltsnettoeinkommen über 2.000 Euro zumindest selten im Internet aktiv sind (91 % mindestens einmal in der Woche), sind dies in der Einkommensgruppe zwischen 1.000 Euro und 2.000 Euro noch 81 Prozent (76 % mindestens einmal in der Woche) und lediglich 74 Prozent in der Gruppe mit einem Einkommen unter 1.000 Euro (69 % mindestens einmal in der Woche). Hinsichtlich der Nutzung des Internets zeigen sich im Vergleich zwischen den alten und



neuen Bundesländern deutliche Unterschiede: 89 Prozent der Personen über 60 Jahren in West- und 79 Prozent in Ostdeutschland sind Online\*innen.

Auffällig ist, dass soziodemografische Merkmale zu kumulierten Effekten führen: Von den nicht-alleinlebenden Männern ab 60 Jahren aus den alten Bundesländern mit hohem Bildungs- und Einkommensstatus nutzen bereits 99 Prozent das Internet; von den alleinlebenden Frauen ab 60 Jahren aus den neuen Bundesländern mit niedrigem Bildungs- und Einkommensstatus sind es nur 53 Prozent. Es gibt also nach wie vor eine große digitale Spaltung innerhalb der Altersgruppe 60 Jahre und älter, wengleich die Differenz der vorgenannten Personengruppen gegenüber 2021 um 14 Prozentpunkte gesunken ist.

## Häufigkeit Internetnutzung



Anmerkung: Zur besseren Darstellung der Nutzungshäufigkeiten wurden die Antwortmöglichkeiten „einmal im Monat“ und „seltener“ zur Kategorie „seltener“ zusammengefasst.

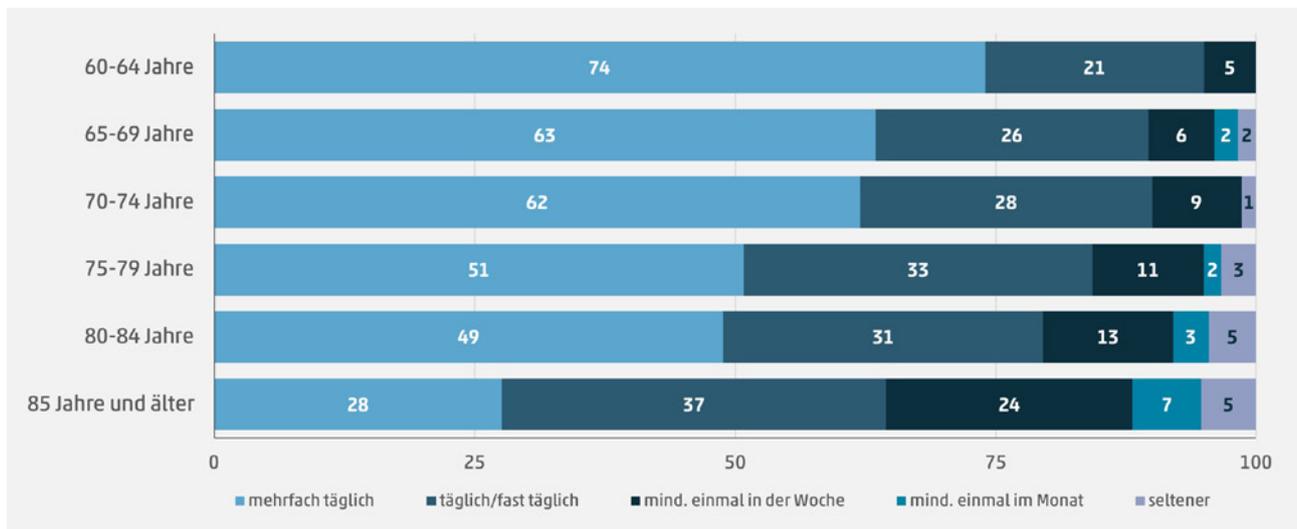
Quelle: SIM 2021, SIM 2024, Angaben in Prozent, Basis: alle Befragten, 2021: n=3.005, 2024: n=2.000



Betrachtet man nur die Onliner\*innen zeigt sich: Die mehrfach tägliche Nutzung hat in allen Altersgruppen im Vergleich zu 2021 zugenommen. Gleichzeitig wird deutlich, dass die Nutzungsintensität mit steigendem Alter deutlich abnimmt. So sind in der Altersgruppe von 60 bis 69 Jahren 92 Prozent der Onliner\*innen täglich im Internet aktiv, in der Altersgruppe von 70 bis 79 Jahren 87 Prozent und bei Personen ab 80 Jahren 75 Prozent. Besonders im hohen Alter ist ein deutlicher Rückgang erkennbar: Während 80 Prozent der Onliner\*innen zwischen 80 und 84 Jahren das Internet täglich nutzen, sind es ab 85 Jahren nur noch 65 Prozent. Diese abnehmenden Nutzungsaktivitäten stehen im Zusammenhang mit sinkenden digitalen Kompetenzen im Alter (siehe Kap. 7.1).

## Häufigkeit Internetnutzung – nach Alter

– nur Onliner\*innen –



Quelle: SIM 2024, Angaben in Prozent, Basis: Befragte, die das Internet zumindest selten nutzen, n=1.737

**Männer ab 60 Jahren verbringen drei Stunden mehr Zeit pro Woche mit dem Internet als Frauen in diesem Alter**

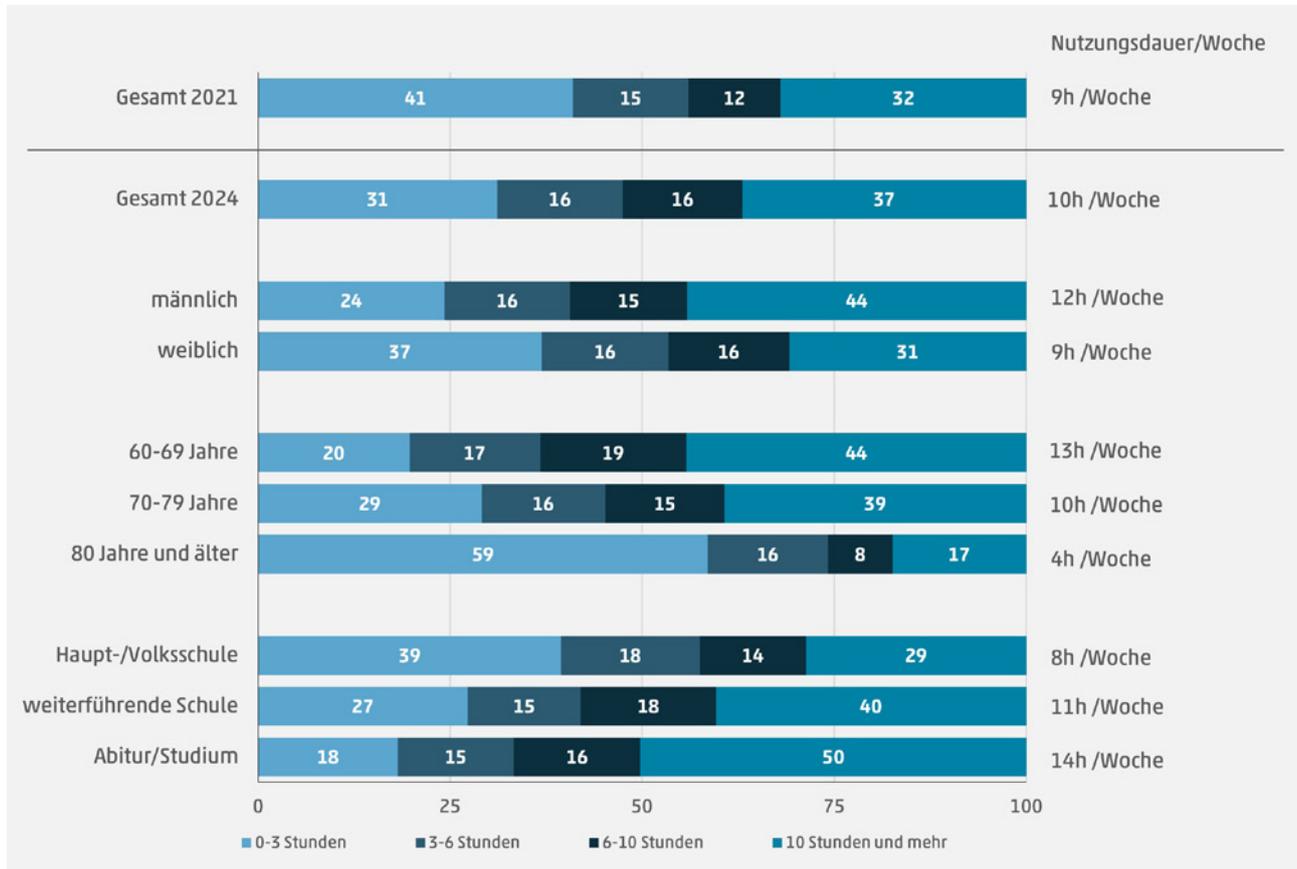
Was die Nutzungsdauer betrifft, verbringen die Befragten pro Woche nach eigener Einschätzung etwa zehn Stunden im Internet. Damit sind sie 2024 im Vergleich zur Vorgängerstudie 2021 durchschnittlich rund eine Stunde länger im Internet.<sup>4</sup> Männer sind mit zwölf Stunden pro Woche deutlich länger mit Onlineaktivitäten beschäftigt als Frauen mit neun Stunden.

<sup>4</sup> Bei der Nutzungsdauer werden auch Personen mitgerechnet, die das Internet nur selten oder gar nicht nutzen – ihre Nutzungszeit wird dabei mit null Minuten berücksichtigt. Die Verweildauer hingegen bezieht sich ausschließlich auf Personen, die das Internet mindestens einmal im Monat nutzen. Sie ist ebenfalls gestiegen: von elf Stunden pro Woche im Jahr 2021 auf zwölf Stunden im Jahr 2024.



## Dauer Internetnutzung pro Woche

– Selbsteinschätzung –



Quelle: SIM 2021, SIM 2024, Angaben in Stunden, Basis: alle Befragten, 2021: n=3.005, 2024: n=2.000

Mit zunehmendem Alter nimmt neben der Nutzungsfrequenz auch die wöchentliche Nutzungsdauer deutlich ab: Während Personen im Alter von 60 bis 69 Jahren nach eigener Schätzung 13 Stunden pro Woche mit Aktivitäten im Netz verbringen, sind dies bei Personen zwischen 70 und 79 Jahren zehn Stunden und nur vier Stunden bei Personen über 80 Jahren. Zudem spielt der Bildungsstatus eine wichtige Rolle: Mit höherem formalem Bildungsgrad steigt die durchschnittliche wöchentliche Nutzungsdauer des Internets deutlich an. Während Personen mit einem Haupt- oder Volksschulabschluss acht Stunden pro Woche im Internet verbringen, sind es bei Personen mit Abitur oder Studium 14 Stunden.

### Nutzung von Onlineangeboten

Onliner\*innen ab 60 Jahren steht im Internet eine breite Palette an Onlineanwendungen zur Verfügung, die unterschiedliche Bedürfnisse und Nutzungsmotive ansprechen. Tatsächlich wird jedoch nur ein Teil dieser

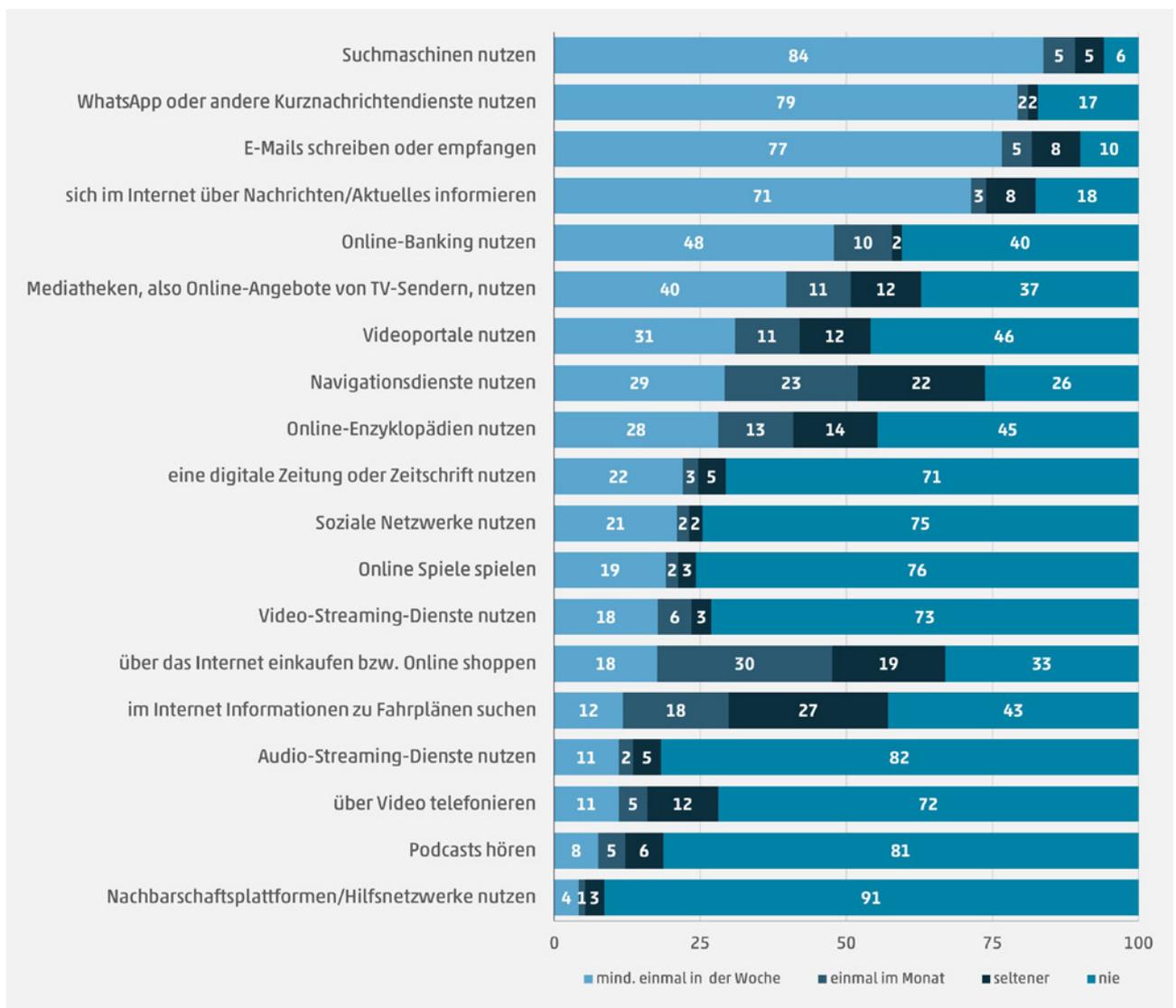


**Anwendungen zur Information und Kommunikation bilden den Kern der Onlineaktivitäten von Personen ab 60 Jahren**

Angebote regelmäßig genutzt. Den Kern der Onlineaktivitäten bilden Anwendungen zur Information und Kommunikation, die für einen Großteil der Befragten zu ihren wöchentlichen Aktivitäten gehören. Andere Angebote hingegen – etwa Onlinespiele, Audio-Streamingdienste, Soziale Netzwerke oder Nachbarschaftsplattformen – finden deutlich seltener oder gar keine Anwendung. Die Onlineaktivität von Personen ab 60 Jahren umfasst demnach nicht automatisch die breite Vielfalt an Anwendungen, die das Internet bietet.

**Genutzte Internetangebote**

- nur Onliner\*innen -



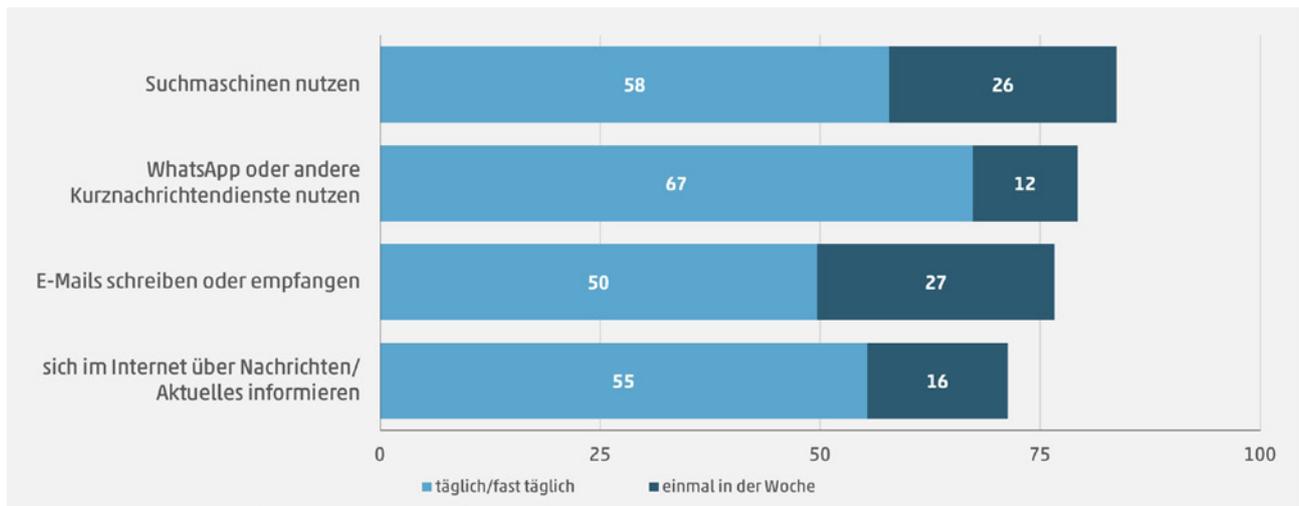
Quelle: SIM 2024, Angaben in Prozent, Basis: Befragte, die das Internet zumindest selten nutzen, n=1.737



Kommunikation sowie die Gewinnung von Informationen im Netz zählen – wie bereits 2021 – zu den wichtigsten Onlineaktivitäten von Onliner\*innen ab 60 Jahren. Mindestens einmal in der Woche nutzen 84 Prozent der Onliner\*innen Suchmaschinen, 79 Prozent WhatsApp oder andere Nachrichtendienste, 77 Prozent schreiben oder empfangen E-Mails und 71 Prozent informieren sich im Internet über Nachrichten/Aktuelles. Betrachtet man diese vier häufigsten Aktivitäten auch hinsichtlich ihrer täglichen Nutzung, zeigt sich, dass diese Nutzungsformen stark in den Alltag integriert sind. Wie 2021 stehen an erster Stelle der täglichen Nutzung Kurznachrichtendienste wie WhatsApp und andere Messenger, die von über zwei Dritteln der Onliner\*innen täglich genutzt werden (67 %). Knapp drei Fünftel (58 %) der Onliner\*innen nutzen täglich Suchmaschinen und mehr als jede/-r Zweite (55 %) informiert sich täglich über das aktuelle Geschehen und Nachrichten im Internet.

### Nutzungsfrequenz Internetangebote Top 4

– nur Onliner\*innen –



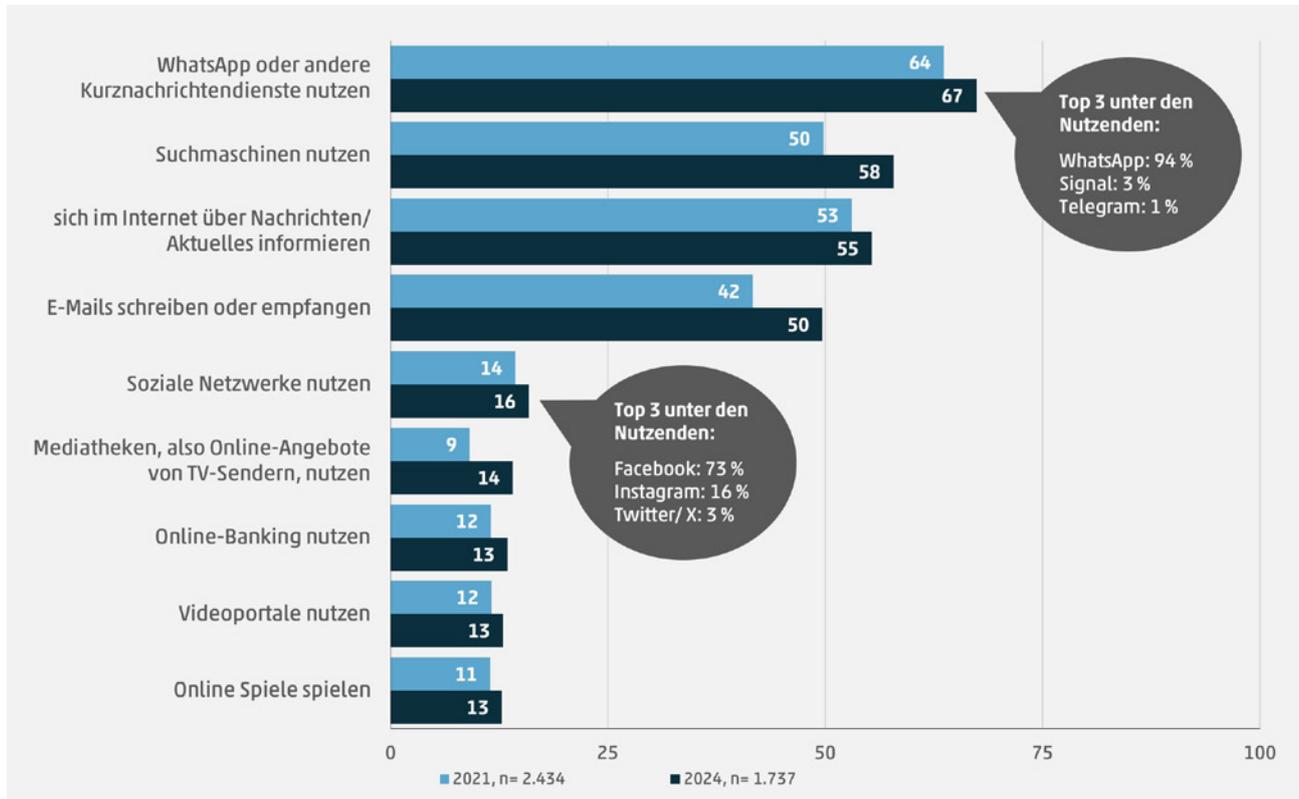
Quelle: SIM 2024, Angaben in Prozent, Basis: Befragte, die das Internet zumindest selten nutzen, n=1.737

Betrachtet man eine Auswahl relevanter Internetanwendungen zwischen 2021 und 2024, zeigen sich bei der täglichen Nutzung mindestens leichte Zuwächse in nahezu allen Anwendungsbereichen.



## Täglich genutzte Internetangebote – 2024 zu 2021

– nur Onliner\*innen, täglich/fast täglich –



Quelle: SIM 2024, SIM 2021, Angaben in Prozent, Basis: Befragte, die das Internet zumindest selten nutzen

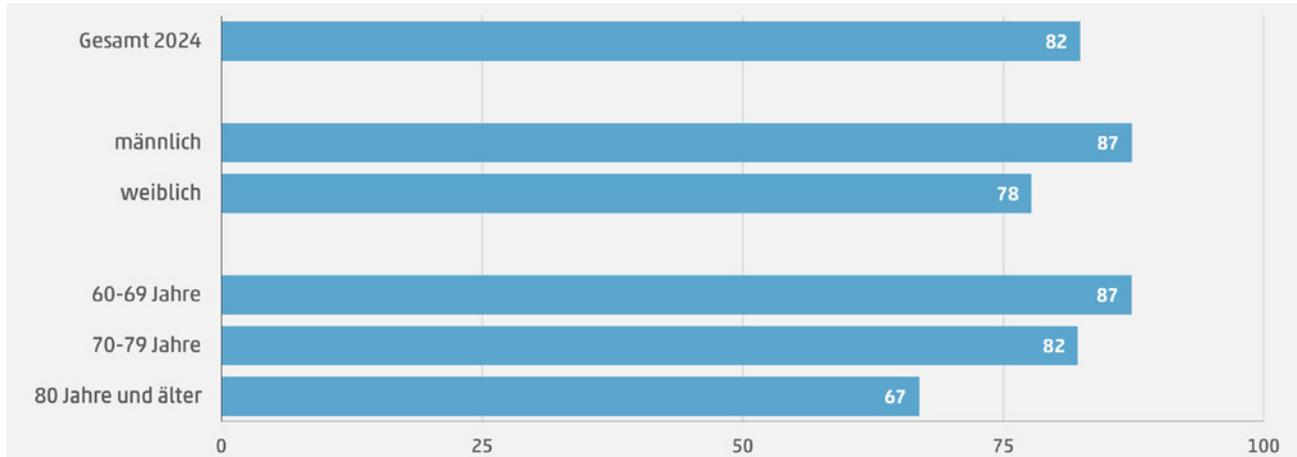
### Informationen aus dem Internet beziehen: Google, Wikipedia und Co.

Das Suchen von Informationen über das Internet gehört für Onliner\*innen ab 60 Jahren zu den wichtigsten Internetaktivitäten. Mit 94 Prozent nutzen fast alle Onliner\*innen zumindest selten Suchmaschinen wie z.B. Google. Männer und Frauen unterscheiden sich hierbei nicht. Nur Onliner\*innen im hohen Alter nutzen diese weniger häufig (60-69 Jahre: 97 %, 70-79 Jahre: 94 %, ab 80 Jahre: 85 %).

Die Suche nach Informationen hat eine hohe Alltagsrelevanz, dies zeigen die täglichen Nutzungszahlen: Mehr als jede/-r zweite Onliner\*in ab 60 Jahren (58 %) nutzt täglich Google oder andere Anbieter zur Recherche von Informationen. Differenziert man hierbei nach Altersgruppen, ergibt sich folgendes Bild: Jeweils etwa drei Fünftel der Onliner\*innen im Alter zwischen 60 und 69 Jahren und zwischen 70 und 79 Jahren nutzen täglich Suchmaschinen, dagegen sind es 38 Prozent der Onliner\*innen ab 80 Jahren.

## Sich im Internet über Nachrichten/Aktuelles informieren

– nur Onliner\*innen, Nutzung zumindest selten –



Quelle: SIM 2024, Angaben in Prozent, Basis: Befragte, die das Internet zumindest selten nutzen, n=1.737

### **Online Nachrichtendienste haben für Personen über 60 Jahren eine große Bedeutung**

82 Prozent aller Onliner\*innen ab 60 Jahren nutzen das Internet dazu, sich über Nachrichten/Aktuelles zu informieren und das, obwohl das Internet mit klassischen und gewohnten Informationsmedien wie dem Fernsehen, der Zeitung oder dem Radio in Konkurrenz steht. 55 Prozent informieren sich täglich im Internet über das aktuelle Zeitgeschehen. Bei Personen ab 80 Jahren nimmt diese Nutzung jedoch deutlich ab. Während sich 60 Prozent der Onliner\*innen zwischen 60 und 69 Jahren und 56 Prozent im Alter zwischen 70 und 79 Jahren täglich über Neuigkeiten/Aktuelles im Internet informieren, sind es bei den Onliner\*innen ab 80 Jahren 41 Prozent.

### **Drei von vier Personen über 60 Jahren nutzen Navigationsdienste wie Google Maps zumindest selten**

74 Prozent aller Onliner\*innen nutzen Navigationsdienste wie Google Maps zumindest selten. Knapp jede/-r Dritte (29 %) nutzt solche Dienste mindestens einmal in der Woche. Dabei nimmt die wöchentliche Nutzung mit dem Alter deutlich ab: 35 Prozent der Personen zwischen 60 und 69 Jahren, 27 Prozent der Personen zwischen 70 und 79 Jahren und 18 Prozent der Personen ab 80 Jahren.

Online-Enzyklopädien sind für Onliner\*innen über 60 Jahren eine wichtige Informationsquelle: 55 Prozent nutzen zumindest seltener Wikipedia und Co. für Recherchen im Internet, Männer mit 62 Prozent deutlich häufiger als Frauen mit 49 Prozent. Mindestens einmal in der Woche werden sie von 28 Prozent genutzt. Dabei werden Nutzungsunterschiede erst im hohen Alter sichtbar: Während etwa drei von zehn Personen im jungen Alter (31 %) und im höheren Alter (27 %) Online-Enzyklopädien mindestens einmal wöchentlich nutzen, ist es bei den Personen ab 80 Jahren nur jede/-r Fünfte (20 %). Größere Unterschiede zeigen sich bei der Nutzung der Onliner\*innen mit unterschiedlichem Bildungsstatus: Nur bei 15 Prozent der Personen mit formal niedriger Bildung sind Wikipedia und Co. mindestens einmal in der Woche eine Anlaufstelle zur Informationssuche, bei Personen mit mittlerer Bildung sind es 28 Prozent, bei Personen mit hoher Bildung 50 Prozent.



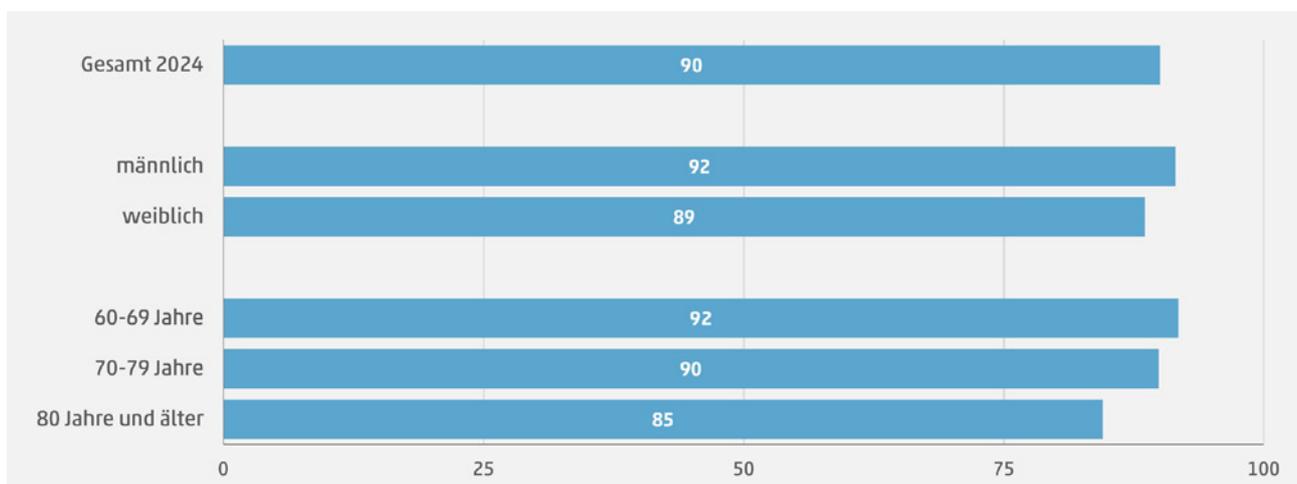
Mehr als die Hälfte aller Befragten Onliner\*innen über 60 Jahren (57 %) nutzt zumindest selten die Möglichkeit über das Internet an Informationen zu Fahrplänen, wie z.B. der Deutschen Bahn, zu gelangen. 12 Prozent suchen sogar mindestens einmal in der Woche hiernach.

Deutliche Unterschiede in den Altersgruppen gibt es bei der Nutzung von digitalen Zeitungen und Zeitschriften: Unter den Onliner\*innen im jungen und höheren Alter nutzen etwa 30 Prozent solche Angebote zumindest selten, im hohen Alter ab 80 Jahren sind es hingegen nur 18 Prozent.

### Mit anderen in Kontakt bleiben: E-Mail, Kurznachrichtendienste und Videotelefonie

Das Schreiben und Empfangen von E-Mails spielt eine zentrale Rolle in der Kommunikation von Onliner\*innen ab 60 Jahren: Insgesamt nutzen 90 Prozent E-Mails zumindest selten, die Hälfte schreibt oder empfängt täglich digitale Post (2021: 42 %). Zwischen Frauen und Männern bestehen bezüglich des Nutzendenkreises kaum Unterschiede (Frauen 89 %, Männer 92 %), jedoch zeigt sich, dass Männer mit 58 Prozent deutlich häufiger täglich E-Mails verschicken oder abrufen als Frauen mit 42 Prozent. Mit Blick auf die Altersgruppen ist zu erkennen, dass das Schreiben und Empfangen von E-Mails auch über alle Altersspannen hinweg eine hohe Relevanz aufweist. Zwar nimmt der tägliche Nutzer\*innenkreis mit dem Alter kontinuierlich ab (60-69 Jahre: 54 %, 70-79 Jahre: 48 %), es wird aber auch deutlich, dass immer mehr Onliner\*innen über 80 Jahren täglich über E-Mails kommunizieren: 40 Prozent (2021: 27 %) der Personen zwischen 80 bis 84 Jahren und 36 Prozent (2021: 19 %) der Personen über 85 Jahren nutzen täglich E-Mails.

#### E-Mails schreiben oder empfangen – nur Onliner\*innen, Nutzung zumindest selten –

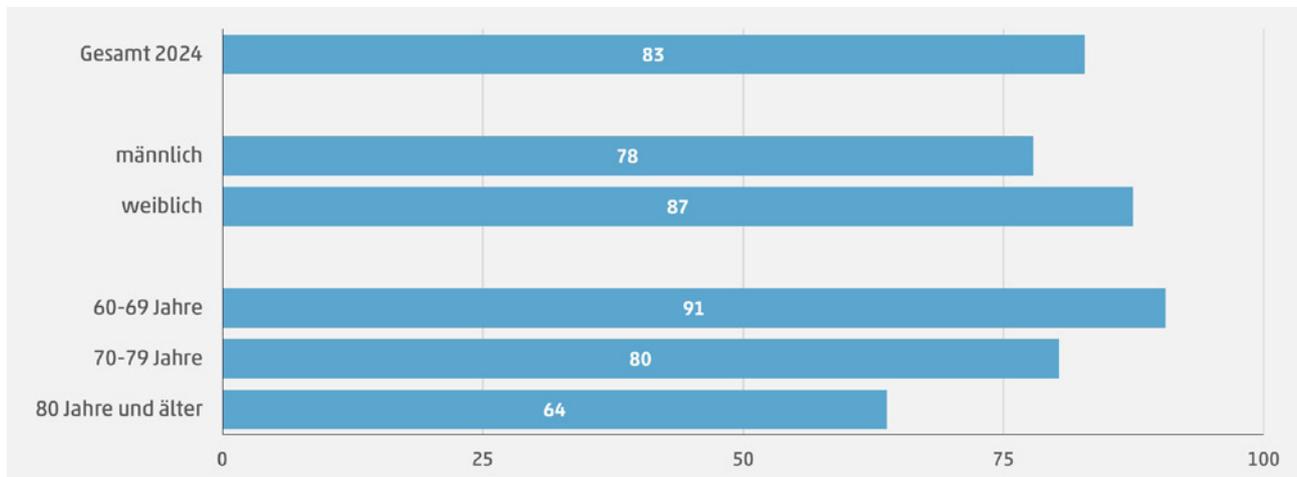


Quelle: SIM Studie 2024, Angaben in Prozent, Basis: Befragte, die das Internet zumindest selten nutzen, n=1.737

Kurznachrichtendienste (Instant Messenger) sind fest im Medienalltag von älteren Onliner\*innen integrierte Anwendungen, und das nicht ohne Grund: Dienste wie WhatsApp, Signal oder Threema ermöglichen es, nahezu in Echtzeit mit anderen in Kontakt zu treten, Texte, Bilder, Videos sowie Sprachnachrichten zu verschicken oder Videotelefonie zu betreiben. Kurznachrichtendienste sind als Apps üblicherweise für Smartphones und Tablets verfügbar, lassen sich aber auch teilweise auf Laptops oder Desktop-PCs nutzen. Vier von fünf (83 %) Onliner\*innen nutzen diese Dienste zumindest selten, zwei Drittel (67 %) sogar täglich.

## WhatsApp oder andere Nachrichtendienste nutzen

– nur Onliner\*innen, Nutzung zumindest selten –



Quelle: SIM Studie 2024, Angaben in Prozent, Basis: Befragte, die das Internet zumindest selten nutzen, n=1.737

Mit zunehmendem Alter nimmt die Nutzung von Kurznachrichtendiensten zwar deutlich ab, zugleich spielen diese Kommunikationsdienste aber auch bei Onliner\*innen im hohen Alter eine wichtige Rolle: nahezu jede/-r Zweite über 80 Jahren nutzt täglich solche Dienste (48 %), auch bei den Personen über 85 Jahren ist es noch jede/-r Dritte (36 %). Zum Vergleich: Bei Personen zwischen 60-69 Jahren liegt der Anteil an täglicher Nutzung bei 75 Prozent, zwischen 70 und 79 Jahren bei 66 Prozent. Dabei sind es vor allem Frauen, die diese digitale Kommunikationsform täglich verwenden (Frauen: 74 %, Männer: 60 %).

Unter den Nutzer\*innen von Kurznachrichtendiensten ist das zu Meta gehörende WhatsApp mit 94 Prozent die mit Abstand am meisten verbreitete Anwendung. Drei Prozent nutzen den Dienst Signal und ein Prozent Telegram.

Während die meisten Online-Anwendungen Zuwächse in der Nutzung verzeichnen, erfährt die Videotelefonie im Vergleich zu 2021 einen Rückgang. 37 Prozent aller Onliner\*innen ab 60 Jahren nutzten



2021 zumindest selten die Möglichkeit, z.B. via Skype oder Zoom, mit anderen zu kommunizieren; 2024 sind es noch 28 Prozent. Dies lässt sich zum einen mit dem Ende der Corona-Pandemie und den damit verbundenen Kontakteinschränkungen erklären. Zum anderen bieten mittlerweile Instant Messenger standardmäßig Videoanrufe an, weshalb separate Programme wie Skype oder Zoom nicht mehr benötigt werden.

## Unterhaltungsmöglichkeiten im Internet nutzen: Mediatheken, Videoportale, Videostreaming-Dienste und Onlinespiele

Mediatheken, Videostreamingplattformen und Podcasts: Die Unterhaltungsmöglichkeiten, die das Internet bereithält, sind vielfältig. So bieten z.B. öffentlich-rechtliche und private Fernsehanstalten ergänzend zu ihrem linearen Programm Mediatheken im Internet an, in denen Filme, Serien und Sendungen auf Abruf bereitstehen. Diese Angebote scheinen sehr attraktiv zu sein, denn 63 Prozent aller Onliner\*innen über 60 Jahren nutzen Mediatheken zumindest selten – ein Anstieg um zehn Prozentpunkte gegenüber 2021. 40 Prozent nutzen dieses Angebot mindestens einmal in der Woche. Dabei geht die wöchentliche Nutzung von Mediatheken in der Altersgruppe ab 80 Jahren deutlich zurück: Von etwa zwei Fünftel in den Altersgruppen von 60 bis 69 Jahren und 70 bis 79 Jahren auf ein Viertel (24 %) in der Altersgruppe ab 80 Jahren. Auch das Geschlecht hat einen deutlichen Einfluss: 43 Prozent der Männer und 36 Prozent der Frauen über 60 Jahren nutzen mindestens einmal in der Woche eine Mediathek.

Videoportale wie bspw. YouTube zeichnen sich dadurch aus, dass auf diesen Plattformen neben redaktionellen Inhalten auch Beiträge von Privatpersonen, Organisationen und Unternehmen bereitgestellt werden. Die Ergebnisse zeigen, dass insgesamt 54 Prozent aller Onliner\*innen ab 60 Jahren Videoportale nutzen. Der wöchentliche Nutzungskreis liegt bei 31 Prozent – nahezu unverändert zu 2021. Ähnlich wie bei Mediatheken nimmt aber auch bei Videoportalen die Nutzung im hohen Alter deutlich ab: So nutzen 37 Prozent der Personen im jungen Alter, 29 Prozent der Personen im höheren Alter und 14 Prozent der Personen im hohen Alter mindestens einmal die Woche ein Videoportal.

Videostreaming-Dienste wie Netflix oder Amazon Prime werden von 27 Prozent aller Onliner\*innen über 60 Jahren zumindest seltener genutzt. Dabei nimmt die Nutzungshäufigkeit mit dem Alter ab: von 36 Prozent im jungen Alter, auf 21 Prozent im höheren Alter und 12 Prozent im hohen Alter.

24 Prozent aller Onliner\*innen ab 60 Jahren nutzen die Möglichkeit zu Onlinespielen - z.B. auf dem Smartphone, Tablet oder Laptop. Ein Fünftel spielt mindestens einmal in der Woche, wobei sich deutliche Unterschiede nach Alter (60-69 Jahre: 23 %, 70-79 Jahre: 18 %, ab 80 Jahre: 12 %) und Geschlecht (Frauen: 23 %, Männer: 15 %) ergeben.

---

**Mediatheken werden von Onliner\*innen über 60 Jahren immer häufiger genutzt**



18 Prozent aller Onliner\*innen ab 60 Jahren nutzen zumindest selten Audiostreaming-Dienste wie Spotify oder Amazon Music. Auch hierbei ist die Nutzung abhängig vom Lebensalter: 27 Prozent der Personen zwischen 60 und 69 Jahren, 12 Prozent zwischen 70 und 79 Jahren und sieben Prozent ab 80 Jahren nutzen Audiostreaming-Dienste.

## Dinge des Alltags übers Netz organisieren: Onlineshopping und Onlinebanking

Eine große Auswahl an Produkten, direkte Vergleichsmöglichkeiten und eine einfache Lieferung bis vor die Haustür: Onlineeinkäufe bieten viele Vorteile, die für Onliner\*innen über 60 Jahren von großem Interesse sind: 67 Prozent nutzen die Möglichkeit, Waren oder Dienstleistungen über das Netz zu bestellen. Mindestens einmal im Monat betreiben 48 Prozent Onlineshopping, Männer (54 %) häufiger als Frauen (41 %). Auch beim Onlineshopping spielt das Alter eine zentrale Rolle, denn die Nutzung nimmt mit steigenden Lebensjahren der Onliner\*innen deutlich ab: 58 Prozent der Personen im Alter von 60 bis 69 Jahren, 42 Prozent zwischen 70 und 79 Jahren und 26 Prozent über 80 Jahren kaufen mindestens einmal im Monat im Internet ein.

**Onlinebanking wird im Vergleich zur SIM-Studie 2021 immer häufiger von Personen über 60 Jahren genutzt**

Bankgeschäfte über das Internet (Onlinebanking) tätigen 60 Prozent aller Onliner\*innen ab 60 Jahren zumindest selten. Im Vergleich zur SIM-Studie 2021 ist dies ein Zuwachs von acht Prozentpunkten. Die wöchentliche Nutzung liegt bei 48 Prozent. Im Vergleich der Altersgruppen zeigt sich, dass ab dem 80. Lebensjahr die Nutzung von Onlinebanking deutlich abnimmt: Wöchentlich nutzt etwa die Hälfte der Personen unter 80 Jahren und 39 Prozent der Personen ab 80 Jahren Onlinebanking (80-84 Jahre: 43 %, über 85 Jahre: 29 %). In der gleichen Frequenz nutzen Männer mit 55 Prozent dieses Angebot außerdem deutlich häufiger als Frauen (41 %).

## Digitale Gemeinschaften: Soziale Netzwerke und Nachbarschaftsplattformen

25 Prozent aller Onliner\*innen ab 60 Jahren nutzen Soziale Netzwerke zumindest selten. Mindestens einmal wöchentlich nutzen 21 Prozent der Onliner\*innen solche Dienste - 27 Prozent der Personen im jungen Alter, 19 Prozent der Personen im höheren Alter und acht Prozent der Personen im hohen Alter. Zwischen Männern und Frauen bestehen hierbei keine Unterschiede. Von den Personen, die Soziale Netzwerke prinzipiell nutzen, wird Facebook mit 73 Prozent mit großem Abstand am meisten angewendet. Zugleich nahm bei ihnen die Nutzung von Instagram im Vergleich der Studienjahre 2021 und 2024 von drei auf 16 Prozent zu. X (ehemals Twitter) nutzen drei Prozent der Onliner\*innen, die Soziale Netzwerke nutzen.

Spezielle Nachbarschaftsplattformen, wie bspw. nebenan.de, werden von Onliner\*innen über 60 Jahren in Deutschland immer noch



sehr selten genutzt. Neun Prozent geben an, dass sie Nachbarschaftsplattformen verwenden und vier Prozent nutzen diese mindestens einmal in der Woche. Gleichwohl haben sich diese Zahlen im Vergleich zu 2021 verdoppelt.

## Nutzung von Internetanwendungen

– mindestens einmal in der Woche –

	Geschlecht			Alter					Bildung		
	Gesamt	Frauen	Männer	60-69 Jahre	70-79 Jahre	ab 80 Jahre	80-84 Jahre	ab 85 Jahre	HS/VS	WfS	Abi/ Studium
E-Mails schreiben oder empfangen	77	72	82	79	77	67	71	57	67	81	89
Suchmaschinen, wie z.B. Google nutzen	84	83	84	88	84	70	73	63	77	87	92
sich im Internet über Nachrichten/Aktuelles informieren	71	64	79	78	69	55	59	47	66	74	78
über das Internet einkaufen bzw. Online shoppen	18	14	22	23	13	10	11	8	13	20	23
Online-Enzyklopädien, wie z.B. Wikipedia nutzen	28	23	34	31	27	20	24	12	15	28	50
Videoportale, wie z.B. YouTube nutzen	31	25	37	37	29	14	15	11	22	36	40
WhatsApp oder andere Nachrichtendienste nutzen	79	83	75	87	78	60	64	50	77	82	80
Soziale Netzwerke, wie z.B. Facebook, Instagram, oder X/ehem. Twitter nutzen	21	20	22	27	19	8	9	6	18	26	20
Online Spiele spielen	19	23	15	23	18	12	13	8	20	19	19
über Video z.B. über Skype, Zoom telefonieren	11	10	12	14	9	5	4	7	7	12	18
Mediatheken nutzen, wie z.B. ARD-Mediathek, ZDF-Mediathek	40	36	43	43	41	24	27	15	31	45	49
Video-Streaming-Dienste nutzen, wie z.B. Amazon Prime oder Netflix	18	14	22	24	14	8	8	7	16	18	20
Audio-Streaming-Dienste nutzen, wie Spotify oder Amazon Music	11	10	12	18	6	3	4	3	6	14	16
Podcasts hören	8	8	7	9	8	3	3	2	3	9	15
im Internet Informationen zu Fahrplänen, wie z.B. der Deutschen Bahn suchen	12	10	13	15	9	9	9	8	6	13	21
Navigationsdienste nutzen, wie z.B. Google Maps	29	23	35	35	27	18	21	11	20	31	44
Online-Banking nutzen	48	41	55	50	49	39	43	29	40	50	59
Nachbarschaftsplattformen/ Hilfsnetzwerke, wie z.B. nebenan.de, nutzen	4	5	3	5	3	3	4	0	3	4	7
eine digitale Zeitung oder Zeitschrift nutzen	22	17	27	24	22	14	16	9	15	22	34

Quelle: SIM Studie 2024, Angaben in Prozent, Basis: Befragte, die das Internet zumindest selten nutzen, n=1.737

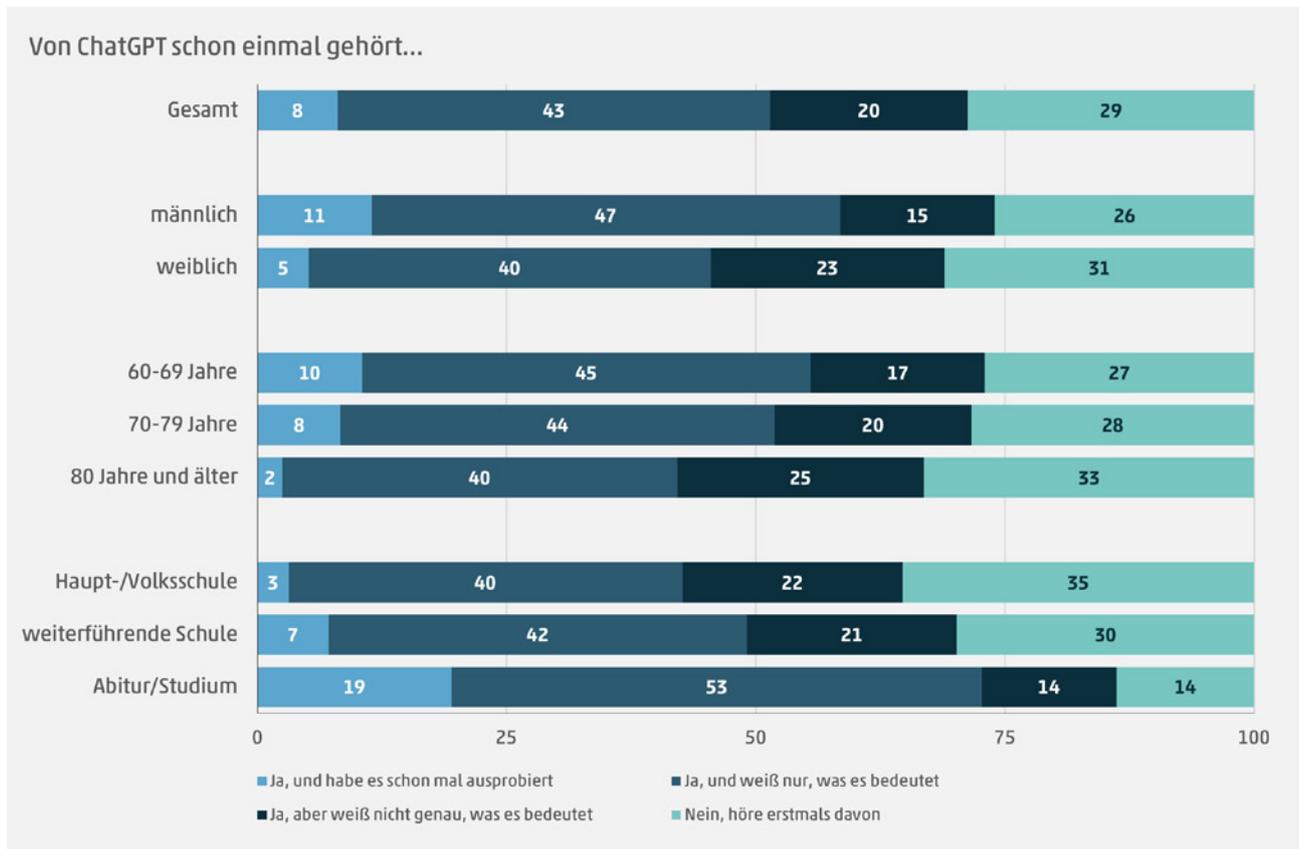


## Bekanntheit und Nutzung von ChatGPT

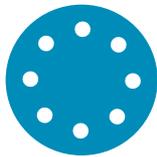
Künstliche Intelligenz und Anwendungen wie ChatGPT sind derzeit viel diskutiert und erreichen zunehmend auch die Lebenswelt von Menschen ab 60 Jahren. Acht Prozent dieser Altersgruppe haben ChatGPT bereits selbst ausprobiert, weitere 43 Prozent kennen zumindest den Begriff. Ein Fünftel hat zwar schon davon gehört, weiß aber nicht, worum es sich genau handelt, und knapp ein Drittel (29 %) hat bislang noch nie von ChatGPT gehört. Der formale Bildungsgrad beeinflusst den Umgang mit dem Thema erheblich: Während 19 Prozent der Personen mit hoher formaler Bildung ChatGPT bereits genutzt haben, liegt dieser Anteil bei Menschen mit niedrigem Bildungsstatus lediglich bei drei Prozent.

**Acht Prozent der Personen über 60 Jahren haben ChatGPT bereits selbst ausprobiert, fast jede/-r Dritte hat noch nie davon gehört**

### Bekanntheit ChatGPT



Quelle: SIM 2024, Angaben in Prozent, Basis: alle Befragten, n=2.000

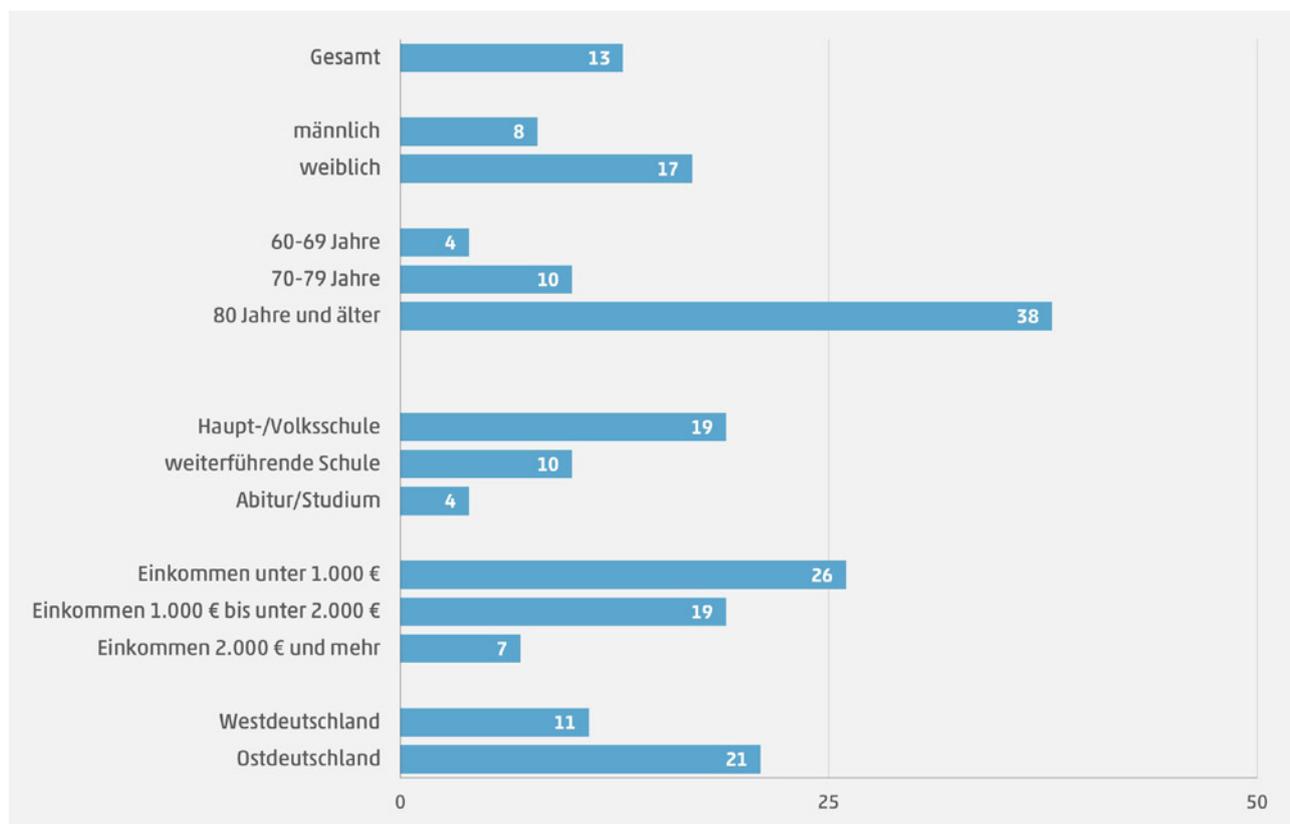


## 5. Offliner\*innen: Warum das Internet nicht genutzt wird

*Immer weniger Personen über 60 Jahren in Deutschland sind offline*

Personen, die das Internet selbst nicht nutzen, gelten als „Offliner\*innen“. 13 Prozent aller Personen ab 60 Jahren zählen zu dieser Gruppe, 2021 waren es noch 19 Prozent.

### Anteil der Offliner\*innen in der Bevölkerung ab 60 Jahren



Quelle: SIM 2024, Angaben in Prozent, Basis: alle Befragten, n=2.000

Mit 17 Prozent (2021: 23 %) sind Frauen ab 60 Jahren nach wie vor deutlich häufiger offline als Männer mit acht Prozent (2021: 14 %). Mit zunehmendem Alter steigt die Anzahl der Personen an, die das Internet nicht nutzen. Während in der Altersgruppe der Personen von 60 bis 69 Jahren lediglich vier Prozent (2021: 8 %) und in der Gruppe der Personen von 70 bis



79 Jahren zehn Prozent (2021: 18 %) Offliner\*innen sind, nutzen 38 Prozent (2021: 49 %) der Personen ab 80 Jahren das Internet nicht. Zugleich verzeichnet diese Altersgruppe mit elf Prozentpunkten die größte Abnahme seit 2021. Deutliche Unterschiede sind innerhalb der Altersgruppe ab 80 Jahren zu erkennen. Während knapp jede/-r Dritte (30 %) der Personen zwischen 80 und 84 Jahren offline ist, ist es in der Altersgruppe über 85 Jahren jede/-r Zweite (52 %). Zudem hat der Bildungshintergrund einen wesentlichen Einfluss auf die Nutzung des Internets. Nur vier Prozent der Personen ab 60 Jahren mit einem Abitur oder Studium nutzen das Internet nicht, allerdings sind 19 Prozent der Personen mit einem Haupt- oder Volksschulabschluss offline (weiterführende Schule: 10 %). Beim Haushaltsnettoeinkommen zeigt sich, dass zum einen zwar 26 Prozent der Personen ab 60 Jahren mit einem niedrigen Einkommen (unter 1.000 Euro pro Monat) offline sind, zum anderen, dass diese Gruppe mit einer Abnahme von 15 Prozentpunkten die größte Veränderung bei den Offliner\*innen aufweist. Im Vergleich von Ost- und Westdeutschland zeigen sich deutliche Unterschiede: Jede fünfte Person (21 %) über 60 Jahren in den neuen Bundesländern ist offline, in den alten ist es jede zehnte (11 %).

Insgesamt zeichnet sich das Profil der Offliner\*innen noch deutlicher ab: Ihr Durchschnittsalter ist von 78 Jahren im Jahr 2021 auf 80 Jahre gestiegen. Der Anteil der Frauen unter den Offliner\*innen liegt aktuell bei 71 Prozent (2021: 66 %), der Anteil der Personen über 80 Jahren bei 59 Prozent (2021: 46 %) und der Anteil der Personen mit formal niedrigem Bildungsstatus bei 72 Prozent (2021: 76 %). Damit konzentriert sich die Gruppe der Offliner\*innen weiter auf weibliche Personen im hohen Alter mit niedrigem Bildungsstatus.

## Gründe, warum das Internet nicht genutzt wird

In der SIM-Studie wird anhand der Zustimmung zu verschiedenen Aussagen untersucht, warum Personen über 60 Jahre das Internet nicht nutzen.<sup>5</sup> Dabei kann die Entscheidung offline zu sein oder zu bleiben ein großes Spektrum an Gründen und Motiven umfassen. Auch in der SIM-Studie 2024 zeigt sich an erster Stelle, dass 93 Prozent (2021: 88 %) der Offliner\*innen keine Notwendigkeit sehen, sich dem Internet zuzuwenden, da ihnen die Informations- und Unterhaltungsangebote von Presse, Radio und Fernsehen ausreichen (81 % stimmen voll und ganz zu, 12 % eher). Dies unterstreicht eine starke Bindung an die traditionellen Massenmedien mit denen ältere Offliner\*innen sozialisiert und habitualisiert wurden. Dies könnte ein Grund sein, warum kein persönlicher Mehrwert durch das Internet und seine Anwendungen wahrgenommen wird. 75 Prozent (2021: 81 %) aller Offliner\*innen stimmen der Aussage zu, dass das Internet von ihnen weder beruflich noch privat gebraucht wird.

---

**Offliner\*innen sehen häufig keinen Bedarf bzw. keinen konkreten Nutzen in der Zuwendung zum Internet**

---

<sup>5</sup> Aufgrund dessen, dass immer weniger Personen über 60 Jahren Offliner\*innen sind, konnten aufgrund zu kleiner Fallzahlen keine differenzierten Angaben nach Alters- und Bildungsgruppen vorgenommen werden.



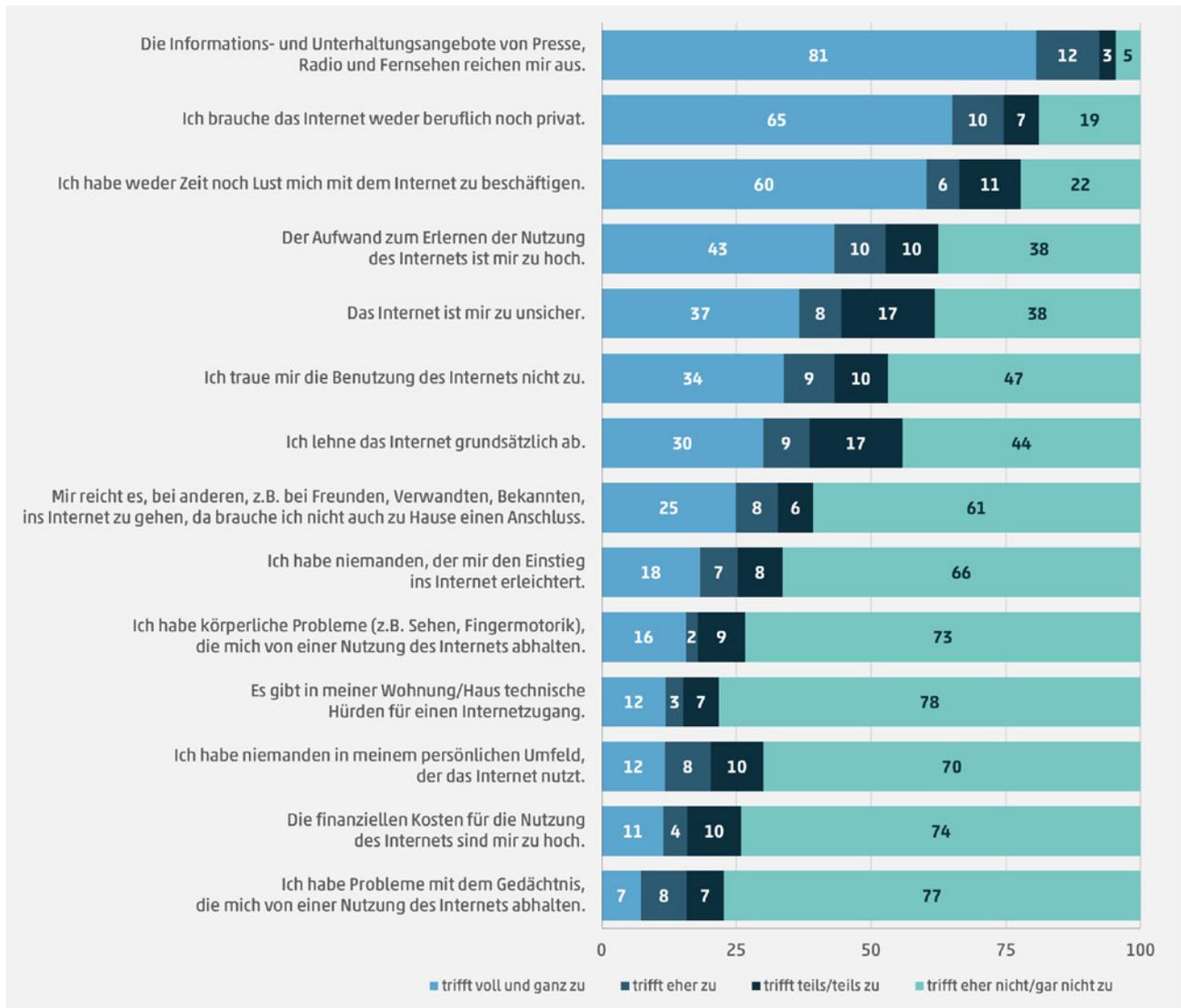
Fehlende Zeit und mangelnde Lust sind für 66 Prozent der befragten Offliner\*innen ausschlaggebende Gründe für die Nichtnutzung des Internets und 53 Prozent (2021: 47 %) geben an, dass ihnen der Aufwand zum Erlernen der Nutzung des Internets zu hoch ist. 43 Prozent der Offliner\*innen geben zudem an, dass sie sich die Benutzung des Internets nicht zutrauen.

Der Aussage „Das Internet ist mir zu unsicher“ stimmen 44 Prozent (2021: 39 %) der Offliner\*innen zu (Antworten: „voll und ganz“ und „eher“). 33 Prozent geben zudem an, dass es ihnen ausreicht, z.B. bei Freund\*innen, Verwandten und Bekannten ins Internet zu gehen und sie deshalb keinen Anschluss zu Hause benötigen. Nach wie vor spielt auch das persönliche Umfeld eine Rolle: 25 Prozent aller Offliner\*innen stimmen der Aussage zu, dass sie niemanden haben, der ihnen den Einstieg ins Internet erleichtert. Mit 18 Prozent stimmt zwar nur ein kleiner Teil der Offliner\*innen zu, dass sie aufgrund körperlicher Probleme, z.B. beim Sehen oder in der Fingermotorik, das Internet nicht nutzen, im Vergleich zu 2021 ist dies jedoch ein Anstieg von sieben Prozentpunkten. Ein Grund dafür könnte der Anstieg des Durchschnittsalters der Offliner\*innen sein, der mit einer Zunahme an körperlichen Einschränkungen verbunden ist. Probleme mit dem Gedächtnis oder zu hohe finanzielle Kosten sind für jeweils 16 Prozent aller Offliner\*innen ein Grund zur Nichtnutzung des Internets.

Wie die Ergebnisse aufzeigen, sind immer weniger Personen über 60 Jahren offline. Dabei ist der hauptsächliche Grund, sich nicht mit dem Internet zu beschäftigen, weniger eine grundlegende ablehnende oder kritische Haltung gegenüber der Onlinewelt, sondern vielmehr, dass aus Sicht der Betroffenen kein Bedarf besteht, bzw. kein konkreter Nutzen in der Zuwendung zum Internet gesehen wird. Zudem existieren nach wie vor Einstiegshürden, sei es aus fehlender Zeit und Lust oder aus einem Mangel an Unterstützung.



## Offliner\*innen: Warum das Internet nicht genutzt wird



Quelle: SIM 2024, Angaben in Prozent, Basis: Befragte, die das Internet nie nutzen, n=263



## 6. Informationsverhalten

Eine wichtige Motivation und Funktion der Mediennutzung ist die Information. Bewusst oder unbewusst erfahren wir über die Medien vieles über unser konkretes Umfeld, zu verschiedenen Themenbereichen und generell was in der Welt so vorgeht. Das für unsere Zielgruppe über Jahrzehnte bestehende Portfolio aus Rundfunk (Hörfunk und Fernsehen) und Printmedien hat sich in den vergangenen 25 Jahren grundlegend erweitert und auch heute noch ist die Dynamik der Medienentwicklung sehr groß: ständig entstehen neue Angebote und Formate und das Informationsangebot und die Vielfalt der Rezeptionsmöglichkeiten über verschiedenste Geräte ist enorm. Um den Stellenwert der einzelnen Mediengattungen unter dem Gesichtspunkt der Informationsgewinnung zu erfassen, wurden die Befragten gebeten, zu vorgegebenen Themenbereichen anzugeben, wie sie sich am ehesten zu diesen Aspekten informieren. Neben den Mediengattungen Fernsehen, Radio, Internet, Zeitung und Zeitschriften gab es die Möglichkeit, Personen aus dem Umkreis wie Partner\*in, Familie und Freund\*innen, Nachbar\*innen und Bekannte sowie sonstige Informationsquellen zu benennen. Zudem gab es für die Befragten die Option, „interessiert mich nicht, informiere mich hierzu nicht“ anzugeben, sofern das Thema generell keine Relevanz für sie hat. Diese Personen wurden dann in der folgenden Auswertung ausgenommen. Die Themenauswahl ging vom aktuellen Weltgeschehen („Aktuelles, was in der Welt so passiert“), über Regionales („aktuelles Geschehen aus meiner Region“), zu aktuellen persönlichen Fragestellungen („Informationen für ein Problem, das für mich gerade von Bedeutung ist“), allgemeine Themen wie „Gesundheit und Pflege“ und Informationen über neue Produkte.

Betrachtet man die Präferenzen der Befragten, erkennt man eine klare Zuschreibung der einzelnen Gattungen zu den jeweiligen Themenbereichen. Über das aktuelle Weltgeschehen informiert sich mehr als die Hälfte der Befragten vorrangig über das Fernsehen (56 %), gefolgt von Internet (19 %), Tageszeitungen (15 %) und Radio (9 %). Zu regionalen Themen ist die Tageszeitung eindeutig die erste Wahl, mit Abstand folgen hier Fernsehen und Internet. Bei Gesundheitsthemen liegt bereits das Internet an erster Stelle der Informationsgewinnung, hier spielen mit „Sonstiges“ aber andere Quellen wie z.B. Gesundheitsprofessionelle wie Ärztinnen und Ärzte, Pflegepersonal und Beratungsstellen eine große Rolle. Für Informationen zu einem aktuellen, persönlichen Problem nutzt fast jede/-r Zweite das Internet als präferierte Informationsquelle, jede/-r

---

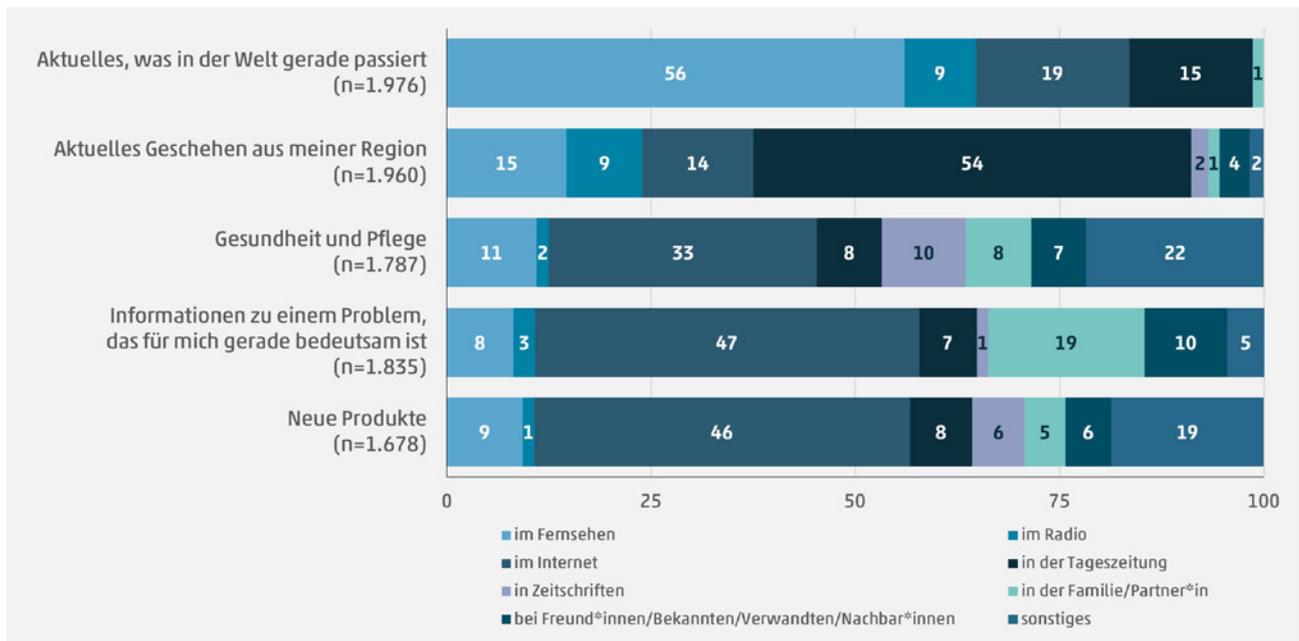
***Das Fernsehen ist nach wie vor die wichtigste Informationsquelle zum aktuellen Weltgeschehen***



Fünfte informiert sich hier im Kreis der Familie, jede/-r Zehnte bei Freund\*innenn und Bekannten. Neben dem Internet haben andere Medien hier kaum Relevanz. Ähnlich verhält es sich bei der Information zu neuen Produkten, hier ist ebenfalls das Internet die erste Anlaufstelle für Informationen, an zweiter Stelle werden sonstige Quellen genannt.

## Informationsverhalten – Interessierte

– Informiere mich am ehesten zu ... –



Quelle: SIM 2024, Angaben in Prozent, Basis: Befragte, die sich über das jeweilige Thema informieren

Auch bei der differenzierteren Betrachtung der Ergebnisse nach Altersstufen dominiert bei der Information zum aktuellen Weltgeschehen insgesamt das Fernsehen, das nicht zuletzt durch lang gepflegte Routinen, wie bspw. die allabendliche Nachrichtensendung, in vielen Haushalten weiterhin einen festen Platz im Tagesablauf hat. Mehr als jede/-r Zweite informiert sich am ehesten im Fernsehen, an zweiter Stelle kommt in den Altersgruppen von 60 bis 69 Jahren und 70 bis 79 Jahren dann bereits das Internet, gefolgt von Tageszeitung und Radio. Nur bei den Personen ab 80 Jahren spielt das Internet noch eine untergeordnete Rolle bei der Information zum aktuellen Weltgeschehen, hier folgt an zweiter Stelle die Tageszeitung (23 %), an dritter Stelle das Radio (12 %). Die personelle Kommunikation, bspw. mit Familie oder Freund\*innen bietet über alle Altersgruppen wenig Information zum aktuellen Tagesgeschehen auf der Welt.

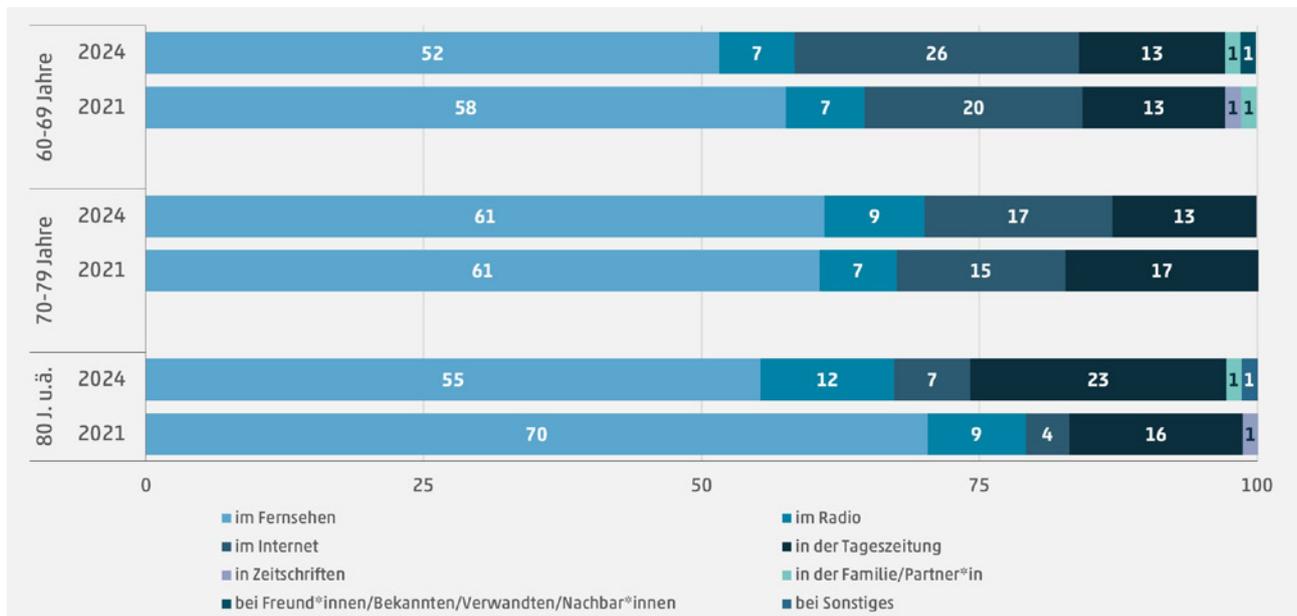
**Für Personen unter 80 Jahren steht das Internet bereits an zweiter Stelle als bevorzugtes Informationsmedium zum aktuellen Weltgeschehen**



Vergleicht man die aktuellen Werte mit den Ergebnissen der SIM-Studie 2021, so zeigt sich im jungen Alter eine stärkere Zuwendung zum Internet zu Lasten des Fernsehens. Aber auch im hohen Alter verliert das Fernsehen deutlich um 15 Prozentpunkte, diese kommen überwiegend der Tageszeitung zugute, allerdings gewinnen hier auch Radio und Internet gegenüber 2021 etwas an Relevanz als Informationsquelle zum Weltgeschehen.

## Informationsverhalten: aktuelles Weltgeschehen – 2024 zu 2021

– Informiere mich am ehesten zu „Aktuelles was in der Welt gerade passiert“ –



Quelle: SIM 2024, SIM 2021, Angaben in Prozent, Basis: Befragte, die sich für das aktuelle Weltgeschehen interessieren, 2021: n=2.988, 2024: n=1.976

### Für regionale Themen ist klar die Tageszeitung das bevorzugte Informationsmedium

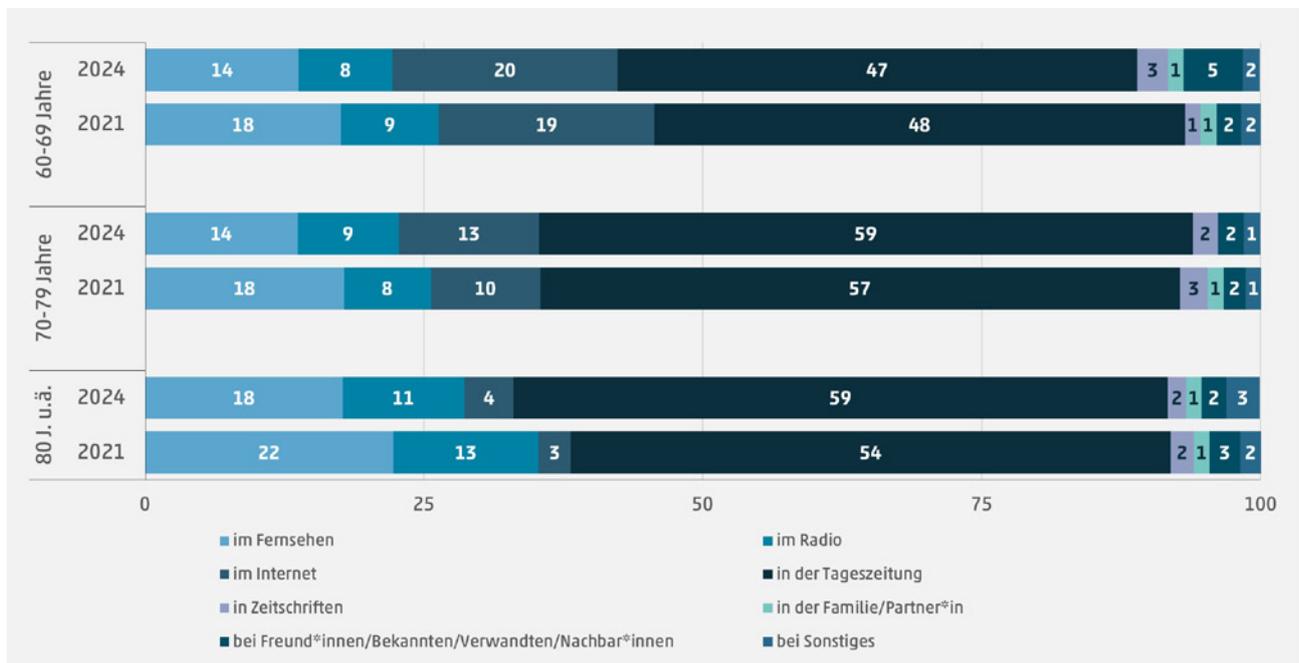
Betrachtet man das Informationsverhalten zum regionalen Geschehen, bestätigt sich die klare Zuschreibung der Tageszeitung als lokales und regionales Medium. Mit großem Abstand ist die Tageszeitung die präferierte Informationsquelle für Ereignisse in der eigenen Region. In der Altersgruppe von 60 bis 69 Jahren rangiert bereits an zweiter Stelle das Internet (20 %), gefolgt von Fernsehen (14 %) und Radio (8 %). Bei Personen zwischen 70 und 79 Jahren werden nach der Zeitung das Fernsehen (14 %) und das Internet (13 %) etwa gleich häufig genannt. Deutliche Unterschiede in den Präferenzen zeigen sich bei den Personen ab 80 Jahren. Hier spielt neben der Lektüre der Tageszeitung das Fernsehen für 18 Prozent noch eine stärkere Rolle, gefolgt vom Radio mit elf Prozent. Das Internet wird nur von vier Prozent als präferierte Informationsquelle für das regionale Geschehen genannt. Die Relevanz des Internets als Informationsquelle nimmt mit zunehmendem Alter deutlich ab.



Stellt man die Werte den Ergebnissen von 2021 gegenüber, zeigt sich über alle Altersgruppen ein Rückgang des Fernsehens als präferiertes regionales Medium; bei den Personen von 60 bis 69 Jahren geht dies zugunsten von personeller Kommunikation, bei den Personen ab 80 Jahren gewinnt die Tageszeitung an Relevanz hinzu. Insgesamt zeigen sich die Werte recht stabil.

### Informationsverhalten: Regionales – 2024 zu 2021

– Informiere mich am ehesten zum „aktuellen Geschehen in der Region“ –



Quelle: SIM 2024, SIM 2021, Angaben in Prozent, Basis: deutschsprachige Personen ab 60 Jahren in Deutschland, die sich für das aktuelle Geschehen in der Region interessieren, 2021: n=2.944, 2024: n=1.960

#### Beim Thema Gesundheit und Pflege ist das Internet an erster Stelle der Informationsquellen

Erfragt man das Informationsverhalten zu einem bestimmten Themenbereich, zeigen sich spezifische Aspekte. Beim Themenkomplex „Gesundheit und Pflege“ werden an erster Stelle das Internet und deutlich häufiger als bei anderen Themen sonstige Quellen genannt, auch Zeitschriften haben einen höheren Stellenwert. Bei näherer Betrachtung der Altersgruppen ist allerdings nur bei Personen von 60 bis 79 Jahren das Internet die erste Anlaufstelle für Informationen zum Thema „Gesundheit und Pflege“<sup>6</sup>, ab 80 Jahren sind es eher sonstige Quellen wie z.B. Gesundheitsprofessionelle. Auch Zeitschriften spielen beim Thema Gesundheit eine größere Rolle.

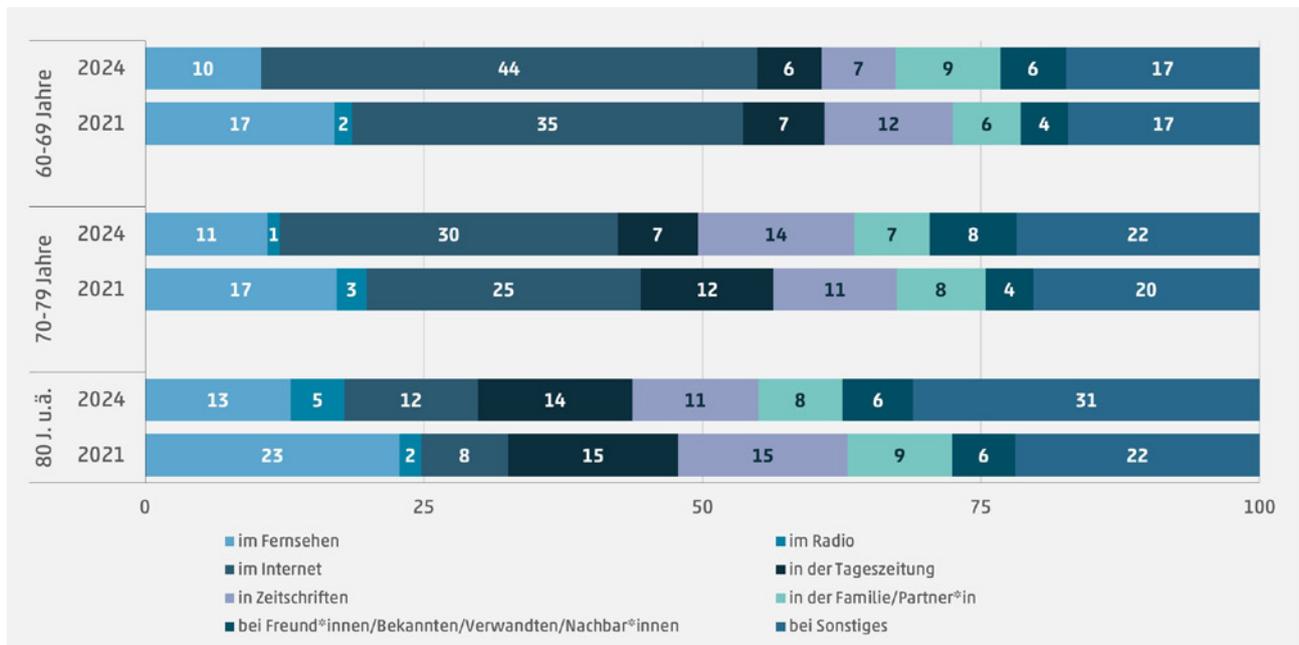
<sup>6</sup> Vgl. hierzu auch Kap. 9 zum Thema digitale Gesundheitskompetenz



Beim Vergleich mit den Werten von 2021 zeigt sich ein Bedeutungszuwachs für die Informationsquelle Internet, wohingegen das Fernsehen beim Thema „Gesundheit und Pflege“ an Bedeutung verliert. Allerdings ist anzumerken, dass die Situation 2021 noch deutlich unter den Vorzeichen der Pandemie stand und daher Gesundheitsthemen im Fernsehalltag stärker präsent waren als 2024.

## Informationsverhalten: Gesundheit und Pflege – 2024 zu 2021

– Informiere mich am ehesten zum Thema „Gesundheit und Pflege“ –



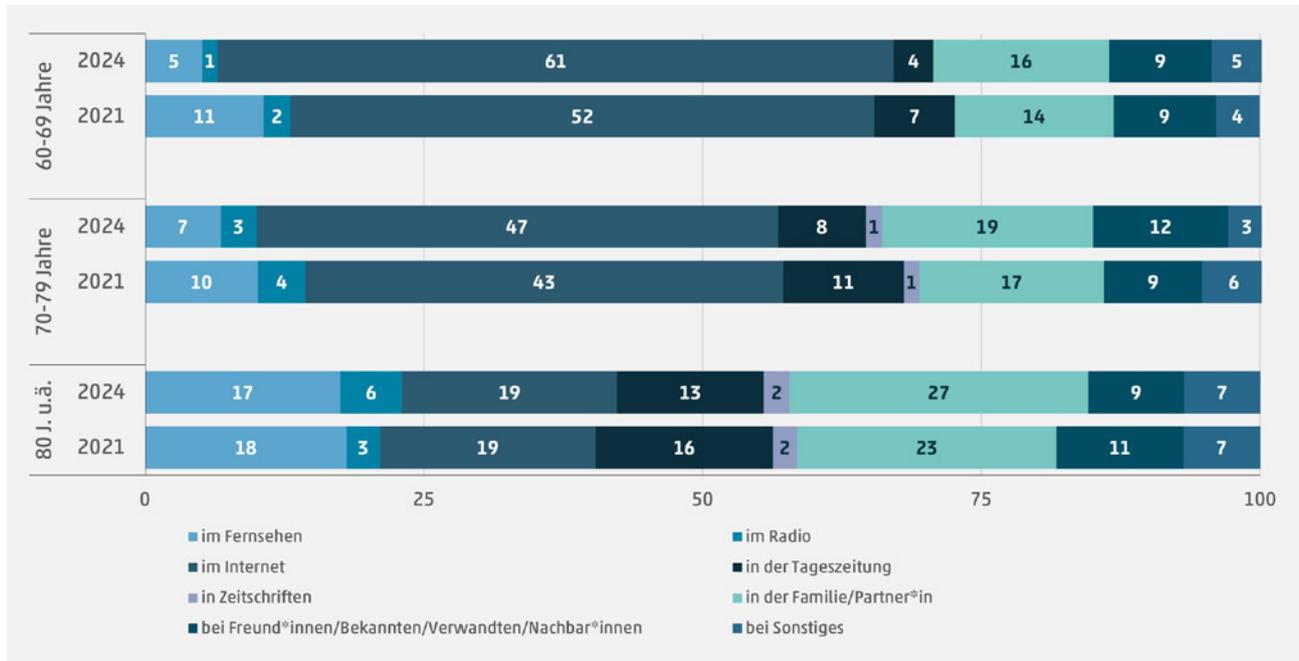
Quelle: SIM 2024, SIM 2021, Angaben in Prozent, Basis: Befragte, die sich für Gesundheit und Pflege interessieren, 2021: n=2.616, 2024: n=1.787

Bei einem eher unspezifischen Thema wie „einem Problem, das für mich gerade bedeutsam ist“, zeigt sich die Universalität des Internets, das für die Personen im jungen und höheren Alter klar an erster Stelle als Informationsquelle liegt. Einen sehr hohen Stellenwert haben außerdem andere Familienmitglieder, die hier um Rat und Informationen gebeten werden. Diese Quelle steht bei den Personen im hohen Alter ab 80 Jahren dann an erster Stelle, doch auch in dieser Gruppe kommt bereits an zweiter Stelle das Internet. Gegenüber 2021 zeigt sich vor allem bei den Personen unter 80 Jahren eine größere Hinwendung zum Internet, die zu Lasten klassischer Medien, wie Fernsehen und Tageszeitung gehen.



## Informationsverhalten: aktuelles Problem – 2024 zu 2021

– Informiere mich am ehesten zu „einem aktuellem Problem, das für mich gerade bedeutsam ist“ –



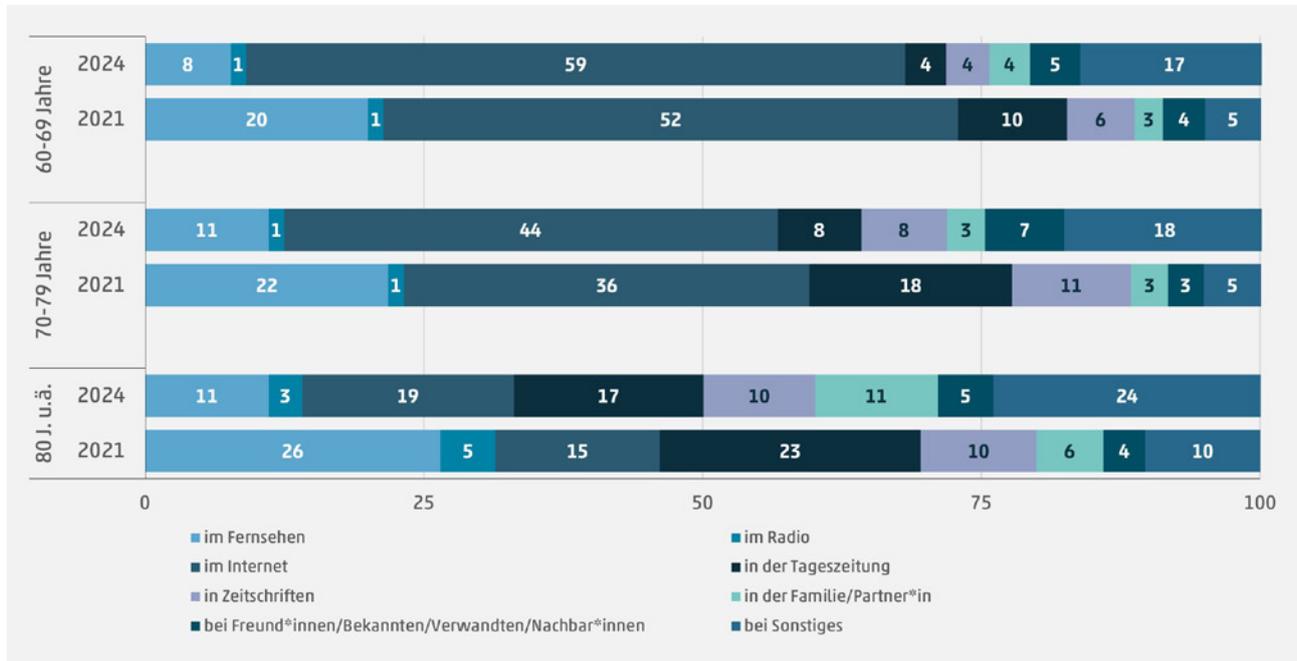
Quelle: SIM 2024, SIM 2021, Angaben in Prozent, Basis: Befragte, die sich zu einem aktuellen Problem informieren, 2021: n=2.786, 2024: n=1.835

Wie sich ältere Menschen zu neuen Produkten informieren, sei es aus Interesse oder einer konkreten Kaufabsicht, zeigt die Abfrage zu diesem Thema. Hier steht an erster Stelle deutlich das Internet, an zweiter Stelle werden sonstige Quellen als Informationsquelle präferiert, gefolgt von den klassischen Medien Fernsehen, Tageszeitungen und Zeitschriften. Im Altersgruppenvergleich zeigt sich: Bei den Personen im Alter von 60 bis 69 Jahren (59 %) und von 70 bis 79 Jahren (44 %) ist das Internet klar die wichtigste Informationsquelle. Bei Personen ab 80 Jahren liegt das Internet (19 %) hingegen nur auf Platz zwei hinter den „sonstigen Quellen“ (24 %), dicht gefolgt von der Tageszeitung (17 %). Im Vergleich zu 2021 verliert das Fernsehen als Informationskanal für neue Produkte in allen Altersgruppen an Bedeutung, während das Internet und alternative Quellen an Relevanz gewinnen.



## Informationsverhalten: neue Produkte – 2024 zu 2021

– Informiere mich am ehesten zu „neuen Produkten“ –



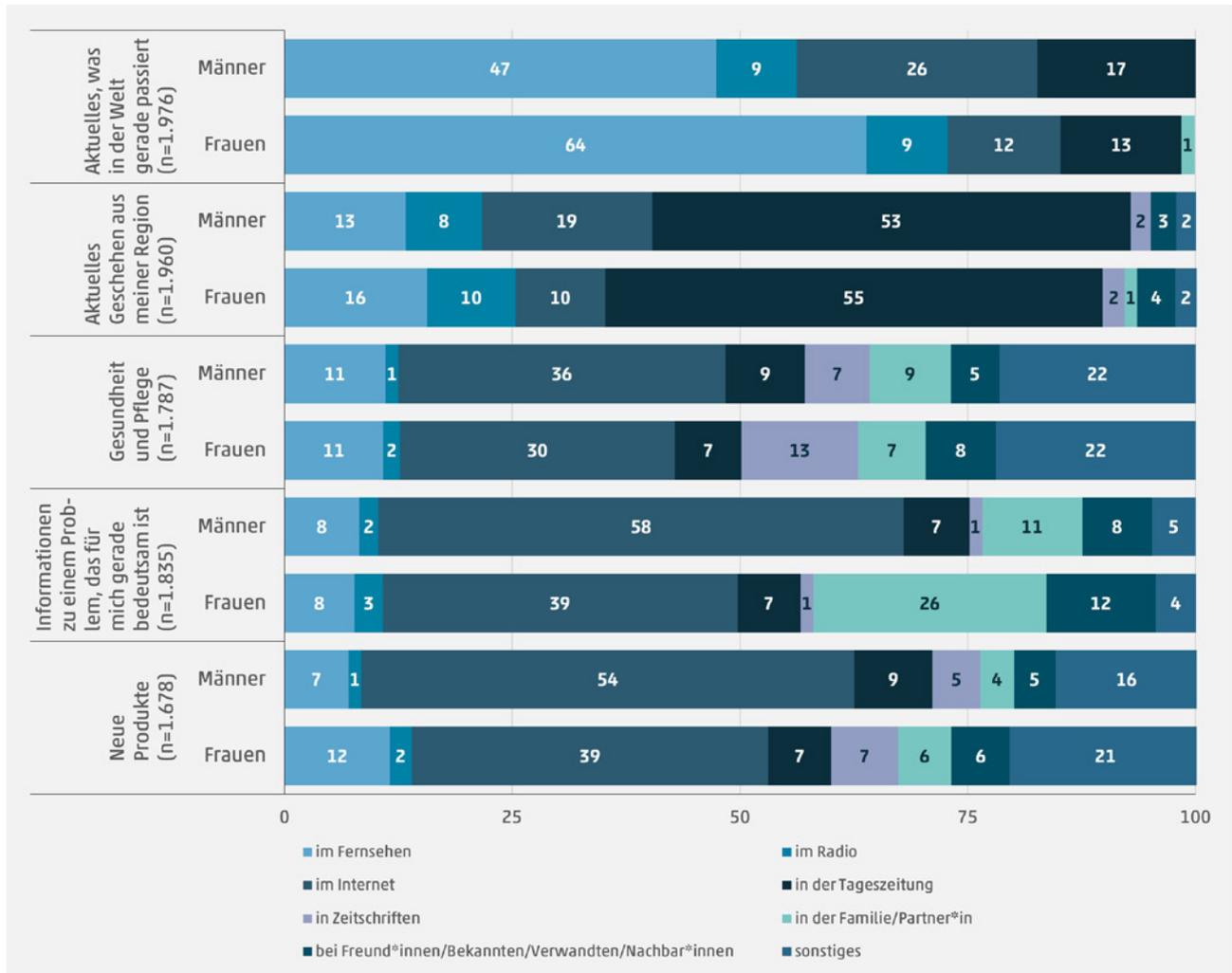
Quelle: SIM 2024, SIM 2021, Angaben in Prozent, Basis: Befragte, die sich für neue Produkte interessieren, 2021: n=2.166, 2024: n=1.678

Betrachtet man das Informationsverhalten unter dem Aspekt der Geschlechterunterschiede so zeigen sich nur wenig spezifische Differenzen. Generell zeigt sich die Tendenz, dass Männer häufiger das Internet als präferierte Informationsquelle nennen. Besonders deutlich wird dies beim aktuellen Weltgeschehen (26 %, Frauen: 12 %): bei diesem Thema informieren sich Frauen mehr im Fernsehen (64 %, Männer: 47 %). Beim Thema Gesundheit und Pflege zeigt sich bei Frauen eine höhere Affinität zu Zeitschriften (13 %, Männer: 7 %) und bei aktuellen persönlichen Anliegen wenden sich Frauen mehr an den/die Partner\*in oder andere Familienmitglieder (26 %, Männer: 11 %).



## Informationsverhalten – nach Geschlecht

– Informiere mich am ehesten zu ... –



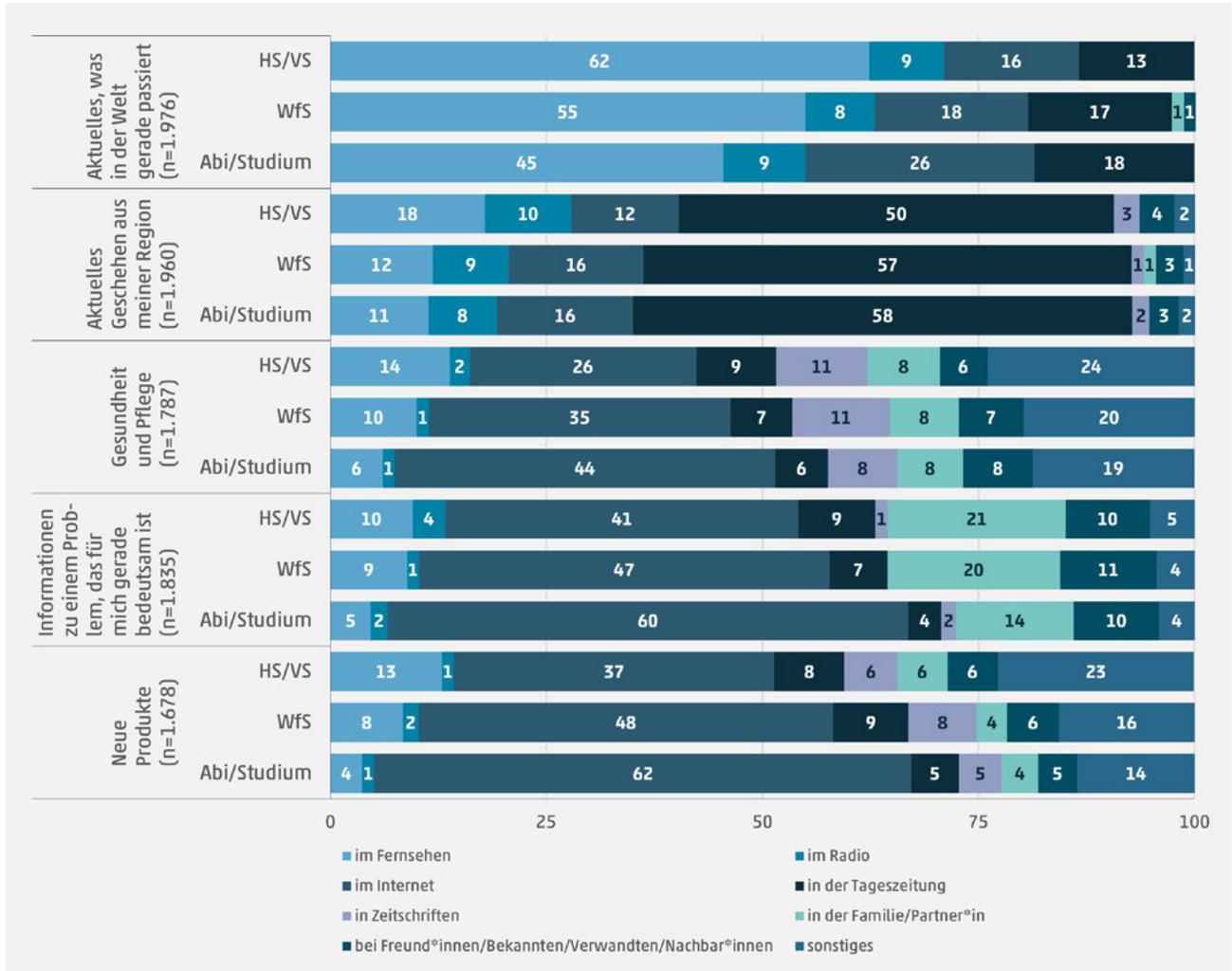
Quelle: SIM 2024, Angaben in Prozent, Basis: Befragte, die sich über das jeweilige Thema informieren

Bei der Betrachtung nach Bildung zeigt sich, dass sich Personen mit formal höherer Bildung mehr dem Internet zuwenden und Personen mit formal niedrigerer Bildung eher dem Fernsehen.



## Informationsverhalten – nach Bildung

– Informiere mich am ehesten zu ... –



Quelle: SIM 2024, Angaben in Prozent, Basis: Befragte, die sich über das jeweilige Thema informieren

## Informationsverhalten Offliner\*innen vs. Onliner\*innen

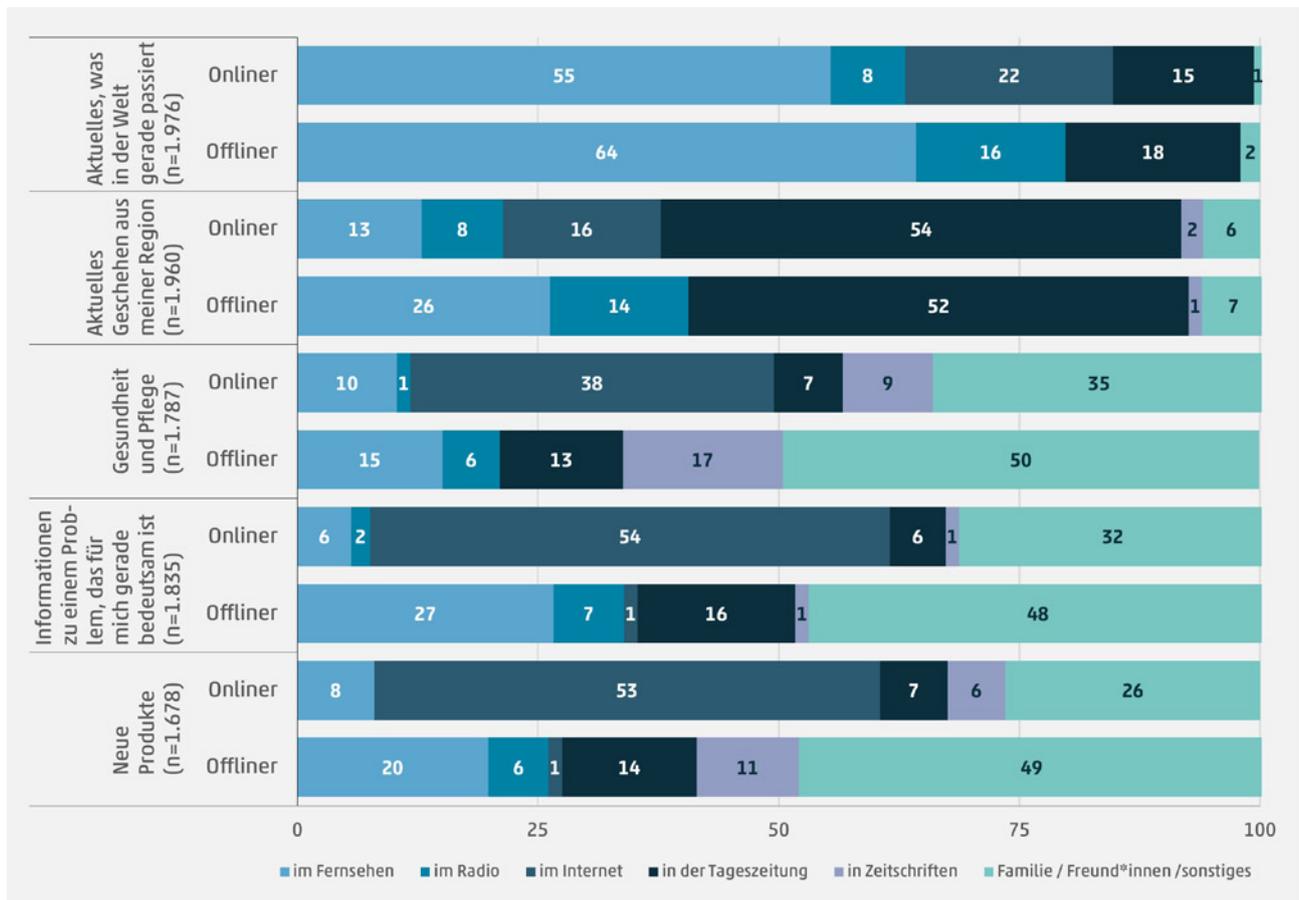
Differenziert man die Ergebnisse zum Informationsverhalten nach dem Kriterium On-/Offliner\*innen, so wird deutlich, dass bei den Themen aktuelles Weltgeschehen und dem regionalen Geschehen die Nutzung des Internets vor allem zu weniger Nennungen bei den klassischen Nachrichtenmedien Radio und Fernsehen führt. Einen guten Stand hat die Tageszeitung beim aktuellen Geschehen vor Ort, hier wird die Tageszeitung sowohl von Off- wie Onliner\*innen etwa gleich häufig als primäre Informationsquelle genannt. Beim Thema „Gesundheit und Pflege“ nutzen die Offliner\*innen alle anderen Optionen zur Informationsgewinnung



mehr als Onliner\*innen, dies gilt vor allem für nicht-medial vermittelte Informationen, also über Familie, Bekannte oder sonstiges. Ein ähnliches Muster zeigt sich bei den präferierten Quellen für „Informationen zu einem aktuellen persönlichen Problem“ und „Neuen Produkten“, hier ergibt sich durch die Nicht-Nutzung des Internets zudem eine höhere Präferenz für Fernsehen, Radio und Tageszeitung.

### Informationsverhalten – nach Onliner\*innen und Offliner\*innen

– Informiere mich am ehesten zu ... –



Quelle: SIM 2024, Angaben in Prozent, Basis: Befragte, die sich jeweils für das Thema interessieren



## 7. Digitale Kompetenzen

Die digitale Transformation schreitet mit hoher Innovationsdynamik voran und verändert nachhaltig den Alltag auch im Alter. Analoge Prozesse und Dienstleistungen wie auch papierbasierte Produkte und Druckmedien werden zunehmend digitalisiert. Das Internet verändert sich ständig mit neuen Anwendungsbereichen und Nutzungsmöglichkeiten, hinzu kommen rasante Entwicklungen im Bereich der „Künstlichen Intelligenz“ und Robotik. Immerzu drängen neue digitale Geräte auf den Markt und bisherige veralten nach kurzer Zeit. Und: All diese digitalen Produkte sind keinesfalls immerzu intuitiv nutzbar und leicht bedienbar. Zudem unterscheiden sich Geräte in ihrer Handhabung und ihren Funktionalitäten, wie z.B. Smartphones oder Tablets unterschiedlicher Marken oder Generationen. Gleichwohl können technische Innovationen wie eine Sprachsteuerung über Smartspeaker oder die Freischaltung von Geräten über Gesichtserkennung auch motorisch eingeschränkten Personen einen Zugang und eine Nutzung erleichtern.

Der kompetente und souveräne Umgang mit modernen Informations- und Kommunikationstechnologien stellt für Alt und Jung eine ständige Herausforderung dar. Digitale Medienkompetenz umfasst dabei nicht nur technische Fähigkeiten der Handhabung und Navigation von digitalen Geräten. Es gehören auch kritische und reflexive Elemente zur Einschätzung von Chancen und Risiken der eigenen Mediennutzung dazu sowie Wissen und Kenntnisse über privaten Datenschutz, Datensicherheit und Datenqualität.

### 7.1 Erfassung digitaler Kompetenzen<sup>7</sup>

Für die Messung digitaler Kompetenzen wurden folgende fünf grundlegende Anwendungsbereiche einbezogen: „Umgang mit Informationen“, „Kommunikation“, „Erzeugen von digitalen Inhalten“, „Sicherheit“ und „Probleme lösen“. Hierbei wurde für jeden Anwendungsbereich nochmals

---

<sup>7</sup> Die Gemeinsame Forschungsstelle der Europäischen Kommission veröffentlichte 2013 das Framework DigComp mit 21 Einzelkompetenzen, die Personen für einen erfolgreichen Umgang mit digitalen Technologien benötigen. Basierend auf der aktualisierten Fassung des Frameworks („DigComp 2.1“) wurde ein Fragebogen („DigCompSAT“) mit 82 Fragen entwickelt und vom Bayerischen Forschungsinstitut für Digitale Transformation (bidt) für den Einsatz in einer Studie („bidt-SZ-Digitalbarometer“) ins Deutsche übersetzt. Für die SIM-Studie 2024 wurde zusammen mit dem bidt an der Katholischen Hochschule Freiburg eine validierte Kurzfassung mit 14 Fragen aus den Kompetenzbereichen Wissen und Fähigkeiten konzipiert und eingesetzt.

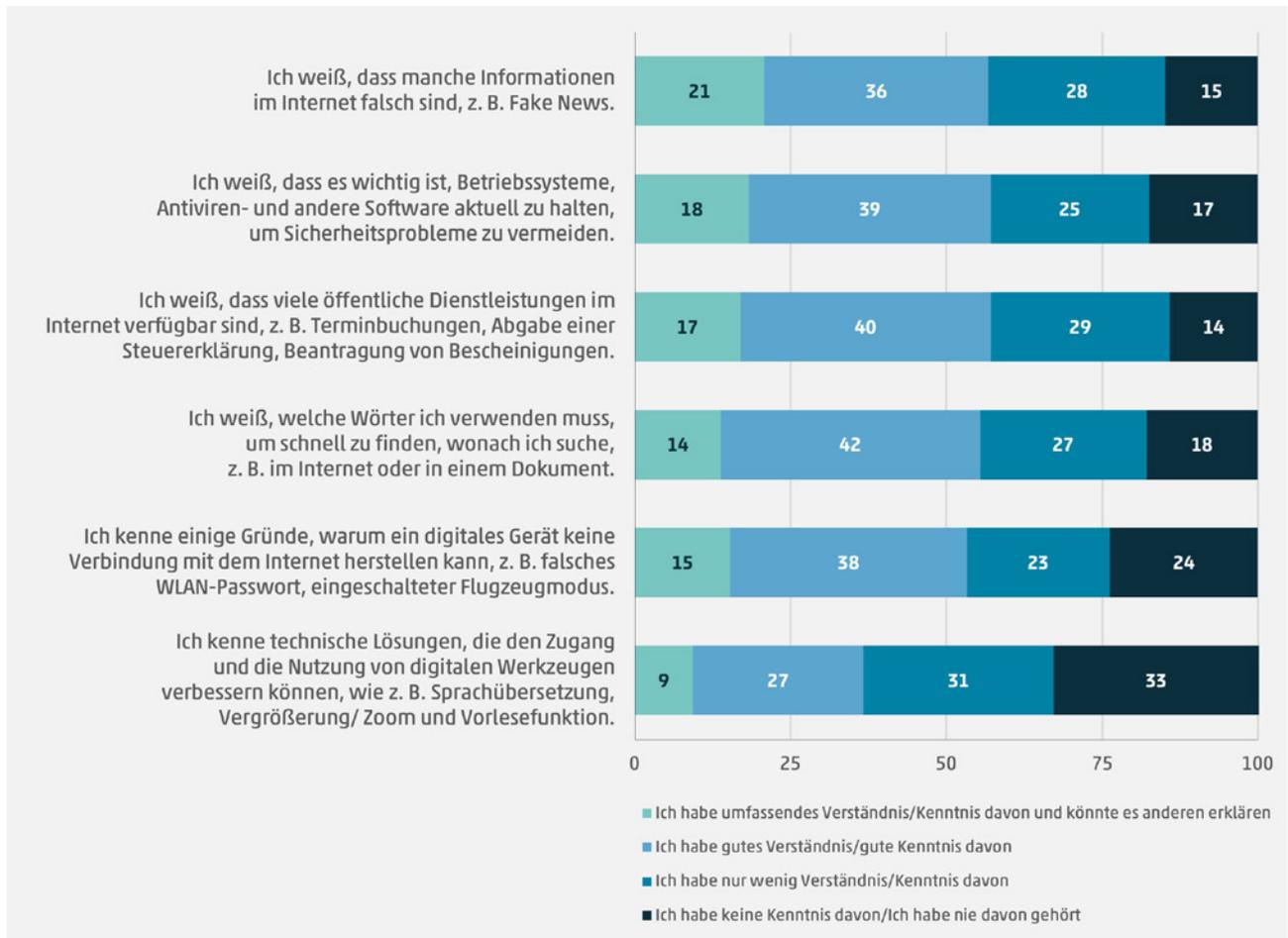
zwischen digitalen Kenntnissen und digitalen Fähigkeiten unterschieden. Digitale Kenntnisse bzw. Verständnis umfasste u.a. Aspekte zu Datensicherheit, Datenqualität und E-Government. Der Grad an Kenntnis bzw. Verständnis wurde unterteilt nach „keine/nie davon gehört“, „wenig“, „gute“ sowie „umfassende Kenntnisse und könnte es anderen erklären“.

---

### ***Etwa die Hälfte verfügt über ausreichend gute digitale Kenntnisse***

In Bezug auf die Datenqualität geben 57 Prozent der Personen ab 60 Jahren an, dass sie wüssten, „dass manche Informationen im Internet falsch sind, z.B. Fake News“ – 21 Prozent haben hierzu ein umfassendes Verständnis und könnten es anderen erklären; 36 Prozent haben gute Kenntnis. 28 Prozent attestieren sich wenig Kenntnis zu haben und 15 Prozent keine Kenntnis. Ebenfalls geben je 57 Prozent an, gute bis sehr gute Kenntnis bzw. Verständnis zu besitzen hinsichtlich Datensicherheit („Ich weiß, dass es wichtig ist, Betriebssysteme, Antiviren- und andere Software aktuell zu halten“), und E-Government („Ich weiß, dass viele öffentliche Dienstleistungen im Internet verfügbar sind“), 56 Prozent im Umgang mit Informationen („Ich weiß, welche Wörter ich verwenden muss, um schnell zu finden, wonach ich suche“) und 53 Prozent kennen „einige Gründe, warum ein digitales Gerät keine Verbindung mit dem Internet herstellen kann“. Deutlich eingeschränkter sind jedoch Kenntnisse zu technischen Lösungen für eine verbesserte individuelle Bedienbarkeit von digitalen Werkzeugen „wie z.B. Sprachübersetzung, Vergrößerung/Zoom und Vorlesefunktion“. Hier liegt der Anteil an umfassenden Kenntnissen bei lediglich neun Prozent und guten Kenntnissen bei 27 Prozent; ein weiteres Drittel gibt an, über überhaupt keine Kenntnisse zu verfügen. Insgesamt belegen die Befunde, dass etwa die Hälfte Personen ab 60 Jahren über ausreichend gute digitale Kenntnisse verfügt.

## Digitale Kenntnisse



Anmerkung: Bei drei aufeinanderfolgenden Antworten mit „Ich habe keine Kenntnis davon / Ich habe nie davon gehört“ wurde abgebrochen und die weiteren Fragen mit der gleichen Antwort gewertet. Dies betraf n=279

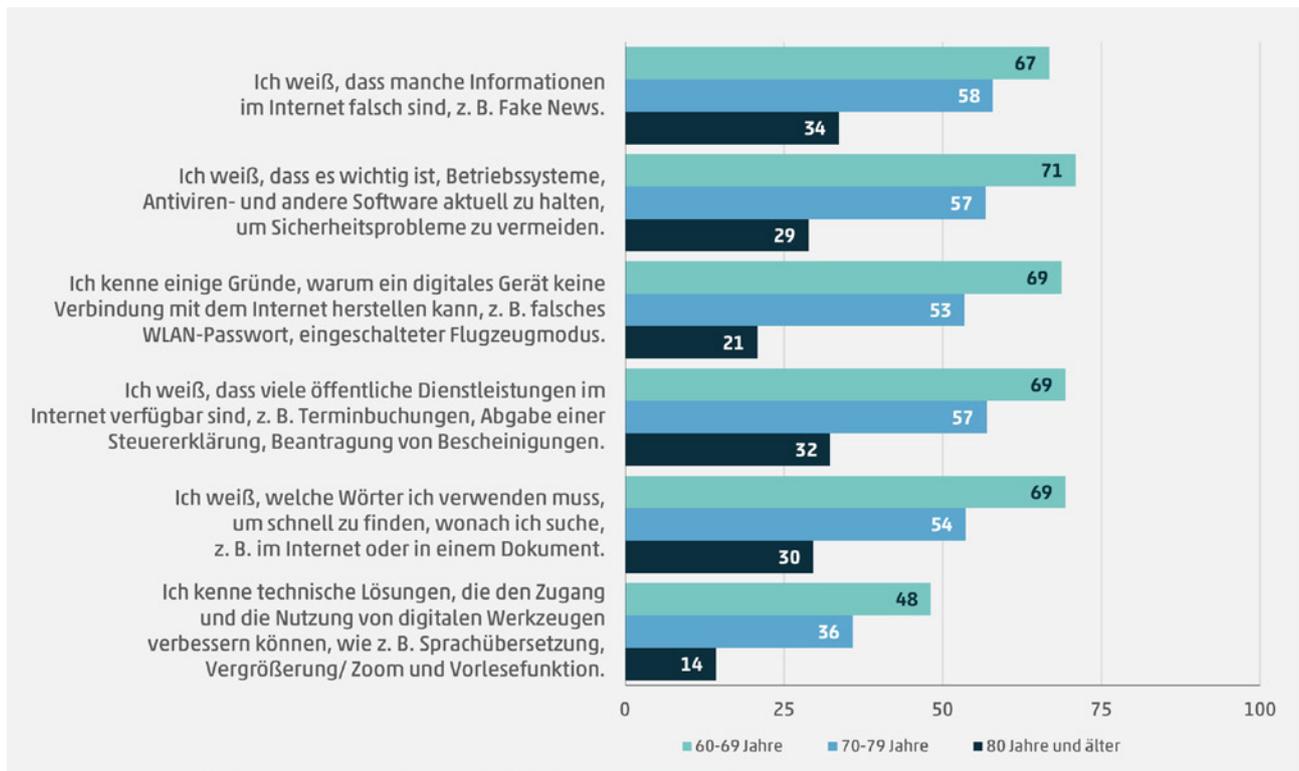
Quelle: SIM 2024, Angaben in Prozent, Basis: alle Befragten, n=2.000

### **Besonders Männer, junge Ältere und Personen mit hohem Bildungsstatus verfügen deutlich höhere digitale Kenntnisse**

Bei differenzierter Betrachtung soziodemographischer Merkmale wie Geschlecht, Alter und Bildungsstatus fällt auf, dass aufgrund unterschiedlicher Verbreitung digitaler Geräte und Zugänge zum Internet besonders junge Ältere, Personen mit formal hoher Bildung und Männer überdurchschnittliche digitale Kenntnisse aufweisen. Dabei zeigen sich durchweg zu jeder einzelnen Frage deutliche Unterschiede zwischen den Personengruppen. So verfügt bei der Frage nach den technischen Lösungen zur besseren Bedienbarkeit in der Altersgruppe von 60 bis 69 Jahren jede/-r Zweite über umfassende oder gute Kenntnis (48 %), bei Personen ab 80 Jahren ist es nur jede/-r Siebte (14 %). Auch zu den weiteren untersuchten Aspekten bestehen Abstände von deutlich über 30 Prozentpunkten zwischen diesen beiden Altersgruppen. Mit 48 Prozentpunkten besteht die größte Differenz in Bezug auf eine weitere Problemlösungsfrage „Ich kenne

einige Gründe, warum ein digitales Gerät keine Verbindung mit dem Internet herstellen kann, z.B. falsches WLAN-Passwort, eingeschalteter Flugzeugmodus“. Während zwei Drittel zwischen 60 und 69 Jahren hierzu umfassende oder gute Kenntnis besitzt (69 %), ist es in der Altersgruppe ab 80 Jahren nur jede/-r Fünfte (21 %).

## Digitale Kenntnisse – nach Alter – umfassendes/gutes Verständnis –

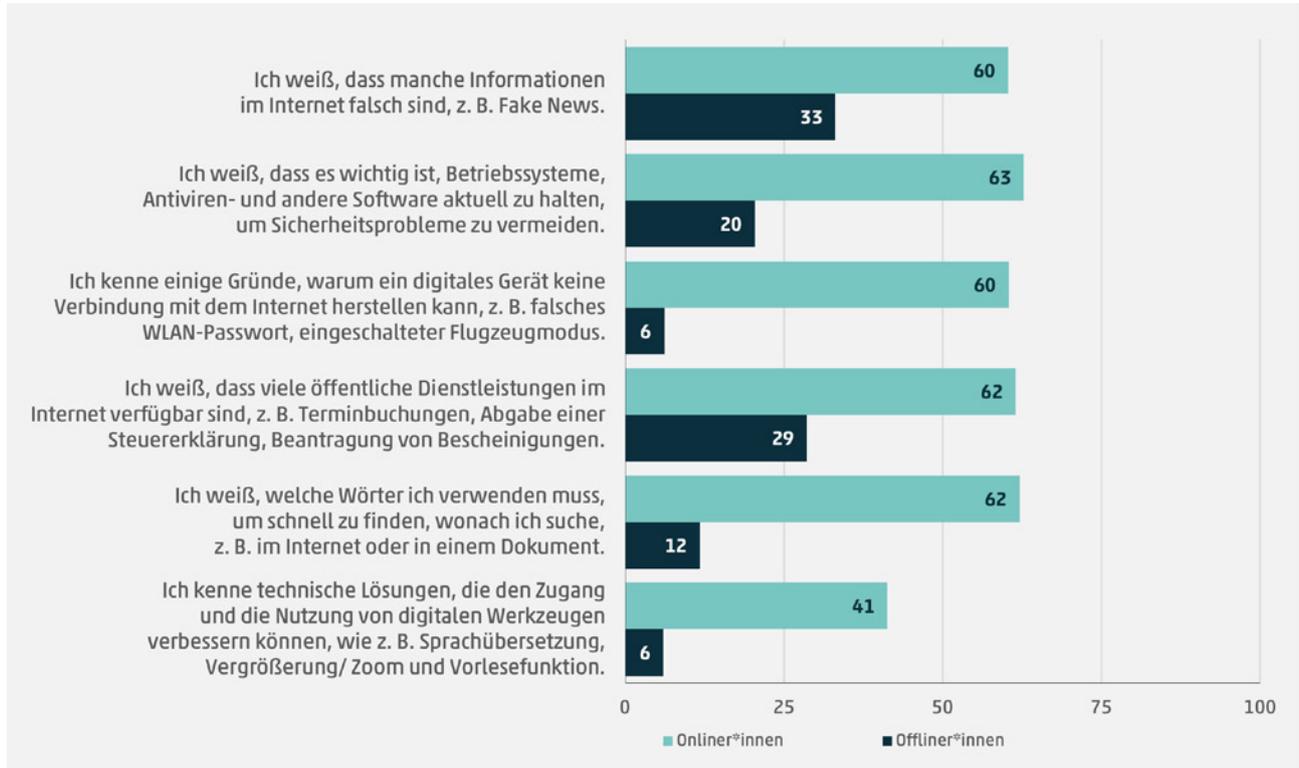


Quelle: SIM 2024, Angaben in Prozent, Basis: alle Befragten, n=2.000

Wenig überraschend lassen sich die größten Diskrepanzen zu digitalen Kenntnissen zwischen den Onliner\*innen und Offliner\*innen konstatieren. Dabei besteht bei den Onliner\*innen zu allen Bereichen ein gutes bis umfassendes Verständnis bei um die 60 Prozent; lediglich bei der Frage nach technischen Lösungen zur besseren Handhabung digitaler Werkzeuge sind es 41 Prozent. Im Gegensatz variieren die Werte bei den Offliner\*innen zwischen sechs und zwölf Prozent, wenn es um praktische Anwendungen geht wie Internetrecherche oder Netzverbindungsstörungen. Deutlich höher liegen jedoch die Kenntnisse der Offliner\*innen, wenn es um eher allgemeine Aspekte geht, wie das Wissen um die Existenz von Fake News (33 % haben gutes/umfassendes Verständnis) oder möglicher digitaler Dienstleistungen von Behörden (29 %).

## Digitale Kenntnisse – nach Onliner\*innen und Offliner\*innen

– umfassendes/gutes Verständnis –



Quelle: SIM 2024, Angaben in Prozent, Basis: alle Befragten, n=2.000

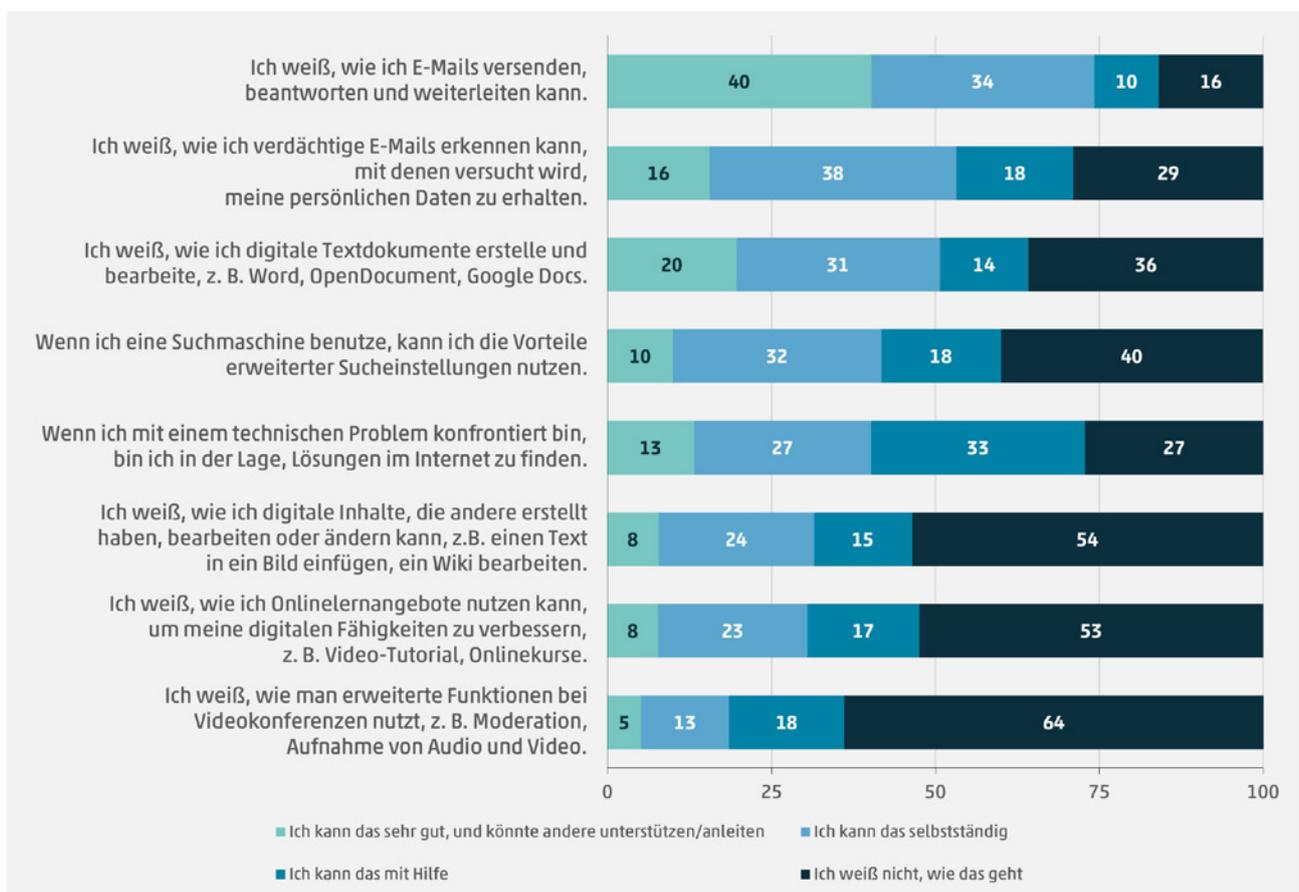
### Basale digitale Fähigkeiten sind mehrheitlich vorhanden

Als zweite Dimension wurden digitale Fähigkeiten ebenfalls nach den fünf Anwendungsbereichen erfasst. Hierbei wurden vier Fähigkeitsstufen unterschieden: „Ich weiß nicht, wie das geht“, „Ich kann das mit Hilfe“, „Ich kann das selbstständig“ und „Ich kann das sehr gut und könnte andere unterstützen/anleiten“.

Mit Abstand am leichtesten fällt den Personen ab 60 Jahren der Umgang mit E-Mails („Ich weiß, wie ich E-Mails versenden, beantworten und weiterleiten kann“). 40 Prozent geben an, dies so gut zu können, dass sie andere unterstützen könnten, weitere 34 Prozent können dies selbstständig. D.h. drei Viertel der Befragten verfügen hierzu über (sehr) gute Fähigkeiten; weitere zehn Prozent können dies nur mit Hilfe und 16 Prozent wissen nicht, wie es geht. Die Mehrheit der Befragten gibt an, dass sie verdächtige E-Mails erkennen können (54 %) und Textdokumente wie z.B. in Word erstellen und bearbeiten können (51 %). Vier von zehn Personen schätzen ihre Fähigkeiten in Bezug auf die Nutzung erweiterter Einstellungen bei Suchmaschinen (42 %) und auf das Auffinden von Lösungen im Internet zu technischen Problemen (40 %) als gut oder sehr gut ein. Etwa ein Drittel schätzt ihre Fähigkeiten als (sehr) gut ein, wenn es um die Bearbeitung digitaler Inhalte geht, die andere erstellt haben (32 %)

und um die Nutzung von Onlineangeboten zur Verbesserung eigener digitaler Fähigkeiten (31 %). Am schwierigsten fällt es erweiterte Funktionen bei Videokonferenzen wie Moderation und Aufnahmen zu nutzen: Lediglich fünf Prozent können dies sehr gut und 13 Prozent selbständig, jedoch 18 Prozent nur mit Hilfe und zwei Drittel überhaupt nicht (64 %). Zudem gilt es zu beachten, dass von 2.000 befragten Personen 862 Personen nicht alle Fragen beantworten konnten und vorzeitig abgebrochen werden musste. Dies unterstreicht, dass digitale Fähigkeiten nur eingeschränkt verbreitet sind.

## Digitale Fähigkeiten



Anmerkung: Bei drei aufeinanderfolgenden Antworten mit „Ich weiß nicht, wie das geht“ wurde abgebrochen und die weiteren Fragen mit der gleichen Antwort gewertet. Dies betraf n=862

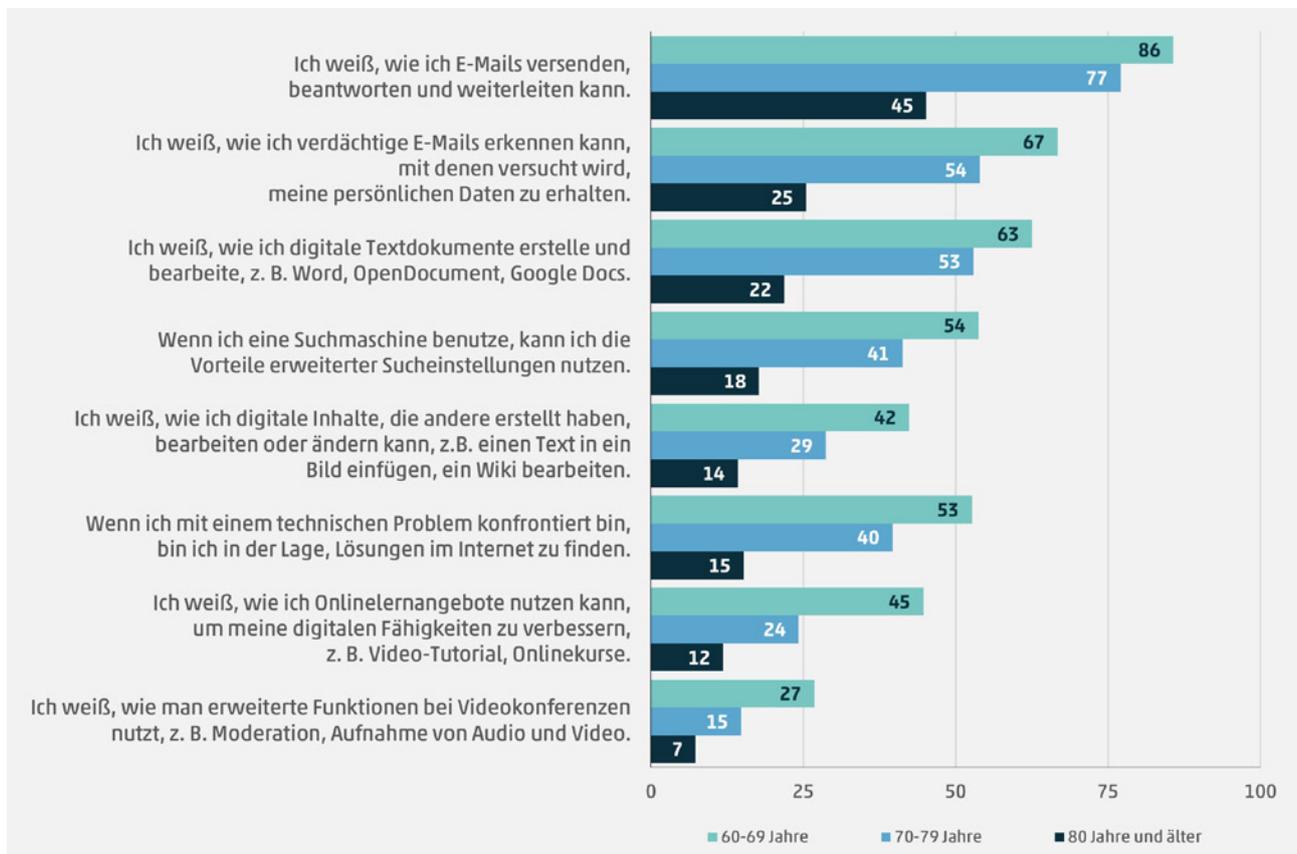
Quelle: SIM 2024, Angaben in Prozent, Basis: alle Befragten, n=2.000.

**Besonders Personen ab 80 Jahren, Personen mit formal niedriger Bildung und Frauen weisen geringe digitale Fähigkeiten auf**

Ähnlich wie zu den digitalen Kenntnissen verhält es sich bei Betrachtung soziodemographischer Personengruppen auch zu den digitalen Fähigkeiten. Über alle Fragen hinweg finden sich deutliche Unterschiede zwischen den Geschlechtern sowie Alters- und Bildungsgruppen. Besonders eklatant sind wiederum die Fähigkeitsniveaus zwischen den Altersgruppen, wo die Differenzen zum Teil über 40 Prozentpunkte ausmachen. So verfügen nach Selbsteinschätzung zwei Drittel der Personen zwischen 60 und 69 Jahren über (sehr) gute Fähigkeiten beim Erkennen von verdächtigen E-Mails „mit denen versucht wird, meine persönlichen Daten zu erhalten“ (67 %), jedoch nur ein Viertel in der Altersgruppe ab 80 Jahren (25 %) – ein Abstand von 42 Prozentpunkten. Ähnlich hoch fallen die Differenzen zu weiteren grundlegenden Anforderungen aus: Jeweils 41 Prozentpunkte besser sind die Fähigkeiten der jungen Alten im Vergleich zu Personen im hohen Alter in Bezug auf das Versenden, Beantworten und Weiterleiten von E-Mails (86 % zu 45 %) und das Erstellen und Bearbeiten von Textdokumenten wie z.B. in Word (63 % zu 22 %).

## Digitale Fähigkeiten – nach Alter

– Ich kann das sehr gut und könnte andere unterstützen/Ich kann das selbstständig –

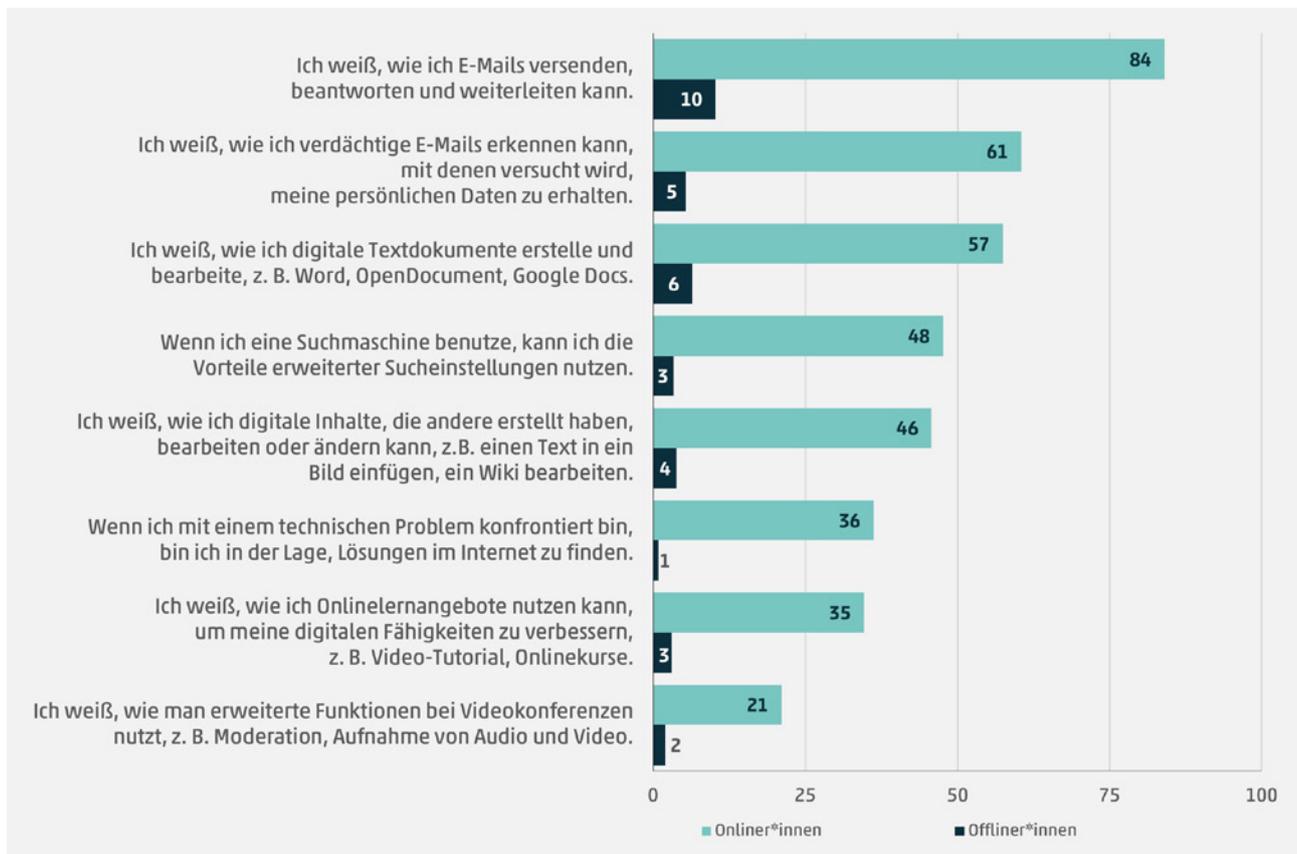


Quelle: SIM 2024, Angaben in Prozent, Basis: alle Befragten, n=2.000

Ähnlich wie schon zu den digitalen Kenntnissen finden sich erwartungsgemäß auch zu den digitalen Fähigkeiten die größten Diskrepanzen zwischen Onliner\*innen und Offliner\*innen. Dabei fällt das Niveau zu den Fähigkeiten bei den Offliner\*innen nochmals deutlich niedriger aus als zu den Kenntnissen. Am ehesten können Offliner\*innen noch mit E-Mails umgehen; immerhin zehn Prozent schätzen hierfür ihre Fähigkeiten als gut oder sehr gut ein. Hingegen sind es bei den Onliner\*innen 84 Prozent. Dabei variieren die Fähigkeiten je nach Schwierigkeitsgrad unter den Onliner\*innen beträchtlich. Während z.B. die Hälfte noch gut die erweiterten Einstellungen bei Suchmaschinen nutzen kann (48 %), kann nur ein Fünftel die erweiterten Funktionen von Videokonferenzen anwenden (21 %).

## Digitale Fähigkeiten – nach Onliner\*innen und Offliner\*innen

– Ich kann das sehr gut und könnte andere unterstützen/Ich kann das selbstständig –



Quelle: SIM 2024, Angaben in Prozent, Basis: alle Befragten, n=2.000

Aus den beiden Kompetenz-Dimensionen digitale Kenntnisse und digitale Fähigkeiten lässt sich ein Gesamtwert zu digitalen Kompetenzen ermitteln. Hierzu wurden aus den fünf Kompetenzbereichen „Umgang mit Informationen“, „Kommunikation“, „Erzeugen von digitalen Inhalten“, „Sicherheit“ und „Probleme lösen“ jeweils Mittelwerte gebildet und auf 100 maximal mögliche Punkte normiert. Der Gesamtkompetenzindex über diese fünf Kompetenzbereiche setzt sich wiederum aus dem arithmetischen Mittel der fünf Indexwerte der einzelnen Kompetenzbereiche zusammen. Ein Indexwert zwischen 0 und 29 wird als niedrige digitale Kompetenzen klassifiziert, Werte zwischen 30 und 47 als grundlegende; zwischen 48 und 80 als mittlere und ab 81 bis 100 als fortgeschrittene digitale Kompetenzen. Dieses Verfahren beruht auf Vorarbeiten des Bayerischen Forschungsinstituts für Digitale Transformation (bidt).<sup>8</sup>

---

### **Ältere Menschen verfügen über ein mittleres Niveau an digitalen Kompetenzen**

Die Ergebnisse offenbaren, dass digitale Kompetenzen bei älteren Menschen eingeschränkt vorhanden sind. Laut dem Index liegt der Wert für Personen ab 60 Jahren bei 41 von 100 möglichen Punkten, was als „grundlegende digitale Kompetenzen“ interpretiert wird. Im Vergleich zum bidt-SZ-Digitalbarometer liegt der Wert etwas höher (35 Punkte). Dies liegt zum einen daran, dass dort die ältere Altersgruppe erst ab 65 Jahren beginnt, was bei einer Eingrenzung auf Personen ab 65 Jahren in der SIM-Studie 2024 einem Wert von 41 entsprechen würde. Zum anderen fand die Erhebung Ende 2021 statt, als der Anteil an Onliner\*innen mit 81 Prozent deutlich niedriger ausfiel als 2024 mit 87 Prozent. Damit erscheinen die Vergleichswerte aus den beiden Studien als valide und aussagekräftig. Onliner\*innen aus der SIM-Studie 2024 erreichen einen Punktwert von 49, was einem „mittleren“ Niveau an Digitalen Kompetenzen entspricht. Ebenfalls auf einem mittleren Kompetenzniveau, aber mit höheren Punktwerten, liegen die besonders internetaffinen Personengruppen mit hohem Bildungsstatus (59 Punkte), junge Ältere (54 Punkte) und Männer (51 Punkte). Auf einem grundlegenden Niveau liegen die digitalen Kompetenzen bei Frauen (38 Punkte) und bildungsfernen Personen (34 Punkte). Niedrig sind die Werte von Personen im hohen Alter (24 Punkte) und von Offliner\*innen, die mit 12 Punkten den geringsten Wert aufweisen.

---

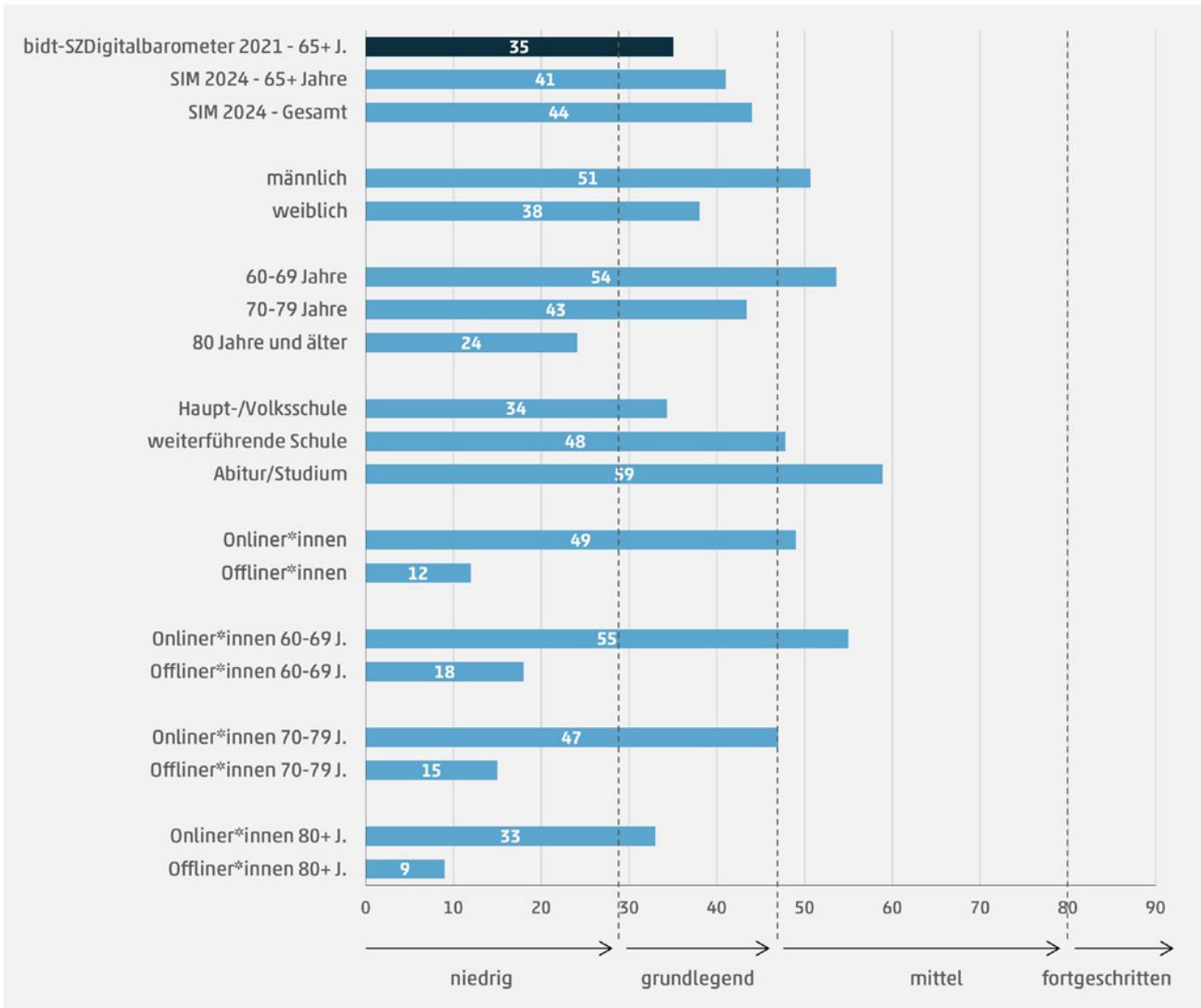
### **Frauen, Bildungsferne und besonders Personen im hohen Alter verfügen über geringe digitale Kompetenzen**

Dabei zeigen weitere Analysen, dass die Kompetenzniveaus über alle Gruppen an Geschlechtern, Bildung und On-/Offliner\*innen mit dem Alter kontinuierlich abnehmen. Während in der Altersgruppe von 60 bis 69 Jahren die Onliner\*innen einen Indexwert an digitalen Kompetenzen von 55 erzielen, liegt er in der Altersgruppe von 70 bis 79 Jahren bei 47 Punkten und fällt in der Altersgruppe ab 80 Jahren auf 33 deutlich ab. Ebenso fällt unter den Offliner\*innen das niedrige Kompetenzniveau in dieser Altersgruppe nochmals deutlich ab auf neun Punkte. Dies unterstreicht die Notwendigkeit, besonders das hohe Alter und dort speziell Frauen und bildungsferne Personen in den Fokus für Bildungs- und Unterstützungsangebote zu nehmen.

---

<sup>8</sup> Das bidt führte 2021 eine repräsentative Studie zur Messung digitaler Kompetenzen mit über 9.000 Personen ab 18 Jahren durch. Darunter befanden sich 3.783 deutschsprachige Personen ab 65 Jahren („bidt-SZ-Digitalbarometer“: <https://www.bidt.digital/publikation/bidt-sz-digitalbarometer/>).

## Digitale Kompetenz – Index – Punktzahl (von 100 möglichen Punkten) –



Index-Berechnung: 100 Punkte für maximale digitale Kompetenz: Niedrig (0–29); Grundlegend (30–47); Mittel (48–80); Fortgeschritten (81–100)

Quelle: SIM 2024, Basis: alle Befragten, n=2.000 deutschsprachige Personen ab 60 Jahren, in Deutschland; bidt-SZDigitalbarometer, Basis: n=3.783 deutschsprachige Personen ab 65 Jahren, in Deutschland

## 7.2 Kenntnisse zu Informations- und Kommunikationstechnologien

Ergänzend zu der Erfassung digitaler Kompetenzen wurde – wie bereits 2021 – nach den selbsteingeschätzten Kenntnissen in Bezug auf das Internet und den drei relevantesten digitalen Zugangsgeräten Smartphone, Tablet und Computer/Laptop gefragt. Hierbei ging es nicht um einzelne Funktionen oder Anwendungsbereiche, sondern um eine globale Einschätzung der Bedienkompetenz: „Wie würden Sie insgesamt ihre Kenntnisse zu ... einschätzen?“ – und zwar anhand von Schulnoten zwischen 1 (sehr gut) und 6 (sehr schlecht). Zudem wurde aus den Durchschnittswerten der vier Teilaspekte ein Gesamtwert für Informations- und Kommunikationstechnologien (IKT) ermittelt.

Die Ergebnisse gehen konform mit den Auswertungen zu den digitalen Kompetenzen (Kap. 7.1), wonach nur sehr eingeschränkt gute Kenntnisse im Bereich von IKT vorliegen. Die Durchschnittswerte bewegen sich in Bezug auf das Internet und den digitalen Endgeräten jeweils auf einer Note um 3,5 – was als nicht befriedigend beschrieben werden könnte. Die Kenntnisse zum Tablet fallen mit 3,7 noch weiter ab: Lediglich vier Prozent attestieren sich sehr gute Kenntnisse zu haben, weitere 19 Prozent gute Kenntnisse. Hinsichtlich Computer/Laptop und dem Internet liegt der Anteil an guten bis sehr guten Bedienkompetenzen bei 26 Prozent, zum Smartphone sind es 28 Prozent. Umgekehrt geben 29 Prozent an, schlechte oder sehr schlechte Kenntnisse zum Tablet zu besitzen. Zu den weiteren Geräten und dem Internet betragen die Anteile für die eigene Einschätzung mit (sehr) schlechten Bedienkompetenzen etwa ein Viertel.

Auch wenn die Befunde über alle Bereiche hinweg große Defizite in den Bedienkompetenzen älterer Menschen aufzeigen, haben sich die Kompetenzen in den letzten drei Jahren insgesamt deutlich verbessert. Besonders im Umgang mit dem Tablet und dem Smartphone gab es deutliche Kompetenzzuwächse um 0,5 Notenpunkte (von 4,2 auf 3,7) bzw. um 0,4 Notenpunkte (von 3,8 auf 3,4). Ähnliche Entwicklungen lassen sich auch für das Internet (von 3,7 auf 3,4) und den Computer bzw. Laptop (von 3,7 auf 3,5) nachzeichnen. Diese positiven Entwicklungen könnten vor allem mit dem starken Anstieg in der Geräteausstattung in den Haushalten zusammenhängen. Denn im Vergleich zu 2021 haben sich vorrangig die Anteile an schlechter und sehr schlechter Kompetenz-Einschätzung reduziert, weniger jedoch die Anteile an (sehr) guten Kompetenzen verbessert. Zudem blieben die Gesamtmittelwerte unter den jeweiligen Nutzer\*innenkreisen nahezu unverändert zu 2021. Hierzu gilt es zu konstatieren, dass diese insgesamt kritischen Selbsteinschätzungen in Bezug auf das Internet und digitalen Zugangsgeräten auch unzureichender Bedienerfreundlichkeit und Zugänglichkeit geschuldet sein können.

---

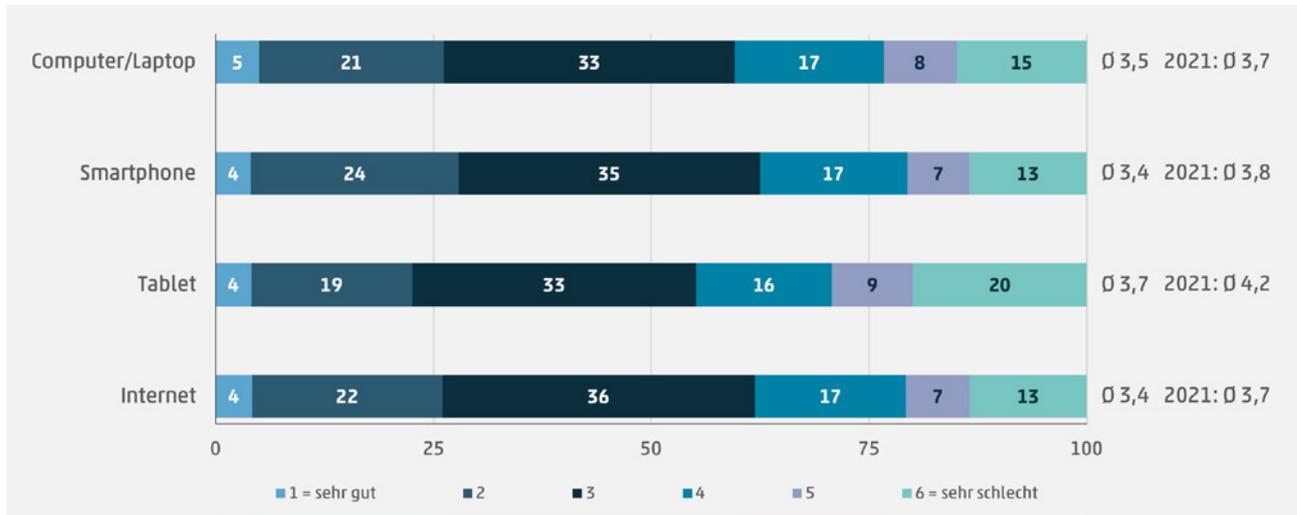
***Gute Kenntnisse im Umgang mit dem Internet und digitalen Geräten bestehen bei etwa einem Viertel der Befragten***

---

***Die IKT-Bedienkompetenzen haben sich in den drei Jahren deutlich verbessert***

## Subjektive Kenntnisse zu Internet und digitalen Geräten

– Bewertung nach Schulnoten 1–6 –



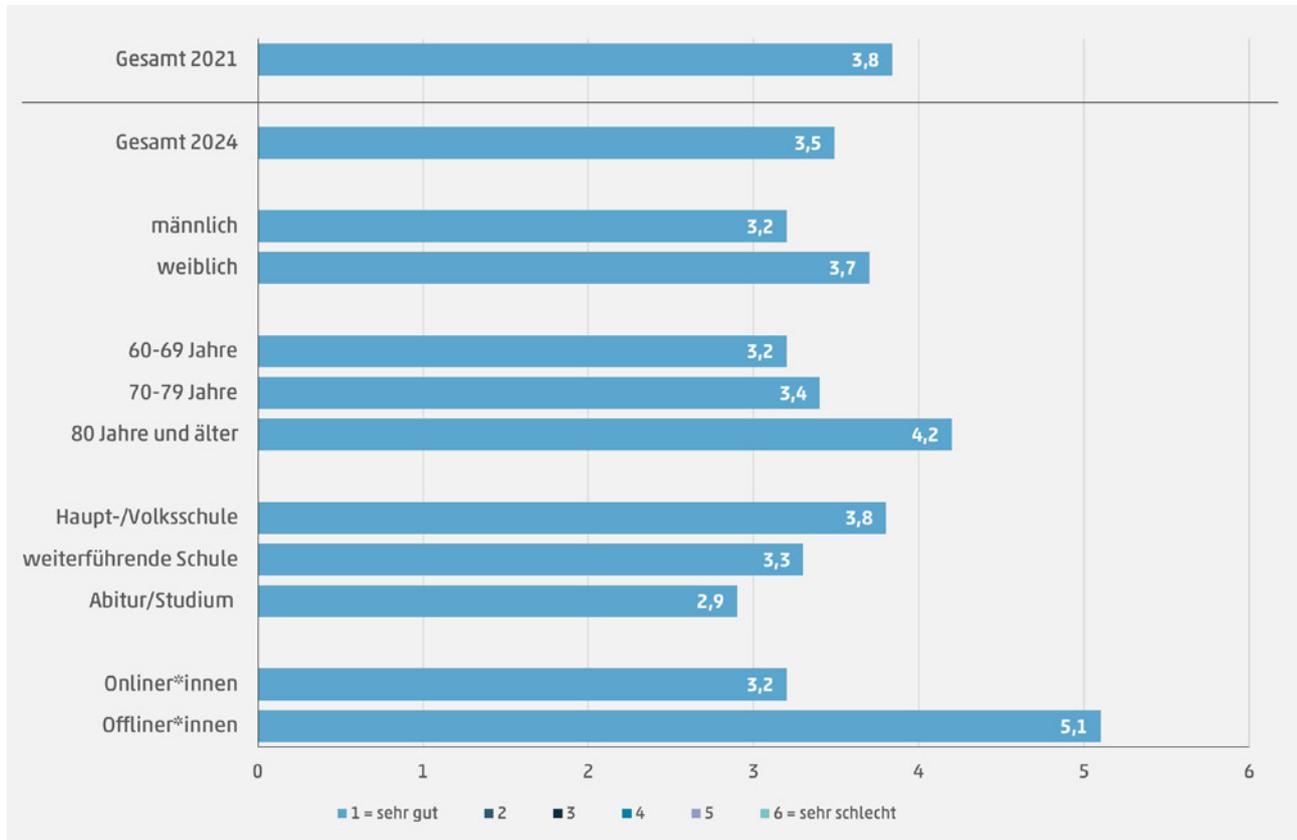
Quelle: SIM 2024, Angaben in Prozent, Basis: alle Befragten, n=2.000

**Männer, junge Ältere und Personen mit hohem Bildungsstatus sowie Onliner\*innen schätzen ihre Kenntnisse zu Informations- und Kommunikationstechnologien deutlich höher ein**

Im Vergleich zu 2021 haben sich folgerichtig auch die Kenntnisse insgesamt zu IKT deutlich verbessert – von 3,8 auf 3,5. Dabei wiederholen sich entlang der soziodemographischen Merkmale wie Alter, Geschlecht, Bildungs- und Einkommensstatus die unterscheidbaren Verteilungsmuster: Personen mit hohem Bildungsstatus schätzen ihre digitalen Kenntnisse insgesamt am besten ein. Die Durchschnittsnote über alle vier untersuchten digitalen Medien beträgt bei ihnen 2,9. Erst dahinter folgen Onliner\*innen mit 3,2, ebenso mit 3,2 Männer und Personen zwischen 60 und 69 Jahren. Umgekehrt verfügen Personen im hohen Alter mit einem Durchschnittswert von 4,2 über deutlich schlechtere Gesamtkenntnisse zu IKT, wie auch Personen mit niedrigem Bildungsstatus (3,8) und Frauen (3,7). Damit differieren die IKT-Kenntnisse in den Alters- und Bildungsgruppen um eine ganze Note. Unter den Offliner\*innen kulminieren diese digital unerfahrenen Personengruppen, weshalb hier der Durchschnittswert mit 5,1 am schlechtesten ausfällt – eine Differenz zu Onliner\*innen von fast zwei Noten.

## Subjektive Kenntnisse zu Informations- und Kommunikationstechnologien

– Bewertung nach Schulnoten 1–6, Durchschnitt –



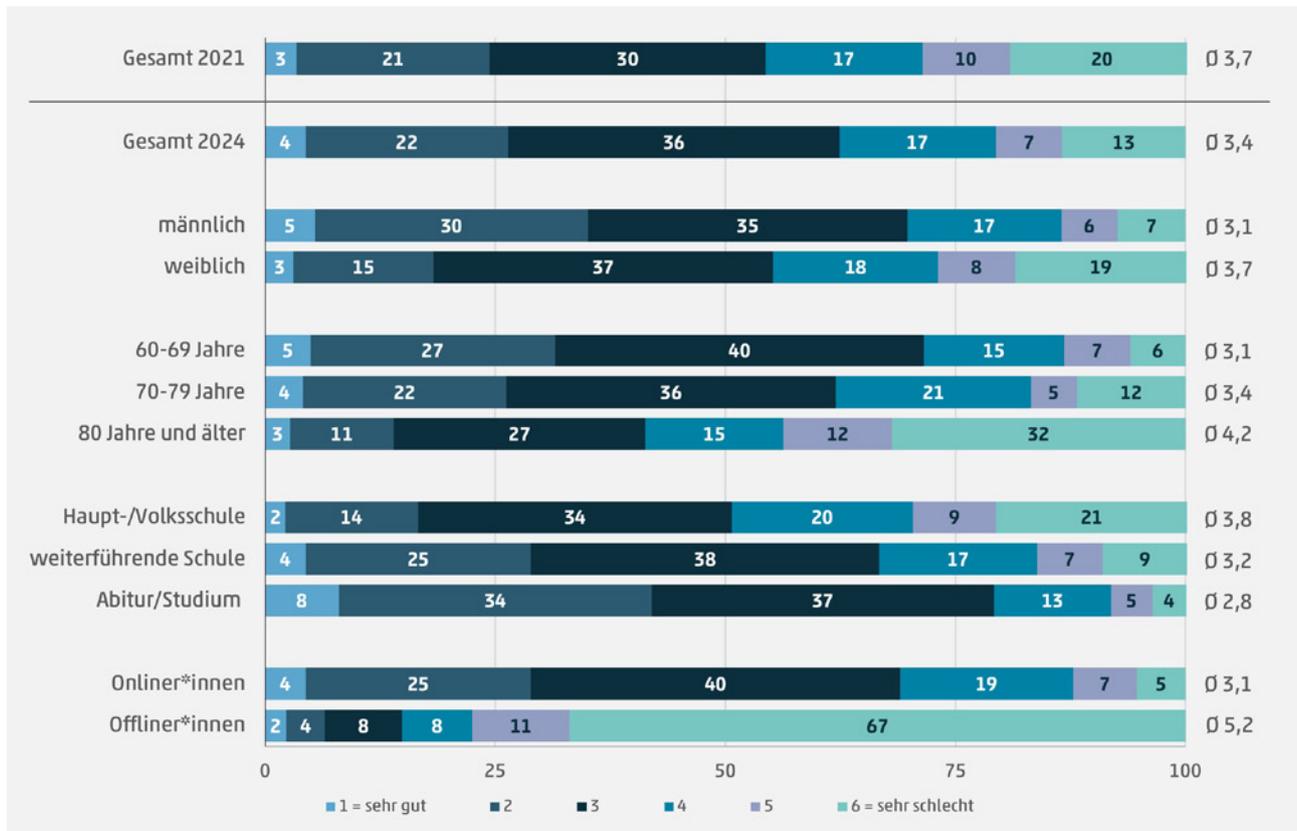
Quelle: SIM 2021, SIM 2024, Durchschnittswerte, Basis: alle Befragten, 2021: n=3.005, 2024: n=2.000

Diese Unterschiede sollen nochmals in Bezug auf das Internet veranschaulicht werden: Mit einer Note von 2,8 attestieren sich Personen mit Abitur den höchsten Kenntnisstand zum Internet. Davon geben sich 42 Prozent ein gut oder sehr gut. Eine ganze Note schlechter liegt das Durchschnittsniveau bei Personen mit Hauptschul- oder Volksschulabschluss (3,8); lediglich 16 Prozent schätzen ihre Kenntnisse als gut oder sehr gut ein. Ebenso groß ist die Distanz zwischen den Altersgruppen: Während im jungen Alter ein Notenwert von 3,1 konstatiert werden kann, sinkt der Wert bei den Personen ab 80 Jahren auf 4,2 ab. Mit einer Differenz von 0,6 Notenpunkte unterscheiden sich die Selbsteinschätzungen bei Männern (3,1) und Frauen (3,7) deutlich weniger. Gleichwohl liegt bei den Männern der Anteil mit (sehr) guten Internet-Kenntnissen doppelt so hoch als bei den Frauen (35 % zu 18 %) Diese Unterschiede in den einzelnen Gruppen bündeln sich zwischen Onliner\*innen (3,1) und Offliner\*innen (5,2), weshalb hier die größte Diskrepanz in den Niveaus besteht. Dabei lässt sich feststellen, dass selbst unter den Onliner\*innen zwölf Prozent angeben, dass sie ihre Kenntnisse als schlecht oder sehr schlecht

einschätzen (2021: 16 %) und nur 29 Prozent als gut oder sehr gut (2021: ebenfalls 29 %). D.h. selbst innerhalb der Gruppe der älteren Personen, die bereits das Internet nutzen, besteht eine große Heterogenität in den selbsteingeschätzten Internet-Kenntnissen. Erwähnt werden soll auch, dass sich die Internet-Kenntnisse im Vergleich zu 2021 in allen Personengruppen verbessert haben.

## Subjektive Kenntnisse in Bezug auf das Internet

– Bewertung nach Schulnoten 1–6 –



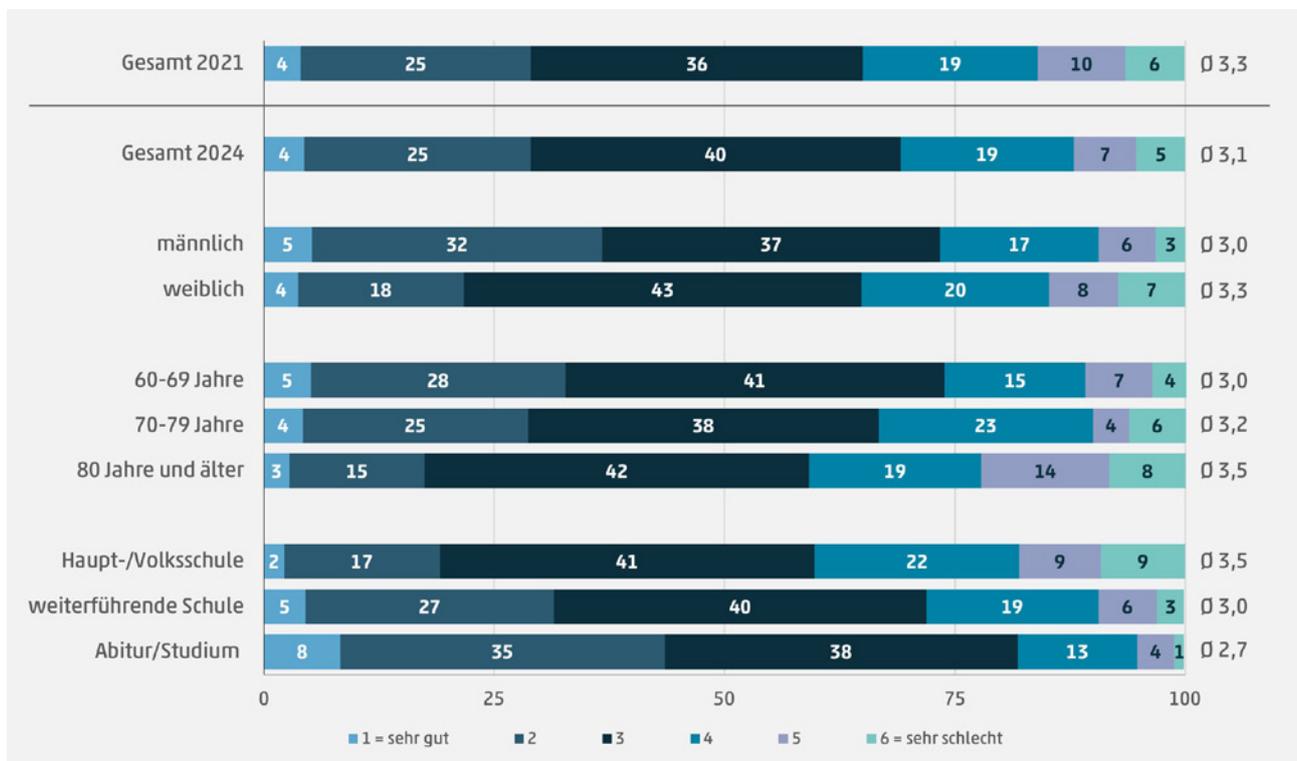
Quelle: SIM 2024, Angaben in Prozent, Basis: alle Befragten, n=2.000

**Innerhalb der Gruppe der Onliner\*innen weisen Personen mit hoher Bildung die höchsten Internet-Kenntnisse auf**

Abschließend zu den Internet-Kenntnissen soll die Gruppe der On- und Offliner\*innen differenzierter beschrieben werden. Denn auch hier finden sich zum Teil große Unterschiede. Dies gilt insbesondere für die Bildungsgruppen. So besitzen Personen mit formal hohem Bildungsstatus die höchste Internetkompetenz mit einem Notenwert von 2,7. 43 Prozent schätzen ihre Kenntnisse als gut oder sehr gut ein, lediglich fünf Prozent als schlecht oder sehr schlecht. Im Gegensatz dazu weisen Offliner\*innen mit niedrigem Bildungsstatus – zusammen mit Personen im hohen Alter – den schlechtesten Notenwert auf mit 3,5. Lediglich 19 Prozent verfügen hier über gute oder sehr gute Internet-Kenntnisse, bei Personen ab

80 Jahren sind es nur 18 Prozent. Personen im jungen Alter wie auch Männer erzielen einen Notenwert von 3,0, wobei jeweils ein Drittel angibt, (sehr) gute Internet-Kenntnisse zu haben. Frauen haben einen etwas schlechteren Wert mit 3,3. Hier schätzen sich 22 Prozent als (sehr) gut ein, gleichwohl 15 Prozent als (sehr) schlecht. Diese Ergebnisse verdeutlichen, dass die älteren Onliner\*innen sehr heterogen in ihren Kenntnissen, Kompetenzen und auch Erfahrungen sind.

## Subjektive Kenntnisse in Bezug auf das Internet – Onliner\*innen – Bewertung nach Schulnoten 1–6 –



Quelle: SIM 2024, Angaben in Prozent, Basis: Personen, die zumindest selten das Internet nutzen, n=1.737

Auch hinsichtlich der Nutzenden von Smartphones, Tablets und Computer bleiben deutliche Kompetenzgefälle zwischen Alters- und Bildungsgruppen und den Geschlechtern bestehen. Lediglich in Bezug auf den Nutzer\*innenkreis des Smartphones finden sich zwischen Männern und Frauen keine Unterschiede.

Zusammenfassend kann festgehalten werden, dass unter den älteren Menschen digitale Kenntnisse, Fähigkeiten und Kompetenzen lediglich eingeschränkt vorhanden bzw. nur bei einer Minderheit gut ausgeprägt sind. Gleichwohl sind die Werte im Vergleich zu 2021 leicht angestiegen. Darüber hinaus besteht im Alter eine ausgeprägte Heterogenität an

digitalen Kenntnissen und Kompetenzen, wobei sich vor allem internet-affine und interneterfahrene Gruppen, wie Personen zwischen 60 und 69 Jahren, Personen mit hohem Bildungsstatus und Männer ein relativ hohes Kompetenzniveau bescheinigen. Umgekehrt weisen Frauen und besonders Personen im hohen Alter und bildungsferne Personen erhöhte Defizite hinsichtlich digitaler Kenntnisse und Kompetenzen aus. Dabei bestehen in den Alters- und Bildungsgruppen selbst unter Nutzer\*innen von Informations- und Kommunikationstechnologien wie dem Internet, Smartphone, Tablet und Computer deutliche Kompetenzunterschiede. Dies unterstreicht den großen Bedarf an kontinuierlichen Bildungs- und Unterstützungsangeboten, insbesondere für Personen im hohen Alter und bildungsferne Personen.

### 7.3 Selbstwirksamkeit in Bezug auf das Internet

Neben der Selbsteinschätzung digitaler Kenntnisse, Fähigkeiten und Kompetenzen spielt bei der Nutzung von digitalen Geräten und des Internets auch das Zutrauen bzw. die Selbstwirksamkeit eine große Rolle. Die Selbstwirksamkeit beschreibt die subjektive Überzeugung aufgrund der eigenen Kompetenzen verschiedenste Herausforderungen bewältigen zu können. Nicht die konkreten Fähigkeiten oder das Wissen sind hierfür zentral, sondern das Selbstvertrauen, verschiedenste Probleme bewältigen zu können. Auch wenn es direkte Zusammenhänge zwischen digitalen Kompetenzen und internetbezogener Selbstwirksamkeit gibt, kann es relevante Differenzen geben. So könnten verunsicherte Personen ihre Fähigkeiten unterschätzen und Personen mit großem Zutrauen ihre Fähigkeiten überschätzen.

Die Selbstwirksamkeit kann im Zugang und Umgang mit digitalen Geräten entscheidend sein, weil durch die hohe Dynamik an technischen Innovationen Wissen und Kenntnisse in der digitalen Welt schnell veralten können. Es zeigt sich, dass diese wichtige Ressource mit Bezug zum Internet mit dem steigenden Alter abnimmt. Gleichzeitig gewinnt die Selbstwirksamkeit für den Umgang mit modernen Technologien an Bedeutung, je älter die Person wird. Demnach bestimmt die eigene Selbstwirksamkeit maßgeblich, ob sich ältere Erwachsene überhaupt zutrauen, das Internet zu nutzen, aber auch welche Bereiche im Internet für sie infrage kommen.

Im Kontext des Internets spricht man von der Internetselbstwirksamkeit. Durch die enorme Entwicklung des Internets seit Beginn der 1990er Jahre sind Anwendungen und Nutzungsmöglichkeiten heutzutage so vielfältig geworden, gleichwohl aber auch immer komplexer. Damit kann auch individuell die Internetselbstwirksamkeit je nach Bereich und Anwendung stark variieren. Infolgedessen erfasste die SIM-Studie 2024 sowohl das Zutrauen zu grundlegenden Funktionen (z.B. „Ich traue mir zu,

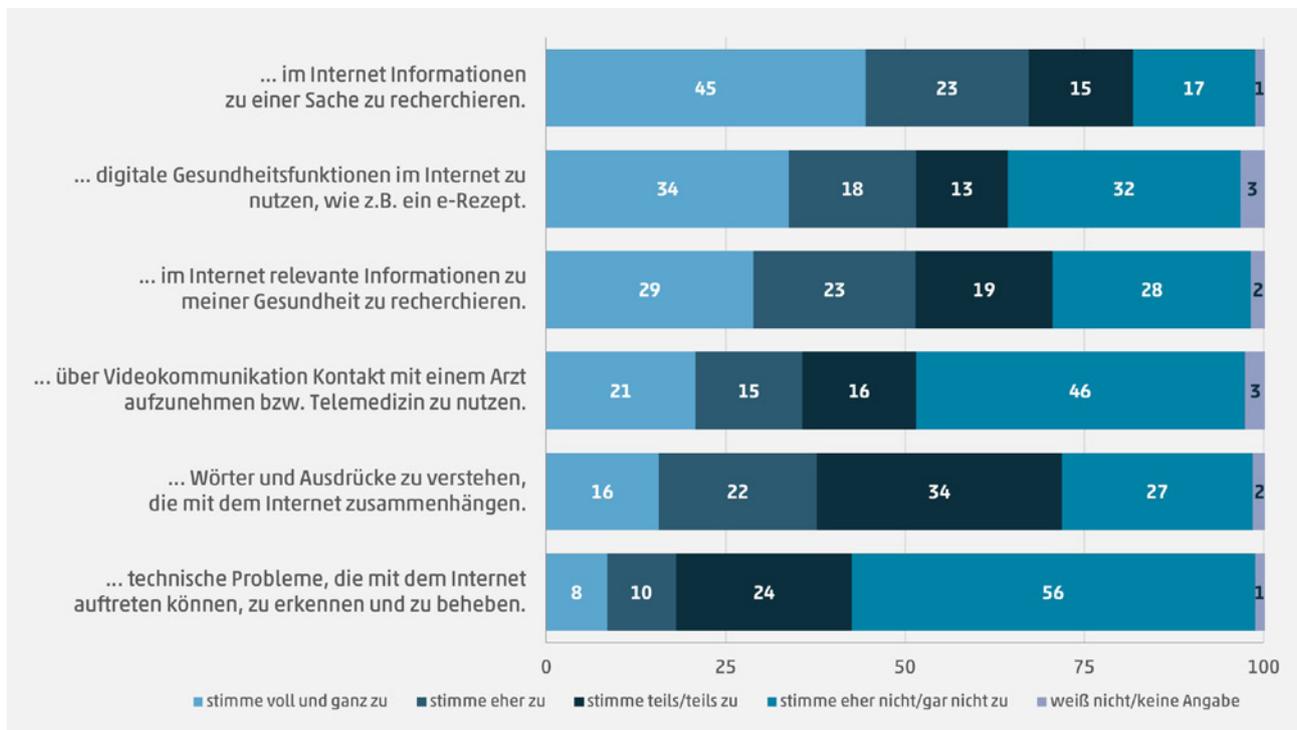
im Internet Informationen zu einer Sache zu recherchieren“, „Wörter und Ausdrücke zu verstehen, die mit dem Internet zusammenhängen“) als auch die Selbstwirksamkeit zu spezifischen Bereichen wie Digitaler Gesundheit (z.B. „Ich traue mir zu, über Videokommunikation Kontakt mit einer/m Ärztin/Arzt aufzunehmen bzw. Telemedizin zu nutzen“, „digitale Gesundheitsfunktionen im Internet zu nutzen, wie z.B. ein e-Rezept“).

Die Vielfältigkeit an Internetanwendungen spiegelt sich auch in den Ausprägungen der Selbstwirksamkeit wider. So finden sich deutliche Unterschiede in den grundlegenden Bereichen und ebenso im Bereich der Digitalen Gesundheit. Das größte Zutrauen besteht hinsichtlich der Recherche von Informationen: Zwei Drittel trauen sich diese Tätigkeiten zu (45 % „trifft voll und ganz“ und 23 % „eher zu“). Das Zutrauen internet-bezogene Fachtermini zu verstehen, beträgt jedoch nur 38 Prozent und technische Probleme mit dem Internet zu beheben lediglich 18 Prozent – was auch mit den digitalen Fähigkeiten korrespondiert (siehe Kap.7.1). Im Bereich der Digitalen Gesundheit gibt die Mehrheit an, sich zuzutrauen, digitale Gesundheitsfunktionen wie ein e-Rezept zu nutzen (52 %) und relevante Informationen zur eigenen Gesundheit zu recherchieren (52 %). Videokommunikation oder Telemedizin mit einer/m Ärztin/Arzt würden sich hingegen erst ein Drittel zutrauen (36 %).

**Es bestehen große Unterschiede in der Selbstwirksamkeit sowohl zu grundlegenden Anwendungen wie auch zur Digitalen Gesundheit**

## Internetselbstwirksamkeit

– Ich traue mir zu ... –



Quelle: SIM 2024, Angaben in Prozent, Basis: alle Befragten, n=2.000

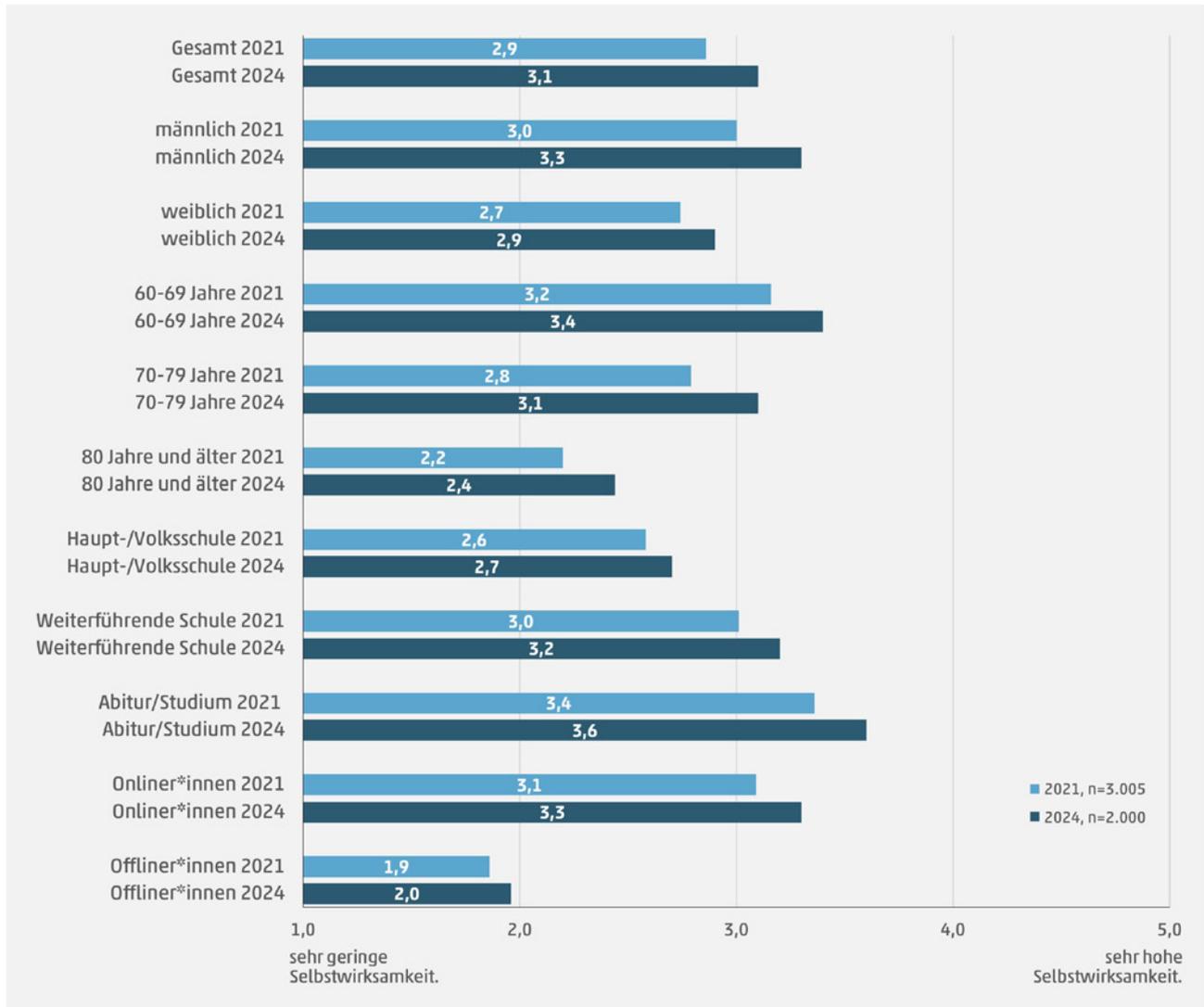
---

**Besonders Personen mit hohem Bildungsniveau, junge Ältere, Männer und Onliner\*innen verfügen über eine hohe Internet-selbstwirksamkeit**

Im Folgenden wird die internetbezogene Selbstwirksamkeit in den verschiedenen Personengruppen näher beleuchtet. Für eine bessere Vergleichbarkeit wurden hierfür die sechs Fragen zusammengefasst und Durchschnittswerte berechnet. Der Wert 1 steht für eine sehr niedrige Selbstwirksamkeit, der Wert 5 für eine sehr hohe Selbstwirksamkeit. Für die Gesamtgruppe aller 2.000 Befragten beträgt der Durchschnittswert 3,1, was einem mittleren Niveau an Internetselbstwirksamkeit entspricht. Entlang dieses Richtwerts lässt sich das bekannte Muster zwischen interneterfahrenen und -unerfahrenen Gruppen veranschaulichen. Entsprechend bestehen die größten Unterschiede zwischen Onliner\*innen (3,3) und Offliner\*innen (2,0). Aber auch das Bildungsniveau und das Lebensalter beeinflussen den Grad an Internetselbstwirksamkeit. So besitzen Personen mit hohem Bildungsstatus die höchste Internetselbstwirksamkeit (3,6), hingegen bildungsferne Personen ein deutlich unterdurchschnittliches Niveau (2,7). Eine relativ hohe Selbstwirksamkeit erzielen zudem Personen zwischen 60 und 69 Jahren (3,4) und Männer (3,3), Frauen (2,9) und besonders Personen ab 80 Jahren eine relativ niedrige Selbstwirksamkeit (2,4).

## Internetselbstwirksamkeit – 2024 zu 2021

– Mittelwerte –



Quelle: SIM 2024, SIM 2021, Mittelwerte, Basis: alle Befragten

Bei einem Vergleich mit der ersten Erhebung der Internetselbstwirksamkeit von 2021 fällt auf, dass sich das Niveau für das Kollektiv (auch statistisch) bedeutsam erhöht hat (von 2,9 auf 3,1). Bemerkenswerterweise stiegen die Werte in allen Personengruppen an, sowohl bei eher interneterfahrenen wie auch bei internetunerfahrenen Gruppen.



## 8. Soziale Eingebundenheit und Engagement

Der fortschreitende soziotechnische Wandel erfordert im Alter immerzu Aushandlungs- und Anpassungsprozesse. So reicht es auch nicht aus, in die digitale Welt zu kommen; man muss auch versuchen „dranzubleiben“. Das Konzept des lebenslangen Lernens betrifft insofern zunehmend auch digitale Kompetenzbereiche (siehe Kap. 7.1). Dabei ist Lernen in der nachberuflichen Phase vor allem durch den Erwerb von Kenntnissen, Fertigkeiten und Kompetenzen im Alltag und sozialen Umfeld gekennzeichnet, dem sogenannten informellen Lernen. In Bezug auf die Förderung der eigenen Digitalität ist eine wichtige Voraussetzung das Vorhandensein von Unterstützungsmöglichkeiten im sozialen Umfeld. Dieser Aspekt soll im Folgenden beleuchtet werden.

### 8.1 Unterstützung zu IKT

Bei der Rolle zur Unterstützung bezüglich moderner Technologien und IKT wurde sowohl untersucht, inwiefern im Alter technische Unterstützungsmöglichkeiten aus dem sozialen Umfeld vorhanden sind als auch, ob man selbst Unterstützung an andere gibt. Einschränkend sei erwähnt, dass keine Aussagen über die Qualität der Unterstützung untersucht werden konnte.

Die Befunde verdeutlichen, dass eine breite Mehrheit von 85 Prozent Hilfe bei der „Nutzung moderner Technologien, wie z.B. dem Internet oder Tablet etc.“ erhalten. Dabei zeigen sich keine relevanten Unterschiede zwischen Onliner\*innen und Offliner\*innen, jedoch sehr bedeutsame zwischen Männern und Frauen: Während 78 Prozent der Männer angeben Hilfe zu bekommen, sind es bei den Frauen 90 Prozent. Auch Personen im jungen Alter (82 %) weisen ein deutlich geringeres Unterstützungsniveau auf als die beiden älteren Altersgruppen (70–79 Jahre: 86 %, 80 Jahre und älter: 88 %). Diese Befunde verweisen auf einen möglichen Zusammenhang zwischen dem Niveau an digitalen Kompetenzen und dem Bedarf an Unterstützung zu digitalen Technologien. Entscheidend hierbei ist aber auch, ob im sozialen Umfeld Hilfs- und Unterstützungsoptionen zur Verfügung stehen. So zeigt sich bei Personen, die in einem Mehrpersonen-Haushalt leben, ein erhöhtes Unterstützungsniveau im Vergleich zu Personen, die alleine wohnen (86 % zu 82 %).

---

**85 Prozent erhalten Unterstützung zu digitalen Technologien. Besonders hoch ist der Anteil bei Frauen und Personen im hohen Alter**



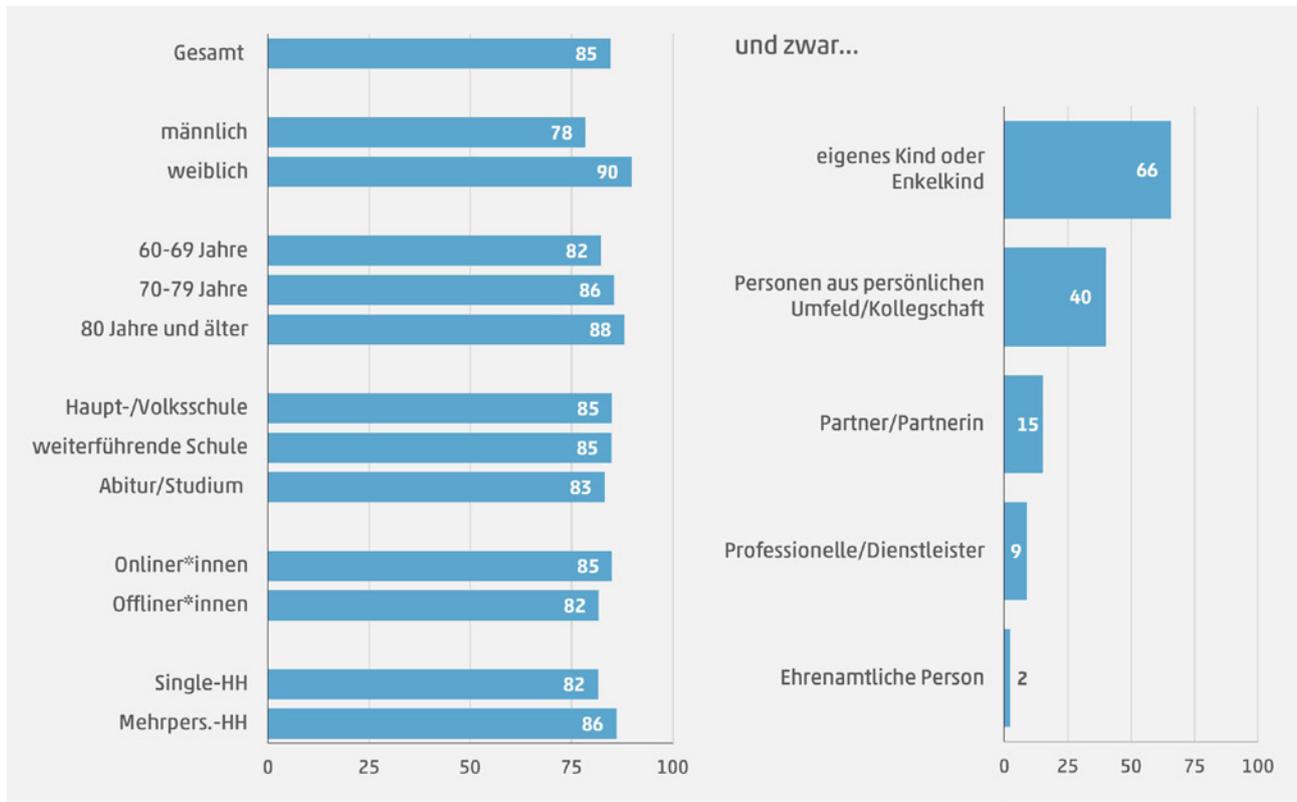
Dementsprechend rekrutiert sich die Unterstützung vorrangig aus dem nahen sozialen Umfeld. Unter den möglichen Mehrfachangaben entfallen zwei Drittel auf die eigenen Kinder und Enkelkinder und 40 Prozent auf Personen aus dem persönlichen Umfeld wie Freund\*innen, Bekannte, Nachbarschaft oder Kolleg\*innen. Lediglich 15 Prozent greifen auf den/die eigene/n Partner\*in zurück und neun Prozent auf professionelle Hilfe bzw. Dienstleister\*innen.

---

***Kinder und Enkelkinder sind die vorrangigen Quellen für Unterstützung zu technischen Fragen***

Als Quelle zur Unterstützung bei technischen Fragen spielen Kinder und Enkelkinder eine hervorgehobene Relevanz bei Personen im hohen Alter (76 %) und bei Frauen (72 %). Die Haushaltsgröße ist hierbei nicht entscheidend, jedoch nutzen im Haushalt alleinlebende Personen deutlich stärker Unterstützung aus dem persönlichen Umfeld wie z.B. von Freund\*innen, Bekannten, Arbeitskolleg\*innen (48 % zu 35 %); ebenso mehr Männer als Frauen (49 % zu 33 %). Stattdessen nutzen wiederum Frauen weit mehr ihre/-n Partner\*in (19 %) zur technischen Unterstützung als Männer (11 %). Aufgrund einer fehlenden Partnerschaft weisen lediglich drei Prozent der Single-Haushalte und sieben Prozent der Personen im hohen Alter dies als Quelle aus – hingegen 21 Prozent in Mehrpersonen-Haushalten und 20 Prozent bei Menschen zwischen 60 und 69 Jahren. Externe Hilfe von professionellen Dienstleister\*innen nehmen deutlich weniger Personen im hohen Alter und Personen mit niedrigem Bildungsniveau (jeweils 4 %) und Offliner\*innen (3 %) in Anspruch. Im Gegensatz dazu sind es zehn Prozent bei Onliner\*innen, elf Prozent bei Personen im jungen Alter und immerhin 16 Prozent bei Personen mit hohem Bildungsstatus.

## Erhaltene Unterstützung zu digitalen Technologien



Quelle: SIM 2024, Angaben in Prozent, Basis: alle Befragten, n=2.000

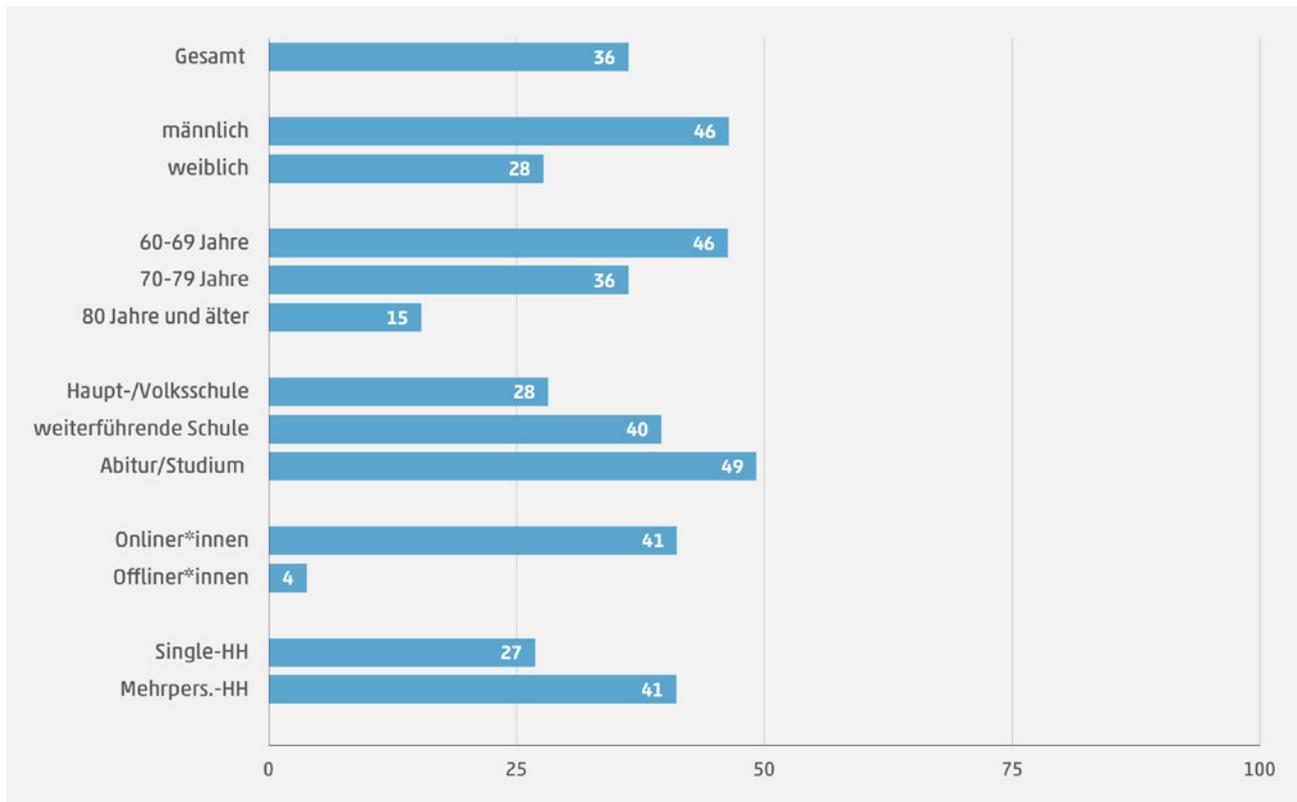
**Über ein Drittel gibt technische Unterstützung an andere. Besonders hoch ist der Anteil bei Männern und bei Personen mit hohem Bildungsniveau und im jungen Alter**

Hinsichtlich der reziproken Frage, ob man „selbst andere im Umgang mit digitalen Technologien“ unterstützt, bejaht dies ein gutes Drittel (36 %). Dabei finden sich entlang der soziodemographischen Merkmale enorme Differenzen. Die höchste Bereitschaft zeigen hierbei Personen mit hohem Bildungsniveau mit 49 Prozent, Personen zwischen 60 und 69 Jahren (46 %) und Männer (46 %). Dies entspricht im Übrigen auch dem Kreis an Personen, die sich aufgrund ihrer hohen Technikaffinität als Technikbegleitende engagieren.<sup>9</sup> Demgegenüber bieten sich lediglich 15 Prozent der Personen im hohen Alter und jeweils 28 Prozent bei Frauen und bildungsfernen Personen als Hilfe zu digitalen Technologien an. Dieser offensichtliche Zusammenhang an Erfahrungen und Kompetenzen zur Digitalisierung kulminiert in der Diskrepanz zwischen Onliner\*innen und Offliner\*innen: Während 41 Prozent der Onliner\*innen andere hierbei unterstützen können, sind es nur vier Prozent unter den Offliner\*innen. Dazu sei angemerkt, dass Personen, die andere im Umgang mit digitalen Technologien unterstützen, ein deutlich geringeres Entfremdungsgefühl aufweisen als Personen, die dies nicht tun (siehe Kap. 8.3).

<sup>9</sup> Quelle: Jokisch, M. R. (2022). Altern in einer digitalisierten Gesellschaft: Studien zur Selbstwirksamkeit, Technikakzeptanz und dem Obsoleszenzerleben bei älteren Erwachsenen (Dissertation). Ruprecht-Karls-Universität Heidelberg.



## Gegebene Unterstützung zu digitalen Technologien



Quelle: SIM 2024, Angaben in Prozent, Basis: Personen, die Unterstützung zu IKT erhalten, n=1.691

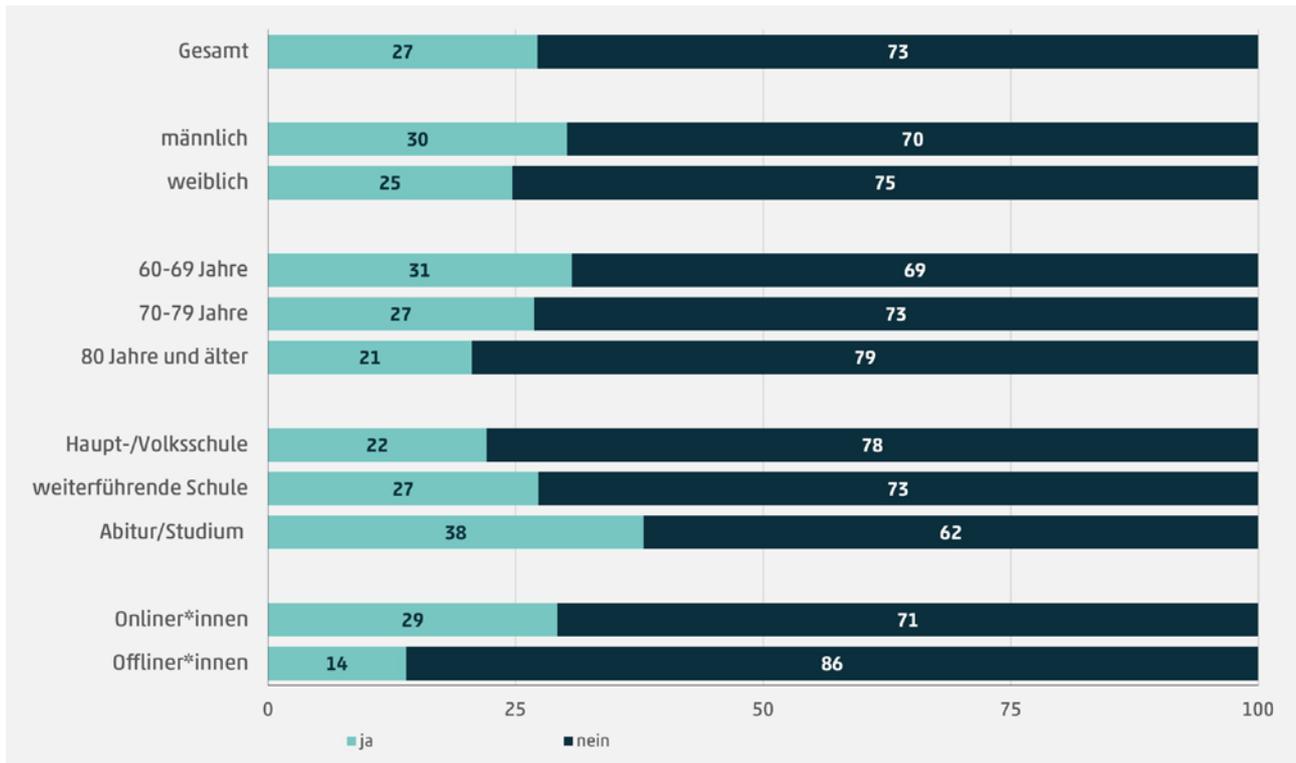
## 8.2 Ehrenamtliches Engagement

Sich im Alter freiwillig oder ehrenamtlich zu engagieren, bietet nicht nur vielfältige Möglichkeiten eigene Erfahrungen und Kompetenzen einzubringen, es fördert auch das Gefühl sich gebraucht und sozial eingebunden zu fühlen und kann Einsamkeit entgegenwirken. Ebenso leistet das ehrenamtliche Engagement im Alter einen substanziellen Beitrag für die Gesellschaft und für den gesellschaftlichen Zusammenhalt. In der SIM-Studie 2024 wurde dieser Aspekt erfasst, indem allgemein nach ehrenamtlichen Tätigkeiten gefragt wurde.

Insgesamt geben 27 Prozent der Personen ab 60 Jahren an, dass sie sich ehrenamtlich engagieren. Besonders hohe Anteile verzeichnen hierbei Personen mit hohem Bildungsstatus mit 38 Prozent. Auch Personen im jungen Alter (30 %) und Männer (30 %) geben häufiger an, sich zu engagieren. Im Gegensatz dazu nimmt mit dem Alter das Engagement deutlich ab. Unter den Personen ab 80 Jahren ist jede/-r Vierte ehrenamtlich aktiv (21 %), ebenso viele sind es bei Personen mit niedrigem Bildungsstatus (22 %). Das mit Abstand niedrigste Niveau an Engagement weisen Offliner\*innen auf mit lediglich 14 Prozent (Onliner\*innen 29 %).

Dieses Resultat beruht wiederum auf spezifischen soziodemografischen Merkmalen wie Frauen im hohen Alter und formal niedriger Bildung, die sich weniger stark ehrenamtlich engagieren (können).

## Ehrenamtliches Engagement



Quelle: SIM 2024, Angaben in Prozent, Basis: alle Befragten, n=2.000

## 8.3 Gesellschaftliche Entfremdung

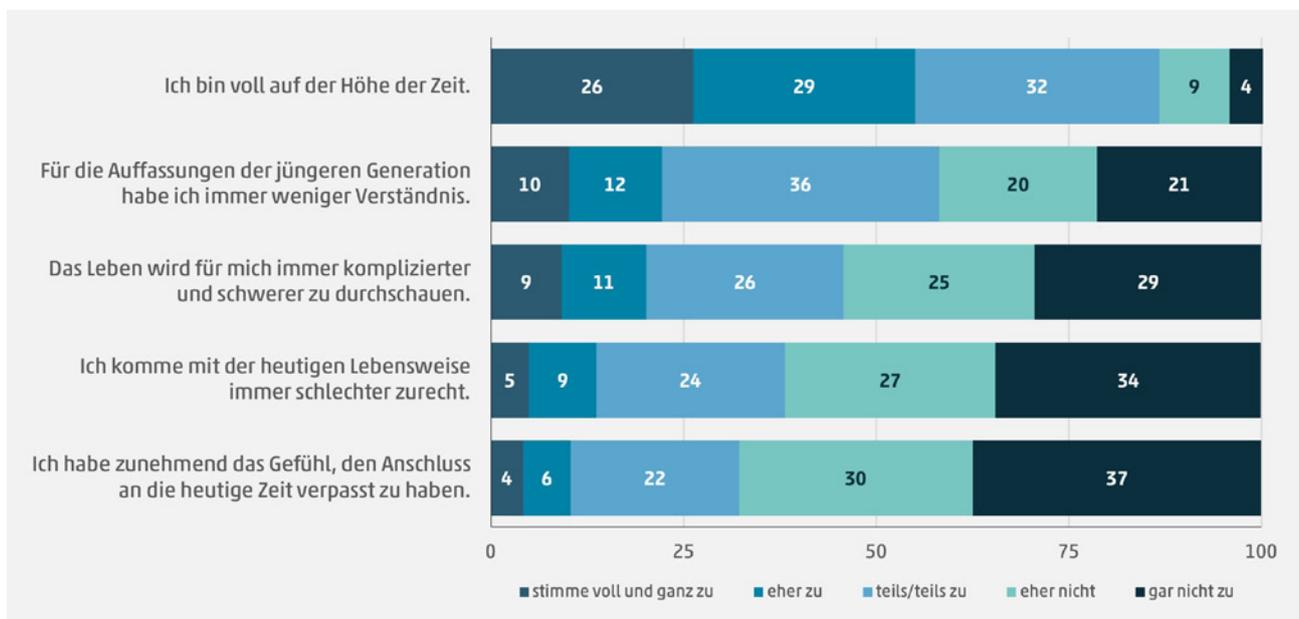
Die moderne Welt mit ihren zum Teil disruptiven Transformationsprozessen erfordert aber nicht nur ein fortwährendes lebenslanges, digitales Lernen. Die soziotechnischen Veränderungen im Lebensalltag älterer Menschen können auch zu Verunsicherung führen und sozialen Druck erzeugen. Zudem können sie soziale Teilhabe und Partizipation einschränken oder gar zu Ausgrenzung und Exklusion führen. Dies betrifft in besonderer Weise ältere Personen, die durch ihre Technik-, Bildungs- und Berufsbiografie wenig Zugang zur digitalen Welt erfahren hatten oder auch über keine ausreichenden Unterstützungsangebote im sozialen Umfeld verfügen. Dies kann zu gesellschaftlicher Entfremdung führen, was als sogenanntes Obsoleszenzerleben definiert wird und Orientierungs- und Entfremdungsängste miteinschließt.



### Ein Großteil der älteren Menschen fühlt sich gesellschaftlich integriert

Die Messung des Obsoleszenzerlebens umfasst persönliche Einschätzungen wie „Ich habe zunehmend das Gefühl, den Anschluss an die heutige Zeit verpasst zu haben“ oder „Das Leben wird für mich immer komplizierter und schwerer zu durchschauen“. Die Ergebnisse unterstreichen, dass eine Mehrheit der Personen ab 60 Jahren sich gesellschaftlich gut eingebunden fühlt und mit den Entwicklungen des modernen Lebens Schritt hält. So sind zwei Drittel nicht der Ansicht, „den Anschluss an die heutige Zeit verpasst zu haben“ (67 %) und 61 Prozent widersprechen, „mit der heutigen Lebensweise immer schlechter zurecht“ zu kommen. Über die Hälfte sieht sich „voll auf der Höhe der Zeit“ (55 %) und verneint, dass ihr Leben „immer komplizierter und schwerer zu durchschauen“ sei (54 %). Allein die Lebensweise der jüngeren Generation findet weniger Zuspruch: Lediglich 41 Prozent zeigen Verständnis „für die Auffassungen der jüngeren Generation“. Diese überwiegend positiven Einschätzungen verweisen auf ein geringes Obsoleszenzerleben, trotz des digitalen und gesellschaftlichen Wandels. Gleichwohl besteht in einer kleinen, aber signifikanten Gruppe sehr wohl ein Gefühl der gesellschaftlichen Entfremdung und Ausgrenzung. So geben zehn Prozent der Befragten an, dass sie das Gefühl haben, den Anschluss an die heutige Zeit verpasst zu haben, weitere 22 Prozent stimmen zumindest teilweise zu. Und für 20 Prozent scheint das Leben immer komplizierter zu werden, ein weiteres Viertel stimmt dem teilweise zu (26 %).

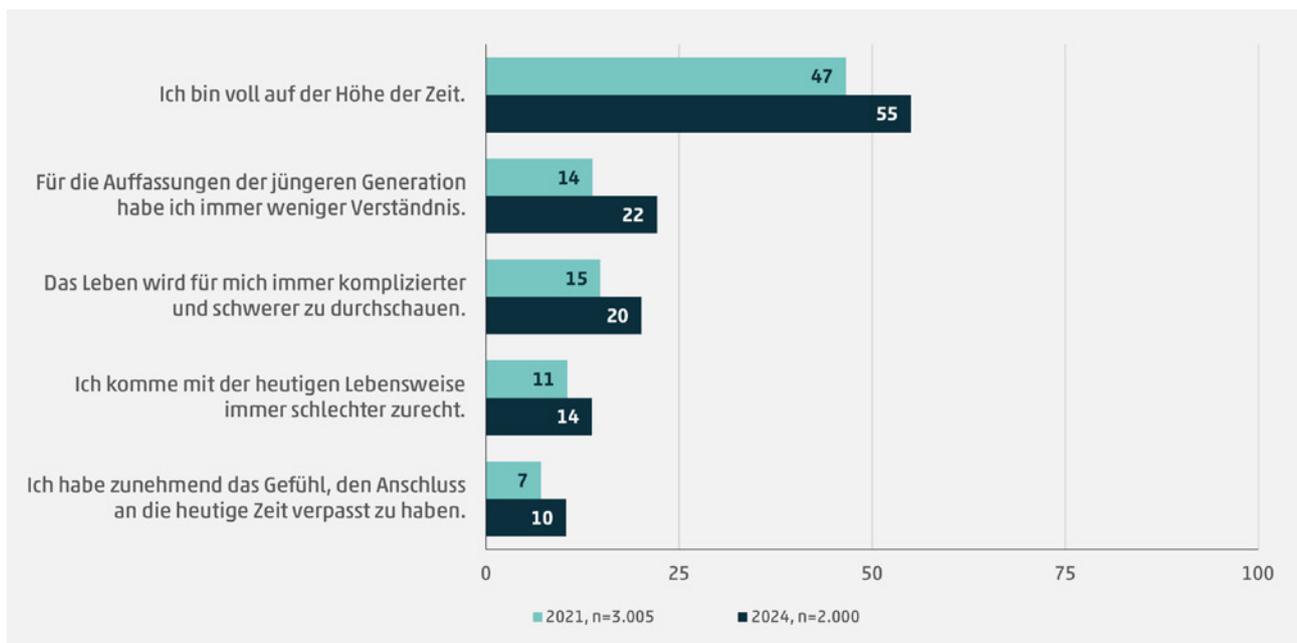
## Obsoleszenz



Quelle: SIM 2024, Angaben in Prozent, Basis: alle Befragten, n=2.000

Dabei zeigt ein Vergleich zu 2021, dass sich das Obsoleszenzerleben deutlich verschlechtert hat. Zwar hat das Gefühl, auf der Höhe der Zeit zu sein, zugenommen (von 47 % auf 55 % Zustimmung). Doch zu allen weiteren Aspekten sind die Einschätzungen deutlich kritischer geworden. So stieg die Ansicht, dass das Leben immer komplizierter wird, um fünf Prozentpunkte (von 15 % auf 20 %) und um acht Prozentpunkte, dass man weniger Verständnis für die jüngere Generation mitbringt (von 14 % auf 22 %). Allerdings beruhen diese Veränderungsmomente auf einem querschnittlichen Studiendesign, d.h. die Stichproben von 2021 und 2024 wurden mit unterschiedlichen Personen durchgeführt. Für valide Aussagen individueller Einstellungsänderungen bedarf es längsschnittlicher Methoden mit den gleichen Personen zu beiden Messzeitpunkten.

## Obsoleszenz – 2024 zu 2021 – trifft voll und ganz/eher zu –



Quelle: SIM 2021, SIM 2024; Angaben in Prozent, Basis: alle Befragten

Für einen Gesamteindruck und eine Vergleichbarkeit mit verschiedenen Personengruppen wurde ein Gesamtmittelwert erstellt. Der Wert von 1 stellt ein insgesamt sehr geringes Entfremdungserleben dar, ein Wert von 3 steht für ein mittleres, und der Wert 5 für ein sehr starkes Erleben von Obsoleszenz. Der Mittelwert für die befragten Personen ab 60 Jahren beträgt 2,4 (2021: 2,2), was auf ein eher moderates Erleben von Entfremdung hinweist. Dabei bestehen keine Unterschiede zwischen Männern und Frauen (2,4), jedoch zwischen den Alters- und Bildungsgruppen. So liegt der Gesamtwert bei Personen im hohen Alter deutlich höher

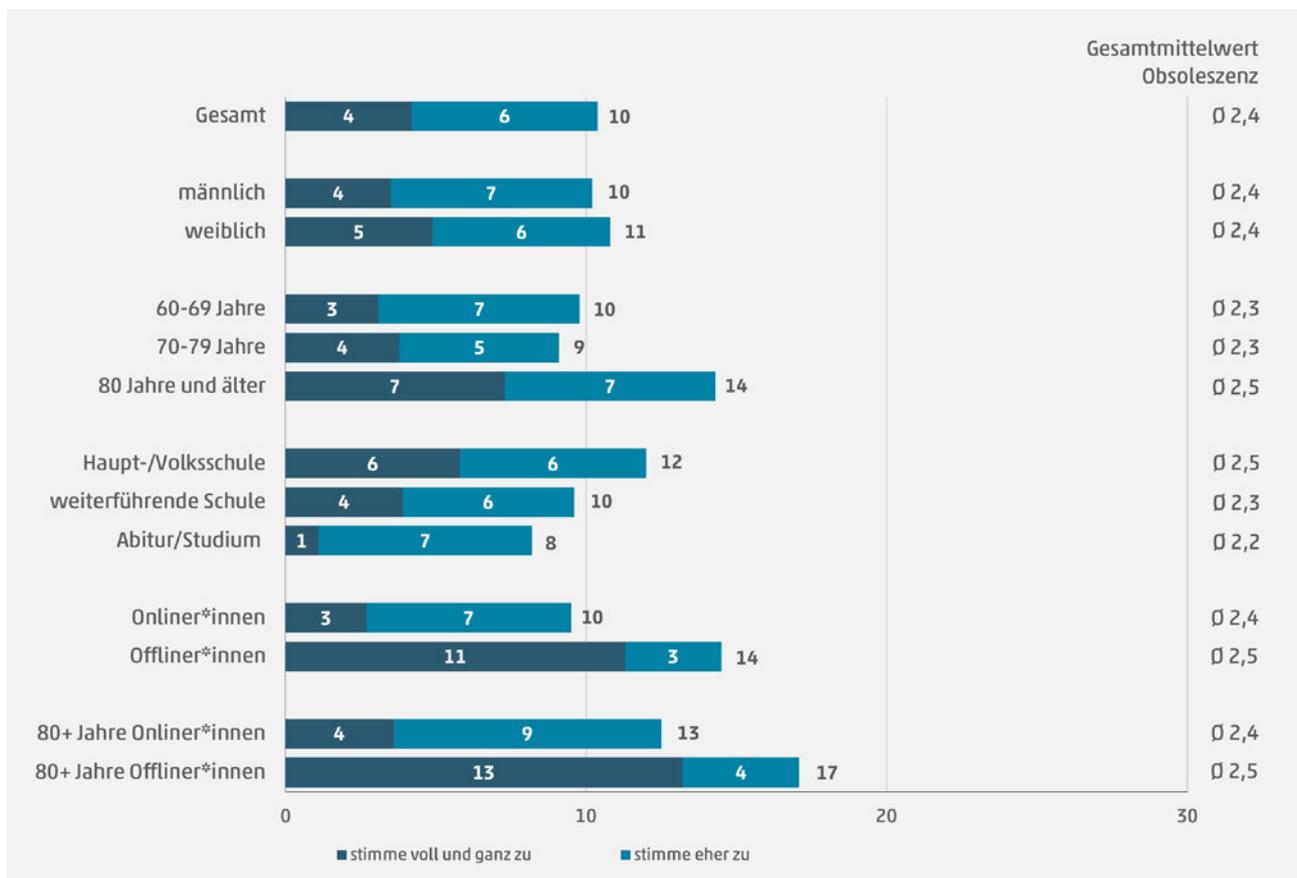
**Besonders junge Ältere und Personen mit hohem Bildungsstatus weisen ein geringes Gefühl von gesellschaftlicher Ausgrenzung auf**



als in den beiden jüngeren Altersgruppen (2,5 zu 2,3). Noch größer sind die Unterschiede im Erleben von gesellschaftlicher Entfremdung in den Bildungsgruppen. Hier weisen Personen mit einem hohen Bildungsniveau den geringsten Wert von allen untersuchten Personengruppen auf (2,2), Personen mit einem niedrigen Schulabschluss hingegen den höchsten mit 2,5.

Im Gegensatz dazu spielt der Zugang zum Internet keine entscheidende Rolle für das Erleben von Obsoleszenz. Onliner\*innen haben nur in der Tendenz ein etwas geringeres Entfremdungsgefühl als Offliner\*innen. Anders sieht es jedoch aus, wenn man eine einzelne Frage betrachtet, die spezifisch auf die moderne Zeit und die Digitalisierung anspielt. Bei der Einschätzung „Ich habe zunehmend das Gefühl, den Anschluss an die heutige Zeit verpasst zu haben“ stimmen mit 14 Prozent deutlich mehr Offliner\*innen zu als Onliner\*innen mit zehn Prozent. Dieser Wert steigt unter den Offliner\*innen in der Altersgruppe ab 80 Jahren auf 17 Prozent an. Dieser Befund gibt einen Hinweis, dass die digitale Transformation zumindest bei einer Teilgruppe internetdistanter Personen im hohen Alter mit einem Gefühl von Ausgrenzung und Entfremdung einhergeht.

## Ich habe zunehmend das Gefühl, den Anschluss an die heutige Zeit verpasst zu haben



Anmerkung: Abweichungen in den Summenwerten aufgrund von Rundungen

Quelle: SIM 2024, Angaben in Prozent, Basis: alle Befragten, n=2.000

---

**Ein geringeres Entfremdungsgefühl haben auch Personen, die andere unterstützen im Umgang mit digitalen Technologien sowie Personen, die sich ehrenamtlich engagieren**

Im Übrigen erscheint (ehrenamtliches) Engagement ein positiver Einflussfaktor auf das Obsoleszenzerleben darzustellen. So weisen Personen, die andere aktiv im Umgang mit digitalen Technologien unterstützen und Personen, die sich allgemein ehrenamtlich engagieren, ein deutlich geringeres Niveau für Entfremdung auf als Personen, die nicht aktiv sind. Besonders stark ist dieser Effekt für Personen, die direkt im Bereich IKT Unterstützung und Hilfe geben, unabhängig von Alter, Bildung und Geschlecht. Das heißt, die Möglichkeit zur sozialen Teilhabe im Bereich von Digitalisierung und IKT kann eine bedeutsame Ressource gegen soziale Ausgrenzung und Entfremdung darstellen – auch für Personen im hohen Alter.

## 8.4 Wahrnehmung eigener digitaler Teilhabe

---

**Digitale Ausgrenzung empfindet unter den Offliner\*innen nur eine kleine Minderheit**

Im vorigen Kapitel konnten Hinweise aufgezeigt werden, dass die digitale Transformation negative Auswirkungen auf das Obsoleszenzerleben bei Offliner\*innen haben konnte, insbesondere bei solchen im hohen Alter ab 80 Jahren. Dies könnte wiederum mit der Wahrnehmung digitaler Teilhabe korrespondieren. Daher wurde in der SIM-Studie 2024 erstmals direkt darauf Bezug genommen, indem Offliner\*innen nach dem Gefühl von digitaler Ausgrenzung („Da ich das Internet nicht nutze, fühle ich mich weniger zur Gesellschaft zugehörig“) gefragt wurden. Tatsächlich empfindet nur eine kleine Minderheit von zehn Prozent eine Entfremdung aufgrund der Nichtnutzung des Internets (weitere 5 % teilweise). Dies könnte ein Indiz sein, dass für die große Mehrheit der Offliner\*innen die digitale Welt im Alltag keine relevante Rolle spielt und auch keinen spezifischen sozialen Druck ausübt; die analoge Welt ist ausreichend und man hat auch nicht das Gefühl, etwas zu vermissen. Diese Einstellung würde auch mit den Motiven zur Nichtnutzung korrespondieren (siehe Kap. 5). Eine weitere Frage zielte auf eine mögliche Ausgrenzung im direkten sozialen Umfeld durch die Nichtnutzung des Internets. Bei der Beurteilung „Da ich das Internet nicht nutze, habe ich weniger Möglichkeiten, mit Familie und Freund\*innenn verbunden zu sein“ findet sich ein ähnliches Muster wie zur Frage nach der gesellschaftlichen Entfremdung: Die breite Mehrheit verneint solche negativen Auswirkungen; lediglich 14 Prozent stimmen dem zu (weitere 13 % teilweise). Ergänzend sei angemerkt, dass aufgrund zu geringer Fallzahlen zu beiden Fragestellungen keine differenzierten Auswertungen nach Personengruppen möglich ist.

---

**Besonders Onliner\*innen im hohen Alter empfinden digitale Teilhabe**

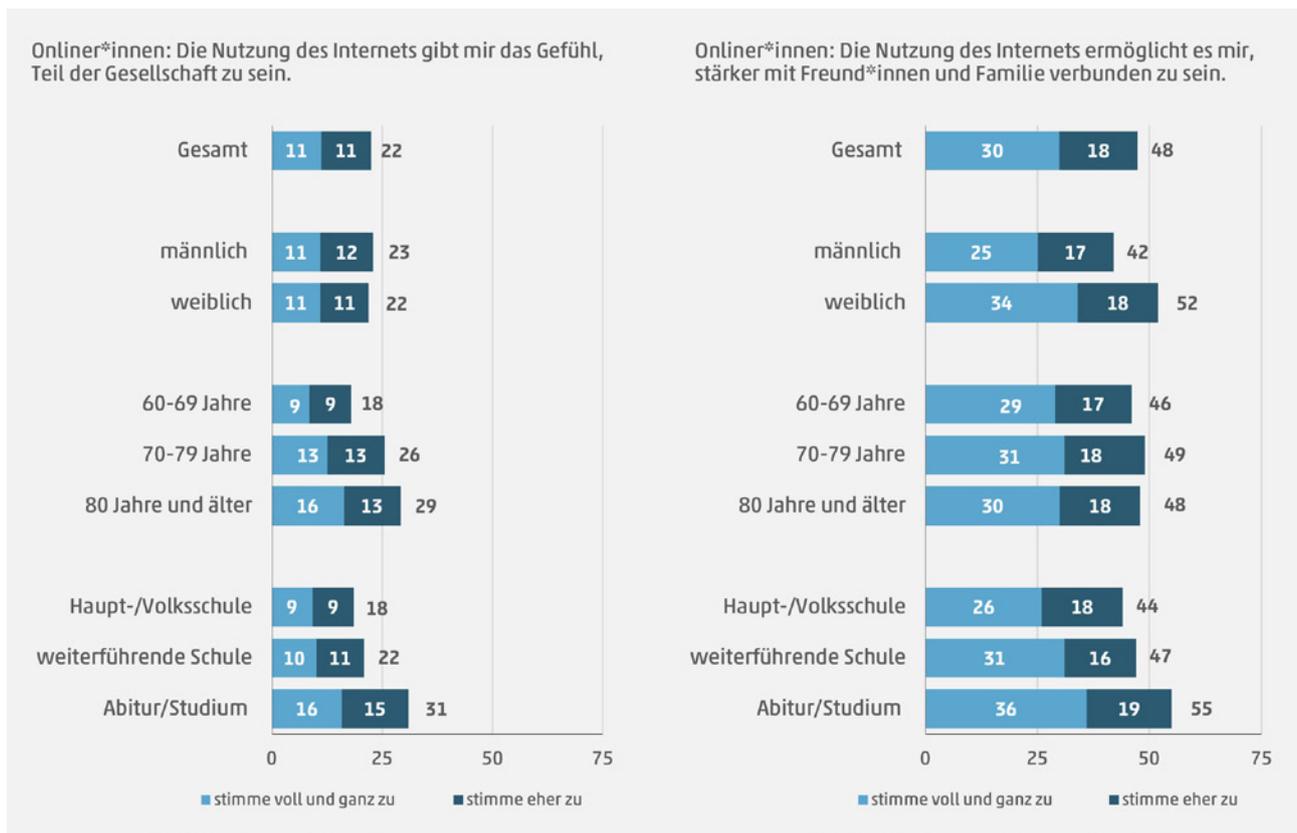
Im Gegensatz dazu wurden den Onliner\*innen zwei Fragen zur Inklusion gestellt. Dabei fallen die Zustimmungsraten deutlich höher aus als bei den Offliner\*innen zur Exklusion. Hinsichtlich der Frage „Die Nutzung des Internets gibt mir das Gefühl, Teil der Gesellschaft zu sein“ stimmen 22 Prozent zu, wobei mit dem Alter die Zustimmung ansteigt von



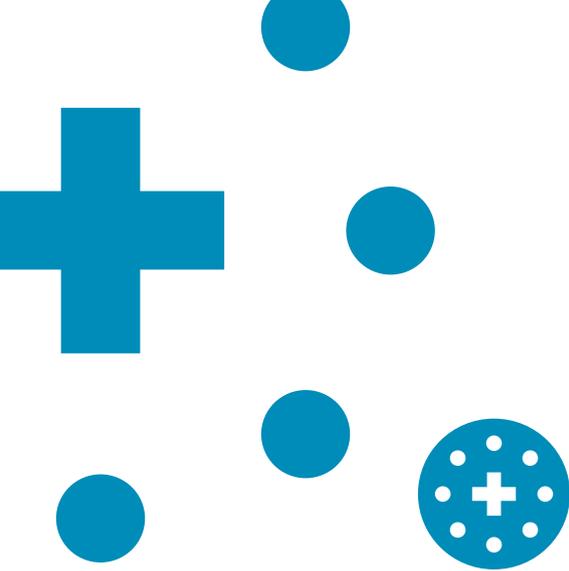
18 Prozent im jungen Alter auf 29 Prozent im hohen Alter. Ebenfalls nimmt mit dem Bildungsniveau die Zustimmung von 19 Prozent (Haupt-/Volksschule) auf 31 Prozent (Abitur/Studium) zu. Das heißt, besonders Onliner\*innen ab 80 Jahren und bildungsaffine Onliner\*innen profitieren von der digitalen Inklusion.

Noch größere Auswirkungen hat die Internetnutzung auf die Kontakt- und Kommunikationsqualität im sozialen Umfeld. Jede/-r zweite Onliner\*in sieht hierdurch eine stärkere Verbundenheit mit Freund\*innen und Familie (48 %), besonders Personen mit hohem Bildungsniveau (55 %) und Frauen (52 %), weniger hingegen Männer (42 %), Personen mit niedrigem Bildungsstatus (44 %) und Personen im jungen Alter (46 %). Die Ergebnisse unterstreichen die besondere Relevanz digitaler Kommunikation für die soziale Einbindung für bestimmte Personengruppen im Alter.

## Digitale Inklusion – Onliner\*innen



Quelle: SIM 2024, Angaben in Prozent, Basis: alle Befragten, n=2.000



## 9. Digitale Gesundheitskompetenz

Gesundheit und Autonomie werden aufgrund erhöhter Vulnerabilität zu einem relevanten Daseinsthema im Alter. Dabei kann die Digitalisierung im Gesundheitswesen neue Möglichkeiten und Chancen für eine bessere und effizientere Versorgung eröffnen und ebenso Mitgestaltung und Patientensouveränität fördern. In Deutschland hat die digitale Transformation im Gesundheitswesen – auch aufgrund der Auswirkungen und Anforderungen durch die Corona-Pandemie 2020/2021 – an Dynamik gewonnen. So entsteht derzeit mit der Telematik-Infrastruktur eine Plattform für alle Gesundheitsakteur\*innen zum sicheren und effizienten Austausch von Medizindaten. Auch die Versicherten erhalten völlig neue Handlungs- und Mitgestaltungsmöglichkeiten infolge digitaler Gesundheitsanwendungen und -dienste wie z.B. der Telemedizin, der elektronischen Patientenakte, dem e-Rezept, den DiGAs (Digitalen Gesundheitsanwendungen oder „Apps auf Rezept“) oder Pflege-Apps. Zudem gibt es seit 2020 das Nationale Gesundheitsportal [www.gesund.bund.de](http://www.gesund.bund.de) für sichere und seriöse Gesundheitsinformationen. Denn das Netz gewinnt immer mehr an Bedeutung für Gesundheitsthemen, auch im Alter. So stellte das Internet bereits 2021 die zentrale Informationsquelle für Personen ab 60 Jahren dar, wenn es um Fragen zu Gesundheit und Pflege geht; 2024 nahm diese Dominanz weiter zu (siehe Kap. 6).

Um jedoch mit der Unübersichtlichkeit an mitunter falschen und unsicheren Gesundheitsinformationen im Netz („Stichwort: „Infodemie“) zurechtzukommen und ebenso die neuen Möglichkeiten zur Patientensouveränität und -sicherheit kompetent nutzen zu können, bedarf es „digitaler Gesundheitskompetenz“. Das heißt, es benötigt das Wissen und die Fähigkeiten, Gesundheitsinformationen mittels digitaler Technologien zu finden, zu verstehen, zu beurteilen und anzuwenden, um einen Benefit für die eigene Gesundheit zu erlangen. Hierfür wurde in der bevölkerungsrepräsentativen „Health Literacy Survey Germany (HLS-GER 2)“<sup>10</sup> von 2020 ein Messinstrument mit acht Fragen konzipiert. Die SIM-Studie 2024 hat diese Fragen übernommen, um zum einen eine Vergleichsbasis zu haben und zum anderen, um Zusammenhänge digitaler Gesundheitskompetenz im Alter mit mediengerontologischen Aspekten wie Gesundheitsstatus und digitale Kompetenzen identifizieren zu können.

Als Einleitung erhielten alle Studienteilnehmenden die Frage „Wenn Sie online nach Gesundheitsinformationen suchen würden, wie einfach oder schwierig ist es für Sie“. Danach erfolgten Fragen zu den vier

<sup>10</sup> Quelle zur HLS-GER 2: <https://m-pohl.net/sites/m-pohl.net/files/2021-02/HLS-GER%202.pdf>

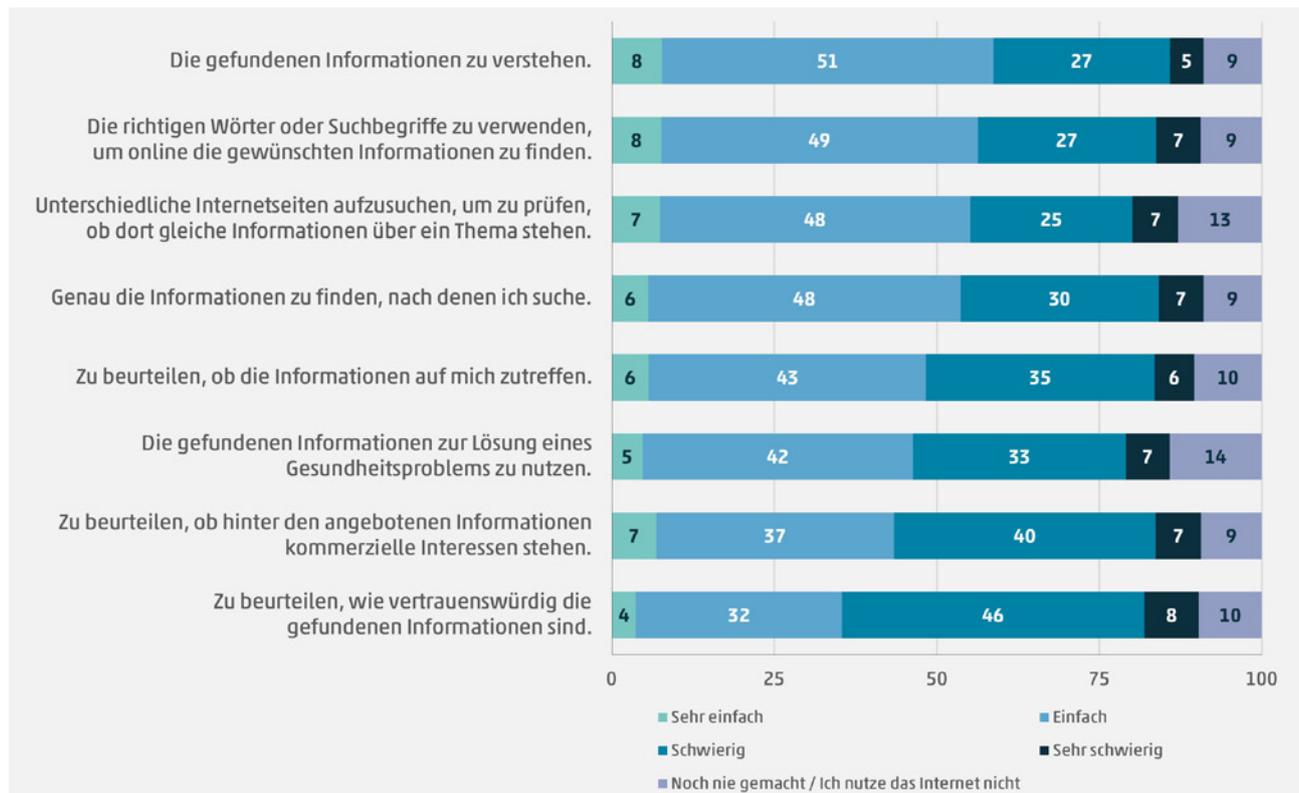


Kompetenzbereichen Finden, Verstehen, Beurteilen und Anwenden von digitalen Gesundheitsinformationen mit den Antwortkategorien „sehr schwierig“, „schwierig“, „einfach“ und „sehr einfach“ sowie „noch nie gemacht/nutze das Internet nicht“.

### Finden und Verstehen von Gesundheitsinformationen aus dem Netz empfindet die Mehrheit der Älteren als einfach

Die Ergebnisse zeigen auf, dass es den Personen ab 60 Jahren wenig Schwierigkeiten bereitet, Gesundheitsinformationen im Netz zu finden und auch zu verstehen. Zu allen fünf Fragen hierzu gibt eine Mehrheit an, dass es ihnen (sehr) einfach fällt. So liegt die Zustimmungsrate zu der Aussage „Genau die Informationen finden, nach denen ich suche“ bei 54 Prozent (6 % sehr einfach, 48 % einfach). 30 Prozent empfinden es als schwierig, sieben Prozent als sehr schwierig; weitere neun Prozent haben danach noch nie gesucht. Gesundheitsinformationen im Netz zu beurteilen und für sich anzuwenden, fällt deutlich schwerer. Am schwierigsten erscheint es, zu „beurteilen, wie vertrauenswürdig die gefundenen Informationen sind“. 54 Prozent betrachten dies als schwierig oder sehr schwierig und ein gutes Drittel als (sehr) einfach (36 %).

## Digitale Gesundheitskompetenz



Quelle: SIM 2024, Angaben in Prozent, Basis: alle Befragten, n=2.000

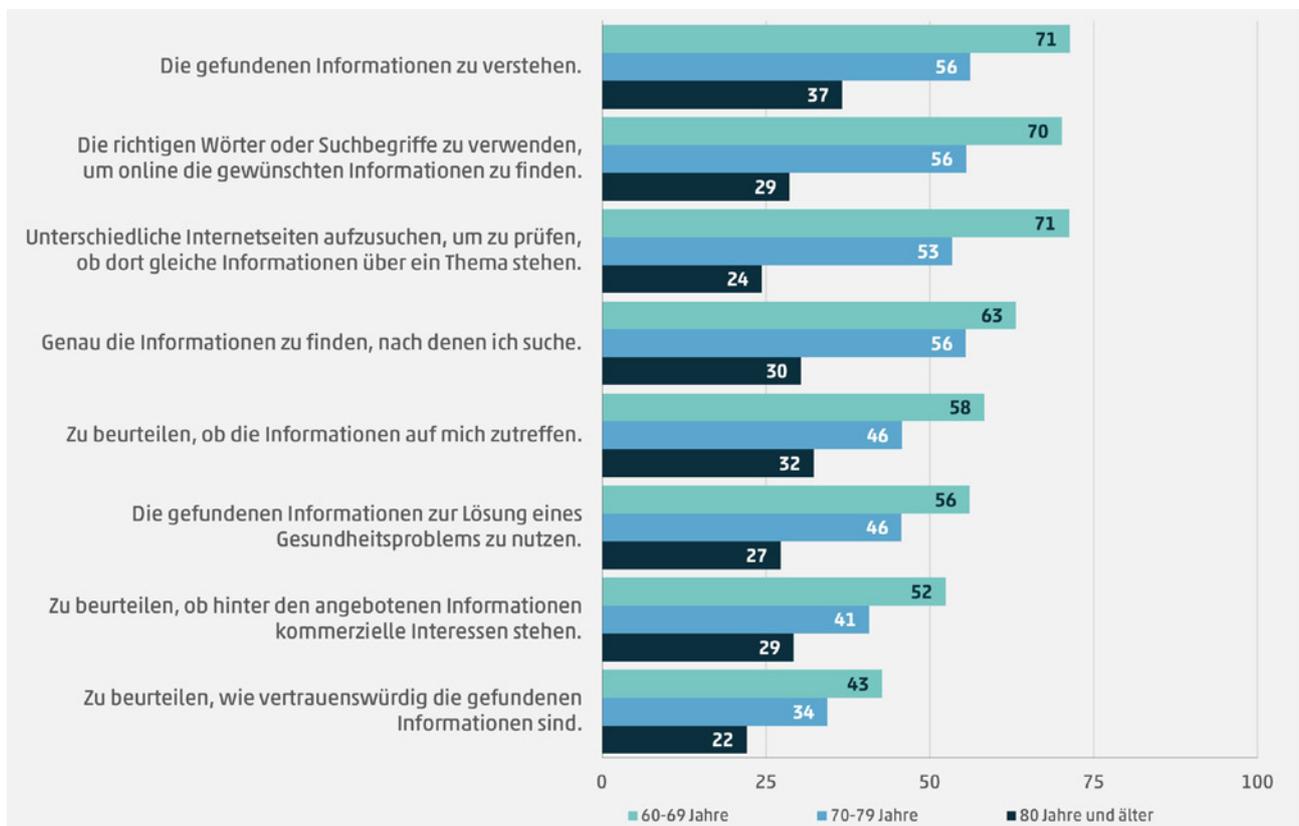
Die unterschiedlichen Schwierigkeitsgrade in den vier Kompetenzbereichen entsprechen den evidenten Ergebnissen aus der Gesundheitskompetenzforschung. Während es relativ einfach ist, Gesundheitsinformationen im

**Vor allem Personen im hohen Alter und bildungsferne Personen haben Schwierigkeiten im Umgang mit digitalen Gesundheitsinformationen**

Internet zu finden und zu verstehen, ist es deutlich schwieriger, diese auf Relevanz und Seriosität zu bewerten und sie sich bei Bedarf zu Nutze zu machen. Konform gehen auch die Befunde zur HLS-Studie hinsichtlich der unterschiedlichen Kompetenzen entlang soziodemographischer Merkmale. Während es zwischen Männern und Frauen wenig Unterschiede gibt, bestehen wiederum sehr große zwischen den Alters- und Bildungsgruppen. So weisen Personen im hohen Alter und Personen mit niedrigem Bildungsstatus über alle acht Fragen bzw. vier Kompetenzbereiche hinweg deutlich höhere Probleme im Umgang mit Gesundheitsinformationen im Netz auf als die beiden jüngeren Altersgruppen und die beiden höheren Bildungsgruppen. Dabei liegen die Anteile für die summierte Antwortkategorien „einfach/sehr einfach“ zwischen 20 und 40 Punkten auseinander. Z.B. geben 71 Prozent der Personen zwischen 60 und 69 Jahren an, dass sie es (sehr) einfach finden „die gefundenen Informationen [zu] verstehen“, 56 Prozent der Personen zwischen 70 und 79 Jahren, aber lediglich 37 Prozent der Personen ab 80 Jahren. Und wenn es um die Einschätzung der Vertrauenswürdigkeit der gefundenen digitalen Gesundheitsinformationen geht, liegt der Anteil im hohen Alter bei 22 Prozent, im jungen Alter ist es fast das Doppelte (43 %).

**Digitale Gesundheitskompetenz – nach Alter**

– sehr einfach/einfach –

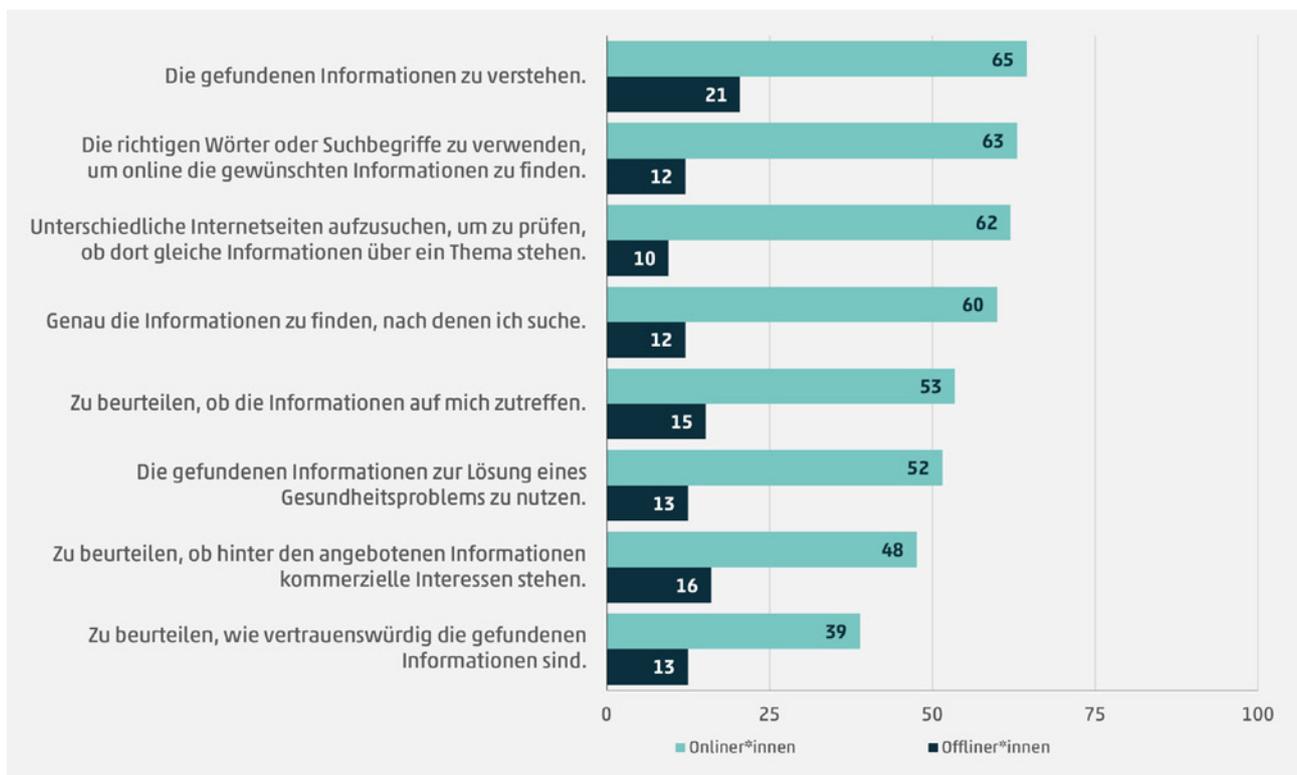


Quelle: SIM 2024, Angaben in Prozent, Basis: alle Befragten, n=2.000



Wie sehr hierbei die Internetnutzung und die damit verbunden digitalen Kompetenzen eine notwendige Voraussetzung darstellen, unterstreicht die Differenzierung nach Onliner\*innen und Offliner\*innen. Während von den Onliner\*innen in Bezug auf die Kompetenzbereiche Finden und Verstehen mindestens 60 Prozent angeben, dass sie dies als (sehr) einfach wahrnehmen, sind es bei den Offliner\*innen nur zehn bis 21 Prozent. Ähnlich eklatant ist die Diskrepanz in den Bereichen des Beurteilens und Anwendens mit Abständen zwischen 30 und 40 Prozentpunkten: „Die gefundenen Informationen zur Lösung eines Gesundheitsproblems nutzen“ ist für jede/n zweite/n Onliner\*in (sehr) einfach (52 %), doch nur für 13 Prozent der Offliner\*innen.

## Digitale Gesundheitskompetenz – nach Onliner\*innen und Offliner\*innen – sehr einfach/einfach –



Quelle: SIM 2024, Angaben in Prozent, Basis: alle Befragten, n=2.000



Für eine bessere Interpretation und Vergleichbarkeit wurde in der HLS-Studie eine Klassifikation in vier Kompetenzniveaus vorgenommen. Dazu erhält jede Antwort mit „sehr einfach“ oder „einfach“ einen Punkt. Der Summenwert wird dann auf einen Index von 100 umgerechnet. Indexwerte von 0,00 bis 50,00 werden als „inadäquate“ und von 50,00 bis 66,66 als „problematische“ digitale Gesundheitskompetenz definiert. Beide Kategorien werden auch als „geringe“ oder „eingeschränkte“ digitale Gesundheitskompetenz zusammengefasst. Hohe Kompetenzen betreffen die Kompetenzniveaus „ausreichend“ mit dem Indexbereich 66,67 bis 83,33 und „exzellente“ von 83,33 bis 100. Oder vereinfacht ausgedrückt: Hohe digitale Gesundheitskompetenzen liegen dann vor, wenn von den acht Fragen mindestens sechs als „einfach“ oder „sehr einfach“ bewertet werden.

Demzufolge verfügt über ein Drittel der Personen ab 60 Jahren über hohe digitale Gesundheitskompetenzen, davon 29 Prozent über exzellente und sieben Prozent über ausreichende. Umgekehrt haben hierzu knapp zwei Drittel geringe Kompetenzen; davon acht Prozent problematische und 56 Prozent inadäquate. Noch gravierender fallen die Ergebnisse zwischen den Alters- und Bildungsgruppen aus und damit verbunden zwischen den On- und Offliner\*innen. Während drei Viertel der Personen mit formal niedriger Bildung geringe digitale Gesundheitskompetenzen aufweisen (74 %), sind es bei Personen mit Abitur oder Studium nur knapp die Hälfte (46 %). Dies gilt in ähnlicher Weise für Personen im jungen Alter (52 %), jedoch für acht von zehn Personen im hohen Alter (83 %). Und während unter den Onliner\*innen knapp 60 Prozent über geringe Kompetenzen verfügen, betrifft es nahezu alle Offliner\*innen (95 %). Weitere Analysen zu den digitalen Kompetenzen (siehe Kap. 7.1) können diesen Zusammenhang klar belegen, wonach Personen mit hohen digitalen Gesundheitskompetenzen auch hohe digitale Kompetenzen besitzen.

Diese Ergebnisse verdeutlichen, dass unter den älteren Menschen im Umgang mit digitalen Gesundheitsinformationen große Defizite und Unsicherheiten vorliegen. Dies unterstreicht auch die deutsche HLS-Studie, bei der der Anteil an geringen Kompetenzen mit 86 Prozent noch deutlich problematischer ausfällt. Dabei sei angemerkt, dass in der HLS-Studie die Erhebungsphase 2019/2020 noch vor der Pandemie stattfand und seitdem ein enormer Zuwachs in der Nutzung und moderat auch in den Kompetenzen unter älteren Personen stattgefunden hat (siehe Kap. 7.1). Gleichwohl konstatierte die HLS-Studie, dass insgesamt unter den Erwachsenen drei Viertel über geringe digitale Gesundheitskompetenzen verfügen und über die Hälfte über geringe allgemeine Gesundheitskompetenzen.

Um folglich die Chancen und Potenziale der digitalen Transformation im Gesundheitswesen fruchtbar zu machen, bedarf es umfassender Aufklärungs-/Informationskampagnen und Bildungsangebote auf nationaler wie kommunaler Ebene. Dabei sollten zielgruppenspezifisch Personen im hohen Alter und bildungsferne ältere Menschen in den Fokus

---

**Zwei Drittel der Personen ab 60 Jahren verfügen über geringe digitale Gesundheitskompetenzen**

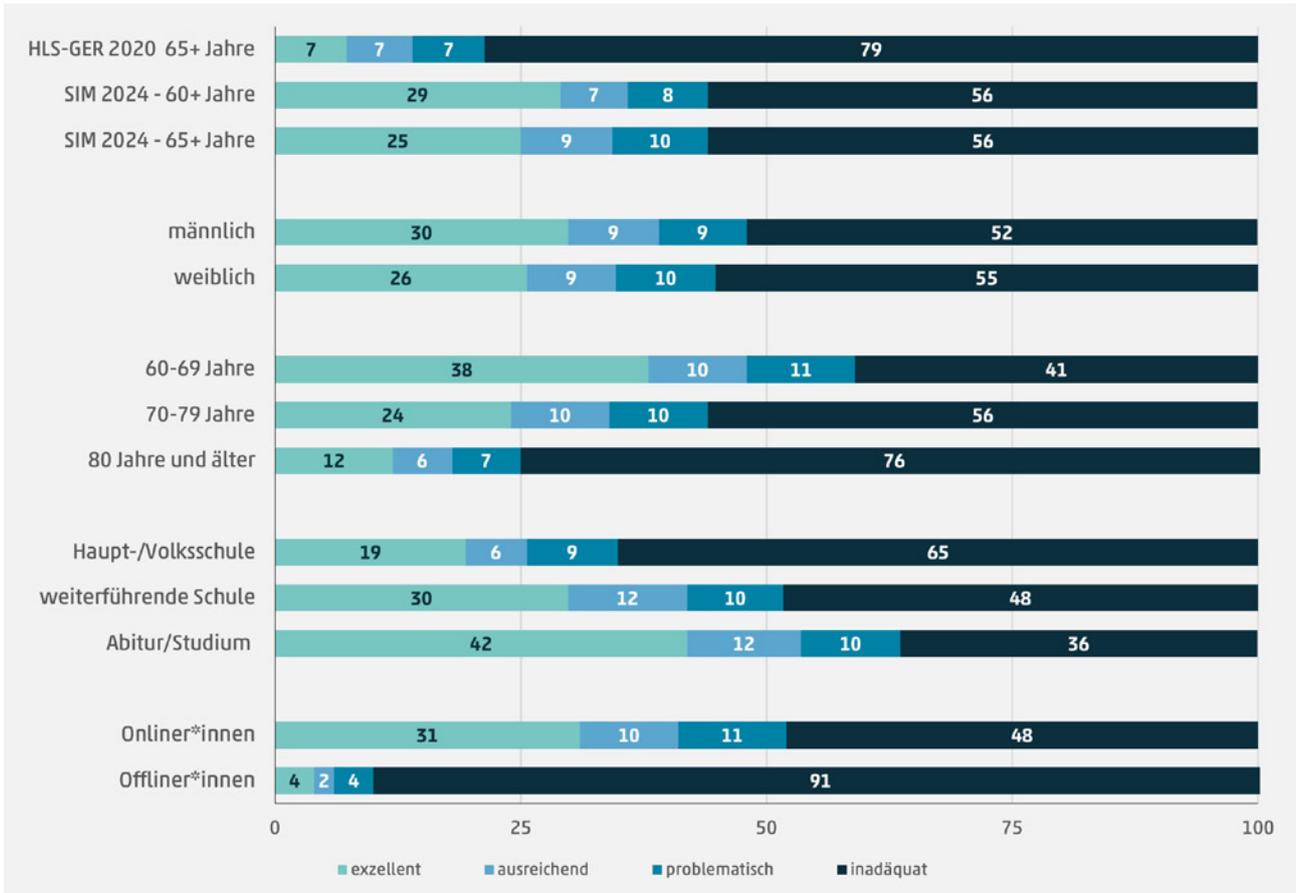
---

**Personen mit hohen digitalen Gesundheitskompetenzen besitzen auch hohe digitale Kompetenzen**



genommen werden, da diese Personenkreise nicht nur sehr geringe Gesundheitskompetenzen aufweisen. Sie könnten aufgrund ihrer erhöhten Vulnerabilität auch besonders von den digitalen Gesundheitsdiensten und -anwendungen profitieren.

### Digitale Gesundheitskompetenz – Index



Quelle: SIM 2024, Angaben in Prozent, Basis: alle Befragten, n=2.000 deutschsprachige Personen ab 60 Jahren; HLS-Ger 2020, Angaben in Prozent, Basis: n=593 (gewichtet) deutschsprachige Personen ab 65 Jahren, in Deutschland



## 10. Gesundheit und Lebenszufriedenheit

### 10.1 Gesundheit und körperliche Einschränkungen

Im Folgenden werden ausgewählte Befunde zur Gesundheit im Alter beschrieben. Hierzu wurden alle befragten Personen ab 60 Jahren gebeten, ihren allgemeinen Gesundheitszustand einzuschätzen wie auch ihr Seh- und Hörvermögen, die Bewegungsfähigkeit und das Gedächtnis (jeweils nach Schulnoten von 1 bis 6). Darüber hinaus wurde nach dem Vorhandensein eines Schwerbehindertenausweises, Pflegegrades oder eines Hausnotrufgeräts gefragt. Anhand dieser Gesundheitsparameter wird nachfolgend betrachtet, inwiefern diese mit der Nutzung oder Nichtnutzung des Internets einhergehen und inwiefern diese mit den digitalen Gesundheitskompetenzen zusammenhängen.

Bei Betrachtung aller befragten Personen ab 60 Jahren ergibt sich eine Gesamtdurchschnittsnote von 2,9 – sozusagen ein „befriedigend“ – vergleichbar mit 2021 mit einem Wert von 2,8. Dabei schätzen sieben Prozent ihre Gesundheit als sehr gut ein, ein Drittel als gut (34 %), 38 Prozent als befriedigend und 12 Prozent als ausreichend. Lediglich neun Prozent beurteilen ihre Gesundheit als schlecht (7 %) oder sehr schlecht (2 %). Das heißt, vier von zehn der Befragten attestieren sich einen guten bis sehr guten Gesundheitszustand und ein Fünftel einen eingeschränkten bis schlechten. Dabei sei erwähnt, dass die befragte Population eine positive Gesundheitsselektion darstellt, da für die Telefonbefragung kognitive wie auch sensorische Voraussetzungen (Hören, Motorik) gegeben sein müssen.

Wie zu erwarten, finden sich entlang der Alters- und Bildungsgruppen bedeutsame Zusammenhänge. So gibt knapp jede zweite Person zwischen 60 und 69 Jahren an, dass sie ihre Gesundheit als gut oder sehr gut empfinden (46 %), bei Personen ab 80 Jahren ist es noch ein Drittel (32 %); der Gesamtdurchschnitt liegt mit 3,0 signifikant unter dem im jungen Alter mit 2,8. Noch klarer sind die Unterschiede zwischen Personen mit hohem (2,7) und niedrigem Bildungsniveau (3,0). Unter den Personen mit Abitur oder Studium attestieren sich 51 Prozent einen mindestens guten Gesundheitsstatus und nur sechs Prozent einen (sehr) schlechten, bei Personen mit niedrigem Bildungsstatus sind es 36 Prozent bzw. 13 Prozent. Ein ähnliches Verteilungsmuster bestand auch 2021, wobei die Abstände noch etwas größer waren. Ebenfalls zeigen sich 2024, wie schon 2021, keine relevanten Unterschiede zwischen Männern und Frauen.

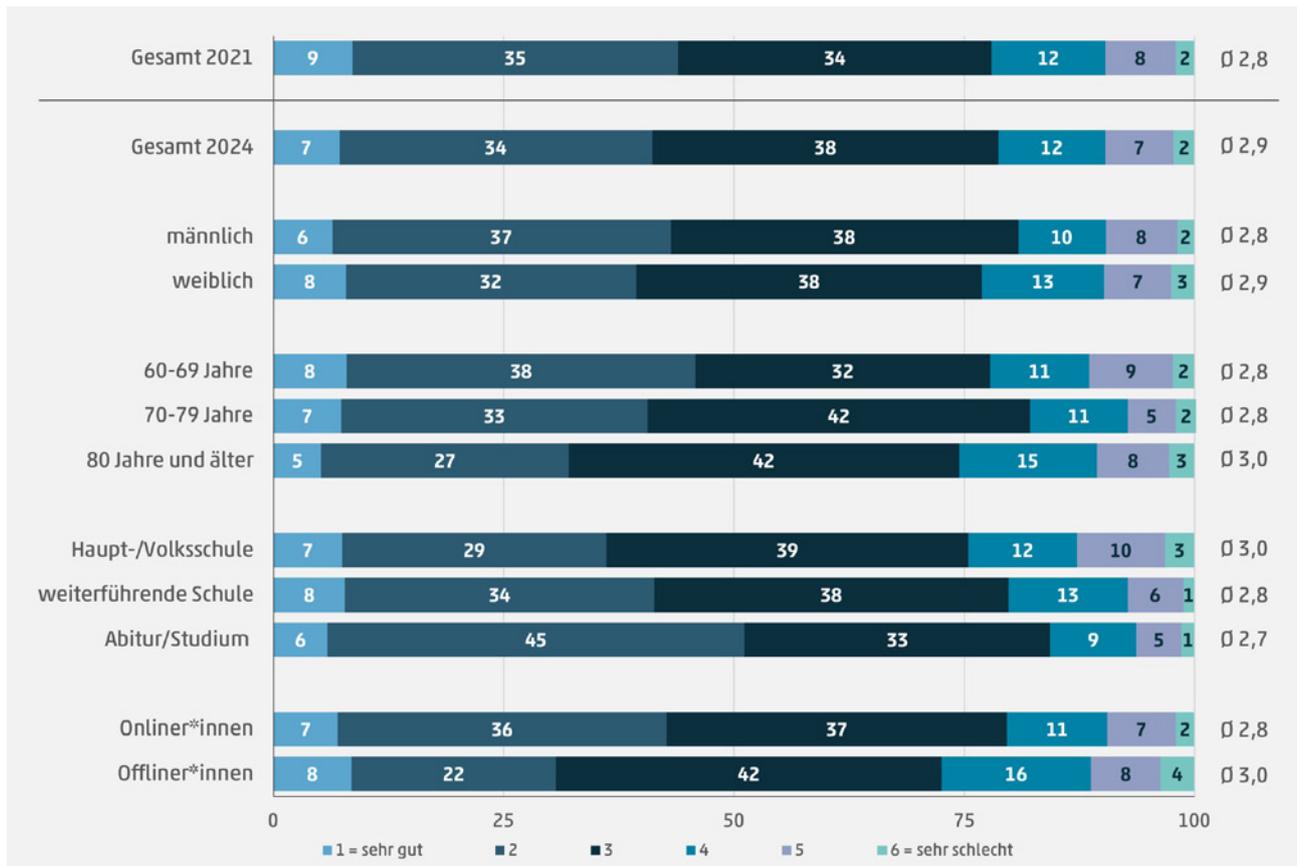
*Der Gesundheitsstatus hängt mit dem Alter und dem Bildungsniveau zusammen, weshalb auch Offliner\*innen ein geringeres Gesundheitsniveau aufweisen*



Allerdings zeigen Offliner\*innen (3,0) einen deutlich niedrigeren Gesundheitsstatus als Onliner\*innen (2,8). Diese Unterschiede erklären sich durch den wesentlich höheren Altersdurchschnitt der Offliner\*innen als der Onliner\*innen (80 Jahre zu 71 Jahre) sowie den höheren Anteil an bildungsfernen Personen (72 % zu 45 %) und Frauen (71 % zu 51 %).

## Subjektive Gesundheit

– Bewertung nach Schulnoten 1–6 –



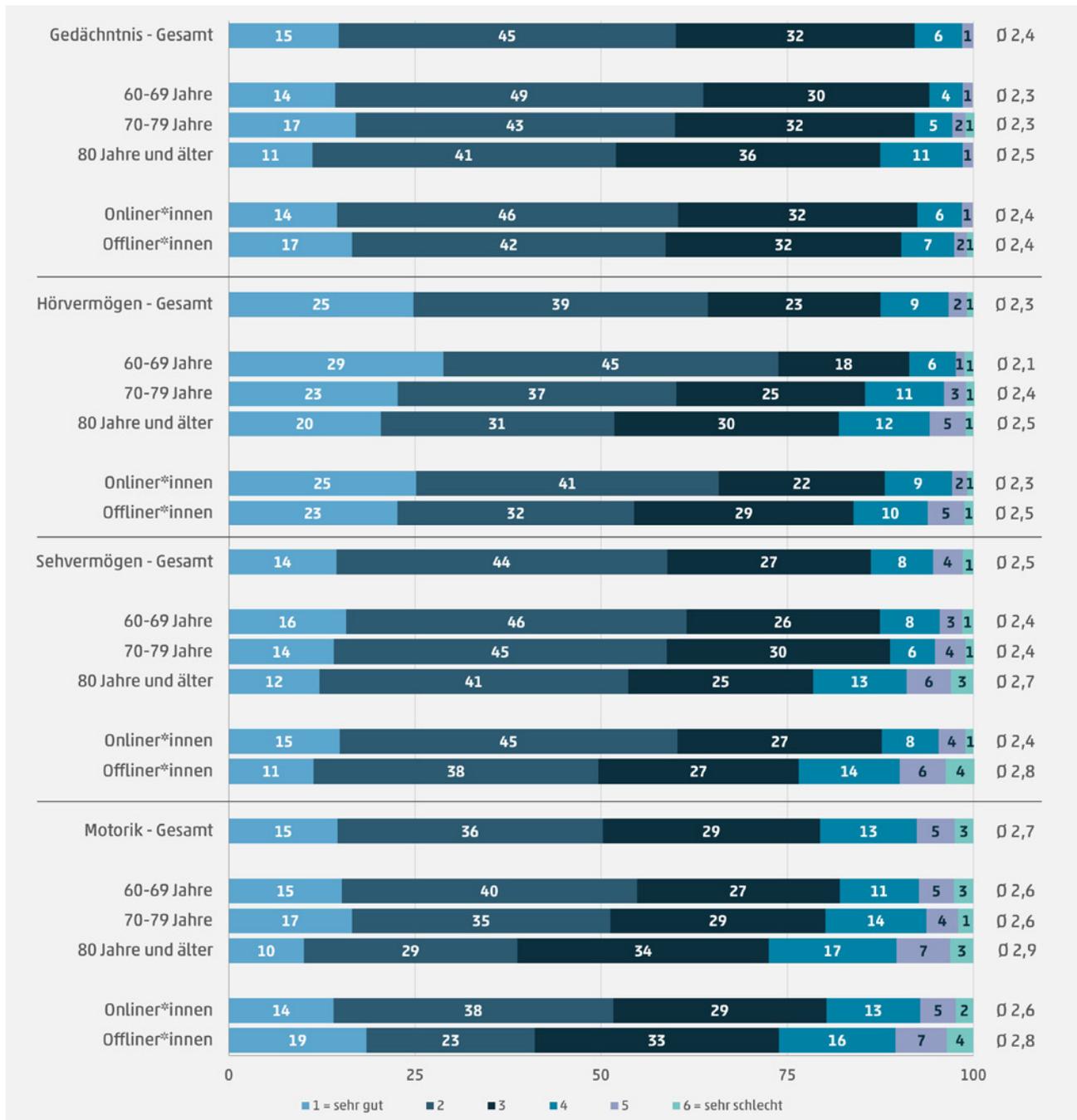
Quelle: SIM 2024, Angaben in Prozent, Basis: alle Befragten, n=2.000

Dementsprechend lässt sich unter den Offliner\*innen auch ein deutlich erhöhtes Ausmaß an körperlichen Einschränkungen und Vulnerabilität nachweisen. Die Durchschnittswerte der Offliner\*innen hinsichtlich des Sehens, Hörens, der Motorik, jedoch nicht hinsichtlich des Gedächtnisses, liegen deutlich unter dem Niveau der Onliner\*innen. Auch hier sei angemerkt, dass die Unterschiede zwischen den Alters- und Bildungsgruppen noch stärker ausfallen. Zudem bestehen bei Personen im hohen Alter, bildungsfernen Personen und Männern größere Gedächtnisprobleme. Und während für die Gesamtgruppe der Personen ab 60 Jahren der Anteil an einen Pflegegrad bei 12 Prozent liegt, sind es bei den Onliner\*innen



zehn Prozent, hingegen bei den Offliner\*innen 32 Prozent – vergleichbar mit dem Anteil bei Personen im hohen Alter mit 30 Prozent. Insgesamt besitzen 21 Prozent einen Schwerbehindertenausweis, wobei ebenfalls Personen mit niedrigem Bildungsstatus mit 26 Prozent und Offliner\*innen mit 27 Prozent überrepräsentiert sind.

### Einschätzung Gedächtnis, Hör- und Sehvermögen und Bewegungsfähigkeit – Bewertung nach Schulnoten 1–6 –



Anmerkung: Einschätzungen unter Berücksichtigung bester Korrektur durch Hilfsmittel  
Quelle: SIM 2024, Angaben in Prozent, Basis: alle Befragten, n=2.000



Vor diesem Hintergrund korrespondieren diese Befunde mit den Motiven zur Nichtnutzung des Internets unter den Offliner\*innen. Hier geben 27 Prozent an, dass sie aufgrund körperlicher Probleme kein Internet nutzen würden und 22 Prozent, dass zumindest teilweise Gedächtnisprobleme ausschlaggebend seien (siehe Kap. 5). Und während insgesamt nur sechs Prozent der Befragten ein Hausnotrufgerät besitzen, sind es unter den Offliner\*innen 16 Prozent, und noch mehr bei Personen ab 80 Jahren mit 18 Prozent.

Des Weiteren wurde geprüft, ob es einen Zusammenhang zwischen den digitalen Gesundheitskompetenzen und den Gesundheitsparametern gibt. Tatsächlich finden sich statistisch bedeutsame Bezüge zu den Personen mit sehr eingeschränkten – sogenannten „inadäquaten“ – digitalen Gesundheitskompetenzen. Die Analysen demonstrieren, dass Personen mit geringen digitalen Gesundheitskompetenzen einen deutlich schlechteren allgemeinen Gesundheitsstatus aufweisen, ebenso schlechtere Durchschnittswerte in den Bereichen Sehvermögen, Hörvermögen, Bewegungsfähigkeit und Gedächtnis – und damit zusammenhängend einen höheren Anteil an Pflegebedürftigkeit besitzen.

---

**Personen mit geringen digitalen Gesundheitskompetenzen verfügen auch über einen schlechteren Gesundheitsstatus**

## 10.2 Lebenszufriedenheit und subjektives Alter

Zum Abschluss soll auf die allgemeine Lebenszufriedenheit im Alter eingegangen werden. Hierzu wurde eine Einschätzung nach Schulnoten von 1 bis 6 vorgenommen zu der Frage: „Wenn Sie an Ihre gesamte aktuelle Lebenssituation denken, wie zufrieden sind Sie im Moment damit?“

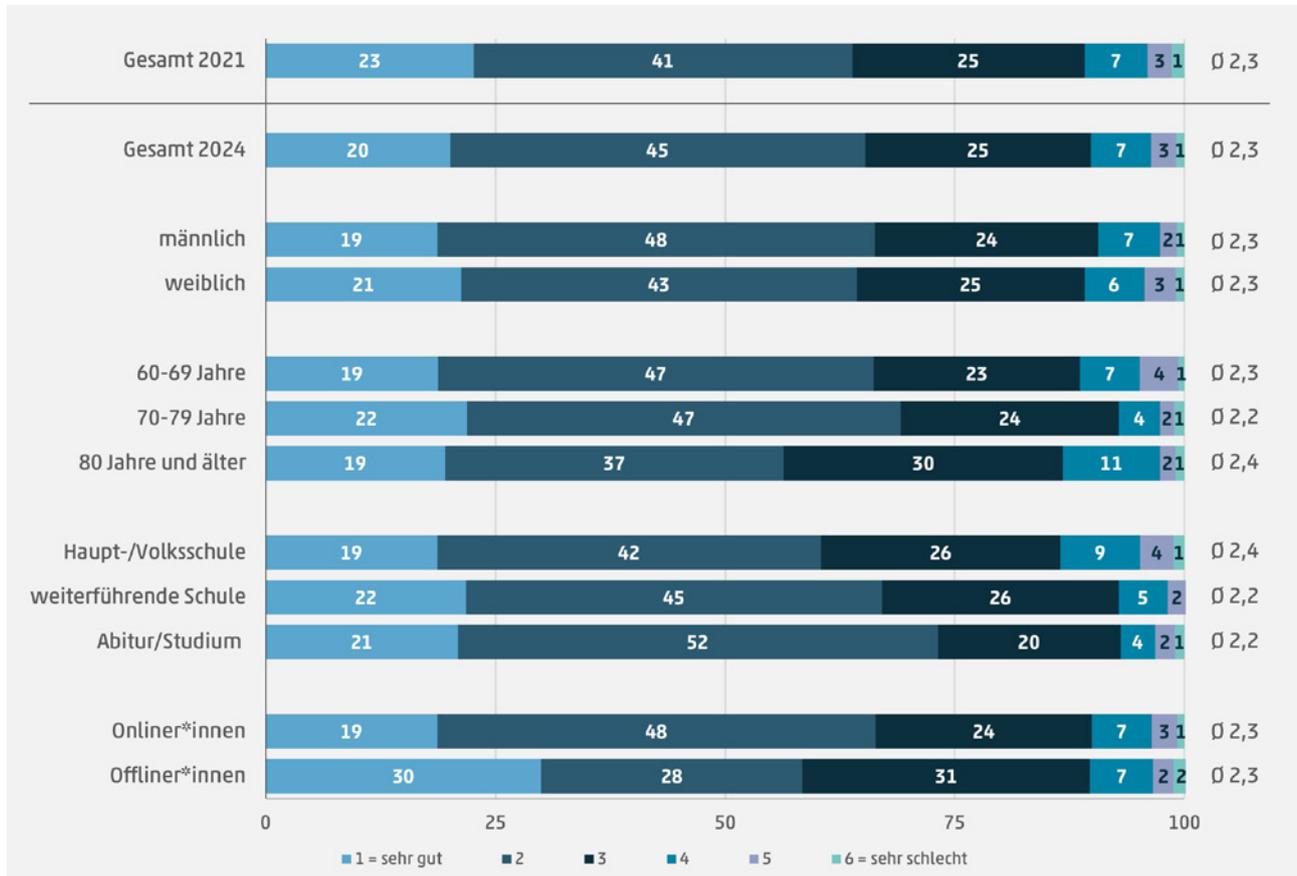
Die Ergebnisse bestätigen bei den Personen ab 60 Jahren eine überwiegend hohe Lebenszufriedenheit. Zwei Drittel bewerten ihre Lebenssituation als sehr gut (20 %) oder gut (45 %) und lediglich vier Prozent als schlecht (3 %) oder sehr schlecht (1 %). Dabei beeinflussen Alter und Bildungsniveau die Lebenszufriedenheit, nicht jedoch das Geschlecht. So sinkt bei Personen ab 80 Jahren das Niveau der Lebenszufriedenheit auf einen Durchschnittswert von 2,4, gegenüber der Altersgruppe von 70 bis 79 Jahren mit 2,2 und von 60 bis 69 Jahren mit 2,3. Ebenso empfinden Personen mit niedrigem Bildungsstatus ihre Lebenszufriedenheit eingeschränkter (2,4) als Personen mit mittlerem und hohem Bildungsstatus (jeweils 2,2). Diese Befunde decken sich nahezu mit den Ergebnissen von 2021 und bezeugen eine hohe Stabilität der Lebenszufriedenheit über alle Personengruppen hinweg. Einzig differieren die Befunde zu Onliner\*innen und Offliner\*innen zwischen 2021 und 2024. Während 2021 statistisch bedeutsame negative Unterschiede bei den Offliner\*innen bestanden (2,5 zu 2,3), liegen diese 2024 nicht vor (beide 2,3). Es könnte folglich sein, dass aufgrund der Corona-Pandemie 2021 speziell die Lebenszufriedenheit unter Offliner\*innen gemindert war und sich nun wieder verbessert hat.

---

**Es besteht insgesamt eine hohe Lebenszufriedenheit im Alter. Lediglich vier Prozent sind unzufrieden**

## Lebenszufriedenheit

– Bewertung nach Schulnoten 1–6 –



Quelle: SIM 2024, Angaben in Prozent, Basis: alle Befragten, n=2.000

Die überwiegend große Lebenszufriedenheit der Personen ab 60 Jahren deckt sich mit dem gerontologischen Konzept zum sogenannten „Wohlbefindensparadox“, wonach selbst vulnerable Personen im hohen Alter eine hohe Stabilität an Zufriedenheit und Wohlbefinden aufweisen. Als Erklärung dienen verschiedene Anpassungsprozesse und Bewältigungsstrategien (z.B. Akzeptieren von Grenzen und Verlusten) sowie die Fähigkeit zur Resilienz im Alter.

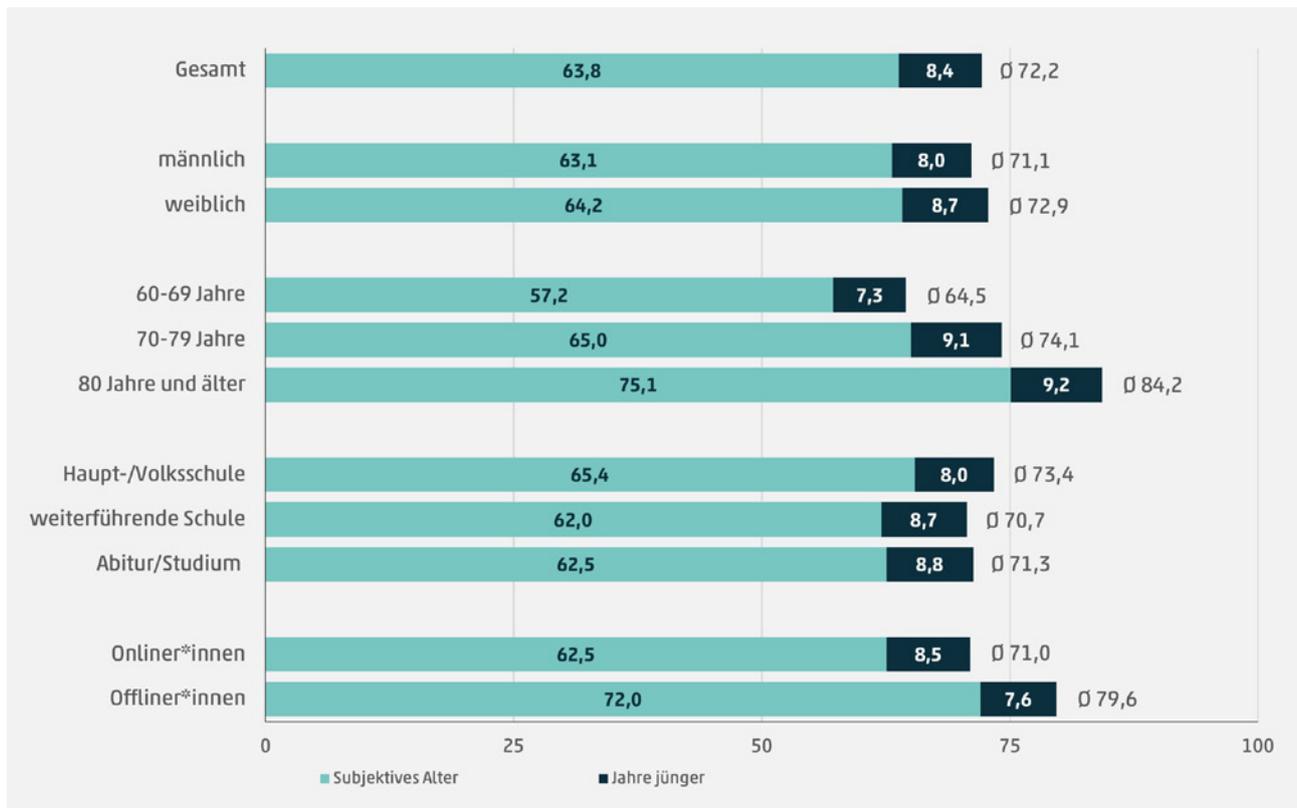
Hierzu passen auch die Befunde zum „subjektiven“ oder „gefühlten“ Alter, zu dem erfragt wurde: „Einige Menschen fühlen sich jünger oder älter als sie tatsächlich sind, andere Menschen fühlen sich genauso alt wie sie sind. Unabhängig von Ihrem tatsächlichen Alter, wie alt fühlen Sie sich momentan?“. 79 Prozent der Personen ab 60 Jahren gaben an, dass sie sich jünger fühlen, 17 Prozent gleichalt und nur vier Prozent fühlen sich älter als sie sind. Im Gesamtdurchschnitt schätzen sich die Befragten acht Jahre jünger als sie sind. Dies unterstreicht das überwiegend positive Selbstbild vom eigenen Alter.

**Im Durchschnitt fühlen sich die Befragten um 8 Jahre jünger**

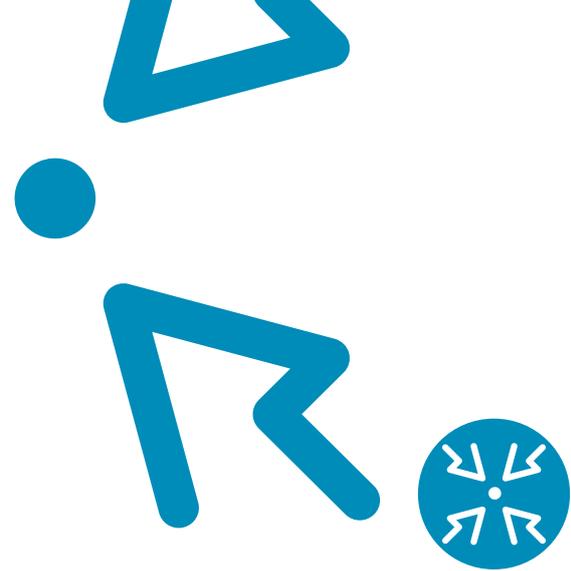


Die größte Differenz zwischen dem gefühlten und dem tatsächlichen Alter besteht in den beiden Altersgruppen von 70 bis 79 Jahren mit 9,1 Jahren und Personen ab 80 Jahren mit 9,2 Jahren, während sich Personen zwischen 60 und 69 Jahren im Durchschnitt 7,3 Jahre jünger einschätzen. Zwischen den Bildungsgruppen und den Geschlechtern bestehen keine solch großen Unterschiede, jedoch zwischen Onliner\*innen (Altersdurchschnitt 72 Jahre) und Offliner\*innen (Altersdurchschnitt 80 Jahre). Internetnutzende fühlen sich im Durchschnitt 8,5 Jahre jünger, Personen, die kein Internet nutzen lediglich um 7,6 Jahre. Dies ist insofern bemerkenswert, da der Personenkreis an Offliner\*innen mehrheitlich aus Frauen (71 %), Personen mit niedrigem Bildungsstatus (72 %) und Personen im hohen Alter (59 %) besteht, deren Durchschnittswerte allesamt deutlich über 7,6 Jahren liegen. Ein Hinweis, dass besonders Personen, deren gefühltes Alter schlechter ausfällt, sich weniger dem Internet und neuen Technologien zugewandt zeigen.

## Subjektives Alter – in Jahren –



Quelle: SIM 2024, Angaben in Jahren, Basis: n=1.981, n=19 Werte wurden als extreme Ausreißer entfernt



## 11. Zusammenfassung

Die SIM-Studie 2024 (Senior\*innen, Information, Medien), eine Kooperation des medienpädagogischen Forschungsverbundes Südwest (mpfs) und der Katholischen Hochschule Freiburg, untersucht zum zweiten Mal nach 2021 das Medienverhalten von Personen ab 60 Jahren in Deutschland. Dabei geht es nicht nur um Fragen der technischen Ausstattung und Nutzung, sondern auch um Einstellungen, digitale Kompetenzen, die soziale Eingebundenheit, die aktuelle Lebenssituation und den individuellen Umgang mit Digitalisierung im Alltag älterer Menschen. Die repräsentative Erhebung basiert auf 2.000 Interviews, die im Sommer 2024 telefonisch geführt wurden. Die Studie berücksichtigt zentrale soziodemografische Merkmale wie Geschlecht, Bildung und Wohnortgröße und bietet damit ein repräsentatives Abbild der älteren Bevölkerung in Deutschland. Aufgrund der besonderen Studienanlage zur Befragung älterer Personen können die Ergebnisse für Personen über 80 Jahren gesondert ausgewiesen werden. Neben klassischen Medienaspekten wie Fernsehen, Radio und Zeitung stehen digitale Geräte, Internetanwendungen sowie das Informationsverhalten im Mittelpunkt.

Die technische Medienausstattung ist bei älteren Menschen in den vergangenen drei Jahren deutlich gewachsen. Zwar bleibt das Fernsehgerät mit 98 Prozent nahezu flächendeckend vorhanden, aber auch digitale Geräte wie Smartphones (83 %), Computer (81 %) und Tablets (58 %) sind mittlerweile weit verbreitet. In der Altersgruppe der Personen ab 80 Jahren zeigen sich dabei besonders starke Zuwächse, vor allem bei Smartphones, deren Verbreitung um 18 Prozentpunkte gestiegen ist. Auch Smart-TVs (53 %) und Gesundheitsarmbänder (21 %) finden zunehmend Eingang in die Haushalte. Trotz dieser Fortschritte bleibt die Verfügbarkeit digitaler Technik ungleich verteilt: Männer, Menschen mit höherem Bildungsgrad und höherem Einkommen sind deutlich besser ausgestattet als Frauen oder Personen mit formal niedriger Bildung.

In Bezug auf die Mediennutzung zeigt sich, dass digitale Geräte zunehmend in den Alltag älterer Menschen integriert werden. Während das Fernsehen mit 94 Prozent täglicher Nutzung weiterhin an der Spitze liegt, holen Smartphones stark auf: 73 Prozent der Befragten nutzen ihr Smartphone nahezu täglich – ein Plus von zehn Prozentpunkten gegenüber 2021. Die Hälfte verwendet täglich einen Computer, ein Drittel nutzt täglich ein Tablet. Gedruckte Medien bleiben weiterhin bedeutsam, insbesondere gedruckte Zeitungen (57 %), Bücher (37 %) und Zeitschriften (31 %).



Mit zunehmendem Alter nimmt die Nutzung digitaler Geräte ab, während traditionelle Medien tendenziell häufiger genutzt werden. Auch geschlechtsspezifische Unterschiede treten hervor: Männer nutzen häufiger einen Computer, Frauen lesen häufiger Bücher und nutzen Kurznachrichtendienste wie WhatsApp intensiver.

Immer mehr Personen in der Altersgruppe der Personen ab 60 Jahren haben inzwischen Zugang zum Internet. Insgesamt 87 Prozent der Befragten sind zumindest gelegentlich online – sechs Prozentpunkte mehr als 2021. Besonders markant ist der Zuwachs bei den Personen ab 80 Jahren, wo der Anteil der Onliner\*innen um elf Prozentpunkte auf nun 62 Prozent gestiegen ist. Dennoch zeigt sich weiterhin eine deutliche digitale Spaltung: Frauen sind seltener online als Männer, Menschen mit geringer formaler Bildung und niedrigem Einkommen ebenfalls. Hinzu kommen regionale Unterschiede: In den neuen Bundesländern liegt der Anteil der Onliner\*innen bei 79 Prozent, in den alten Bundesländern bei 89 Prozent.

Auch die Intensität der Internetnutzung steigt: 76 Prozent der Befragten sind täglich oder fast täglich online, 52 Prozent mehrmals täglich – vor allem über das Smartphone. Die durchschnittliche wöchentliche Onlinezeit liegt bei zehn Stunden, wobei Männer im Schnitt drei Stunden länger im Netz verbringen als Frauen. Jüngere Senior\*innen (60–69 Jahre) verbringen mit 13 Stunden pro Woche deutlich mehr Zeit online als Personen im hohen Alter (4 Stunden). Die Internetaktivitäten konzentrieren sich stark auf Informationssuche, Kommunikation und organisatorische Aufgaben: 84 Prozent nutzen regelmäßig Suchmaschinen, 79 Prozent verwenden Kurznachrichtendienste wie WhatsApp, 77 Prozent schreiben oder lesen E-Mails. 71 Prozent informieren sich online über das aktuelle Weltgeschehen. Auch die generelle Nutzung von Onlinebanking (60 %), Onlineshopping (67 %) und von Mediatheken (63 %) ist weit verbreitet. Dagegen sind soziale Netzwerke (25 %), Videotelefonie (28 %) oder Streamingdienste (27 %) weniger stark vertreten und nehmen mit dem Alter weiter ab. Besonders auffällig ist der Rückgang der Videotelefonie im Vergleich zu 2021 – vermutlich eine Folge der nachlassenden Relevanz digitaler Kommunikation nach Ende der Corona-Pandemie.

Der Anteil der Offliner\*innen ist von 19 auf 13 Prozent gesunken. Als Hauptgründe für die Nichtnutzung des Internets nennen die meisten Befragten ausreichend vorhandene Informationsquellen über traditionelle Medien (93 %), fehlenden Bedarf (75 %) sowie fehlende Zeit oder Motivation (66 %). Über die Hälfte empfindet den Aufwand zur Internetnutzung als zu hoch, 43 Prozent trauen sich die Nutzung nicht zu, und rund ein Viertel hat niemanden, der ihnen helfen könnte. Sicherheitsbedenken spielen ebenfalls eine Rolle (44 %). Die Entscheidung, offline zu bleiben, ist meist weniger ideologisch als vielmehr pragmatisch begründet – aus einem empfundenen Mangel an Notwendigkeit, kombiniert mit Zugangsbarrieren und fehlender Unterstützung.

Ein besonderer Fokus der Studie liegt auf dem Informationsverhalten. Hier zeigt sich eine ausgeprägte Medienvielfalt: Für Informationen zum aktuellen Weltgeschehen wird vorrangig das Fernsehen genutzt (56 %), gefolgt vom Internet (19 %) und der Tageszeitung (15 %). Bei regionalen Themen dominiert klar die Tageszeitung, bei Fragen zu Gesundheit und Pflege liegt das Internet vor „Sonstiges“ wie bspw. professionelle Auskunftsquellen wie Ärzt\*innen oder Beratungsstellen. Bei persönlichen Problemen oder der Suche nach neuen Produkten steht ebenfalls das Internet an erster Stelle, wobei in der Altersgruppe über 80 Jahren andere Quellen wie Familie oder „Sonstiges“ eine deutlich wichtigere Rolle spielen. Auch in diesen Bereichen zeigt sich ein starkes Altersgefälle: Während das Internet bei den Personen zwischen 60 und 69 Jahren bereits eine zentrale Rolle spielt, bleibt es bei Personen im hohen Alter oft eine von mehreren Quellen. Klassische Medien behalten also ihre Relevanz, verlieren aber in den jüngeren Segmenten der älteren Bevölkerung kontinuierlich an Boden.

Neu in die Studie aufgenommen wurde die Frage nach dem Bekanntheitsgrad und der Nutzung von ChatGPT. Acht Prozent der Befragten haben das KI-Tool bereits ausprobiert, weitere 43 Prozent kennen zumindest den Begriff. Auch hier ist der Bildungsgrad entscheidend: Fast ein Fünftel der formal Hochgebildeten hat ChatGPT getestet, bei Personen mit geringem Bildungsstand sind es lediglich drei Prozent. Die Relevanz Künstlicher Intelligenz im Alltag älterer Menschen bleibt derzeit also noch begrenzt.

Neben der Ausstattung, der Nutzung und der Alltagsrelevanz digitaler Medien wurde die Digitalität im Alter auch in Bezug auf die subjektiv eingeschätzten Kompetenzen und Selbstwirksamkeit untersucht. Mit einem Indexwert von 44 von 100 möglichen Punkten liegen für die Personen ab 60 Jahren „grundlegende digitale Kompetenzen“ vor. Ein zumindest mittleres Kompetenzniveau erreichen Personen mit hohem Bildungsstatus (59), Personen im jungen Alter (54) und Männer (51). Onliner\*innen (49) verfügen insgesamt über ein mittleres Niveau, wobei es auch hier große Unterschiede entlang der Alters- und Bildungsgruppen gibt. So erzielen Onliner\*innen im hohen Alter lediglich ein grundlegendes Kompetenzlevel (33). Digitale Kenntnisse und Fähigkeiten liegen am ehesten im basalen Umgang mit Informationen und mit Kommunikation vor, größere Defizite bestehen in Bezug auf das Erzeugen von digitalen Inhalten und darin, technische Probleme zu lösen.

Diese Befunde decken sich mit den Einschätzungen zu den Bedienkompetenzen für das Internet und zu digitalen Endgeräten wie Smartphone, Tablet und Computer. Zu allen vier Medien attestieren sich die Studienteilnehmer\*innen im Gesamtdurchschnitt jeweils „Schulnoten“ um die 3,5, also „nicht befriedigend“. Gleichwohl haben sich im Gegensatz zu 2021 alle Werte verbessert; am deutlichsten für Smartphone und Tablet um jeweils eine halbe Note. Diese positive Entwicklung dürfte vorrangig



an den starken Zuwächsen der Nutzungskreise liegen. So nahmen unter den Personen ab 60 Jahren vorrangig die Anteile an (sehr) schlechten Kenntnissen im Umgang mit den Geräten und dem Internet ab, während die Anteile an (sehr) guten Bedienkompetenzen nur moderat anstiegen. Zudem haben sich innerhalb der jeweiligen Nutzungs-Communities die Gesamtwerte nicht verbessert. So bewerteten lediglich 29 Prozent aller Onliner\*innen ihre Kenntnisse zum Internet als gut oder sehr gut. Ebenso konstant zu 2021 zeigen sich die ungleichen Kompetenzmuster nach Alter, Bildung und Geschlecht, auch innerhalb der jeweils Nutzenden: Die höchsten Kompetenzniveaus weisen zu allen vier Medien Männer sowie Personen im jungen Alter und Personen mit hoher Bildung auf. Mit einer Ausnahme: Frauen, die ein Smartphone nutzen, bewerten ihre Kenntnisse in gleicher Weise wie smartphonennutzende Männer (jeweils Note 3,0).

Vor dem Hintergrund, dass digitale Gesundheit zunehmend an Relevanz gewinnt und speziell auch für ältere Menschen neue Möglichkeiten für eine bessere und effizientere Versorgung bieten kann, wurde in der SIM-Studie 2024 erstmals auch die digitale Gesundheitskompetenz untersucht. Die Ergebnisse demonstrieren hierzu erhebliche Defizite. Zwei Drittel der Personen ab 60 Jahren weisen eingeschränkte digitale Gesundheitskompetenzen auf, und unter den Onliner\*innen sind es 59 Prozent (Offliner\*innen 95 %); bei Personen mit formal niedriger Bildung sind es 74 Prozent und bei Personen im hohen Alter sogar 83 Prozent. Während sechs von zehn Personen ab 60 Jahren keine Schwierigkeiten darin sehen, Gesundheitsinformationen im Netz zu finden und zu verstehen, sieht sich nur ein Drittel im Stande, diese auf ihre Vertrauenswürdigkeit hin zu beurteilen. Dabei besteht ausgerechnet in den vulnerableren Personengruppen, die am stärksten von den Potenzialen der digitalen Gesundheit profitieren könnten, eine sehr niedrige Gesundheitskompetenz.

Ein wesentlicher Faktor, um sich mit modernen Technologien wie dem Internet auseinanderzusetzen, ist die Selbstwirksamkeit, also das Gefühl, Zutrauen zu haben und sich Herausforderungen zu stellen. Wie bereits 2021 offenbaren sich hierzu Ungleichheiten zwischen den soziodemografischen Gruppen. Männer trauen sich deutlich mehr zu im Internet als Frauen; ebenso verfügen Personen im jungen Alter und Personen mit hohem Bildungsstatus über eine größere Internet-Selbstwirksamkeit als ihre Vergleichsgruppen. Dabei hat sich das Zutrauen in der Gesamtgruppe verbessert, liegt jedoch weiterhin auf einem mittleren, moderaten Niveau und variiert stark zwischen den Online-Anwendungen. Während sich zwei Drittel zutrauen, basale Aufgaben im Internet, wie der Recherche von Informationen, erledigen zu können, sieht sich ein Drittel bereit, eine telemedizinische Videokommunikation zu nutzen, aber nur ein Fünftel, selbst technische Probleme lösen zu können.

Dabei erhält eine große Mehrheit von 85 Prozent aller Befragten Unterstützung im Umgang mit moderner Technik, zumeist von den eigenen Kindern und Enkelkindern oder aus dem nahen persönlichen Umfeld.



Knapp jede zehnte Person sucht sich Hilfe bei einer professionellen Dienstleistung. Umgekehrt leistet über ein Drittel (36 %) Hilfe und Unterstützung zu digitalen Technologien - vorwiegend technikaffine Personengruppen wie Männer, Personen mit hohem Bildungsniveau und Personen zwischen 60 und 69 Jahren. Ebenso geben diese Personengruppen auch häufiger an, ehrenamtlich engagiert zu sein. Von allen Befragten geben 27 Prozent an, dass sie ein Ehrenamt ausführen; von den Offliner\*innen sind es hingegen nur 14 Prozent.

Insgesamt besteht unter den Befragten eine hohe gesellschaftliche Eingebundenheit und nur ein geringes Ausmaß an Obsoleszenzerleben. Nur jede/-r Zehnte gibt an, das Gefühl zu haben, „den Anschluss an die heutige Zeit verpasst zu haben“ und 55 Prozent fühlen sich auf der Höhe der Zeit. Gleichwohl haben sich die Werte im Vergleich zu 2021 etwas verschlechtert und weiterhin empfinden Personen im hohen Alter und Personen mit formal niedriger Bildung ein erhöhtes Entfremdungsgefühl. Bei der Frage, ob das Internet beiträgt, sich als Teil der Gesellschaft zu fühlen, stimmen unter den Onliner\*innen 22 Prozent zu, wobei dies in besonderer Weise für Personen im hohen Alter und für Personen mit hoher Bildung zutrifft. Auch stimmt unter allen Onliner\*innen jede/-r Zweite zu, sich dadurch stärker mit der Familie und Freunden verbunden zu fühlen.

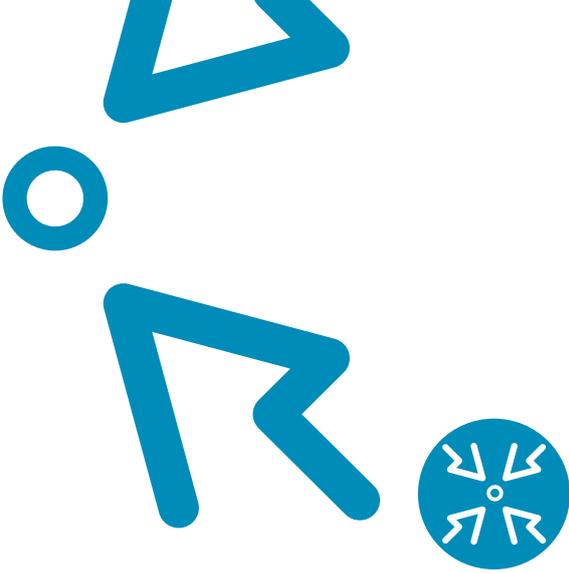
Die Sorge, dass sich besonders Offliner\*innen aufgrund der fortschreitenden digitalen Transformation sozial ausgegrenzt fühlen könnten, findet sich lediglich bei einer Minderheit von zehn Prozent. Auch lassen sich – im Gegensatz zur Pandemiephase 2021 - keine erhöhten gesellschaftlichen Entfremdungsgefühle konstatieren. Ebenso besteht auch keine geringere Lebenszufriedenheit mehr im Vergleich zu Onliner\*innen, obwohl, wie schon 2021, ein deutlich schlechterer Gesundheitsstatus vorliegt. Dies könnte ein Hinweis sein, dass diese Personengruppe eine für sich ausreichende Resilienz in einer zunehmend digitalen Welt entwickelt haben könnte.

Für eine altersspezifische Anpassungsform sprechen auch die Befunde zur Gesundheit und Lebenszufriedenheit unter den Personen ab 60 Jahren. Denn mit einem Gesamtdurchschnitt von 2,9 (als Schulnote) liegt die subjektive Einschätzung der persönlichen Gesundheit deutlich unter der allgemeinen Lebenszufriedenheit mit 2,3. Vier von zehn Personen schätzen ihre Gesundheit als (sehr) gut ein und nur jede/-r Zehnte als (sehr) schlecht. Zwei Drittel attestieren sich eine (sehr) gute Lebenszufriedenheit und lediglich vier Prozent eine (sehr) schlechte. Erwartungsgemäß fällt das Gesundheitsniveau im hohen Alter und auch bei Personen mit niedrigem Bildungsstatus geringer aus, speziell auch hinsichtlich des Hörens, Sehens, der Bewegungsfähigkeit und des Gedächtnisses. Und während zwölf Prozent der Befragten einen Pflegegrad aufweisen, sind es unter den Personen ab 80 Jahren 30 Prozent, und unter den Offliner\*innen 32 Prozent. Dennoch besteht auch unter diesen beiden Personengruppen



eine insgesamt hohe Lebenszufriedenheit. Anders verhält es sich jedoch bei der Frage nach dem gefühlten Alter. So empfinden sich 79 Prozent der Personen ab 60 Jahren jünger als sie kalendarisch sind, im Durchschnitt sind es 8,4 Jahre. Doch Personen im hohen Alter fühlen sich mit 9,2 Jahren überdurchschnittlich jünger, Offliner\*innen mit 7,6 Jahren hingegen deutlich weniger jung. Dabei gilt in der Gerontologie das subjektive Alter als ein bedeutsamer Gradmesser für das Selbstbild vom Alter. Und wer sich jünger fühlt, bringt auch eher eine Offenheit für Neues und für digitale Technologien mit.

Die Ergebnisse der SIM-Studie 2024 lassen sich abschließend auf drei Kernbotschaften zusammenfassen: Erstens schreitet die digitale Transformation im Alltag älterer Menschen und damit verbunden die Digitalität im Alter voran. So zeigen die Befunde im Vergleich zur ersten Erhebung von 2021 zum Teil erhebliche Zuwächse in der digitalen Medienausstattung sowie im Zugang zum Internet. Besonders deutlich ist diese Entwicklung bei Personen im hohen Alter zu beobachten, die in diesen Bereichen spürbar zu den jüngeren Altersgruppen aufholen konnten. Auch auf Ebene der Nutzung und Alltagsrelevanz des Internets fanden Entwicklungen zu vermehrter Digitalität statt. Hinsichtlich der digitalen Kompetenzen und auch der digitalen Gesundheitskompetenz bestehen jedoch weiterhin große Defizite. Damit schließt sich die zweite Kernbotschaft an. Die Heterogenität im Alter spiegelt sich auch in der digitalen Welt wider. Entlang der soziodemografischen Merkmale Alter, Bildung, Geschlecht wie auch nach Haushaltseinkommen, Haushaltsgröße und alten/neuen Bundesländern finden sich zum Teil erhebliche und kumulierende Ungleichheiten. Nicht alleinlebende Männer im jungen Alter mit hohem Bildungs- und Einkommensniveau weisen eine vergleichsweise hohe Digitalität bezüglich Zugang, Nutzung und Alltagsrelevanz des Internets sowie digitalen Kompetenzen auf; alleinlebende Frauen im hohen Alter mit geringen Bildungs- und Einkommensniveau eine sehr niedrige Digitalität. Daraus lässt sich als dritte Kernbotschaft ableiten: Es besteht ein großer Unterstützungsbedarf bei der Förderung und Vermittlung digitaler Teilhabe, digitaler Kompetenzen und auch zu digitaler Gesundheit. Hierzu gilt es zwei Aspekte in besonderer Weise zu beachten: Aufgrund der hohen technischen Innovationsdynamik gilt es hier insbesondere auf kommunaler Ebene kontinuierlich Bildungs-, Beratungs- und Begleitangebote vor Ort zu schaffen und zu erweitern. Gleichzeitig zeigen die Daten, dass die Gruppe der Personen über 60 Jahren äußerst heterogen ist: Lebensphase, Bildungsweg, finanzielle Ressourcen und soziale Einbettung bestimmen in hohem Maße, wie Medien genutzt, bewertet und verstanden werden. Die Herausforderung für Gesellschaft, Politik und Bildungseinrichtungen bleibt, die digitalen Chancen allen zugänglich zu machen – unabhängig von Alter oder Herkunft. Die SIM-Studie liefert dafür eine solide, empirisch fundierte Grundlage.



## 12. English Summary

The SIM Study 2024 (Senior citizens, Information, Media) – conducted by the Medieinpädagogische Forschungsverbund Südwest (Media Education Research Association Southwest or mpfs) in cooperation with the Catholic University of Applied Sciences Freiburg – examines, for the second time following 2021, the media behavior of persons aged 60 and older in Germany. The study does not only focus on technical equipment and usage habits, but also investigates attitudes, digital skills, social integration, current life circumstances, and individual strategies for navigating digitalization in everyday life. The representative survey is based on 2,000 telephone interviews conducted in the summer of 2024. It takes into account key socio-demographic characteristics such as gender, education and residential area size, providing a representative picture of the older population in Germany. Due to the specific study design the results for persons over 80 can be reported separately. In addition to traditional media aspects such as television, radio, and newspapers, the focus is also on digital devices, internet applications, and information behavior.

Over the past three years, older adults have seen significant increases in digital device ownership. While television sets remain almost universally available at 98 %, digital devices such as smartphones (83 %), computers (81 %) and tablets (58 %) are now also widely used. The most notable increases occurred among those aged 80 and above, especially in smartphone ownership, which rose by 18 percentage points. Smart TVs (53 %) and health wearables (21 %) are also becoming increasingly common. However, access to digital technology remains unevenly distributed: men, individuals with higher education levels and higher incomes are significantly better equipped than women or those with lower formal education.

Digital devices are increasingly integrated into the daily lives of older people. While television remains the most-used medium with 94 percent daily usage, smartphone usage is rapidly catching up: 73 percent now use their smartphone daily – a 10-point increase since 2021. Half of the interviewed persons use a computer daily, and a third use a tablet every day. Printed media remain relevant: 57 percent read a daily newspaper, 37 percent read books, and 31 percent read magazines on a daily basis. As age increases, the use of digital devices decreases, while traditional media tends to be used more frequently. Gender-specific differences also emerge: men are more likely to use computers, while women more often read books and use instant messaging services like WhatsApp.



A growing number of persons aged 60 and older now have access to the internet. Overall, 87 percent of respondents go online at least occasionally – six percentage points more than in 2021. The largest gains occurred among those aged 80 and over, with the proportion of online users rising by eleven percentage points to 62 percent. However, a digital divide persists: women, individuals with low levels of education or low income, and residents of the new federal states are less likely to be online. There are also regional differences: In the new federal states, the proportion of online users is 79 percent, in the old federal states it is 89 percent.

The intensity of internet use is also increasing: 76 percent of the interviewees are online daily or almost daily, 52 percent several times per day – primarily via smartphones. The average weekly online time is ten hours, with men spending an average of three hours longer online than women. Younger senior citizens (aged 60–69) spend 13 hours weekly online, compared to only four hours among the oldest group. Online activities are focused on information searches, communication and organizational tasks: 84 percent regularly use search engines, 79 percent use messaging services such as WhatsApp, 77 percent write or read emails and 71 percent inform themselves online about current world events. The general use of online banking (60 %), shopping (67 %) and media libraries (63 %) is also widespread. Social networks (25 %), video calls (28 %), and streaming services (27 %) are less common and decline with age. Notably, the use of video calls has dropped compared to 2021, presumably a consequence of the declining relevance of digital communication after the end of the coronavirus pandemic.

The proportion of offline users has dropped from 19 to 13 percent. The main reasons for not using the internet are sufficient sources of information via traditional media (93 %), a lack of perceived need (75 %), and lack of time or motivation (66 %). More than half say that using the internet is too much effort, 43 percent do not feel confident using it, and about a quarter have no one to help them. Security concerns also play a role (44 %). The decision to remain offline is usually pragmatic rather than ideological – due to a perceived lack of necessity, combined with access barriers and a lack of support.

A particular focus of the study is on information behavior. A wide variety of media is evident here: television is primarily used for information on current world events (56 %), followed by the internet (19 %) and the daily newspaper (15 %). For regional news, daily newspapers dominate; for health and care topics, the internet leads over „other sources“, such as professional sources like doctors. For personal problems and when seeking product information, the internet ranks first – although among those over 80, family and „other sources“ play a more central role. A clear age-related trend emerges: While the Internet already plays a central role for 60 to 69-year-olds, it often remains one of several sources for older people. Traditional media therefore retain their relevance, but are steadily losing ground in the younger segments of the older population.



A new addition to the study was the question about the level of awareness and use of ChatGPT. Eight percent of the interviewees have used the AI tool, while 43 percent are at least familiar with the term. Educational background is again decisive: nearly a fifth of those with a high education level have used ChatGPT, compared to only three percent of those with a low level of education. The relevance of artificial intelligence in the everyday lives of older people therefore remains limited at present.

In addition to the equipment, use and everyday relevance of digital media, digital literacy of older people was also examined in terms of subjectively assessed skills and self-efficacy. With an index value of 44 out of a possible 100 points, persons aged 60 and over have „basic digital skills“. Persons with a high level of education (59), persons of a young age (54) and men (51) achieve at least an average level of competence. Online users (49) have a medium level overall, although there are also major differences across the age and education groups. For example, older online users only achieve a basic level of competence (33). Digital knowledge and skills are most likely to be found in the basic handling of information and communication, while there are greater deficits in terms of creating digital content and solving technical problems.

These findings are in line with the assessments of Internet operating skills and digital devices such as smartphones, tablets and computers. For all four types of media, the study participants gave themselves an overall average „school grade“<sup>11</sup> of around 3.5, i.e. „not satisfactory“. Nevertheless, in contrast to 2021, all scores have improved; most significantly for smartphones and tablets. This positive development is probably primarily due to the strong growth in the user groups. Among people aged 60 and over, the proportion of (very) poor skills in using devices and the internet primarily decreased, while the proportion of (very) good user skills increased only moderately. Furthermore, the overall values within the respective user communities have not improved. Only 29 percent of all online users rate their internet skills as good or very good. The unequal competence patterns according to age, education and gender are equal to 2021, even within the respective online users: The highest skill levels for all four types of media are shown by men, the young-elderly and persons with a high level of education. With one exception: women who use a smartphone rate their knowledge in the same way as smartphone-using men (school grade 3.0 in each case). In light of the fact that digital health is becoming increasingly relevant and can offer new opportunities for better and more efficient care, especially for older people, digital health literacy was also examined for the first time in the SIM Study 2024. The results demonstrate considerable deficits in this area. Two thirds of persons aged 60 and over have limited digital health literacy, among online users the figure is 59 percent (offline users 95 %); among persons with a low level of formal education it is 74 percent and among persons above 80 it is as high as 83 %. While six out of ten persons aged 60 and over see no difficulty in finding and understanding health information online,

---

<sup>11</sup> German school grades range from 1 (very good) to 6 (unsatisfactory).



only a third feel able to assess its trustworthiness. And it is precisely in the more vulnerable groups who could benefit most from the potential of digital health that health literacy is very low.

A key factor in engaging with modern technologies such as the internet is self-efficacy, i.e. the feeling of having confidence in oneself and facing challenges. As in 2021, there are inequalities between socio-demographic groups in this area. Men are significantly more confident online than women; the young-elderly and those with a high level of education also have greater online self-efficacy than their comparison groups. Confidence has improved across all interviewees, but remains at a medium, moderate level and varies greatly between online applications. While two thirds are confident that they can carry out basic tasks on the Internet, such as researching information, a third feel ready to use telemedical video communication, but only a fifth feel able to solve technical problems themselves.

A large majority of 85 percent of all interviewees receive support in dealing with modern technology, mostly from their own children and grandchildren or from their close personal environment. About one in ten persons seek help from a professional service. Conversely, more than a third (36 %) provide help and support with digital technologies – predominantly groups with an affinity for technology such as men, persons with a high level of education and persons aged between 60 and 69. These groups also state more frequently that they are involved in voluntary work. Of all interviewees, 27 percent state that they carry out voluntary work, compared to only 14 percent of offline users.

Overall, there is a high level of social integration among older people and only a low level of obsolescence. Only one in ten feel that they „missed the connection to modern times“ and 55 percent feel up to date. Nevertheless, the values have deteriorated slightly compared to 2021 and persons of an advanced age and those with a low level of formal education continue to feel more alienated. When asked whether the internet helps people to feel part of society, 22 percent of the online users agree, with this being particularly true for persons above 80 and those with a high level of education. One in two of all online users also agree that they feel more connected to family and friends as a result.

The concern that offline users in particular could feel socially excluded due to the ongoing digital transformation is only found in a minority of ten percent. In contrast to the 2021 pandemic phase, there are no increased feelings of social alienation. Similarly, there is no longer any lower life satisfaction compared to online users, although, as in 2021, their health status is significantly worse. This could be an indication that this group of people may have developed sufficient resilience in an increasingly digital world. The findings on health and life satisfaction among persons aged 60 and over also suggest an age-specific form of adaptation. With an overall average of 2.9 (as a school grade), the subjective assessment of personal health is significantly lower than the

general life satisfaction of 2.3. Four out of ten interviewees rate their health as (very) good and only one in ten as (very) poor. Two thirds rate their life satisfaction as (very) good and only four percent as (very) poor. As expected, the level of health is lower in old age and also among persons with a low educational status, especially with regard to hearing, vision, mobility and memory. And while twelve percent of all interviewed persons have a degree of care, the figure is 30 percent among persons aged 80 and over and 32 percent among offline users. Nevertheless, there is an overall high level of life satisfaction among these two groups. The situation is different when it comes to the question of perceived age. For example, 79 percent of persons aged 60 and over feel younger than their chronological age, the average being 8.4 years. However, persons above 80 feel younger than average at 9.2 years, while offline users feel less young at 7.6 years. In gerontology, subjective age is considered a significant indicator of the self-image of older people. And those who feel younger are also more likely to be open to new things and digital technologies.

The results of the SIM Study 2024 can be summarized in three key messages: Firstly, the digital transformation in the everyday lives of older people and the associated digitality is progressing. Compared to the first survey in 2021, the findings show significant increases in digital media equipment and access to the internet in some cases. This development is particularly evident among the persons above 80, who have been able to catch up noticeably with younger age groups in these areas. There have also been developments towards increased digitality in terms of the use and everyday relevance of the internet. However, there are still major deficits in terms of digital skills and digital health literacy. This brings us to the second core message. Heterogeneity in age is also reflected in the digital world. Along the socio-demographic characteristics of age, education, gender as well as by household income, household size and old/new federal states, there are sometimes considerable and cumulative inequalities. Younger men who do not live alone and have a high level of education and income have a comparatively high level of digitality in terms of access, use and everyday relevance of the internet and digital skills; older women who live alone and have a low level of education and income have a very low level of digitality. This leads to a third key message: There is a great need for support in promoting and teaching digital participation, digital skills and also digital health. Two aspects in particular need to be considered here: Due to the high pace of technological innovation, there is a need to continuously create and expand educational, advisory and support services at a local level. At the same time, the data shows that the group of persons above 60 is extremely heterogeneous: the stage of life, educational background, financial resources and social background determine to a large extent how media are used, evaluated and understood. The challenge for society, politics and educational institutions remains to make digital opportunities accessible to everyone – regardless of age or background. The SIM study provides a solid, empirically sound basis for this.

# SIM-Studie 2024

## Senior\*innen, Information, Medien

### Basisuntersuchung zum Medienumgang älterer Personen ab 60 Jahren



#### Medienpädagogischer Forschungsverbund Südwest (mpfs)

Der Medienpädagogische Forschungsverbund Südwest (mpfs) ist eine Kooperation der Landesanstalt für Kommunikation Baden-Württemberg (LFK) und der Medienanstalt Rheinland-Pfalz. Der mpfs untersucht seit über 20 Jahren die Mediennutzung von Kindern und Jugendlichen mit den Studienreihen KIM und JIM. Die Basisuntersuchung SIM (Senior\*innen, Information, Medien) bietet erstmals repräsentatives Datenmaterial zur Mediennutzung von älteren Personen.



#### Landesanstalt für Kommunikation Baden-Württemberg (LFK)

Die Landesanstalt für Kommunikation (LFK) mit Sitz in Stuttgart ist eine von 14 Landesmedienanstalten in Deutschland und sorgt im Südwesten für Medienvielfalt. Zu ihren Aufgaben zählen u. a. die Zulassung und Aufsicht der privaten Radio- und Fernsehveranstalter, die Förderung der privaten Rundfunksender im Land, die Kontrolle des Jugendschutzes im Rundfunk und im Internet sowie Medienpädagogik und Medienforschung. Die Vermittlung von Medienkompetenz an Ältere ist ein aktueller Schwerpunkt der LFK. Die LFK leitet die Geschäftsstelle des Medienpädagogischen Forschungsverbundes Südwest (mpfs).



#### Medienanstalt Rheinland-Pfalz

Mediale Teilhabe für alle Menschen in Rheinland-Pfalz ist unser Ziel. Mit unseren Schwerpunkten Bürgermedien, Medienkompetenz, Medienförderung und Medienregulierung wollen wir alle Bürger\*innen qualifizieren, stark machen, unterstützen und schützen. So sichern wir Medien- und Meinungsvielfalt. Wir fördern die digitale Kompetenz älterer Personen im Rahmen zahlreicher Projekte, Kooperationen und Initiativen. In der Medienanstalt Rheinland-Pfalz ist die Geschäftsstelle der Stiftung MedienKompetenz Forum Südwest zuhause, für die wir zusammen mit der LFK und dem SWR Trägerin sind.



#### Institut für Angewandte Forschung an der Katholischen Hochschule Freiburg (IAF)

Das Institut für Angewandte Forschung (IAF) bündelt und koordiniert als wissenschaftliche Einrichtung seit 1996 sämtliche Forschungsaktivitäten der Katholischen Hochschule Freiburg (KH Freiburg). Als gemeinnütziges Institut finanziert sich das IAF aus Drittmitteln zur Forschungsförderung und für Entwicklungsaufträge. Im Fokus steht die angewandte Forschung mit Schwerpunkten in den Bereichen Gerontologie, Bildung, Sozialisation und Ethik. Durch die Professur von Michael Doh (seit März 2021) ist als weiterer Forschungsschwerpunkt die digitale Transformation im Sozial- und Gesundheitswesen hinzugekommen. Hierunter zählen mediengerontologische Forschungsfragen zur digitalen Inklusion, digitalen Bildung und zur sozialen Teilhabe älterer Menschen.

#### Herausgeber

Medienpädagogischer Forschungsverbund Südwest (mpfs)

#### Geschäftsstelle

c/o Landesanstalt für Kommunikation  
Baden-Württemberg (LFK)  
Thomas Rathgeb  
Reinsburgstr. 27  
70178 Stuttgart

Telefon 0711-66 99 131

Fax 0711-66 99 111

E-Mail [info@mpfs.de](mailto:info@mpfs.de)  
[www.mpfs.de](http://www.mpfs.de)

#### In Kooperation mit:

Katholische Hochschule Freiburg,  
vertreten durch die Rektorin  
Prof. Dr. Stephanie Bohlen

#### Studienleitung

Thomas Rathgeb (LFK)  
Prof. Dr. Michael Doh (KH Freiburg)

Stuttgart, Mai 2025

#### Autor\*innen

Thomas Rathgeb (LFK)  
Prof. Dr. Michael Doh (KH Freiburg)  
Dr. Florian Tremmel (Medienanstalt RLP)  
Yvonne Gerigk (LFK)

#### Mitarbeit

David Leopold (KH Freiburg)  
Ute Bitterle (LFK)

#### Papier

Igepa, SoporSet Premium Offset  
aus verantwortungsvoller Forstwirtschaft

### Herausgeber

Medienpädagogischer Forschungsverbund Südwest  
c/o Landesanstalt für Kommunikation (LFK)  
Reinsburgstraße 27 | 70178 Stuttgart

### Leitung

Thomas Rathgeb (LFK) & Thomas Schmid (Medienanstalt RLP)

**LFK** Die Medienanstalt für  
Baden-Württemberg



Medienanstalt  
Rheinland-Pfalz

### In Kooperation mit

KATHOLISCHE  
HOCHSCHULE FREIBURG  
CATHOLIC UNIVERSITY  
OF APPLIED SCIENCES FREIBURG

