Medienmitteilung vom 18.11.2026, Sperrfrist bis 19.11.2026, 00:01 Uhr
ZHAW Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften

Sperrfrist: 19. November 2026, 00:01 Uhr

KI wird für Jugendliche zur festen Informationsquelle

Zwei Drittel der Jugendlichen in der Schweiz informieren sich regelmässig mit künstlicher Intelligenz (KI) − dreimal so viele wie 2024. Das zeigt die JAMES-Studie 2026 der ZHAW und Swisscom. Die Smartphonenutzung bleibt auf hohem Niveau. Sport, Freundschaften und Familie haben gleichzeitig weiterhin einen festen Platz in ihrer Freizeit.

In keinem Bereich hat sich der Medienalltag der Jugendlichen in den letzten zwei Jahren so stark verändert wie bei der künstlichen Intelligenz. Für die Studie befragte die ZHAW von Ende April bis Mitte Juni 2026 insgesamt 1088 Jugendliche zwischen 12 und 19 Jahren aus den drei grossen Sprachregionen. Nutzten 2024 erst 22 Prozent regelmässig KI-Anwendungen wie ChatGPT, um sich zu informieren, sind es heute 66 Prozent. Als Informationsquelle liegt KI damit an dritter Stelle, nach Suchmaschinen und Messengern. «Viele Jugendliche haben KI innert kurzer Zeit selbstverständlich in ihren Alltag eingebaut. Sie sollten deshalb auch lernen, wie solche Antworten entstehen und weshalb es sich lohnt, sie mit unabhängigen Quellen zu überprüfen», sagt Gregor Waller ZHAW-Medienpsychologe und Erstautor der Studie.

WhatsApp und Co. bleiben vorne

Bei den beliebtesten Apps hat sich seit 2024 kaum etwas bewegt: WhatsApp, Instagram, TikTok und Snapchat stehen weiterhin an der Spitze. Stark eingebrochen ist hingegen die Nutzung von BeReal: Statt rund ein Drittel wie 2024 nutzen die App heute noch vier Prozent der Jugendlichen regelmässig. Messenger und soziale Netzwerke gleichen sich in ihren Funktionen zunehmend an. Die Jugendlichen nutzen beide vor allem zum Chatten sowie zum Anschauen und Liken von Beiträgen anderer. Eigene Inhalte stellen nur wenige online.

Smartphonenutzung hoch − Sport, Freundschaften und Familie bleiben wichtig

Die mittlere Smartphone-Nutzungsdauer nach eigener Einschätzung beträgt an Wochentagen rund 3 Stunden, am Wochenende rund vier Stunden. Ihre Freizeit gestalten die Jugendlichen trotz intensiver Mediennutzung vielseitig: Sieben von zehn Jugendlichen treiben regelmässig Sport, fast ebenso viele gehen regelmässig nach draussen oder treffen Freundinnen und Freunde. Zudem verbringen immer mehr Jugendliche regelmässig Freizeit mit ihrer Familie: 2010 waren es 16 Prozent, 2024 29 Prozent, heute sind es 38 Prozent. «Digitale Mediennutzung kommt in der Freizeit dazu, sie verdrängt aber bei den meisten Jugendlichen weder den Sport noch die Freundschaften oder die Familie», sagt Jael Bernath, Mitautorin der Studie.

Smartphones für alle, Streaming- und KI-Abos nicht

Ein eigenes Smartphone haben heute praktisch alle Jugendlichen (99 Prozent), unabhängig vom sozioökonomischen Status der Familie. Unterschiede zeigen sich hingegen bei kostenpflichtigen Diensten: In Haushalten mit tieferem sozioökonomischem Status gibt es seltener Abos für Film- und Musikstreaming, Tageszeitungen oder KI-Anwendungen. Deutlich zeigt sich dies zum Beispiel bei KI: Während 44 Prozent der Haushalte mit hohem sozioökonomischem Status über ein KI-Abo verfügen, sind es bei Haushalten mit tiefem Status 23 Prozent. Unterschiede beim digitalen Zugang zeigen sich

heute weniger beim Besitz von Geräten als beim Zugang zu kostenpflichtigen digitalen Angeboten. «Es besteht die Gefahr, dass sich eine Kluft zwischen vermögenden und ärmeren Familien auftut, wenn es um die KI-Fitness geht. Hier sollte die Politik aufmerksam hinschauen, dass die Chancengleichheit erhalten bleibt», findet Michael In Albon, Jugendmedienschutz-Beauftragter bei Swisscom.

Musikalische Vielfalt: Diese Künstler:innen hören Jugendliche am liebsten

Musik durchdringt die Freizeit aller Schweizer Jugendlichen: rund 77% geniessen sogar täglich Musik. Bei der diesjährigen Erhebung wurden die Jugendlichen nach ihren drei liebsten Musiker:innen sowie Bands gefragt. Die Ergebnisse zeigen eine grosse Vielfalt musikalischer Vorlieben: Bei insgesamt 2524 Nennungen wurden 907 unterschiedliche Künstlerinnen und Künstler aufgeführt. «Die deutlichen Unterschiede zwischen den Sprachregionen zeigen, dass Sprache und kultureller Bezugsraum einen wesentlichen Einfluss auf die Wahl der Lieblingsinterpretinnen und -interpreten haben», erläutert Lilian Suter, ZHAW-Medienpsychologin. Die deutschsprachige Schweiz ist mit *Eminem*, *Drake* und *Pashanim* auf den vorderen Rängen überwiegend international und englischsprachig geprägt. Mit *Werenoi*, *PNL* und *JUL* auf den Spitzenplätzen in der Romandie zeigt sich eine starke Orientierung an französischsprachigem Rap und Hip-Hop. In der italienischsprachigen Schweiz dominieren mit *Shiva* und *Sfera Ebbasta* italienische Rapper (Platz drei: *Drake*).

Viele Jugendliche erleben Beschimpfungen und Belästigung − Offene Gespräche sind wichtig

59 Prozent der Jugendlichen wurden in den letzten zwei Jahren mindestens einmal in privaten Nachrichten beschimpft oder beleidigt. Mehr als ein Viertel wurde online von Fremden nach dem Aussehen des eigenen Körpers gefragt oder mit unerwünschten sexuellen Absichten angesprochen, Mädchen deutlich häufiger als Jungen. So wurden 28 Prozent der Mädchen und elf Prozent der Jungen von Fremden aufgefordert, erotische Fotos von sich zu verschicken. Belastende Erfahrungen im Netz bewegen sich damit auf einem ähnlichen Niveau wie 2024. «Jugendliche brauchen Erwachsene, denen sie von schwierigen Erlebnissen im Netz erzählen können, ohne Ärger befürchten zu müssen. Und sie brauchen gute Vorbilder. Eltern und Lehrpersonen sollten sich für die digitale Welt der Jugendlichen interessieren und das Gespräch suchen», sagt Michael In Albon.

Konkrete Empfehlungen zum sicheren Umgang mit digitalen Medien für Eltern und Bezugspersonen bietet **der Ratgeber «Medienkompetenz»** der ZHAW und der nationalen Plattform «Jugend und Medien», kostenlos erhältlich unter www.jugendundmedien.ch und www.zhaw.ch/psychologie/medienkompetenz. Wie Eltern ihre Kinder unterstützen können, zeigen Fachpersonen der ZHAW, von Pro Juventute und Swisscom zudem im Online-Elternabend «Cybermobbing – zwischen Chat und Pausenplatz» - verfügbar unter swisscom.ch/elternabend und auf youtube.com/swisscom.

Weitere Informationen

- JAMES Studie 2026 (Webseite ZHAW)
- JAMES Studie 2026 (Webseite Swisscom)

Kontakt

- Swisscom AG, Mediendienst, 3050 Bern, Tel 058 221 98 04, E-Mail media@swisscom.com
- Nina Aemisegger, Kommunikation, ZHAW Angewandte Psychologie, Tel 058 934 80 35, E-Mail nina.aemisegger@zhaw.ch

Nationale Studie zur Jugendmediennutzung

Die JAMES-Studie bildet den Medienumgang von Jugendlichen in der Schweiz ab. JAMES steht für «Jugend, Aktivitäten, Medien – Erhebung Schweiz» und wird alle zwei Jahre durchgeführt. In der repräsentativen Studie werden seit 2010 von der ZHAW Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften im Auftrag von Swisscom über 1000 Jugendliche im Alter von 12 bis 19 Jahren in den drei grossen Sprachregionen der Schweiz zu ihrem Medien- und Freizeitverhalten befragt.

Departement Angewandte Psychologie der ZHAW

Das ZHAW Departement Angewandte Psychologie ist das führende Kompetenzzentrum für wissenschaftlich fundierte Angewandte Psychologie in der Schweiz. Es besteht aus dem Institut für Mensch, Gesellschaft und Technologien (IMGT), dem Institut für Mental Health (IMH) und dem IAP Institut für Angewandte Psychologie. Mit dem Bachelor- und dem Masterstudiengang, dem Bereich Forschung & Entwicklung sowie dem Beratungs- und Weiterbildungsangebot wird wissenschaftlich fundiertes Wissen für Menschen und Unternehmen in ihrem Lebens- und Arbeitsumfeld nutzbar gemacht.
www.zhaw.ch/psychologie

Swisscom ist Auftraggeberin der JAMES-Studie

Swisscom hat sich zum Ziel gesetzt, jährlich über 2 Mio. Menschen in der Schweiz bei ihrer Mediennutzung zu unterstützen. Das tut sie zum Beispiel mit Kursen an Schulen oder mit Ratgebern sowie Hilfe- und Erklärvideos online. Swisscom ist Auftraggeberin der JAMES-Studie, die von der ZHAW im Zweijahres-Rhythmus durchgeführt wird. Alle Massnahmen rund um Medienkompetenz und Informationen dazu finden Sie unter www.swisscom.com/campus.