



De voor- en nadelen die gebruikers ervaren bij digitale technologieën

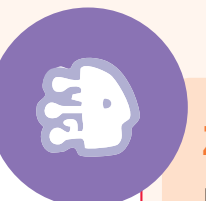


Wearables

Draagbare technologieën zoals smartwatches en fitness trackers.

9% ervaart meer nadelen dan voordelen voor hun welzijn

Nadelen zoals afhankelijkheid van de wearable, obsessie met het bijhouden van cijfers en overprikkeling door de voortdurende stroom aan gezondheidsinformatie en meldingen



AI

Technologie die gevoed wordt door grote hoeveelheid data en daarvan kan leren, zoals ChatGPT, Microsoft Copilot of Dall-E.

Zelf niet meer na hoeven denken

Dit wordt als nadeel gezien door AI-gebruikers van verschillende leeftijden

1 op de 10 65-plussers gebruiken een paar keer per week AI
Of vaker!

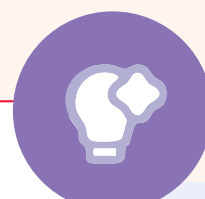


Internet

Activiteiten die online plaatsvinden of door middel van internet en niet binnen een van de andere tech categorieën vallen. Zoals online winkelen, series streamen of online lessen.

18-24-jarigen geven in vergelijking met andere leeftijdsgroepen wat vaker aan nadelen te ervaren

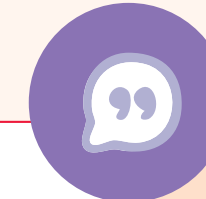
Meest genoemde nadeel is gerelateerd aan het ervaren van minder autonomie over hun internetgebruik, namelijk dat ze vinden dat ze er te veel tijd aan besteden



Domotica

Slimme huisapparaten, zoals slimme deurbellen, lampen of thermostaten.

Meeste gebruikers ervaren nooit of bijna nooit nadelen
Nadeel dat wel benoemd wordt door zowel jongeren als volwassenen zijn de hoge kosten van domotica



Sociale media

Platforms waar veel mensen samenkomen, een eigen profiel kunnen maken en elkaars content kunnen bekijken. Zoals Facebook, LinkedIn en TikTok.

25-44-jarigen geven in vergelijking met andere leeftijdsgroepen vaker aan (veel) meer nadelen dan voordelen te ervaren

Zoals te veel tijd aan sociale media besteden, eindeloos scrollen, te veel prikkels en minder fysiek contact

Jongeren (<25 jaar) geven aan (veel) meer voordelen dan nadelen te ervaren

Zoals sociaal contact, entertainment, ontspanning, plezier en het gemak – ofwel ‘makkelijke en snelle communicatie’



Extended Reality

Technologieën die virtuele elementen in de echte wereld plaatsen, zoals VR-brillen of de Pokémon Go app.

Nieuwe ervaringen opdoen
Dit wordt gezien als een groot voordeel van Extended Reality



Games

Videospellen die je online of offline kunt spelen, zoals spellen op een Playstation, computer of smartphone.

Jongeren en volwassenen ervaren vergelijkbare voordelen van gamen

Zoals ontspanning, plezier, entertainment en sociale contacten. Jongeren noemen daarnaast ‘leren’ als voordeel