

Die Gedanken sind frei: Je jünger, desto abgelenkter - DA Direkt Ablenkungsstudie 2025 zeigt Risiken und Trends im Straßenverkehr

Fast drei Viertel der Autofahrer unter 30 in Deutschland (72%) sind am Steuer stark abgelenkt. Zu diesem Ergebnis kommt die DA Direkt Ablenkungsstudie 2025. Demnach nimmt die Ablenkung mit dem Alter stetig ab und liegt im Durchschnitt aller Befragten bei 58 Prozent.

Die Langzeitstudie im Auftrag des Direktversicherers spricht von einer hohen Ablenkung, wenn Autofahrer mindestens eine Tätigkeit, wie Smartphone-Nutzung, Essen/Trinken oder auch Gespräche während der Fahrt häufig ausüben. Gerade in Metropolen und bei jungen Erwachsenen ist das Spektrum der ablenkenden Aktivitäten besonders vielfältig.

„Die Ergebnisse unserer Studie zeigen deutlich, wie groß die Herausforderung durch Ablenkung am Steuer gerade für junge Fahrerinnen und Fahrer ist. Jeder Unfall durch Ablenkung oder riskantes Verhalten ist potenziell vermeidbar. Deshalb setzen wir uns als Versicherungsunternehmen für Aufklärung, Prävention und ein verantwortungsvolles Miteinander im Straßenverkehr ein“, sagt Peter Stockhorst, CEO DA Direkt.

Smartphone am Steuer: Vom Telefonieren bis zum Online-Meeting

Fast jeder dritte Autofahrer unter 30 in Deutschland nutzt das Smartphone bei fast jeder Fahrt. „Dies ist unproblematisch, sofern es im parkenden Auto oder mit einer Handyhalterung passiert, etwa als Navi oder zum Abspielen von Musik“, sagt Oliver Frindt, KfZ-Versicherungsexperte bei DA Direkt. Allerdings greifen 15 Prozent regelmäßig zum Handy, um eingehende Textnachrichten zu lesen. Jeder Zehnte konsumiert und postet während der Fahrt sogar Inhalte auf Social Media und nimmt regelmäßig an beruflichen Online-Meetings teil.

Um sich nicht doch zum Griff zum Handy verleiten zu lassen, empfiehlt DA Direkt, das Gerät stummgeschaltet auf die Rückbank zu legen oder in einer dafür vorgesehenen Halterung zu platzieren. Für dringende Telefonate legt man am besten eine kurze Pause ein. Denn nicht nur das Telefonieren mit dem Handy am Ohr ist verboten, sondern auch Textnachrichten zu lesen oder zu schreiben, Anrufe abzulehnen oder die Uhrzeit abzulesen, wenn man das Handy dafür in die Hand nehmen muss.

Feierlaune und Alkohol: Junge Fahrer besonders risikobereit

Trotz Aufklärung und gesetzlichen Promillegrenzen fahren weiterhin viele Autofahrer nach Feiern selbst. Knapp jeder zweite Autofahrer unter 30 hat schon einmal nach Alkoholkonsum ein Fahrzeug geführt, 29 Prozent – nach eigener Einschätzung – sogar mit über 0,5 Promille. Knapp jeder Fünfte schätzt die Gefahr durch kleine Mengen Alkohol am Steuer obendrein als gering ein.

Dabei kann Alkoholkonsum auch unterhalb dieser gesetzlichen Promillegrenzen Folgen haben. So gilt bis zum 21. Geburtstag oder in der Probezeit ein striktes Alkoholverbot am Steuer. „Wenn Alkohol oder der Konsum anderer Rauschmittel ursächlich für einen Schadensfall oder Unfall war, gefährdet der Fahrer zudem seinen Versicherungsschutz“, weiß Versicherungsexperte Frindt.

Höher, schneller, weiter: fatale Gruppendynamiken

Wenn Jugendliche in einer Gruppe unterwegs sind, können sie sich gegenseitig aufstacheln. Sich hier gegen andere zu behaupten, müssen sie erst lernen - auch im Auto. Laut DA Direkt Ablenkungsstudie fühlt sich jeder dritte Autofahrer unter 30 durch Kommentare, Verhalten oder Erwartungen anderer Mitfahrer unter Druck gesetzt. Jeder Zweite kennt sogar Situationen, in denen Freunde oder Bekannte trotz Alkoholkonsum gefahren sind oder andere zum Fahren überredet haben.

Die Versicherungsexperten von DA Direkt empfehlen jungen Menschen daher die Teilnahme am begleiteten Fahren ab 17. Hier fährt im ersten Jahr eine Begleitperson mit, die mindestens 30 Jahre alt ist und seit fünf Jahren einen Führerschein besitzt. In diesem geschützten Rahmen sammeln Jugendliche Fahrpraxis und die Fähigkeit, sich später auch ohne Begleitung gegen Druck aus ihrer Gruppe zu behaupten.

Die DA Direkt Ablenkungsstudie 2025

Deutsche Autofahrer ab 18 Jahren, die regelmäßig (mind. 2-3 Mal die Woche) im eigenen Wagen / Geschäftswagen unterwegs sind; Panelbasierte Online-Interviews; n=2.680 Autofahrer, online repräsentativ innerhalb dieser Zielgruppe, darin enthalten n=517 Interviews bei Führerscheinbesitzern bis zu 29 Jahren; Befragungszeitraum Oktober 2025.