

Soziale Medien: Kinder vor Gefahren schützen

TikTok, Instagram, YouTube, WhatsApp und ChatGPT: Im Alltag von Kindern und Jugendlichen sind digitale Medien allgegenwärtig. Sie ermöglichen gesellschaftliche Teilhabe und Kommunikation. Aber sie öffnen auch Räume für Falschnachrichten, Mobbing, sexualisierte Übergriffe und nicht zuletzt Mediensucht mit all ihren negativen gesundheitlichen Folgen.

Bundesfamilienministerin Karin Prien will deshalb Kindern und Jugendlichen unter 13 Jahren den Zugang zu sozialen Medien verbieten.

von Heike Korzilius

Anfang Juni ist Aktionstag „Cybergrooming“ im Landeskriminalamt Nordrhein-Westfalen. Die Ermittler wollen im Internet Erwachsene aufspüren, die versuchen, über Chats mit Kindern sexuellen Kontakt anzubahnen; der Versuch allein ist in Deutschland strafbar. An diesem Tag dauert es nur eine halbe Stunde, bis der erste Ermittler ein „Dickpic“, ein Penisfoto, zugeschickt bekommt. Er hatte sich als zwölfjähriges Mädchen ausgegeben. So schildert eine WDR-Reportage den Fall, der keine Ausnahme darstellt. Der Landesanstalt für Medien NRW zufolge hat eins von vier Kindern in Deutschland zwischen acht und 17 Jahren schon Cybergrooming erlebt.

Weltweit sei die technologiegestützte sexualisierte Gewalt ein stark wachsendes Phänomen, sagte Professor Dr. Rainer Thomasius, bis vor Kurzem ärztlicher Leiter des Deutschen Zentrums für Suchtfragen des Kindes- und Jugendalters (DZSKJ) am Universitätskrankenhaus Hamburg-Eppendorf, beim 13. Kammerkolloquium Kindergesundheits der Ärztekammer Nordrhein Ende Juni in Düsseldorf. Zu den sexualisierten Übergriffen zählte der Kinder- und Jugendpsychiater neben Cybergrooming die Erpressung mit intimen Aufnahmen (Sextortion), das nicht-einvernehmliche Teilen intimer Aufnahmen (Sexting), die sexualisierte Belästigung im Internet und die digitale Herstellung, Verbreitung und

Speicherung von Missbrauchsabbildungen. Letztere haben sich Thomasius zufolge in Deutschland seit 2019 verdreifacht. Bei etwa einem Fünftel der aktuell rund 45.000 Missbrauchsfälle handele es sich um jugendpornografische Inhalte.

Das Internet vergisst nichts

Thomasius wies insbesondere auf die zum Teil gravierenden gesundheitlichen Folgen von Gewalterfahrungen bei Kindern hin, darunter depressive Störungen und Angststörungen, ADHS oder Sozial- und Bindungsstörungen. Bei Gewalt im Internet kämen zusätzliche Belastungen hinzu: Gefühle andauernder Ohnmacht, Kontrollverlust und Scham, unter anderem deswegen, „weil das Internet nichts vergisst“, so Thomasius. Außerdem gäben sich die Betroffenen häufig selbst die Schuld am Erlebten, was es ihnen erschwere, sich zu offenbaren und die Gewalterfahrung zu verarbeiten. Im Vergleich zu Opfern „analoger“ sexualisierter Gewalt litten die Betroffenen von sexualisierter Cyber-Gewalt häufiger unter Depressionen, Angst und zwischenmenschlichen Störungen. Sie unternahmen häufi-

ger Suizidversuche und legten öfter selbstverletzendes Verhalten an den Tag.

Es sind aber nicht allein sexualisierte Übergriffe und Gewalterfahrungen im Internet, die bei Kindern und Jugendlichen zu gravierenden Gesundheitsstörungen führen können. Gesundheitliche Risiken entstehen auch als Folge einer problematischen Mediennutzung. Das DZSKJ hat dazu Daten aus einer Längsschnittstudie zum Mediennutzungsverhalten von Kindern und Jugendlichen in Deutschland vorgelegt; diese führt das Institut seit 2019 mit Förderung der Krankenkasse DAK durch. Danach zeigte sich im vergangenen Jahr bei knapp 350.000 der Zehn- bis 17-Jährigen eine riskante Nutzung digitaler Spiele, bei knapp 240.000 eine pathologische Nutzung. Soziale Medien nutzten 1,1 Millionen Mädchen und Jungen in riskanter Art und Weise, bei knapp 350.000 lag eine pathologische Nutzung vor. Dabei berichteten die problematischen Nutzerinnen und Nutzer sozialer Medien häufiger von depressiven und Angstsymptomen sowie von einem höheren Stresslevel als unauffällige Nutzer. Sie wiesen zudem häufiger Defizite in ihrer Emotionsregulation auf und waren weniger achtsam als unauffällige Nutzer.

Australien als Vorreiter

Darüber, wie Kinder und Jugendliche vor den Gefahren von sexualisierter Gewalt im Netz, Desinformation und Mediensucht



Foto: JackF/istockphoto.com

Digitaler Alltag: Kinder und Jugendliche sollten je nach Entwicklungsstand angemessen in ihrer Mediennutzung unterstützt werden. Zudem sollen abgestufte Schutzvorkehrungen für Jugendliche bis 18 Jahren greifen, raten Experten.

geschützt werden können, wird inzwischen weltweit debattiert. Als erstes Land führte Australien Ende 2025 ein Social Media-Verbot für unter 16-Jährige ein.

In Deutschland sprach sich der 130. Deutsche Ärztetag im Mai in Hannover aus Gründen des Gesundheitsschutzes ebenfalls für ein solches Verbot aus. Das Ärzteparlament forderte zudem, die Plattformbetreiber zu verpflichten, Jugendliche vor suchtfördernden algorithmischen Verstärkungen, gefährdenden Inhalten, Cybermobbing und -grooming wirksam zu schützen. Es gehe nicht darum, Minderjährige von der digitalen Teilhabe und Bildung auszuschließen, hieß es in einem Beschluss. Ziel müsse vielmehr eine dem Entwicklungsstand angemessene Befähigung zur Nutzung sozialer Medien sein. Dies erfordere auch die Unterstützung von Eltern, Kita und Schule.

Schutz und Teilhabe in Balance

Eine Expertenkommission im Auftrag des Bundesfamilienministeriums legte Ende Juni 2026 ein abgestuftes Schutzkonzept vor und empfahl eine weitgehend selbstbestimmte Nutzung sozialer Medien ab einem Alter von 13 Jahren. Die 18 Expertinnen und Experten aus Rechtswissenschaft, Medizin, Psychologie, Kriminologie und Pädagogik stellten in ihren Handlungsempfehlungen klar, dass ein zeitgemäßer Kinder- und Jugendschutz mehr als bloßen Schutz umfassen müsse. Er schließe die Befähigung junger Menschen zur selbstbestimmten Nutzung digitaler Technologien ebenso ein wie ihre aktive Teilhabe an einer digitalen Gesellschaft. Die drei Dimensionen Schutz, Befähigung und Teilhabe würden einander bedingen: Schutz dürfe nicht in pauschalen Ausschluss münden, Befähigung dürfe Verantwortung nicht auf Kinder abwälzen und Teilhabe dürfe nicht heißen, junge Menschen unbegleitet zu lassen. Anbieter und Plattformen müssten ebenso in die Pflicht genommen werden wie Eltern, Kita und Schule, um Kinder und Jugendliche je nach Entwicklungsstand angemessen in ihrer Mediennutzung zu unterstützen. Die Kommission stellte klar, dass digitale Medien für sich genommen kein Gesundheitsproblem darstellen. „Belastungen entstehen aus dem Zusammenspiel von Nutzungsweisen, der Gestaltung der Angebote, persönlicher Vulnerabilität und sozialem Umfeld“, heißt es im Kommissionsbericht. Die normale Nutzung dürfe

nicht pathologisiert werden, Risiken müssten aber früh erkannt und bei ersten Auffälligkeiten gezielt unterstützt werden. Hier sieht die Expertenkommission auch die Ärztinnen und Ärzte gefordert. Das Gesundheitssystem erreiche Kinder und Familien früh und nahezu vollständig. Die Beratung zur Mediennutzung und Medienerziehung solle deshalb verbindlich in die kinder- und jugendärztlichen Vorsorgeuntersuchungen aufgenommen und mit einer angemessenen Vergütung hinterlegt werden.

Mitte Juni 2026 hatte sich bereits der Deutsche Ethikrat für ein risikobasiertes Schutzkonzept und gegen ein pauschales Social Media-Verbot für Kinder und Jugendliche ausgesprochen. Aufgabe sei, den notwendigen Schutz junger Menschen mit ihren digitalen Teilhabe- und Befähigungsinteressen in Ausgleich zu bringen, sagte dessen Vorsitzender Professor Dr. jur. Helmut Frister. „Die Einführung eines gesetzlichen Mindestalters für Soziale Medien ist dafür aus Sicht des Deutschen Ethikrates nicht geeignet.“ Digitale Umgebungen müssten allerdings dringend jugendfreundlicher gestaltet und Schutzmaßnahmen an die Höhe der Risiken der Angebote angepasst werden. Dafür biete die seit Februar 2024 geltende Regulierung der Online-Plattformen im Digital Services Act der Europäischen Union bereits eine gute Grundlage, erklärte Frister. Die Vorgaben, um Gefahren für Kinder und Jugendliche im Netz zu reduzieren, müssten aber noch wesentlich effektiver umgesetzt werden. Frister betonte, dass auch in dem vom Ethikrat empfohlenen risikobasierten Schutzkonzept Mindestaltersgrenzen für bestimmte digitale Angebote wie zum Bei-

spiel Pornografie erforderlich seien, die mit wirksamen Altersbestimmungstechnologien kontrolliert werden müssten. Gleichwohl sieht der Ethikrat in erster Linie die Eltern in der Pflicht, die Schutz-, Teilhabe- und Befähigungsinteressen ihrer Kinder in der digitalen Welt individuell auszubalancieren. Diese benötigten aber bessere technische Werkzeuge, mit denen sie die digitalen Aktivitäten ihrer Kinder passgenau moderieren und begrenzen könnten.

Einsatz für europäische Lösung

Bundesfamilienministerin Karin Prien sprach sich anlässlich der Vorstellung der Handlungsempfehlungen ihrer Expertenkommission für eine gesetzliche Altersgrenze von 13 Jahren für die Nutzung sozialer Medien aus. Die Regelung müsse mit einer wirksamen Altersüberprüfung und abgestuften Schutzvorkehrungen für Jugendliche bis 18 Jahre verbunden werden. Für Kinder, die jünger als 13 Jahre alt seien, solle ein gesetzlicher Erlaubnisvorbehalt gelten, der nur nachweislich kindgerechte und risikoarme Angebote zulasse. „Ich setze mich dafür ein, dass uns eine europäische Lösung gelingt“, betonte Prien. Sollte dies nicht der Fall sein, werde sie parallel die notwendigen nationalen Regelungen vorbereiten.

Mit Blick auf den Vorreiter Australien mehren sich derweil die Hinweise darauf, dass das Social-Media-Verbot für unter 16-Jährige dort weniger wirksam ist als erhofft. Ein Grund dafür seien suboptimale Altersverifikationen, die von vielen Jugendlichen umgangen würden, schreibt das *British Medical Journal*. RA

Social Media:

EU will Zugang für unter 13-Jährige beschränken

In Europa sollen nach dem Willen eines von der EU-Kommission eingesetzten Sonderausschusses Kinder unter 13 Jahren in Zukunft nur noch unter Aufsicht von Eltern oder Lehrern Zugang zu sozialen Medien haben. Bis zum Alter von drei Jahren sollte es für sie möglichst gar keine Bildschirmzeit geben. Von 13 bis 18 Jahren soll der Zugang zu sozialen Medien schrittweise freigegeben werden. Voraussetzung ist, dass die Inhalte der Plattformen den Anforderungen des Jugendschutzes entsprechen und wirksame Maßnahmen zur Altersverifikation installiert sind. „Die sozialen Medien sind kein Spielzeug“, sagte EU-Kommissionspräsidentin Ursula von der Leyen bei der Vorstellung des Berichts des Sonderausschusses. Inzwischen bestehe Einigkeit darüber, dass es ein Mindestalter für die Nutzung der sozialen Medien durch Kinder geben müsse. Gewähre man den großen Tech-Unternehmen weiterhin uneingeschränkten Zugang zu Kindern, bedeute das, eine weitere Generation psychischem Schaden, Suchtgefahr und Leid auszusetzen.