



Deutsches
Jugendinstitut

Stellungnahme des Deutschen Jugendinstituts e.V.

zum Antrag der Fraktionen der CDU und BÜNDNIS 90/DIE GRÜNEN "Schutz von Kindern und Jugendlichen vor negativen Auswirkungen sozialer Medien" sowie zum Alternativantrag der SPD-Fraktion "Sicheren und kompetenten Umgang mit sozialen Medien stärken" des Schleswig-Holsteinischen Landtags

Forschung zu Kindern, Jugendlichen und Familien an der Schnittstelle von Wissenschaft, Politik und Fachpraxis

Das Deutsche Jugendinstitut e.V. (DJI) ist eines der größten sozialwissenschaftlichen Forschungsinstitute Europas. Seit über 60 Jahren erforscht es die Lebenslagen von Kindern, Jugendlichen und Familien, berät Bund, Länder und Gemeinden und liefert wichtige Impulse für die Fachpraxis.

Aktuell sind an den beiden Standorten München und Halle (Saale) etwa 380 Beschäftigte tätig, darunter rund 220 Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler.

Finanziert wird das DJI überwiegend aus Mitteln des Bundesministeriums für Bildung, Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMBFSFJ) und den Bundesländern. Weitere Zuwendungen erhält es im Rahmen von Projektförderungen u.a. von der Europäischen Kommission, Stiftungen und anderen Institutionen der Wissenschaftsförderung.

Inhalt

1	Vorbemerkungen	4
2	Stellungnahme zum Antrag der Fraktion der CDU und BÜNDNIS 90/DIE GRÜNEN zu "Schutz von Kindern und Jugendlichen vor negativen Auswirkungen sozialer Medien" (Drucksache 20/3600)	6
2.1	Aktueller Stand der Forschung zu den Auswirkungen sozialer Medien auf die psychische und physische Gesundheit	6
2.1.1	Schlafqualität und Schlafdauer	7
2.1.2	Körperbild und gestörtes Essverhalten	8
2.1.3	Körperliche Aktivität	8
2.1.4	Methodische Einschränkungen und Grenzen kausaler Schlüsse	9
2.2	Schutz Minderjähriger durch stärkere Verpflichtung von Plattformbetreibern	10
2.2.1	Grenzen bestehender Schutzmechanismen	10
2.2.2	Formen stärkerer Plattformbetreiberpflichtung	11
2.3	Stärkung von Kompetenzen im Umgang mit sozialen Medien	12
2.3.1	Schulische und frühkindliche Bildung	12
2.3.2	Eltern und Familie	13
2.4	Gesetzliche Beschränkungen sozialer Medien für Minderjährige	15
3	Stellungnahme zum Alternativantrag der Fraktion der SPD zu "Sicheren und kompetenten Umgang mit sozialen Medien stärken" (Drucksache 20/3623)	17
4	Gesamtbewertung der Anträge der Fraktionen der CDU und Bündnis 90/Die Grünen sowie der SPD	18
5	Literatur	20

1 Vorbemerkungen

Das Deutsche Jugendinstitut (DJI) nimmt Stellung auf der Grundlage seiner sozialwissenschaftlichen Expertise zum Antrag der Fraktionen der CDU und BÜNDNIS 90/DIE GRÜNEN zum "Schutz von Kindern und Jugendlichen vor negativen Auswirkungen sozialer Medien" (Drucksache 20/3600) sowie zum Alternativantrag der Fraktion der SPD "Sicheren und kompetenten Umgang mit sozialen Medien stärken" (Drucksache 20/3623) des Schleswig-Holsteinischen Landtags.¹ Das Deutsche Jugendinstitut kann zu beiden Anträgen Stellung nehmen und eine Empfehlung zu den im Alternativantrag angesprochenen Maßnahmen geben. Die vorliegende Stellungnahme ist im Kontext der aktuellen Debatte und vor dem Hintergrund des aktuellen Forschungsstands entstanden. Die nachfolgenden Grundannahmen sind daher voranzustellen.

In Anlehnung an das Diskussionspapier der Nationalen Akademie der Wissenschaften Leopoldina - nachfolgend: Leopoldina (Brailovskaia u.a. 2025) - legt die vorliegende Stellungnahme ihrem Verständnis sozialer Medien folgende Definition zugrunde: Soziale Medien sind „digitale Plattformen, die es Nutzerinnen und Nutzern ermöglichen, Inhalte zu erstellen und zu teilen und auf diese Weise soziale Beziehungen zu knüpfen und zu pflegen. Soziale Medien fördern beinahe in Echtzeit den Austausch von Informationen, Meinungen, Bildern, Videos und anderen Inhalten. Zur Kategorie der sozialen Medien zählen soziale Netzwerkplattformen (z. B. Facebook, Instagram, X), Diskussionsplattformen (z. B. Reddit), Plattformen, die nutzergenerierte Inhalte streamen (z. B. YouTube, TikTok) sowie Berufsplattformen (z. B. XING, LinkedIn). [...] In unsere Definition sozialer Medien beziehen wir jene Messengerdienste mit ein, deren Funktionalität der der klassischen sozialen Netzwerke ähnelt.“ (Brailovskaia u.a. 2025, S. 4–5).

Das ökonomische Fundament sozialer Medien beruht im Wesentlichen auf der gezielten Steuerung von Aufmerksamkeit sowie der kommerziellen Verwertung von Nutzerdaten. Durch die systematische Auswertung individueller Merkmale und Nutzungsaktivitäten werden zukünftige Verhaltensweisen antizipiert und Inhalte personalisiert bereitgestellt. Dies dient dazu, die Aufmerksamkeit der Nutzerinnen und Nutzer zu binden und ihre Verweildauer auf den Plattformen zu erhöhen. Gleichzeitig steigert die passgenaue Ausspielung von Werbung den Nutzen für Werbetreibende und damit die Einnahmen der Plattformen. Der Werbemarkt ist dabei nicht auf klassische Produktwerbung beschränkt, sondern umfasst auch Akteure, die politische, gesellschaftliche oder ideelle Inhalte verbreiten, etwa Parteien, zivilgesellschaftliche Organisationen oder Einzelpersonen. Darüber hinaus hat die algorithmische Auswahl und Priorisierung von Inhalten nicht nur wirtschaftliche Konsequenzen, sondern ermöglicht es auch staatlichen und nichtstaatlichen Akteuren,

¹ An der Erstellung dieser DJI-Stellungnahme hat insbesondere Dr. Thorsten Naab mitgewirkt.

soziale Medien gezielt zur Einflussnahme auf politische Einstellungen zu nutzen (vgl. Brailovskaia u.a. 2025, S. 5).

Soziale Medien können nicht losgelöst von ihrem gesellschaftlichen Kontext verstanden werden. Sie sind vielmehr Teil einer Lebenswelt, in der digitale Medien nahezu alle Bereiche des Alltags durchdringen und damit auch die Erfahrungs- und Lebensrealität von Kindern und Jugendlichen prägen. Andreas Hepp (2020) spricht in diesem Zusammenhang von *deep mediatization*: Medien schaffen nicht nur Abbilder sozialer Wirklichkeit oder vermitteln diese, sondern sind selbst zu einem grundlegenden Strukturmerkmal von Gesellschaft geworden sind. Digitale Medien sind allgegenwärtig, etwa in Form von Smartphones oder Wearables, ermöglichen eine dauerhafte Vernetzung sozialer Beziehungen, beispielsweise über soziale Medien, erfassen und transformieren Handlungen systematisch in Daten, etwa durch Tracking, und automatisieren Kommunikations- und Entscheidungsprozesse, etwa durch algorithmische Feeds, Empfehlungssysteme oder KI-Anwendungen. Infolgedessen sind zentrale soziale Praktiken in den Bereichen Identität, Familie, Arbeit oder Politik kaum noch ohne mediale Infrastrukturen vorstellbar. Vor diesem Hintergrund ist jede Einschränkung der Nutzung sozialer Medien als ein tiefgreifender Eingriff in die Lebenswelt der Betroffenen zu verstehen, unabhängig davon, ob ein solcher Eingriff aus gesellschaftlicher Perspektive als wünschenswert bewertet wird.

Wie auch die Leopoldina in ihrem Diskussionspapier betont, ist an dieser Stelle darauf hinzuweisen, dass die Dynamik des technologischen Wandels in digitalen und sozialen Medien die Geschwindigkeit des kommunikationswissenschaftlichen Erkenntnisgewinns deutlich übertrifft (Brailovskaia u. a. 2025, S. 7). Diese Diskrepanz ist zum einen auf strukturelle Zugangs- und Transparenzprobleme seitens der Plattformen zurückzuführen (ebd.). Zum anderen lassen sich insbesondere langfristige medienbezogene Wirkungen erst mit zeitlichem Abstand empirisch erfassen. Kommunikative Prozesse und ihre Folgen entfalten sich häufig kumulativ, sodass belastbare Aussagen erst auf Grundlage längsschnittlicher und vergleichender Forschung möglich sind. Darüber hinaus basiert wissenschaftliche Evidenz in diesem Forschungsfeld nicht auf Einzelstudien, sondern auf der Aggregation zahlreicher empirischer Untersuchungen, die erst in ihrer Gesamtschau Aussagen über mögliche regulatorische oder gesellschaftliche Handlungsspielräume und -bedarfe erlauben. Hinzu kommt, dass ein Großteil der bislang verfügbaren Befunde korrelativer und nicht kausaler Natur ist (Brailovskaia u. a. 2025, S. 6). Entsprechend weisen viele Studien statistische Zusammenhänge zwischen medialen Nutzungsformen und sozialen oder psychologischen Variablen nach, ohne eindeutige Rückschlüsse auf kausale Wirkmechanismen zuzulassen.

In den folgenden Kapiteln wird zunächst auf die zentralen Aspekte der Drucksache 20/3600 und anschließend auf die in Drucksache 20/3623 formulierten Forderungen eingegangen.

2 Stellungnahme zum Antrag der Fraktion der CDU und BÜNDNIS 90/DIE GRÜNEN zu "Schutz von Kindern und Jugendlichen vor negativen Auswirkungen sozialer Medien" (Drucksache 20/3600)

2.1 Aktueller Stand der Forschung zu den Auswirkungen sozialer Medien auf die psychische und physische Gesundheit

Zunächst ist festzustellen, dass der für die Beurteilung des Antrags der Fraktionen notwendige Forschungsstand im Diskussionspapier der Leopoldina (Brailovskaia u.a. 2025) "Soziale Medien und die psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen" in angemessener Breite und Tiefe aufarbeitet ist und die Autorinnen und Autoren auf dieser Basis plausible Schlussfolgerungen ziehen und Handlungsempfehlungen ableiten. Das Papier wurde von einer interdisziplinären Gruppe ausgewiesener Expertinnen und Experten im Forschungsfeld erarbeitet. Da die Leopoldina ebenfalls um eine Stellungnahme gebeten und in Drucksache 20/3623 explizit auf das Diskussionspapier verwiesen wurde, wird sie für die vorliegende Stellungnahme als bekannt vorausgesetzt. Das DJI teilt die Einschätzungen der Autorinnen und Autoren des Diskussionspapiers zu den Auswirkungen sozialer Medien auf die psychische Gesundheit. Zu betonen ist an dieser Stelle nochmals, dass ein wesentlicher Teil der bestehenden Forschungsarbeiten korrelativer Natur ist. Kausale Zusammenhänge sowie komplexe, ineinander verschachtelte oder längsschnittliche Wirkungsmodelle sind in den bestehenden Forschungsarbeiten kaum abgebildet (Brailovskaia u. a. 2025, S. 6), so dass Diskussionen wie z.B. zum Einfluss der Social-Media-Nutzung auf das Einsamkeitserleben noch nicht abgeschlossen sind. Die nachfolgenden Ausführungen ergänzen diese im Hinblick auf die physische Gesundheit. Dazu wurde vor allem auf bestehende systematische Literaturzusammenfassungen sowie Metaanalysen und nur an einzelnen Stellen auf singuläre Beobachtungs- und Experimentalstudien zurückgegriffen. Bei beiden Forschungsansätzen wird der bestehende Forschungsstand nach wissenschaftlichen Kriterien systematisch zusammengetragen und bewertet. Im Falle von Meta-Analysen werden die publizierten Effekte über alle einbezogenen Studien hinweg statistisch geprüft. Dadurch können verlässlichere Aussagen über die Befundlage getroffen werden, als dies auf Basis einer einzelnen Studie möglich wäre (siehe Abschnitt 1, vorletzter Absatz). Im Kontext der Nutzung Sozialer Medien erscheinen Schlafqualität und -dauer, Körperbild und Essstörungen, sowie körperliche Aktivität und Ernährung als Bereiche physischer Gesundheit von besonderer Relevanz.

2.1.1 Schlafqualität und Schlafdauer

Das Zusammenspiel von Schlafqualität und -dauer mit der Nutzung sozialer Medien ist gut erforscht. Im Kern steht die Überlegung, dass insbesondere die Nutzung sozialer Medien eine für erholsamen Schlaf notwendige Schlafdauer von sieben bis neun Stunden einschränkt (Pagano/Bacaro/Crocetti 2023; Alonzo u.a. 2021). In der Folge steht schlechter bzw. nicht ausreichender Schlaf in Zusammenhang unter Tags auftretenden Einschränkungen wie Müdigkeit, depressiver Stimmung, Konzentrationsstörungen sowie langfristig mit einer erhöhten Wahrscheinlichkeit chronischer Erkrankung (Alonzo u.a. 2021). In ihrer systematischen Literaturzusammenfassung untersuchen Alonzo u.a. (2021) die Ergebnisse von 42 Studien zu den Wechselwirkungen von Social-Media-Nutzung, Schlafqualität und psychischen Gesundheitsergebnissen. In 24 von 36 Querschnittsstudien wird ein signifikanter Zusammenhang zwischen übermäßiger Nutzung sozialer Medien und schlechter Schlafqualität berichtet, wobei schlechte Schlafqualität wiederum in 16 dieser Studien mit einer schlechteren psychischen Gesundheit in Verbindung gebracht wurde. Die Ergebnisse der sechs von Rea Alonzo u.a. (2021) in ihre Untersuchung einbezogenen Längsschnittstudien deuten darauf hin, dass Schlafstörungen eher als Teilvermittler zwischen übermäßiger Nutzung sozialer Medien und Angstzuständen und Depressionen fungieren als nur ein gleichzeitig auftretendes Ergebnis zu sein. Die Autoren stellten fest, dass die Angst, etwas zu verpassen (fear of missing out), und nächtliche Benachrichtigungen in allen Studien wiederholt als Verhaltensfaktoren für eine verzögerte Schlafenszeit genannt wurden.

Maria Pagano u.a. (2023) zeigen in ihrer Metaanalyse von 23 Längsschnittstudien ebenfalls, dass die Nutzung sozialer Medien mit einer schlechteren Schlafgesundheit zusammenhängt. Ferner differenzieren die Autor:innen nach unterschiedlichen Formen der Mediennutzung. Während die Nutzung sozialer Medien und eine lange Nutzungsdauer einen schwachen, jedoch konsistenten Einfluss auf die Schlafqualität haben, ist der Zusammenhang zwischen Schlafqualität und Nutzung traditioneller Medien moderat. Deutlich negativ ist der Zusammenhang zwischen Schlafqualität und dysfunktionalem Nutzungsverhalten traditioneller Medien, also einer exzessiven, suchtartigen Mediennutzung. Hervorzuheben ist an dieser Stelle ebenfalls, dass Pagano u.a. (2023) einen umgekehrten Effekt nur für die dysfunktionale Mediennutzung feststellen konnten: Suchtartige Nutzungsverhalten führt zu schlechterem Schlaf, was wiederum das suchtartige Verhalten bestärkt. Als Erklärung für ihre Befunde führen die Autor:innen an, dass das Bildschirmlicht die Melatoninausschüttung hemmen könnte. Ebenfalls stünde die Zeit für die Nutzung digitaler Medien am Abend in direkter Konkurrenz zur Schlafenszeit und könne diese verdrängen bzw. diese aufgrund der mit der Nutzung verbundenen kognitiven oder emotionalen Aktivierung verzögern. Schließlich weisen Pagano u.a. (2023) darauf hin, dass Jugendliche mit Schlafproblemen soziale Medien kompensatorisch nutzen könnten.

Auch die von Xiaoning Han u.a. (2024) auf Basis von 56 Studien durchgeführte Metaanalyse bestätigt das von Maria Pagano u.a. (2023) gezeichnete Bild. Sowohl die Nutzung von Smartphones, sozialen Medien als auch Onlinespielen steht in Zusammenhang mit einer schlechteren Schlafqualität, wobei ein problematisches, suchtartiges Nutzungsverhalten diesen Effekt verstärkt. Hervorzuheben ist an die-

ser Stelle, dass diese Effekte nicht nur Kinder und Jugendliche sondern auch Erwachsene betreffen. Die von Xiaoning Han u.a. (2024) einbezogenen Studien beziehen sich auf ein Durchschnittsalter der Studienteilnehmerinnen und -teilnehmer zwischen neun und 44 Jahren.

2.1.2 Körperbild und gestörtes Essverhalten

Körperbild und gestörtes Essverhalten stellen Probleme der körperlichen Gesundheit dar, weil sie mit Auswirkungen auf Stoffwechsel, Herz-Kreislauf-Funktion und endokriner Regulation, der Steuerung von Körperprozessen durch Hormonausschüttung, einhergehen. Die in der systematischen Übersichtsarbeit von Grace Holland und Marika Tiggemann (2016) aufgenommenen zwanzig Forschungsarbeiten zeigten insgesamt, dass die Nutzung sozialer Netzwerke mit problematischen Körperbildern und gestörtem Essverhalten einhergeht. Insbesondere das Betrachten und Hochladen von Fotos sowie das Einholen von bewertendem Feedback über Status-Updates wurden als besonders problematisch identifiziert. Der soziale Vergleich auf Basis des Aussehens sei der hierbei entscheidende Vermittlungsmechanismus für die gesundheitlichen Folgen.

Mit Blick auf die Mechaniken sozialer Vergleiche im Internet, und nicht nur bezogen auf die Nutzung sozialer Medien, arbeitet die Metaanalyse von Rubinia Bonfanti u.a. (2025) heraus, dass ein höheres Maß an Online-Sozialvergleichen mit größeren Bedenken hinsichtlich des Körperbildes (Effektgröße im moderaten Bereich), einem geringeren Maß an positivem Körperbild und mehr Symptomen im Zusammenhang mit Essstörungen verbunden war. Hervorzuheben ist an dieser Stelle, dass die Zusammenhänge auf Instagram stärker waren als auf anderen Plattformen, was mit dem bildzentrierten Charakter dieser Plattform übereinstimmt (siehe auch Behera u.a. 2025), und dass der Zusammenhang zwischen sozialem Vergleich und negativem Körperbild bei jungen Erwachsenen stärker war, was darauf hindeutet, dass der soziale Vergleich bei jüngeren Jugendlichen eher normativ ist, bei älteren Erwachsenen jedoch eher auf pathologische Prozesse hindeutet. Allerdings wurden ausschließlich Querschnittsstudien in die Metaanalyse einbezogen, so dass kausale Schlussfolgerungen nicht möglich sind.

2.1.3 Körperliche Aktivität

Im Gegensatz zu den Bereichen Schlaf und Körperbild, wo bestehende Übersichtsarbeiten eher negative Zusammenhänge bestätigen, zeichnet die Befundlage zum Zusammenhang zwischen der zur Nutzung sozialer Medien und körperlicher Aktivität ein differenzierteres Bild. In ihrer systematische Literaturzusammenfassung von achtzehn Studien zu Interventionen in sozialen Medien (im Gegensatz zu rein rezeptiver Nutzung) für körperliche Aktivität und Ernährung bei Teilnehmern ab 13 Jahren zeigen Victoria Goodyear u.a. (2021), dass soziale Medien positive Veränderungen in Bezug auf das Ausmaß körperlicher Aktivität, die Ernährungsgewohnheiten und die Körperzusammensetzung bewirken können. Dies trifft insbesondere dann zu, wenn die Interventionen Elemente des Informationsaustauschs, der Interaktion mit Gleichaltrigen und der Gamifizierung enthielten. Allerdings ist

einschränkend anzumerken, dass die Effektstärken nicht metaanalytisch geprüft wurden, die Ergebnisse der Interventionen oftmals auf Selbstberichten basierten und mit Studierendenstichproben stattgefunden hatten. Die Ergebnisse sind dementsprechend nicht bzw. nur mit Einschränkungen auf die Gesamtbevölkerung bzw. die Gruppe der Kinder und Jugendlichen übertragbar, weisen dennoch auf mögliche Potentiale sozialer Medien im Kontext der Aktivitätsförderung hin.

Eine ergänzende Perspektive hierzu bietet die Beobachtungsstudie von Sandhya Shimoga u.a. (2019). Die Autor:innen argumentieren, dass der Zusammenhang zwischen der Nutzung sozialer Medien und körperlicher Aktivität sowohl durch die Art der konsumierten Inhalte als auch durch die bestehenden Verhaltensmuster der Nutzer:innen moderiert wird, wobei eine Verstärkungsdynamik besteht: Aktive Nutzer:innen werden tendenziell motivierter, während inaktive Nutzer:innen möglicherweise noch inaktiver werden. Brandon Morningstar u.a. (2023) kamen in ihrer Beobachtungsstudie zu einem ähnlichen Ergebnis, legen jedoch eine alternative Interpretation vor: Sie sehen den positiven Zusammenhang zwischen Social-Media-Nutzung und körperlicher Aktivität als Ausdruck zugrunde liegender Persönlichkeitsmerkmale und Sozialfaktoren: Jugendliche mit hoher Extraversion nutzen möglicherweise soziale Medien intensiver und sind gleichzeitig körperlich aktiver. Der Zusammenhang wäre demnach eher eine durch die Persönlichkeitsmerkmale bedingte Scheinkorrelation. Die Studie fand keinen negativen Zusammenhang zwischen intensiver Nutzung sozialer Medien und körperlicher Aktivität, was die Hälfte der Verstärkungsbehauptung, dass „sitzende Nutzer noch sitzender werden“, nicht stützt, ihr aber auch nicht widerspricht, da in ihren Daten nicht wie bei Sandhya Shimoga u.a. (2019) zwischen aktiven und sitzenden Nutzern unterschieden wurde.

2.1.4 Methodische Einschränkungen und Grenzen kausaler Schlüsse

An dieser Stelle sei nochmals auf die methodischen Einschränkungen hingewiesen, die bei der Deutung des Forschungsstands und dessen Transformation in Handlungsempfehlungen mitbedacht werden sollten. Zunächst ist, wie es auch das Diskussionspapier der Leopoldina (Brailovskaia u.a. 2025) zu den psychischen Folgen der Nutzung sozialer Medien tut, zu betonen, dass die hier zitierten Literaturzusammenfassungen und Metaanalysen zwar einen guten Überblick über den Forschungsstand geben und ein Evidenzfenster eröffnen. Allerdings handelt es sich bei der überwiegenden Mehrheit der Primärstudien um Querschnittserhebungen, sodass nicht festgestellt werden kann, ob die Nutzung sozialer Medien zu schlechten Gesundheitsergebnissen führt oder ob Personen mit schlechter Gesundheit soziale Medien häufiger nutzen (oder beides). Eine Ausnahme bildet hier die in Abschnitt 2.1.1 referierte Arbeit von Maria Pagano u.a. (2023). Zweitens stützen sich fast alle Studien auf selbst berichtete Messungen der Nutzung sozialer Medien, die anfällig für Erinnerungsverzerrungen und Effekte der sozialen Erwünschtheit sind; objektive Messungen mit Bildschirmzeit-Apps oder passiver Erfassung sind nach wie vor selten. Drittens erschwert die Heterogenität der Definition und Operationalisierung der Nutzung sozialer Medien in den verschiedenen Studien, die von der Gesamtzahl der verbrachten Stunden über plattformsspezifische Aktivitäten bis hin zu problematischer oder süchtiger Nutzung, gemessen anhand psychometrischer Skalen,

reicht, die Aggregation der einzelnen Studien und die Interpretation über alle Studien hinweg. Mesfin Bekalu u.a. (2023) betonen, dass sich ein wesentlicher Teil der Studien unverhältnismäßig stark auf die Untersuchung der Zusammenhänge zwischen der Nutzung sozialer Medien und negativen Auswirkungen auf Gesundheit und Wohlbefinden konzentrierten, wodurch es kaum Evidenz zu positiven Effekten der Nutzung sozialer Medien gäbe. Darüber hinaus bedürfe es komplexerer Messansätze, die über die reine Zeitmessung hinausgingen und die Vielfalt der Aktivitäten berücksichtigten, die Nutzer und Nutzerinnen auf Social-Media-Plattformen ausführten (Bekalu/Sato/Viswanath 2023). Schließlich wurden die meisten Untersuchungen an westlichen Stichproben von Jugendlichen und Frauen im jungen Erwachsenenalter durchgeführt, was die Verallgemeinerbarkeit der Schlussfolgerungen auf andere Bevölkerungsgruppen einschränkt.

2.2 Schutz Minderjähriger durch stärkere Verpflichtung von Plattformbetreibern

2.2.1 Grenzen bestehender Schutzmechanismen

Die Frage danach, wie der Schutz Minderjähriger durch eine stärkere Verpflichtung von Plattformbetreibern erreicht werden kann, impliziert zunächst, dass die bestehenden gesetzlichen Regelungen, Schutzmechanismen und freiwilligen Selbstverpflichtungen von Social-Media-Plattformen nicht wirkungsvoll genug sind, um Kinder und Jugendliche wirksam zu schützen. Dies liegt erstens daran, dass "viele der bisher beschriebenen Vorgaben [...] die Einschätzung von Risiken und die Verantwortung für etwaige Maßnahmen zum Schutz von Kindern und Jugendlichen in der Sphäre sozialer Medien auf die Anbieter [übertragen] – und damit auf diejenigen, deren Geschäftsmodell die Gefährdungslage verursacht" (Brailovskaia u.a. 2025). Zugespitzt formuliert, haben Plattformbetreiber aus wirtschaftlichen Gründen kein Interesse daran, diese konsequent umzusetzen.

Zweitens haben bestehende gesetzliche Regelungen wie bspw. die Datenschutzgrundverordnung (DSGVO) (Europäisches Parlament & Rat der Europäischen Union 2016) ein massives Durchsetzungsproblem. Hier wird bei zahlreichen Plattformen bspw. auf die Notwendigkeit der elterlichen Zustimmung zur Verarbeitung personenbezogener Daten Minderjähriger hingewiesen, allerdings kaum hinreichend kontrolliert und auch nicht im notwendigen Maße nachgehalten, ob es wirklich die Eltern sind, die ihre Zustimmung erteilen. Die seit Jahren andauernde Auseinandersetzung um Zugangshürden mit jenen Anbietern von Internetpornographie, bei die auf eine reine Zustimmung, über 18 Jahre alt zu sein, als Altersnachweis umsetzen, ist ein weiteres Beispiel für Durchsetzungsschwierigkeiten bei klarer Rechtslage.

Drittens sind Widerspruchs- und Beschwerdeverfahren meist so gestaltet, dass sie für Kinder, Jugendliche und deren Eltern eher eine Hürde denn eine Hilfe darstellen. Gleiches gilt für das Fehlen einer schnellen Moderation bei problematischen Situationen oder Erfahrungen (z.B. sexualisierte Ansprachen, Cybermobbing). Hier

beschränken sich die Social-Media-Plattformen bestenfalls auf einen Mindeststandard.

Schließlich wird viertens, Kindern und Jugendlichen sowie ihren Eltern ein sehr hohes Maß an Verantwortung übertragen. "Denn um Schutzfunktionen zur elterlichen und zur Selbstkontrolle oder Möglichkeiten zur Anpassung von Empfehlungssystemen nutzen zu können, müssen die Betroffenen hiervon Kenntnis haben, selbst aktiv werden und sie richtig anzuwenden wissen." (Brailovskaia u.a. 2025, S. 24–25). Schutz sollte jedoch möglichst voraussetzungsfrei sein, gerade weil die verwundbarsten Mitglieder der Gesellschaft, wie bspw. Kinder und Jugendliche aus Familien in herausfordernden Lebenslagen, oftmals nicht über das gleiche die Zeit, die finanziellen Ressourcen oder eine umfassende digitale Bildung verfügen.

2.2.2 Formen stärkerer Plattformbetreiberpflichtung

Vor dem Hintergrund der im vorherigen Abschnitt skizzierten Grenzen der bisherigen Schutzmechanismen sollte eine stärkere Anbieterpflichtung sich von der Fokussierung auf die Zugangskontrolle einer zu bestimmenden Altersgrenze lösen. Vielmehr könnte diese an eine Veränderung der Inhalte gekoppelt werden, indem Plattformen verpflichtet würden, ihre Dienste grundsätzlich nach dem "Safety by Design"-Prinzip anzubieten. Kindersichere Voreinstellungen (z.B. kein öffentliches Profil, eingeschränkte Kontaktfunktionen, zeitliche Nutzungslimits, kein Infinite Scroll) wären hier der Standard, deren Funktionsumfang dann durch die Nutzerinnen und Nutzer in Abhängigkeit einer datensparsamen und -sicheren Altersverifikation abgestuft erweitert werden, wie sie etwa York Yannikos und Martin Steinebach (2025) vorschlagen. Parallel dazu wären die Inhaltsmoderation zu verbessern, ggf. durch Unterstützung von KI-Anwendungen (Brailovskaia u.a. 2025, S. 34). Sowohl Plattformbetreiber als auch staatliche Stellen sollten Meldesysteme für problematische Inhalte mit schneller Reaktion etablieren, die niedrigschwellige und altersgerechte Beschwerdewege ermöglichen. Darüber hinaus wären die Transparenz- und Rechenschaftspflichten von Plattformanbietern zu erweitern. Insbesondere die Offenlegung von Algorithmenlogiken, Empfehlungsmechanismen und Beschwerdequoten würde die Abschätzung von Risiken sowie die (wissenschaftliche) Prüfung der Wirksamkeit von Schutzmaßnahmen verbessern. Schließlich wäre zu prüfen, inwieweit bestimmte Angebote (z.B. Glücksspiel), problematische Inhalte (z.B. Hass, Sexualisierung, Selbstverletzung) oder Mechanismen (Aufmerksamkeitsökonomie) aufgrund ihrer negativen Effekte auf Personen aller Altersgruppen grundsätzlich eingeschränkt werden sollten.

Die seit April 1992 uneingeschränkt in Kraft getretene UN-Kinderrechtskonvention (UN-KRK, United Nations 1989) liefert für die oben beschriebenen Ansätze zur stärkeren Verpflichtung von Plattformbetreibern bereits einen geeigneten Rechtsrahmen und gibt zusammen mit dem General Comment No. 25 (Committee on the Rights of the Child 2021) Orientierungspunkte für die Umsetzung.

Würde dem Kindeswohl im Sinne von Art. 3 der UN-Kinderrechtskonvention (UN-KRK) konsequent Vorrang eingeräumt, dürften Funktionen, die gezielt suchtähnli-

che Nutzungsmuster begünstigen – etwa Infinite Scroll, Autoplay oder Streak-Mechaniken – in Angeboten mit Zugang für unter 18-Jährige nicht eingesetzt werden. Ebenso wären bestehende Nutzungsrisiken systematisch zu reduzieren, um Kinder wirksam vor Schaden, Gewalt und Ausbeutung zu schützen (Art. 19, 34, 36 UN-KRK). Dazu zählten neben einem konsequent umgesetzten Safety-by-Design-Ansatz auch technische Schutzvorkehrungen wie die Unterbindung von Direktnachrichten Erwachsener an Kinder sowie eine zügige, menschliche Moderation bei Hinweisen auf Cybermobbing, sexualisierte Kontaktaufnahme, öffentliches Bloßstellen oder Inhalte zu Selbstverletzung.

Auch Art. 32 UN-KRK (Schutz vor Ausbeutung) ließe sich heranziehen, um Formen wirtschaftlicher Ausbeutung zu begrenzen. Dazu gehören etwa gezielt an Kinder gerichtetes Influencer-Marketing, manipulative Dark Patterns, die zu Käufen, Likes oder zur Preisgabe persönlicher Daten drängen, sowie glücksspielähnliche Elemente oder Strategien, die emotionalen Kaufdruck erzeugen.

Darüber hinaus müsste das Recht auf Privatsphäre (Art. 16 UN-KRK) deutlich strenger umgesetzt werden, indem datensparsame Voreinstellungen zum Regelfall werden. Tracking, Profilbildung und personalisierte Werbung gegenüber Kindern wären damit ausgeschlossen. Ebenso sollten von Minderjährigen erstellte Inhalte auf Social-Media-Plattformen nicht automatisch öffentlich zugänglich sein.

Die UN-KRK betont jedoch nicht nur den Schutz, sondern auch die Beteiligungsrechte von Kindern (Art. 12, 13 UN-KRK). Dies könnte durch verbindliche Kinder- und Jugendbeiräte mit tatsächlichem Einfluss auf Plattformregeln, durch transparente und kindgerecht formulierte Nutzungsbedingungen sowie durch niedrigschwellige Beschwerde- und Widerspruchsverfahren verwirklicht werden. Voraussetzung hierfür ist, dass Kinder ihr Recht auf Information und persönliche Entwicklung (Art. 17, 29 UN-KRK) effektiv wahrnehmen können. Entsprechend müssten Inhalte altersgerecht aufbereitet, Desinformation klar gekennzeichnet und verständlich erläutert sowie algorithmische Systeme so gestaltet werden, dass sie Vielfalt fördern statt Polarisierung verstärken.

2.3 Stärkung von Kompetenzen im Umgang mit sozialen Medien

2.3.1 Schulische und frühkindliche Bildung

Medienbildung ist ohne Zweifel ein wichtiger Baustein, um Kinder und Jugendliche in digitalen Räumen besser zu schützen. Aus Sicht des Deutschen Jugendinstituts kommt Bildungseinrichtungen dabei eine Schlüsselrolle zu. Schulen nehmen dabei eine zentrale Funktion ein, weil sie als einzige Bildungsinstitution grundsätzlich alle Kinder und Jugendlichen unabhängig von ihrem sozialen, kulturellen oder ökonomischen Hintergrund erreichen können. Damit sind sie ein entscheidender Ort, um Chancengleichheit im Hinblick auf digitale Teilhabe zu fördern. Zugleich ist hervorzuheben, dass digitale Kompetenzen längst keine Zusatzqualifikation mehr dar-

stellen, sondern als grundlegende Querschnittskompetenz in sämtlichen Bildungsbereichen zu verstehen sind. Sie betreffen nicht nur technische Fertigkeiten, sondern ebenso kritisches Denken, Informationsbewertung, Kommunikationsfähigkeit, Datenschutzbewusstsein sowie die reflektierte und verantwortungsvolle Nutzung digitaler Medien. Vor diesem Hintergrund ist die systematische und verbindliche curriculare Verankerung von Medienbildung ein wichtiges Element, damit Medienbildung nicht punktuell oder projektbezogen, sondern nachhaltig und strukturell im Bildungssystem verankert ist. Allerdings sieht das Deutsche Jugendinstitut in Übereinstimmung mit dem Diskussionspapier der Leopoldina die Notwendigkeit das Augenmerk deutlich stärker auf die Umsetzung zu legen. Denn "das vorrangige Problem der Medienbildung in Deutschland [ist] nicht der Mangel an bildungspolitischen Absichtserklärungen, Rahmenwerken und empirisch zum Teil abgesicherten Curricula und Materialien, sondern häufig scheitert schlicht die Umsetzung in den Schulen. Die Gründe dafür sind vielfältig – es fehlt unter anderem an Fachpersonal, Zeit, an Fortbildungsmöglichkeiten für Lehrkräfte und an fachübergreifender Behandlung als Querschnittskompetenz" (Brailovskaia u.a. 2025, S. 28). Neben der expliziten Thematisierung einzelner Phänomene und Problemlagen – etwa Cyberbullying, Desinformation, exzessiver Mediennutzung oder Datenschutzrisiken – ist es ebenso wichtig, Medien im Unterricht selbstverständlich, reflektiert und altersgerecht als Werkzeuge des Lehrens und Lernens einzusetzen. Digitale Medien können Rechercheprozesse unterstützen, kollaboratives Arbeiten ermöglichen, kreative Ausdrucksformen erweitern und individualisierte Lernwege fördern. Voraussetzung dafür ist jedoch eine pädagogisch fundierte Einbettung, die nicht nur auf Anwendungskompetenz, sondern auch auf kritische Reflexion abzielt.

Diese Anforderungen beschränken sich nicht auf Schulen, sondern gelten gleichermaßen für den Primarbereich sowie für Einrichtungen der frühkindlichen Bildung, Betreuung und Erziehung. Gerade in frühen Lebensphasen werden grundlegende Einstellungen, Gewohnheiten und Kompetenzen im Umgang mit Medien geprägt. Angesichts der tiefgreifenden Digitalisierung des Familienalltags ist es daher erforderlich, Konzepte zu entwickeln und kontinuierlich weiterzuentwickeln, die bereits bei jüngeren Kindern altersangemessene (Vorläufer-)Kompetenzen fördern. Dazu zählen beispielsweise erste Erfahrungen im bewussten Umgang mit digitalen Endgeräten, das Verständnis einfacher Regeln zur Mediennutzung, die Förderung von Selbstregulation sowie die Stärkung sozialer Kompetenzen im digitalen Kontext. Eine frühzeitige, pädagogisch begleitete Auseinandersetzung mit Medien kann somit dazu beitragen, Kinder langfristig zu einem souveränen, reflektierten und verantwortungsbewussten Umgang mit digitalen Angeboten zu befähigen.

2.3.2 Eltern und Familie

Die Mediennutzung von Kindern und Jugendlichen wird maßgeblich durch familiäre Sozialisationsprozesse geprägt (Dertinger u.a. 2021, S. 399). Der digitale Alltag Heranwachsender ist damit eng mit dem familiären Umfeld verwoben und bildet einen zentralen Referenzrahmen für kindliche Entwicklung. Zugleich stellt die Allgegenwärtigkeit digitaler Medien Eltern vor Herausforderungen in ihrem Erziehungshandeln (Zerle-Elsäßer u.a. 2021; Zerle-Elsäßer/Lange 2021).

Das elterliche Medienerziehungshandeln – häufig als „parental mediation“ bezeichnet – umfasst sämtliche Strategien, mit denen Eltern die Mediennutzung ihrer Kinder begleiten, steuern und gemeinsam reflektieren. Ziel ist es, positive Effekte zu fördern und potenziell schädliche Auswirkungen zu begrenzen (Chen/Shi 2019; Clark 2011). In der Forschung werden unterschiedliche Formen unterschieden: restriktive Maßnahmen (z.B. Zeitbegrenzungen oder Verbote), aktive bzw. instruktive Begleitung (Gespräche, Erklärungen, gemeinsame Reflexion), gemeinsame Mediennutzung sowie Monitoring und Supervision (vgl. Naab 2025).

Ein systematischer Literaturüberblick von David Sevilla-Fernández u.a. (2025) zur Nutzung von Social-Media-Plattformen zeigt, dass elterliche Medienerziehung grundsätzlich dazu beitragen kann, Nutzungsrisiken zu reduzieren. Dabei erweisen sich restriktive Strategien insbesondere als wirksam, wenn es um die Begrenzung konkreter Verhaltensweisen geht, etwa hinsichtlich Nutzungsdauer oder der Preisgabe persönlicher Daten. Aktiv-instruktive Ansätze hingegen stärken eher die Autonomie von Kindern und Jugendlichen und fördern Kompetenzen für einen reflektierten und verantwortungsvollen Umgang mit digitalen Angeboten.

Welche Strategien Eltern wählen, hängt von verschiedenen Einflussfaktoren ab. Neben dem Alter der Kinder spielen auch Geschlecht, medienbezogene Einstellungen und Wahrnehmungen der Eltern, deren eigene digitale Kompetenzen sowie allgemeine familiäre Rahmenbedingungen eine Rolle (Wendt 2021). So gehen kritischere Haltungen gegenüber digitalen Medien ebenso wie negative Erfahrungen häufig mit einem stärker restriktiven Erziehungsstil einher (Wendt 2021, S. 551). Hervorzuheben ist zudem, dass Eltern mit ausgeprägteren digitalen Kompetenzen und höherem Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten eine breitere und flexiblere Palette an Medienerziehungsstrategien anwenden (Wendt 2021, S. 552). Erfolgreiche Medienerziehung ist somit an bestimmte Ressourcen und Kompetenzen gebunden und keineswegs voraussetzungslos. Entsprechend ungleich sind die Bedingungen, unter denen Kinder und Jugendliche in ihren Familien medienbezogene Kompetenzen erwerben können – ein Befund, der auch im aktuellen Bericht von UNICEF zur Lage der Kinder in Deutschland hervorgehoben wird (Walper u.a. 2025, S. 46–49).

Neben ihrem aktiven Erziehungshandeln sind Eltern mit ihrem Mediennutzungsverhalten Vorbildfunktion für Kinder und Jugendliche. Das Deutsche Jugendinstitut teilt die im Diskussionspapier der Leopoldina benannte Position, dass die Vorbildfunktion der Eltern deutlich benannt werden müsse (Brailovskaia u.a. 2025, S. 43). Empirische Studien zeigen einen signifikant positiven Zusammenhang zwischen der Mediennutzung von Eltern und jener ihrer Kinder (Festl/Langmeyer 2018). Wenn Eltern selbst ein problematisches oder suchartiges Nutzungsverhalten, insbesondere in Bezug auf soziale Medien, aufweisen, steigt das Risiko, dass auch ihre Kinder entsprechende Muster entwickeln (Brailovskaia u.a. 2025, S. 19).

Vor diesem Hintergrund ist die Rolle der Eltern bei der Vermittlung und Stärkung von Kompetenzen im Umgang mit Social-Media-Plattformen ambivalent zu bewerten: Sie sind zugleich zentrale Ressource und potenzieller Risikofaktor. Dementsprechend besteht auch mit Blick auf die Medien- und Medienerziehungsbildung von Eltern dringender Handlungsbedarf, da sie insbesondere in der Kindheit als zentrale Sozialisationsinstanz die Weichen für ein gesundes Aufwachsen mit Medien

stellen. Hier wäre die Entwicklung evidenzbasierter Interventions- und Unterstützungsprogramme für Eltern notwendig (z.B. das ISES! Kids-Online-Training für Eltern des Universitätsklinikum Tübingen - Forschungsgruppe Internetnutzungsstörungen).

2.4 Gesetzliche Beschränkungen sozialer Medien für Minderjährige

Überlegungen, den Zugang zu Social-Media-Plattformen gesetzlich zu beschränken, sind sowohl hinsichtlich ihrer Wirksamkeit als auch ihrer praktischen Umsetzbarkeit differenziert zu betrachten. Eine gesetzliche Einschränkung entfaltet zunächst eine erhebliche Signalwirkung, insbesondere, wenn sie mit Bezug auf eine spezifische Angebotsform (z.B. soziale Medien) und eine konkrete Zielgruppe (z.B. unter Sechzehnjährige) kommuniziert wird. Sie adressiert Kinder und Jugendliche ebenso wie Eltern, pädagogische Fachkräfte und die Plattformanbieter selbst und setzt ein klares gesellschaftliches Zeichen für einen stärkeren Schutz Minderjähriger. Allerdings besteht die Gefahr, dass eine solche Maßnahme vor allem symbolischen Charakter behält, wenn ihre Durchsetzung nicht wirksam kontrolliert wird.

Dies wird mit Blick auf die DSGVO (Europäisches Parlament & Rat der Europäischen Union 2016) deutlich. Hier existiert bereits seit dem 25. Mai 2018 eine einschlägige Regelung. Nach Art. 8 Abs. 1 ist die Verarbeitung personenbezogener Daten eines Kindes grundsätzlich erst ab Vollendung des 16. Lebensjahres zulässig. Für jüngere Kinder ist sie nur rechtmäßig, wenn die Einwilligung durch die Träger der elterlichen Verantwortung oder mit deren Zustimmung erfolgt. Zugleich verpflichtet Art. 8 Abs. 2 Anbieter dazu, unter Berücksichtigung des Stands der Technik angemessene Anstrengungen zu unternehmen, um zu überprüfen, ob eine entsprechende elterliche Zustimmung tatsächlich vorliegt. Damit stehen sowohl Eltern als auch Plattformbetreiber in der Verantwortung.

Dass die praktische Umsetzung dieser Vorgaben bislang nur begrenzt gelingt, verdeutlichen die Studien des Medienpädagogischen Forschungsverbunds Südwest. Deren Erhebungen zeigen, dass soziale Medien bereits für einen beträchtlichen Teil der 10-Jährigen zum Alltag gehören (Medienpädagogischer Forschungsverbund Südwest 2024). Ab dem Alter von 12 Jahren nutzen über 90 % der Jugendlichen mehrmals pro Woche WhatsApp; mehr als die Hälfte der 14-Jährigen ist regelmäßig auf Plattformen wie Instagram, Snapchat oder TikTok aktiv (Medienpädagogischer Forschungsverbund Südwest 2025, 2024). Diese Zahlen legen nahe, dass weniger ein Mangel an rechtlichen Regelungen besteht als vielmehr ein Vollzugs- und Durchsetzungsdefizit gegenüber Eltern und Anbietern.

Insgesamt kann eine generelle Altersbeschränkung nur dann substantielle Wirkung entfalten, wenn sie in ein umfassenderes Regulierungskonzept eingebettet ist. Sie müsste mit effektiver Altersverifikation, klaren Sanktionsmechanismen, technischer Plattformverantwortung sowie begleitenden Maßnahmen in den Bereichen Medienbildung und Elternunterstützung kombiniert werden. In diesem Sinne plädiert auch das Diskussionspapier der Nationale Akademie der Wissenschaften Leopoldina

(Brailovskaia u.a. 2025, S. 35 ff.) für ein Bündel aufeinander abgestimmter Maßnahmen statt für eine isolierte Einzelregelung.

3 Stellungnahme zum Alternativantrag der Fraktion der SPD zu "Sicheren und kompetenten Umgang mit sozialen Medien stärken" (Drucksache 20/3623)

Der Alternativantrag der Fraktion der SPD schlägt eine Reihe von Maßnahmen vor, wie den Herausforderungen der Nutzung sozialer Medien begegnet werden kann. Das Deutsche Jugendinstitut erachtet die unter den Punkten 1 bis 9 gelisteten Maßnahmen grundsätzlich für sinnvoll (siehe insbesondere Abschnitt 2.2. und 2.3.). Allerdings sei an dieser Stelle nochmals hervorgehoben, dass weniger die Notwendigkeit besteht, neue gesetzliche Regelungen anzustreben, da sie im Wesentlichen bereits mit bspw. der UN-Kinderrechtskonvention oder der Datenschutzgrundverordnung vorliegen. Vielmehr mangelt es an einer wirkungsvollen Um- und Durchsetzung der gelisteten Maßnahmen sowie an einer Konkretisierung, wie die Landesregierung diese in ihrem Verantwortungsbereich umsetzen kann. Dies sei nachfolgend an einigen ausgewählten Forderungen verdeutlicht:

Bezugnehmend auf Punkt 2 des Antrags der Fraktion der SPD sei nochmals hervorgehoben, dass mit der DSGVO bereits eine rechtliche Regelung vorliegt, die eine verpflichtende Zustimmung der Eltern vorsieht. Die in Punkt 1 und 2 formulierte Altersbeschränkung greift aus Sicht des Deutschen Jugendinstituts zu kurz, insbesondere weil ein wesentlicher Teil der Verantwortung bei den Nutzerinnen und Nutzern liegt. Wie in Abschnitt 2.2.2. formuliert, sollten kindgerechte Angebote der Standard sein. Dies gilt insbesondere für die in Punkt 3 des Antrags angesprochenen suchterzeugenden Funktionen, deren Effekte altersunabhängig sind und daher einer grundsätzlichen Regulierung bedürften statt einer Altersbeschränkung.

Hinsichtlich Punkt 4 und 5 des Antrags teilt das Deutsche Jugendinstitut die im Diskussionspapier der Leopoldina formulierte Einschätzung, dass "das vorrangige Problem der Medienbildung in Deutschland nicht der Mangel an bildungspolitischen Absichtserklärungen, Rahmenwerken und empirisch zum Teil abgesicherten Curricula und Materialien [ist], sondern häufig scheitert schlicht die Umsetzung in den Schulen. Die Gründe dafür sind vielfältig – es fehlt unter anderem an Fachpersonal, Zeit, an Fortbildungsmöglichkeiten für Lehrkräfte und an fachübergreifender Behandlung als Querschnittskompetenz" (Brailovskaia u.a. 2025, S. 28). Die hier formulierten Maßnahmen sind jedoch mit Herausforderungen wie z.B. Fachkräftemangel verbunden sowie einem beschleunigten digitalen Wandel und werden dadurch umso bedeutsamer.

4 Gesamtbewertung der Anträge der Fraktionen der CDU und Bündnis 90/Die Grünen sowie der SPD

Zusammenfassend lässt sich ein erheblicher und zeitnaher Handlungsbedarf erkennen, um den Schutz von Kindern und Jugendlichen im Kontext der Nutzung sozialer Medien wirksamer auszugestalten. Pauschale gesetzliche Einschränkungen sind jedoch differenziert zu beurteilen. Als losgelöste Einzelmaßnahme bekämpfen sie bestenfalls die Symptome ohne wesentlich an den Ursachen zu arbeiten. Zudem existiert mit der Datenschutz-Grundverordnung bereits ein europäischer Rechtsrahmen, der den Zugang und die Datenverarbeitung Minderjähriger regelt und grundsätzlich geeignet wäre, Schutzstandards durchzusetzen. Aus Sicht des Deutschen Jugendinstituts liegt das zentrale Defizit daher weniger in fehlender Gesetzgebung als vielmehr in der unzureichenden Umsetzung und Durchsetzung bestehender Regelungen. Hierfür können die UN-Kinderrechtskonvention (UN-KRK, United Nations 1989) und der General Comment No. 25 (Committee on the Rights of the Child 2021) wichtige Orientierungspunkte für eine kindgerechte Umsetzung im Rahmen eines Safety-by-Design-Ansatzes und für die Beteiligung von Kindern und Jugendlichen liefern.

Dennoch bleibt die Altersverifikation ein zentraler Baustein zur Verbesserung des Schutzes von Kindern und Jugendlichen. Hier sollte ein besonderes Augenmerk auf die Entwicklung und Implementierung datensparsamer und weitgehend barrierefreier technischer Verfahren zur Altersverifikation liegen, wie sie etwa vom Fraunhofer-Institut für Sichere Informationstechnologie (Fraunhofer SIT) beschrieben werden (Yannikos/Steinebach 2025). Solche Lösungen könnten altersdifferenzierte Schutzräume innerhalb von Social-Media-Angeboten ermöglichen, ohne die Nutzung pauschal zu untersagen. Dazu müsste man sich von der bestehenden Umsetzung von Altersgrenzen im Sinne einer Untergrenze für die Nutzung lösen und stattdessen Altersbereiche definieren in denen bestimmte Anwendungen genutzt werden können. So ließen sich z.B. erwachsene Nutzer aus Kinder-Communities ausschließen und damit echte Schutz- und Ausprobierräume schaffen. Entscheidend wäre dabei, dass die Altersprüfung selbst keine zusätzlichen Datenschutzrisiken erzeugt, sondern dem Prinzip der Datensparsamkeit folgt. Hier gilt es die Einführung der EUDI-Wallet in 2027 kritisch zu begleiten.

Technische und regulatorische Maßnahmen allein werden jedoch nicht ausreichen. Sie sollten durch ein verstärktes Engagement im Bereich der Medienbildung ergänzt werden. Dass dieser Gedanke grundsätzlich angekommen ist, verdeutlicht der Antrag der Fraktion der SPD. Aus Sicht des Deutschen Jugendinstituts bedarf es jedoch mehr als die allgemeine Forderung. Mit Blick auf die Gestaltung des Bildungssystems hat gerade die Landespolitik einen umfassenden Gestaltungsspielraum, so dass die vorgeschlagenen Maßnahmen letztlich zu kurz greifen. Hier wäre es dringend notwendig, dass Kommunen, Schulen und Kindertageseinrichtungen in der Umsetzung und Evaluation nicht allein gelassen werden. Dazu müsste aber auch grundsätzlich auf den bildungspolitischen Prüfstand gestellt werden, ob das aktuelle,

aus den 70er Jahren stammende Bildungssystem dieser Herausforderung unter den Rahmenbedingungen von Geld- und Fachkräftemangel gerecht werden kann und wie letztlich Lehr- und Lernräume in einer von digitalen Medien geprägten Welt ausgestaltet werden könnten und sollten. Darüber hinaus erscheint eine breit angelegte Informations- und Sensibilisierungskampagne sinnvoll, wie sie im Diskussionspapier der Leopoldina (Brailovskaia u.a. 2025, S. 42–43) vorgeschlagen wird. Eine solche Kombination aus Regulierung, Bildung und Aufklärung könnte die gesellschaftliche Akzeptanz und praktische Durchsetzbarkeit entsprechender Maßnahmen deutlich erhöhen.

Grundlage für tragfähige politische Entscheidungen sollte eine unabhängige, öffentlich finanzierte Forschung sein, die auf wissenschaftlichen Standards basiert. Sie kann evidenzbasierte Handlungskorridore aufzeigen, unterschiedliche Regulierungsoptionen transparent machen und fundierte Empfehlungen formulieren, um den Schutz von Kindern und Jugendlichen im digitalen Raum wirksam und zugleich grundrechtskonform weiterzuentwickeln.

5 Literatur

Alonzo, Rea/Hussain, Junayd/Stranges, Saverio/Anderson, Kelly K. (2021): Interplay between social media use, sleep quality, and mental health in youth: A systematic review. In: *Sleep medicine reviews*, 56. Jg., S. 101414

Behera, Naresh/Khuntia, Sipra/Pandey, Kavita/Shankar, Shail (2025): Impact of Social Media Use on Physical, Mental, Social, and Emotional Health, Sleep Quality, Body Image, and Mood: Evidence from 21 Countries-A Systematic Literature Review with Narrative Synthesis. In: *International journal of behavioral medicine*

Bekalu, Mesfin Awoke/Sato, Taisuke/Viswanath, K. (2023): Conceptualizing and Measuring Social Media Use in Health and Well-being Studies: Systematic Review. In: *Journal of medical Internet research*, 25. Jg., e43191

Bonfanti, Rubinia Celeste/Melchiori, Francesco/Teti, Arianna/Albano, Gaia/Raffard, Stéphane/Rodgers, Rachel/Lo Coco, Gianluca (2025): The association between social comparison in social media, body image concerns and eating disorder symptoms: A systematic review and meta-analysis. In: *Body image*, 52. Jg., S. 101841

Braches-Chyrek, Rita/Moran-Ellis, Jo/Röhner, Charlotte/Sünker, Heinz (Hrsg.) (2021): *Handbuch Kindheit, Technik und das Digitale*. Opladen/Toronto

Brailovskaia, Julia/Buchmann, Johannes/Hertwig, Ralph/Metzinger, Thomas/Montag, Christian/Sadeghi, Ahmad-Reza/Schneider, Silvia/Spiecker genannt Döhmann, Indra/Waldherr, Annie (2025): *Soziale Medien und die psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen*

Chen, Liang/Shi, Jingyuan (2019): Reducing Harm From Media: A Meta-Analysis of Parental Mediation. In: *Journalism & Mass Communication Quarterly*, 96. Jg., H. 1, S. 173–193

Clark, Lynn Schofield (2011): Parental Mediation Theory for the Digital Age. In: *Communication Theory*, 21. Jg., H. 4, S. 323–343

Committee on the Rights of the Child (Hrsg.) (2021): General comment No. 25 (2021) on children's rights in relation to the digital environment (CRC/C/GC/25)

Dertinger, Andreas/Rechlitz, Marcel/Lampert, Claudia/Potzel, Katrin/Müller, Jane (2021): Medienbezogene Aushandlungsprozesse in der Familie aus einer figurationalstheoretischen Perspektive. In: *ZSE Zeitschrift für Soziologie der Erziehung und Sozialisation*, H. 4, S. 397–412

Europäisches Parlament & Rat der Europäischen Union (2016): *Verordnung (EU) 2016/679 (Datenschutz-Grundverordnung)*. DSGVO

Festl, Ruth/Langmeyer, Alexandra N. (2018): Die Bedeutung der elterlichen Interneterziehung für die Internetnutzung von Vor-, Grund- und Sekundarschulkindern. In: *Praxis der Kinderpsychologie und Kinderpsychiatrie*, 67. Jg., H. 2, S. 154–180

- Goodyear, Victoria A./Wood, Grace/Skinner, Bethany/Thompson, Janice L. (2021): The effect of social media interventions on physical activity and dietary behaviours in young people and adults: a systematic review. In: The international journal of behavioral nutrition and physical activity, 18. Jg., H. 1, S. 72
- Han, Xiaoning/Zhou, Enze/Liu, Dong (2024): Electronic Media Use and Sleep Quality: Updated Systematic Review and Meta-Analysis. In: Journal of medical Internet research, 26. Jg., e48356
- Holland, Grace/Tiggemann, Marika (2016): A systematic review of the impact of the use of social networking sites on body image and disordered eating outcomes. In: Body image, 17. Jg., S. 100–110
- Medienpädagogischer Forschungsverbund Südwest (mpfs) (2024): KIM-Studie 2024: Kindheit, Internet, Medien. Basisuntersuchung zum Medienumgang 6- bis 13-Jähriger. Stuttgart
- Medienpädagogischer Forschungsverbund Südwest (mpfs) (2025): JIM-Studie 2025: Jugend, Information, Medien. Basisuntersuchung zum Medienumgang 12- bis 19-Jähriger. Stuttgart
- Morningstar, Brandon/Clayborne, Zahra/Wong, Suzy L./Roberts, Karen C./Prince, Stephanie A./Gariépy, Geneviève/Goldfield, Gary S./Janssen, Ian/Lang, Justin J. (2023): The association between social media use and physical activity among Canadian adolescents: a Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) study. In: Canadian journal of public health = Revue canadienne de sante publique, 114. Jg., H. 4, S. 642–650
- Naab, Thorsten (2025): Forschungsperspektiven zu Mediennutzung, Medienbildung und Herausforderungen bei Kindern und Jugendlichen in Deutschland. München
- Pagano, Maria/Bacaro, Valeria/Crocetti, Elisabetta (2023): “Using digital media or sleeping ... that is the question”. A meta-analysis on digital media use and unhealthy sleep in adolescence. In: Computers in Human Behavior, 146. Jg., S. 107813
- Sachverständigenkommission des Neunten Familienberichts (Hrsg.) (2021): Eltern sein in Deutschland. Materialien zum Neunten Familienbericht. München
- Sevilla-Fernández, David/Díaz-López, Adoración/Caba-Machado, Vanessa/Machimbarrena, Juan Manuel/Ortega-Barón, Jessica/González-Cabrera, Joaquín (2025): Parental mediation and the use of social networks: A systematic review. In: PloS one, 20. Jg., H. 2, e0312011
- Shimoga, Sandhya V./Erlyana, Erlyana/Rebello, Vida (2019): Associations of Social Media Use With Physical Activity and Sleep Adequacy Among Adolescents: Cross-Sectional Survey. In: Journal of medical Internet research, 21. Jg., H. 6, e14290
- United Nations (1989): Convention on the Rights of the Child

Universitätsklinikum Tübingen - Forschungsgruppe Internetnutzungsstörungen (2026): ISES! Kids Onlinetraining. <https://www.medizin.uni-tuebingen.de/de/ises-kids-onlinetraining>

Walper, Sabine/Kuger, Susanne/Naab, Thorsten/Weis, Mirjam/Wöfl, Janina/Chabursky, Sophia/Langmeyer, Alexandra/Langmeyer, Alexandra N./Braukmann, Jan/Sedlmayr, Sebastian (2025): Eine Perspektive für jedes Kind. UNICEF-Bericht zur Lage der Kinder in Deutschland 2025. Köln

Wendt, Ruth (2021): Digitale Medien im Alltag von Familien. In: Sachverständigenkommission des Neunten Familienberichts (Hrsg.): Eltern sein in Deutschland. Materialien zum Neunten Familienbericht. München, S. 537–566

Yannikos, York/Steinebach, Martin (2025): Datensparsame Altersverifikation. In: BzKJ Aktuell, H. 2

Zerle-Elsäßer, Claudia/Lange, Andreas (2021): Doing Family und Social Media. In: Braches-Chyrek, Rita/Moran-Ellis, Jo/Röhner, Charlotte/Sünker, Heinz (Hrsg.): Handbuch Kindheit, Technik und das Digitale. Opladen/Toronto, S. 200–215

Zerle-Elsäßer, Claudia/Schüller, Simone/Langmeyer, Alexandra N./Naab, Thorsten/Heuberger, Stephan (2021): Von solitären Interneteltern und gemeinschaftsorientierten Fernsehfamilien. In: ZSE Zeitschrift für Soziologie der Erziehung und Sozialisation, H. 4, S. 413–431