



Sektion Schulpsychologie im BDP e. V. • Falkstraße 34 • 66280
Sulzbach

Nadine Schön und Prof. Dr. Olaf Köller
Vorsitzende der Expertenkommission
Per Mail an
claire.kersting@bmbfsfj.bund.de
geschaeftsstelle-digitalejugend@bmbfsfj.bund.de

Anschrift: Berufsverband Deutscher
Psychologinnen und Psychologen e. V.
Sektion Schulpsychologie
Am Köllnischen Park 2
10179 Berlin

Ansprechperson: Jörg Lorenzen-Lemke
E-Mail:
schleswig-holstein@bdp-schulpsychologie.de

Datum: 13.4.2026

Seite 1/2

5. Hearing der Expertenkommission „Kinder- und Jugendschutz in der digitalen Welt“ zum Thema „Medizinische, psychologische und präventive Perspektiven“

Sehr geehrte Damen und Herren,

wir bedanken uns herzlich für Ihr Engagement in dieser wichtigen Sache und für die Gelegenheit zu einer Stellungnahme aus schulpsychologischer Sicht! Wir nehmen folgend insbesondere Bezug auf die Fragen unter II und III Ihres Fragenkatalogs.

Die negativen Auswirkungen einer intensiven Social-Media-Nutzung (v. a. über ein Smartphone) auf die psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen betreffen vier essenzielle Aspekte und lassen sich nach HAIDT (1) als vom Autor so benannte „vier Grundübel“ zusammenfassen:

❖ **Die soziale Deprivation:** Seit Einführung der Smartphones verbringen Jugendliche deutlich weniger Zeit „analog“ mit ihren Freund*innen.

❖ **Der Schlafmangel:** Starke Smartphone- (und v.a. Social-Media-)Nutzung führt vermehrt zu psychischen Problemen wie Angst, Depression, kognitiven Problemen, Unfällen etc.

❖ **Die Fragmentierung der Aufmerksamkeit:** Jugendliche werden durch häufige Nachrichten immer wieder aus der aktuellen Aufmerksamkeit herausgerissen. Es gibt Hinweise darauf, dass dies in der frühen Adoleszenz die Entwicklung von exekutiven Funktionen stört.

❖ **Die Abhängigkeit:** Die Entwickler*innen setzen bewusst Techniken ein, die eine Smartphone-/ Social-Media-Sucht (2) fördern; das kann zu einem Kontrollverlust führen, der massive Auswirkungen auf das Wohlergehen, die soziale Entwicklung und die Familie hat.

- Bei allen zu treffenden Entscheidungen ist einerseits das Recht von Kindern und Jugendlichen auf Teilhabe zu berücksichtigen, das in verschiedenen grundlegenden Gesetzen formuliert ist, sowie andererseits das Kindeswohl und der Schutz der Kinder und Jugendlichen. Alle zu beschließenden Maßnahmen sollten darauf bezogen also geeignet, notwendig und verhältnismäßig sein. Im Sinne eines demokratischen Prozesses sollten v. a. Jugendliche an der Diskussion beteiligt sein.

- Es besteht dringender Handlungsbedarf! Es gibt bereits jetzt genügend wissenschaftliche Evidenzen für eine erhebliche Schädigung der Kinder und Jugendlichen durch Nutzung von Social-Media. Das Vorsorgeprinzip ist anzuwenden! Die Forschung muss weiter ausgebaut werden. (3)

- Die Verantwortung für altersgemäße Inhalte muss den Betreibern der Plattformen verpflichtender als bisher auferlegt werden („Verursacherprinzip“) und staatlicherseits stärker überprüft werden. Die verwendeten Algorithmen müssen für Forschungszwecke offengelegt werden.



- Eine Altersverifikation sollte unter Berücksichtigung eines geeigneten Datenschutzes eingeführt werden (v.a. der Gesichtspunkt der Datensparsamkeit ist hier zu beachten).
- Eine altersgerechte Staffelfür den Zugang zu Social-Media ist aus entwicklungspsychologischer Sicht sinnvoll (3).
- Rechtliche Vorgaben können Eltern in der Medienerziehung ihrer Kinder unterstützen. Die KIM- und JIM-Studien belegen, dass bereits zwei Drittel der Eltern die Kontrolle abgegeben haben (4-6).
- Gerade Eltern von jüngeren Kindern (bis 10 Jahre) müssen gezielt und verstärkt angesprochen werden. Entsprechende Public-Health-Kampagnen des Bundesinstituts für öffentliche Gesundheit (BIÖG) könnten dies unterstützen.
- Die Medienkompetenz der Pädagog*innen in Kita und Schule muss gesteigert werden, so wohl was den (sinnvollen) Umgang mit den Medien als auch deren Gefahren betrifft.
- Da das allein nicht ausreicht, sollten Medienberater*innen vor Ort das pädagogische Personal (und die Kinder und Jugendlichen sowie deren Eltern) beraten können. Social-Media-Sprechstunden sind insbesondere an weiterführenden Schulen einzurichten.
- Ein Smartphone-Verbot an Schulen (bis ggf. 10. Klasse) sollte bundesweit gelten. Erste Erfahrungen bestätigen den Nutzen. (7)

Natürlich können notwendige Beschlüsse nicht im Alleingang geregelt und entschieden werden (dazu braucht es auch gemeinsame europäische Anstrengungen), aber manches lässt sich ggf. auch schnell und direkt auf Landes- und Bundesebene umsetzen und sollte dann auch nicht hinausgezögert werden.

Die Bildung von hoher digitaler Kompetenz insbesondere bzgl. der kritischen Nutzung von Social-Media und KI, Souveränität und Teilhabe, bleibt eines der wichtigsten psychologischen und pädagogischen Ziele! Die Diskussion zu diesem Thema muss unbedingt weitergeführt werden. Auch das bewirkt schon eine ganze Menge!

Für Ihre Fragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

Mit freundlichen Grüßen

Jörg Lorenzen-Lemke
(Diplompsychologe/Schulpsychologe)

Vorstand der Sektion Schulpsychologie
Berufsverband Deutscher Psychologinnen und Psychologen e. V.

Im Text angegebene Quellen/Literaturhinweise:

- 1 Haidt, Jonathan: Generation Angst. Rowohlt, 2025.
- 2 <https://www.aerzteblatt.de/archiv/smartphoneabhaengigkeit-hohe-relevanz-in-der-praxis-9906960b-72a4-4fde-974b-32fb1cb4caea>
- 3 https://www.leopoldina.org/fileadmin/Daten/Publikationen/Dokumente/2025_Diskussionspapier_Soziale_Medien.pdf
- 4 https://mpfs.de/app/uploads/2025/11/JIM_2025_PDF_barrierearm.pdf
- 5 <https://mpfs.de/app/uploads/2025/05/KIM-Studie-2024.pdf>
- 6 https://mpfs.de/app/uploads/2025/01/miniKIM-2023_PDF_barrierearm.pdf
- 7 <https://www.uni-augsburg.de/de/campusleben/neuigkeiten/2024/09/04/smartphone-verbot-an-schulen-sinnvoll-wenn-pädagogisch-begleitet/>