

**Stellungnahme zum Hearing 5 am 16.04.2026:
Medizinische, psychologische und präventive Perspektiven**

Einleitung

Als unabhängige Expertin für digitalen Kinder-, Jugend- und Opferschutz danke ich für die Einladung, meine Perspektive in die Arbeit der Kommission einzubringen. In meiner Arbeit betrachte ich die gesundheitlichen und psychischen Belastungen junger Menschen als systemische Folge einer digitalen Architektur, die auf kommerzieller Verhaltensmodifikation basiert.

Diese Deformation macht vor analogen Räumen nicht halt: Wenn soziale Interaktion auch offline zunehmend durch digitale Polarisierungsmuster und binäre Kampfrhetorik geprägt wird, verlieren reale Begegnungsorte ihre Funktion als angstfreie Schutzräume der Identitätsbildung. Meine Haltung lässt sich in folgenden Eckpunkten zusammenfassen:

Vom Individuum zur Struktur:

Gesundheitliche Beeinträchtigungen sind oft das Ergebnis von *kommerziellem Grooming*, bei dem Plattformen kindliche Entwicklungsbedürfnisse instrumentalisieren. Prävention muss daher primär als Verhältnisprävention durch die konsequente Durchsetzung des Digital Services Act (DSA) erfolgen.

Resonanz statt Simulation:

Die psychologische Integrität junger Menschen wird durch *Resonanz-Attrappen* (insbesondere KI-Systeme) gefährdet, die menschliche Bindung lediglich simulieren und damit die Ausbildung einer autonomen Identität und echter sozialer Resilienz unterhöhlen.

Traumakompetenz statt Pathologisierung:

Anstatt Nutzungsmuster lediglich medizinisch zu pathologisieren, müssen wir die neurobiologischen Langzeitfolgen *algorithmisch deformierter Beziehungen* und die *physiologischen Stressreaktionen auf strukturelle digitale Gewalt* in den Fokus rücken.

Politische Konsequenz:

Ein wirksamer Kinder- und Jugendschutz erfordert den Abschied von kurzfristiger Projektlogik hin zu einer gesetzlich verankerten, interdisziplinären Regelfinanzierung, die Plattformverantwortung (Safety by Design) erzwingt, statt die Last des Selbstschutzes allein den Kindern aufzuerlegen.

I. Medizinische Perspektive – Gesundheitliche Folgen und Schutzfaktoren

1. Welche altersdifferenzierten Gesundheitsrisiken ergeben sich durch die Nutzung digitaler Medien für Körper und Psyche?

Die klassische Trennung zwischen physischen und psychischen Folgen greift zu kurz; wir müssen die Risiken als ganzheitliche Folge von kommerziellem Grooming betrachten. Die gezielte Ausbeutung kindlicher und jugendlicher Entwicklungsbedürfnisse zur Verhaltensmodifikation versetzt den Organismus in einen Zustand chronischen Stresses.

- **Befund:** Laut der **JIM-Studie 2024** erleben Jugendliche die algorithmische Taktung und ständige Verfügbarkeit zunehmend als Stressfaktor, der natürliche Regenerationsphasen unterläuft.
- **Folgen:** Bei jüngeren Kindern führt die Überstimulation durch Resonanz-Attrappen zu einer Deformation der basalen Resonanzfähigkeit. Bei Jugendlichen manifestiert sich der psychische Druck physisch durch eine Aktivierung der Stressachse (erhöhter Cortisolspiegel), was zu Schlafstörungen und metabolischen Veränderungen führt. Dies ist die somatische Manifestation einer Architektur, die Selbstregulation systematisch unterläuft.

2. Welche Formen der Verhaltens- und Verhältnisprävention haben sich als wirksam erwiesen, um gesundheitliche Beeinträchtigungen zu vermeiden?

Es hat sich gezeigt, dass Verhaltensprävention ohne Flankierung durch Verhältnisprävention wirkungslos bleibt.

Verhaltensprävention:

Programme wie *Medienhelden* oder *Net-Piloten*, die nicht nur technische Aufklärung betreiben, sondern gezielt Empathie und Psychoedukation über Suchtmechanismen fördern, sind effektiv. Sie stärken die psychologische Widerstandskraft gegen manipulative Architekturen.

Verhältnisprävention:

Der entscheidende Hebel zur Risikominimierung ist jedoch "Safety by Design". Die konsequente Deaktivierung von Dark Patterns (wie Autoplay, endlose Feeds oder "Streaks") entzieht dem Nutzungsdruck die technologische Basis. Die wirksamste Prävention ist hier die strenge Durchsetzung des DSA, um Plattformen zu zwingen, diese gesundheitsschädlichen Mechanismen standardmäßig zu deaktivieren.

3. Welche evidenzbasierten Ansätze existieren für eine frühzeitige und wirksame Behandlung von problematischer oder abhängiger Social-Media-Nutzung?

Evidenzbasierte klinische Ansätze (wie beispielsweise *Res@t*) sind dann wirksam, wenn sie um eine traumakompetente Perspektive ergänzt werden. Problematische Nutzung muss auch als dysfunktionaler Bewältigungsmechanismus (Coping) für strukturelle Gewalt oder mangelnde analoge Resonanz verstanden werden.

4. Zu welchem Zeitpunkt und über welche Zugänge sollten präventive Angebote unterbreitet werden, um eine nachhaltige Wirkung zu erzielen?

Präventive Maßnahmen müssen weit vor der eigentlichen eigenen Nutzung der Kinder ansetzen. Der Zugang sollte zwingend über universelle Regelsysteme (wie die pädiatrischen U-Untersuchungen oder Kitas) erfolgen, um soziale Selektionseffekte zu vermeiden. Bereits im Kleinkindalter müssen Eltern für die "Beruhigungs-Falle" durch digitale Geräte sensibilisiert werden, um den frühen, unbegleiteten Kontakt mit Resonanz-Attrappen zu verhindern, der die neuronale Entwicklung der Affektregulation stört.

5. In welchen Bereichen besteht besonderer Forschungsbedarf zu neurobiologischen und psychischen Mechanismen zur Auswirkung digitaler Medien auf die kindliche Entwicklung sowie digitaler Abhängigkeit bei Kindern und Jugendlichen?

Die Forschung muss sich mit den Langzeitfolgen *algorithmisch deformierter Beziehungen* beschäftigen. Es besteht dringender neurobiologischer Forschungsbedarf zur Frage, wie die dopaminerge Konditionierung durch KI-Systeme die Fähigkeit zur analogen Bindung verändert und die neuronale Verarbeitung echter Empathie prägt.

6. Wie unterscheiden sich die Risiken von Social Media, Games, KI sowie AR/VR-Anwendungen hinsichtlich ihrer Wirkmechanismen – und in welchen zentralen Punkten überschneiden sie sich? Welche Schlussfolgerungen lassen sich daraus für eine kohärente Regulierung und pädagogische Praxis ziehen?

Obwohl sich die Werkzeuge unterscheiden, ist die Schnittmenge aller genannten Technologien die kommerzielle Verhaltensmodifikation:

- *Social Media* nutzt sozialen Druck (FOMO) und kuratierte Vergleiche.
- *Games* binden durch glücksspielähnliche Dark Patterns (Lootboxen) und kommerzielle Anreize.
- *KI-Systeme* nutzen die Simulation von Intimität durch Resonanz-Attrappen.

Eine kohärente Regulierung muss die Durchsetzung des DSA mit den strengen Vorgaben des EU AI Act verzahnen. Insbesondere das Verbot manipulativer Praktiken (Art. 5 AI Act) muss als medizinischer Kinderschutz interpretiert werden, um algorithmische Eingriffe in die psychische Integrität – etwa durch kommerzielles Grooming – strukturell zu unterbinden.

II. Psychologische Perspektive – Mediennutzung, Identität und soziales Erleben

1. Wie verändern digitale Kommunikations- und Medienumgebungen das soziale Miteinander und das psychische Wohlbefinden junger Menschen?

Digitale Umgebungen ersetzen zunehmend echte, reziproke Resonanz durch algorithmisch gesteuerte Bestätigung. Während sie kurzfristig das Bedürfnis nach Zugehörigkeit und Selbstwirksamkeit bedienen können, sind diese positiven Effekte höchst fragil. Sie basieren auf Resonanz-Attrappen, die bei realen Krisen – etwa bei digitaler Gewalt, Ausgrenzung oder Cybermobbing – keinen Halt bieten. Das soziale Miteinander wird funktionalisiert und der

ständigen algorithmischen Bewertung unterworfen, was das psychische Wohlbefinden von echter Bindung entkoppelt.

2. Welche psychologischen Dynamiken entstehen, wenn KI-Systeme aufgrund ihrer menschenähnlichen Kommunikationsweise soziale oder emotionale Funktionen übernehmen?

KI-Systeme agieren als hochgradig effektive Resonanz-Attrappen im Prozess des kommerziellen Groomings. Sie erzeugen die Illusion von Intimität und Empathie, ohne jedoch die notwendige menschliche Reziprozität oder ethische Verantwortung zu besitzen. Dies führt zu einer Erosion der Bindungsautonomie und schwächt die Fähigkeit, reale soziale Widerstände zu navigieren.

Die Kennzeichnungspflichten des EU AI Act (Art. 52) sind ein notwendiger erster Schritt, reichen jedoch nicht aus, um die tiefenpsychologische Wirkung einer Resonanz-Attrappe zu neutralisieren. Wir brauchen eine Regulierung, die bereits die Entwicklung von KI-Modellen untersagt, die gezielt auf die Simulation von Bindung zur Maximierung der Verweildauer programmiert sind.

3. Welche Rolle spielt dabei die affirmierende Interaktionsweise großer Sprachmodelle?

Die rein affirmierende Kommunikation der LLMs verhindert die Ausbildung einer stabilen Identität, da diese soziale Reibung und den Umgang mit Frustration benötigt. Die künstliche Validierung schwächt die reale soziale Resilienz; das Kind / der jugendliche Mensch verfängt sich in einer Feedbackschleife, die Bedürfnisse spiegelt, aber keine autonome Bewältigungskompetenz zulässt.

4. Inwiefern können analoge Angebote – etwa in Vereinen, Jugendzentren oder der außerschulischen Bildung – die Mediennutzungskompetenz, das Selbstwertgefühl und die soziale Resilienz von Kindern und Jugendlichen stärken?

Analoge Angebote sind das essenzielle Gegengewicht zum kommerziellen Grooming der Plattformen. Sie sind die originären Räume, die echte Resonanzerfahrungen jenseits algorithmischer Bewertungsskalen und binärer Logiken ermöglichen. Durch die Erfahrung von unbedingter Zugehörigkeit lernen Kinder den Unterschied zwischen menschlicher Bindung und der Resonanz-Attrappe kennen. Dies ist der wirksamste Puffer gegen digitale Abwertungserfahrungen.

Diese Resilienzfunktion ist jedoch kein Selbstläufer. Wir müssen kritisch reflektieren, inwieweit analoge Sozialräume die algorithmische Deformation bereits widerspiegeln. Wenn analoge Diskurse – etwa in Schulen oder Jugendzentren – zunehmend durch digitale Polarisierungsmuster und Kampfbegriffe (wie „woke“ oder „cancel culture“) geprägt werden, drohen sie ihre Funktion als angstfreie Schutzräume zu verlieren. Echte Resilienzförderung bedeutet daher heute auch, analoge Räume aktiv vor der Logik der algorithmischen Spaltung zu schützen und sie als Orte der Ambiguitätstoleranz und des differenzierten Miteinanders zurückzugewinnen.

III. Präventive Perspektive – Schutz, Aufklärung und Förderung digitaler Resilienz

1. Welche Präventionsansätze haben sich als wirksam erwiesen, um Kinder und Jugendliche vor digitaler (sexualisierter) Gewalt zu schützen – etwa in den Bereichen Cybermobbing, Cybergrooming oder Sextortion?

Wirksam sind ausschließlich Ansätze, die den *Machtmissbrauch* und die strukturellen Gegebenheiten thematisieren, anstatt die Verantwortung auf das Verhalten der Kinder und Jugendlichen abzuwälzen.

- Das **BKA Bundeslagebild 2023** belegt eine besorgniserregende Zunahme digitaler Gewaltformen wie Sextortion und Cybergrooming.
- **Struktureller Schutz:** Der **WeProtect Global Threat Assessment 2023** identifiziert Safety by Design als unverzichtbare Komponente. Pädagogische Appelle bleiben zynisch, solange Algorithmen Gewaltinhalte priorisieren oder Kontaktaufnahmen durch Fremde standardmäßig erlauben.

2. Wie können erfolgreiche Präventionskonzepte nachhaltig skaliert und flächendeckend implementiert werden – insbesondere im Zusammenspiel von Schule, Jugendhilfe und Zivilgesellschaft?

Eine flächendeckende und nachhaltige Skalierung gelingt nur durch die konsequente Abkehr von der fragmentierten, befristeten Projektförderung hin zu einer gesetzlich verankerten Regelfinanzierung. Erfolgreiche Konzepte müssen als integraler Bestandteil der Kinder- und Jugendhilfe implementiert werden. Dies erfordert den Auf- und Ausbau interdisziplinärer Fachberatungsstellen, die Expertise zu digitaler Gewalt, Psychologie und Justiz bündeln und Schulen sowie Familien verlässlich zur Seite stehen.

3. Wie lassen sich Medienkompetenz, kritisches Denken und Selbstschutzverhalten in schulischen und außerschulischen Kontexten gezielt fördern?

Der Fokus der Medienkompetenzförderung muss sich verschieben: Es geht nicht mehr primär um Medienkompetenz oder Datenschutzregeln, sondern um die Entlarvung der Resonanz-Attrappe. Kinder und Jugendliche müssen befähigt werden, zu verstehen, wie Algorithmen ihre Emotionen bewirtschaften („Emotional Farming“) und wie kommerzielles Grooming funktioniert. Kritisches Denken bedeutet heute die Souveränität, die manipulativen Mechanismen der Plattformen zu durchschauen.

4. Welche Rolle spielt die interdisziplinäre Vernetzung von Medizin, Psychologie und Präventionsarbeit bei der Entwicklung wirksamer Strategien zur digitalen Suchtprävention?

Die interdisziplinäre Vernetzung ist die Voraussetzung für wirksame Intervention. Ein Schutz, der rein pädagogisch agiert, bleibt blind für physiologische Stressreaktionen; eine Medizin, die nur Symptome behandelt, verkennt die Bindungsdynamik an digitale Architekturen. Erst wenn die Sicht auf Stress, Bindungsdeformation und Strukturverantwortung (DSA) verschmelzen, kann das System des kommerziellen Groomings durchbrochen werden.