



**Stellungnahme der Landesgruppe Schleswig-Holstein im Berufsverband Deutscher Psychologinnen und Psychologen (BDP) zur Anhörung „Schutz von Kindern und Jugendlichen vor negativen Auswirkungen sozialer Medien“ und „Sicheren und kompetenten Umgang mit sozialen Medien stärken“ (Drucksachen 20/3600 und 20/3623)**

Kiel, 16.2.2026

**Die Landesgruppe Schleswig-Holstein im BDP stellt fest:**

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 „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.

**Die Landesgruppe Schleswig-Holstein im BDP schlägt deshalb vor:**

- Das Recht von Kindern und Jugendlichen auf Teilhabe ist zu berücksichtigen, das in verschiedenen grundlegenden Gesetzen formuliert ist, sowie 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 Demokratieverständnisses 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 ggf. aufgezwungen werden („Verursacherprinzip“), indem staatlicherseits reguliert und kontrolliert wird. Die verwendeten Algorithmen müssen für Forschungszwecke offengelegt werden.



- Eine Altersverifikation sollte unter Berücksichtigung eines geeigneten Datenschutzes eingeführt werden.
- Eine altersgerechte Staffelung für 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. Schulungsangebote für Eltern könnten beispielsweise auf Landesebene durch die Landesvereinigung für Gesundheitsförderung (LVGFSH) unterstützt werden.
- Die Medienkompetenz der Pädagog\*innen in Kita und Schule muss gesteigert werden, sowohl was den (sinnvollen) Umgang mit den Medien als auch die 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 landesweit gelten. Erste Erfahrungen in Schleswig-Holstein und in anderen Staaten bestätigen den Nutzen. (7)

Natürlich können notwendige Beschlüsse nicht allein landesweit geregelt und entschieden werden (dazu braucht es den Bund und Europa), aber manches lässt sich schnell und direkt auf Landesebene umsetzen.

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!

Für Ihre Fragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

### **Ihre Ansprechpersonen:**

Juliane Dürkop

Vorsitzende der Landesgruppe Schleswig-Holstein  
im BDP

E-Mail: [duerkop@bdp-sh.de](mailto:duerkop@bdp-sh.de)

Jörg Lorenzen-Lemke

Vorstand der Sektion Schulpsychologie im BDP

E-Mail: [schleswig-holstein@bdp-schulpsychologie.de](mailto:schleswig-holstein@bdp-schulpsychologie.de)



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](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](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](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-padagogisch-begleitet/>

*Der Berufsverband Deutscher Psychologinnen und Psychologen e.V. (BDP) vertritt die beruflichen Interessen über 10.000 niedergelassener, selbstständiger und angestellter/beamteter Psychologinnen und Psychologen aus allen Tätigkeitsbereichen. Die Landesgruppe Schleswig-Holstein vertritt den BDP in ihrem Bundesland. Als der anerkannte Berufs- und Fachverband der Psychologinnen und Psychologen ist der BDP Ansprechpartner und Informant für Politik, Medien und die Öffentlichkeit.*

*Unter der Registernummer R003897 ist der BDP im Lobbyregister für die Interessenvertretung gegenüber dem Deutschen Bundestag und der Bundesregierung eingetragen.*