



IM FOKUS!

Mainz, 19.08.2026

Nr. 19/5

Social-Media-Verbot für Kinder und Jugendliche? – Hintergründe, Argumente, Alternativen

„Verbieten oder nicht verbieten – das ist hier die Frage“.¹ „Deutschland ist zu langsam beim Jugendschutz.“² „Social-Media-Verbot, die richtige Wahl“.³ „Social-Media-Verbot für die Jugend? Das ist keine Fürsorge, sondern Kapitulation.“⁴ „Das Social-Media-Verbot ist Unsinn.“⁵

Die **Debatte** über den Umgang mit sozialen Medien und ein Social-Media-Verbot für Kinder und Jugendliche wird in Deutschland – nicht zuletzt vor dem Hintergrund ähnlicher Diskussionen und bereits umgesetzter

Maßnahmen in zahlreichen anderen Ländern der Welt – **kontrovers** geführt.⁶

Dieser Beitrag stellt einen **Überblick** über diese aktuelle Thematik bereit. Dazu geht es zunächst um die **Definition** sozialer Medien (I). Im Anschluss folgt eine Übersicht des bisherigen **Sachstands** (II).⁷ Daran schließt sich die Darstellung der **Pro- und Contra-Argumente** in der Debatte an (III und IV). Schließlich nennt der Beitrag **Alternativen** zu einem Verbot (V) und gibt einen Ausblick (VI).

¹ Asmus Heß, ‚Kinder und Jugendliche auf Social Media: Verbieten oder nicht verbieten – das ist hier die Frage‘, Deutschlandfunk, 30. April 2026 < <https://www.deutschlandfunk.de/social-media-verbot-kinder-jugendliche-bundesregierung-tiktok-instagram-100.html> > [Zuletzt geprüft am 10.08.2026].

² Stephanie Gebert, ‚Kommentar zum Social-Media-Verbot für Jugendliche: Deutschland ist zu langsam beim Jugendschutz‘, Deutschlandfunk, 21. April 2026 < <https://www.deutschlandfunk.de/social-media-verbot-kinder-jugendliche-altersgrenze-kommentar-102.html> > [Zuletzt geprüft am 10.08.2026].

³ ‚Kinder- und Jugendpsychologin: Social-Media-Verbot „die richtige Wahl“‘, ZDFheute, 17. Februar 2026 < <https://www.zdfheute.de/politik/deutschland/social-media-verbot-kinder-moma-isabel-brandhorst-100.html> > [Zuletzt geprüft am 10.08.2026].

⁴ Farangies Ghafoor, ‚Social-Media-Verbot für die Jugend? Das ist keine Fürsorge, sondern Kapitulation‘, Tagesspiegel, 17. Februar 2026

< <https://www.tagesspiegel.de/wissen/social-media-verbot-fur-die-jugend-das-ist-keine-fursorge-sondern-kapitulation-15254403.html> > [Zuletzt geprüft am 10.08.2026].

⁵ Felix Kühn, ‚Das Social-Media-Verbot ist Unsinn‘, WELT, 14. August 2025 < <https://www.welt.de/politik/deutschland/article689c4e690fb2e02f82075005/altersbeschraenkung-das-social-media-verbot-ist-unsinn.html> > [Zuletzt geprüft am 10.08.2026].

⁶ Auch im Landtag Rheinland-Pfalz wurde die Thematik eines Social-Media-Verbots für Kinder und Jugendliche bereits debattiert, in der [43. Sitzung des Bildungsausschusses](#) am 30. Oktober 2025.

⁷ Aufgrund der Aktualität und des Umfangs der Debatte erhebt der Beitrag keinen Anspruch auf Vollständigkeit. Redaktionsschluss war der 10. August 2026.

I. Was sind soziale Medien?

Es existiert **keine allgemein anerkannte Definition** sozialer Medien. Dienste werden, je nach Ansatz, anhand ihres **Zwecks**, ihrer **Funktionen** und **Designelemente** sowie ihrer **wirtschaftlichen Mechanismen** bewertet. Während **Einigkeit** bezüglich der Einschätzung der meisten Dienste besteht, herrscht **Uneinigkeit** vor allem in Bezug auf die Bewertung von **Messenger-Diensten**.

In **Australien** definiert der **Online Safety Act** – Grundlage des weltweit ersten Social-Media-Verbots – **altersbeschränkte Social-Media-Plattformen** als Dienste,

- deren **alleiniger oder wesentlicher Zweck** es ist, **soziale Interaktionen** zwischen zwei oder mehr Nutzenden zu ermöglichen,
- die es Nutzenden ermöglichen, sich mit anderen Nutzenden zu **verbinden** oder mit ihnen zu **interagieren**,
- die es Nutzenden ermöglichen, **Inhalte hochzuladen**,
- die eine **kontenbasierte Empfehlungsfunktion** nutzen und/oder mindestens eines der folgenden **Design-Elemente** enthalten: Endlosscrolling, Feedback-Funktionen wie „Likes“

oder „Upvotes“ und Features wie „Stories“, die nur für einen begrenzten Zeitraum zur Verfügung stehen.⁸

Das australische Verbot umfasst Plattformen wie „Instagram, TikTok, Snapchat, Facebook, YouTube, (den) Kurznachrichtendienst X, Reddit und Twitch“, aber nicht „verschiedene Messenger- und Spiele-Dienste wie Roblox, WhatsApp und Facebook Messenger“.⁹

Im Diskussionspapier der **Nationalen Akademie der Wissenschaften Leopoldina** werden soziale Medien definiert als „**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**“.¹⁰ Nach diesem Verständnis umfasst die Kategorie **soziale Netzwerkplattformen** wie Facebook oder Instagram, **Diskussionsplattformen** wie Reddit, Plattformen wie YouTube oder TikTok, auf denen **nutzergenerierte Inhalte gestreamt** werden können, und **Berufsplattformen** wie LinkedIn.¹¹ **Messenger-Dienste**, „deren Funktionalität der der klassischen sozialen Netzwerke ähnelt“, etwa aufgrund von **öffentlichen Kanälen** und **Gruppenchats**, werden ebenfalls zu den sozialen Medien gezählt.¹²

⁸ Vgl. ‚Social media minimum age‘, Australian Government. Department of Infrastructure, Transport, Regional Development, Communications, Sport and the Arts <<https://www.infrastructure.gov.au/media-communications/internet/online-safety/social-media-minimum-age>> [Zuletzt geprüft am 10.08.2026].

⁹ ‚Social-Media-Verbot unter 16 Jahren: Millionen Nutzerkonten in Australien offline‘, tageschau, 16. Januar 2026 <<https://www.tageschau.de/ausland/ozeanien/australien-verbot-social-media-100.html>> [Zuletzt geprüft am 10.08.2026].

¹⁰ Julia Brailovskaia, Johannes Buchmann, Ralph Hertwig, Thomas Metzinger, Christian Montag, Ahmad-Reza Sadeghi, Silvia Schneider, Indra Spiecker gen. Döhm, Annie Waldherr, *Soziale Medien und die psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen*, hrsg. v. Deutsche Akademie der Naturforscher Leopoldina e. V., 2025, S. 4.

¹¹ Vgl. Brailovskaia et al., S. 4-5.

¹² Brailovskaia et al., S. 5, und vgl. Brailovskaia et al., S. 5.

Als „ein zentrales Merkmal fast aller sozialen Medien“ identifiziert die Leopoldina zudem ein **Geschäftsmodell**, das darauf abzielt, „die **Aufmerksamkeit** und die **Daten** der Nutzenden **zu monetarisieren**“.¹³ Die **Analyse des Nutzungsverhaltens** ermöglicht es, **individualisierte Inhalte** und **gezielte Werbeanzeigen** bereitzustellen.¹⁴

Die **Bildungsministerkonferenz** wiederum definiert soziale Medien als „digitale Plattformen und Dienste (...), die es Nutzerinnen und Nutzern ermöglichen, **Inhalte zu erstellen, zu teilen, zu kommentieren und miteinander zu interagieren**“.¹⁵ In die Kategorie fallen insbesondere „soziale Netzwerke, Video- und Content-Sharing-Plattformen sowie Messenger-Dienste“.¹⁶

II. Von Australien bis Thüringen: Aktueller Sachstand

Im Dezember 2025 führte **Australien** als erstes Land weltweit ein **verpflichtendes Mindestalter von 16 Jahren** für die Nutzung sozialer Medien ein.¹⁷ **Verantwortlich** für das Einhalten der gesetzlichen Vorschriften sind die

Social-Media-Plattformen. Ihnen können **Strafzahlungen** auferlegt werden, sollten sie keine **angemessenen Maßnahmen** ergreifen, um zu verhindern, dass Unter-16-Jährige Nutzerkonten auf ihren Plattformen haben. Wenn **Kinder** und **Jugendliche** unter der gesetzlich festgelegten Altersgrenze das Verbot umgehen und trotzdem soziale Medien nutzen, werden **weder sie noch ihre Eltern bestraft**.¹⁸

Die Anbieter gaben an, zwei Tage nach dem Inkrafttreten mehr als **4,7 Millionen Accounts deaktiviert** zu haben.¹⁹ Viele Teenager scheinen aber auch noch Monate später in der Lage zu sein, das **Verbot zu umgehen**.²⁰ Nachdem eine Studie **Zweifel an der Wirkung des Verbots** bestätigte, hat Australien die **Höhe der Strafzahlungen** kürzlich **gesteigert**.²¹ Während die Anbieter auf die Komplexität in der Umsetzung verweisen und betonen, sie stünden hinter dem Verbot, geht die australische Kommunikationsministerin davon aus, „die großen Tech-Unternehmen hätten ein Interesse daran, dass das Social-Media-Verbot in Australien scheitere“.²² Es steht der

¹³ Brailovskaia et al., S. 5.

¹⁴ Vgl. Brailovskaia et al., S. 5.

¹⁵ *Erklärung der Bildungsministerkonferenz zum Umgang mit Social Media im schulischen Bereich*, Kultusministerkonferenz, 12. Juni 2026, S. 1.

¹⁶ *Erklärung der Bildungsministerkonferenz*, S. 1.

¹⁷ Vgl. Luke Cooper, ‚The world is matching Australia’s social media ban. The UK is set to join the crackdown‘, ABC News, 27. Mai 2026 <<https://www.abc.net.au/news/2026-05-28/social-media-bans-in-australia-uk-and-world-explained/106726080>> [Zuletzt geprüft am 10.08.2026].

¹⁸ Vgl. ‚Social media minimum age‘, Australian Government.

¹⁹ Vgl. Cooper.

²⁰ Vgl. ‚Social-Media-Altersgrenze in Australien fast wirkungslos‘, ZDFheute, 25. Juni 2026 <<https://www.zdfheute.de/politik/aukland/social-media-verbot-altersgrenze-australien-studie-effekt-100.html>> [Zuletzt geprüft am 10.08.2026].

²¹ Vgl. ‚TikTok, Instagram und Co.: Australien verdoppelt Geldstrafen für Konzerne bei Verstößen gegen Social-Media-Verbot‘, Deutschlandfunk, 2. Juli 2026 <<https://www.deutschlandfunk.de/australien-verdoppelt-geldstrafen-fuer-konzerne-bei-verstoessen-gegen-social-media-verbot-100.html>> [Zuletzt geprüft am 10.08.2026].

²² Jennifer Johnston, ‚Seit einem halben Jahr in Kraft: Wie gut funktioniert Australiens Social-Media-Verbot?‘, tagesschau, 24. Juni 2026

Verdacht im Raum, die Unternehmen versuchten faktisch, das Verbot zu sabotieren, um potenzielle Nachahmer abzuschrecken.²³

Das **Europäische Parlament** hat im November 2025 unter anderem ein **EU-weites Mindestalter von 16 Jahren** für den Zugang zu sozialen Medien vorgeschlagen und gefordert, deren schädlichste suchtfördernde Praktiken zu verbieten.²⁴ Um **Kinder und Jugendliche** vor den Folgen der Social-Media-Nutzung zu **schützen**, haben einzelne **europäische Staaten** bereits **Maßnahmen** angekündigt, darunter **Dänemark, Griechenland, Polen und Spanien**.²⁵ In **Großbritannien** kündigte der ehemalige Premier Keir Starmer im Juni 2026 ebenfalls ein Verbot für die Nutzung sozialer Medien durch Unter-16-Jährige an.²⁶

Frankreich hat im Juli 2026 als erstes EU-Land beschlossen, ein **Social-Media-Verbot** für Kinder und Jugendliche **unter 15 Jahren** einzuführen. Die Plattformbetreiber sollen dazu verpflichtet werden, „**wirksame Alterskontrollen** einzuführen“.²⁷ Von dem Verbot sind **alle sozialen Plattformen**, ausdrücklich

aber **nicht Online-Enzyklopädien und Bildungsangebote** betroffen.²⁸ Videoplattformen oder Messenger-Dienste sollen nur für den Teil ihrer Funktionen, „der einem sozialen Netzwerk gleichgestellt ist, also etwa Kanäle zum Teilen von Inhalten oder Kommentarfunktionen“ zu Alterskontrollen verpflichtet werden.²⁹ Inwiefern das Verbot verfassungskonform wäre und sich praktisch umsetzen ließe, ist noch offen.³⁰

In **Deutschland** hat das **Bundesministerium für Bildung, Familie, Senioren, Frauen und Jugend** im September 2025 eine unabhängige und interdisziplinäre **Expertenkommission „Kinder- und Jugendschutz in der digitalen Welt“** eingesetzt, die im April 2026 eine **Bestandsaufnahme** und im Juni 2026 **Handlungsempfehlungen** veröffentlicht hat. Demnach „greifen pauschal hohe Mindestalter (15/16 Jahre) zu kurz“.³¹ Die Kommission schlägt zwei **Alternativen** vor: eine „gesetzliche Mindestaltersgrenze von 13 Jahren für Social-Media-Accounts mit wirksamer Altersprüfung und abgestuften Schutzstandards

<<https://www.tagesschau.de/ausland/ozeanien/australien-verbot-socialmedia-100.html>> [Zuletzt geprüft am 10.08.2026]

²³ Vgl. Johnston.

²⁴ Vgl. ‚EU-Parlament fordert Mindestalter von 16 Jahren für soziale Medien‘, DIE ZEIT, 26. November 2026 <<https://www.zeit.de/politik/ausland/2025-11/europaeische-union-soziale-medien-altersbeschaenkung>> [Zuletzt geprüft am 10.08.2026].

²⁵ Vgl. Cooper.

²⁶ Vgl. ‚Großbritannien will Social-Media-Verbot für Jugendliche unter 16‘, DER SPIEGEL, 15. Juni 2026 <<https://www.spiegel.de/netz-welt/grossbritannien-will-social-media-verbot-fuer-kinder-und-jugendliche-unter-16-a-df486b7f-652f-4c54-9e4b-9216de17a763>> [Zuletzt geprüft am 10.08.2026].

²⁷ ‚Frankreich verbietet Social Media für unter 15-Jährige‘, tagesschau, 21. Juli 2026

<<https://www.tagesschau.de/ausland/europa/frankreich-social-media-verbot-102.html>> [Zuletzt geprüft am 10.08.2026].

²⁸ Vgl. ‚Frankreich beschließt Social-Media-Verbot für unter 15-Jährige‘, ZDFheute, 21. Juli 2026 <<https://www.zdfheute.de/politik/ausland/frankreich-social-media-verbot-100.html>> [Zuletzt geprüft am 10.08.2026].

²⁹ ‚Frankreich verbietet Social Media für unter 15-Jährige‘.

³⁰ Vgl. ‚Frankreich beschließt Social-Media-Verbot für unter 15-Jährige‘.

³¹ Unabhängige Expertenkommission „Kinder- und Jugendschutz in der digitalen Welt“, *Entwicklung stärken, Verantwortung übernehmen: Für ein gutes Aufwachsen von Kindern und Jugendlichen in der digitalen Welt. Handlungsempfehlungen. Kurzfassung*, Juni 2026, S. 5.

für 13–16 und 16–18 Jahre“ oder „keine einheitliche Altersgrenze, sondern dienst- und funktionsspezifische Beschränkungen nach Risikobewertung des jeweiligen Angebots“.³² Was die Umsetzung betrifft, spricht sich die Kommission jeweils gegen nationale Alleingänge aus.³³

Die Umsetzung eines Verbots auf nationaler Ebene scheint rechtlich schwierig, da in Europa „in erster Linie die **Europäische Union**“ über den **Digital Services Act** dafür zuständig ist, die Social-Media-Plattformen zu regulieren.³⁴ Die **Mitgliedstaaten** sind „wohl **nicht befugt**, die Plattformanbieter durch nationale Vorgaben zu einem weitergehenden Schutz von Minderjährigen zu verpflichten“, und durch einzelne Mitgliedstaaten erlassene Regelungen „wären einem **erheblichen Risiko europarechtlicher Verfahren** und langjähriger gerichtlicher Auseinandersetzungen ausgesetzt“.³⁵

Thüringen und **Niedersachsen** haben im März 2026 eine gemeinsame **Bundesratsinitiative** zur Stärkung des Schutzes von Kindern und Jugendlichen in den sozialen Medien eingebracht, die aktuell in den Fachausschüssen

des Bundesrats von den Ländern beraten wird.³⁶ In ihrem Antrag setzen sich Thüringen und Niedersachsen unter anderem für ein „Verbot Sozialer Medien für Kinder unter 14 Jahren“ und einen „altersgerechten Zugang“ für Jugendliche unter 16 Jahren ein.³⁷

Inzwischen haben sich zahlreiche Akteure zu einem möglichen Social-Media-Verbot für Kinder und Jugendliche geäußert, darunter der **Deutsche Ethikrat**, die **Bildungsministerkonferenz**, die **Bundesschüler*innenkonferenz** und die **Nationale Akademie der Wissenschaften Leopoldina**.³⁸

III. Argumente für ein Verbot

Befürworter eines Social-Media-Verbots für Kinder und Jugendliche verweisen vor allem auf die **Risiken** und **schädlichen Effekte**, die von der Nutzung dieser Dienste ausgehen können. Die Risiken für Kinder und Jugendliche im digitalen Raum als Ganzes, nicht nur auf soziale Medien bezogen, lassen sich in **vier Kategorien**, die „**4 C's**“, einteilen: „**Con-**

³² Unabhängige Expertenkommission, *Handlungsempfehlungen. Kurzfassung*, S. 5.

³³ Vgl. Unabhängige Expertenkommission, *Handlungsempfehlungen. Kurzfassung*, S. 5.

³⁴ Heß.

³⁵ Deutscher Ethikrat, *Schutz, Teilhabe und Befähigung von Kindern und Jugendlichen in der digitalen Welt. Ad-hoc-Stellungnahme*, 11. Juni 2026, S. 17, Unabhängige Expertenkommission „Kinder- und Jugendschutz in der digitalen Welt“, *Entwicklung stärken, Verantwortung übernehmen: Für ein gutes Aufwachsen von Kindern und Jugendlichen in der digitalen Welt. Handlungsempfehlungen*, Juni 2026, S. 69.

³⁶ Vgl. Bundesratsdrucksache 169/26. Weitere Informationen <<https://dip.bundestag.de/vorgang/entschlie%C3%9Fung-des-bundesrates->

[schutz-von-kindern-und-jugendlichen-in-den/333019](https://dip.bundestag.de/vorgang/entschlie%C3%9Fung-des-bundesrates-schutz-von-kindern-und-jugendlichen-in-den/333019)> [Zuletzt geprüft am 10.08.2026].

³⁷ „Niedersachsen bringt Entschließungsantrag im Bundesrat ein: „Schutz von Kindern und Jugendlichen in den sozialen Medien stärken“, Niedersächsische Staatskanzlei, 24. März 2026 <<https://www.stk.niedersachsen.de/startseite/presseinformationen/niedersachsen-bringt-entschliessungsantrag-im-bundesrat-ein-schutz-von-kindern-und-jugendlichen-in-den-sozialen-medien-starken-249751.html>> [Zuletzt geprüft am 10.08.2026].

³⁸ Siehe dazu [Stellungnahme des Deutschen Ethikrats](#), [Erklärung der Bildungsministerkonferenz](#), [Pressemitteilung der Bundesschüler*innenkonferenz](#) und [Diskussionspapier der Leopoldina](#).

tent“-, **„Conduct“-**, **„Contact“-** und **„Consumer“-**, also Inhalts-, Verhaltens-, Kontakt- und Verbraucher-**Risiken**.³⁹

Content-Risiken entstehen durch die Konfrontation von Kindern und Jugendlichen mit für sie **unangemessenen** und **gefährdenden Inhalten**. Beispiele sind sexuelle Inhalte, Gewaltdarstellungen, Inhalte, die ein falsches Körperbild vermitteln, extremistische Inhalte oder Falschinformationen.⁴⁰

Contact-Risiken bestehen, wenn Kinder im digitalen Raum **Opfer von Interaktionen** werden, beispielsweise in Fällen von sexueller Nötigung und Erpressung im Internet, Cyber-Grooming oder Radikalisierung.⁴¹

Conduct-Risiken beziehen sich auf **Verhaltensweisen** der Kinder und Jugendlichen, die **für sie selbst** und/oder **Gleichaltrige schädlich** sind. Das sind beispielsweise Cyberbullying, Bloßstellungen im digitalen Raum oder die Teilnahme an Online-Challenges.⁴² Eine lebensgefährliche Mutprobe, die sich maßgeblich über TikTok verbreitet hat, ist die sogenannte Blackout-Challenge. Kinder und Jugendliche filmen sich dabei, wie sie sich selbst bis zur Bewusstlosigkeit die Luft abschnüren und anschließend wieder zu sich kommen.⁴³

Consumer-Risiken treten in Situationen auf, in denen Kinder und Jugendliche als **Verbraucher** ausgenutzt werden.⁴⁴ Ein Risiko stellt beispielsweise die Werbung durch Influencerinnen und Influencer in sozialen Medien dar. Kindern und Jugendlichen kann es schwerfallen, die Inhalte überhaupt als Werbung zu identifizieren und entsprechend kritisch zu hinterfragen.⁴⁵

Viele der beschriebenen Gefahren bestehen für alle Nutzenden im digitalen Raum. Kinder und Jugendliche werden aber „zu Recht als eine **besonders vulnerable Gruppe** gesehen, welche vor den (...) Mechanismen (...) digitaler Plattformen **geschützt werden soll**“.⁴⁶ So können digitale Reize „besonders in sensiblen Entwicklungsphasen, etwa in der frühen Kindheit und der Adoleszenz, (...) verstärkt auf zentrale Reifungsprozesse einwirken und diese in ungünstiger Weise beeinflussen“, und Jugendliche sind „besonders empfänglich für soziale Vergleichsprozesse, Ablehnungserfahrungen und Rückmeldungen in sozialen Medien“.⁴⁷

Befürchtet wird, dass die Nutzung sozialer Medien bei Kindern und Jugendlichen zu sowohl **geistigen** als auch **körperlichen Gesundheitsschäden** führt. Die Liste der Probleme, die – in unterschiedlichen Graden und

³⁹ OECD, *How's Life for Children in the Digital Age?*, Juni 2025, S. 54.

⁴⁰ Vgl. OECD, S. 54–55.

⁴¹ Vgl. Deutscher Ethikrat, S. 10, und OECD, S. 57.

⁴² Vgl. OECD, S. 60.

⁴³ Vgl. Hannah Knuth, 'TikTok und der Tod', DIE ZEIT, 20. April 2023. Auszugsweise verfügbar unter <<https://www.bpb.de/shop/zeitschriften/izpb/medienkompetenz-355/523579/jugend-und-soziale-medien/>> [Zuletzt geprüft am 10.08.2026].

⁴⁴ Vgl. Deutscher Ethikrat, S. 10, und OECD, S. 64.

⁴⁵ Vgl. Nadja Enke und Leonie Meyer, 'Kinder und Influencer-Werbung: Zwischen Identifikation und Medienkompetenz', Bundeszentrale für politische Bildung, 31. August 2022 <<https://www.bpb.de/lernen/digitale-bildung/werkstatt/512493/kinder-und-influencer-werbung-zwischen-identifikation-und-medienkompetenz/>> [Zuletzt geprüft am 10.08.2026].

⁴⁶ Deutscher Ethikrat, S. 40.

⁴⁷ Unabhängige Expertenkommission „Kinder- und Jugendschutz in der digitalen Welt“, *Bestandsaufnahme*, April 2026, S. 24.

mit unterschiedlicher wissenschaftlicher Untermauerung – mit einer hohen Bildschirmzeit und der Nutzung sozialer Medien durch Kinder und Jugendliche in Verbindung gebracht werden, ist lang. Unter anderem zählen dazu: Schlafstörungen, Fettleibigkeit, Kurzsichtigkeit, Depressionen, Ängste, Essstörungen, Aufmerksamkeitsprobleme, selbstgefährdendes Verhalten und Suchtverhalten.⁴⁸

Ein „intensiver und wenig regulierter Gebrauch“ von sozialen Medien wird auch mit der **sozial-emotionalen Entwicklung** von Kindern und Jugendlichen in Zusammenhang gebracht. Er kann zu „erhöhtem sozialen Vergleichsdruck, Beeinträchtigung des Selbstwertgefühls“ sowie zu „Schwierigkeiten in der Emotionsregulation und im sozialen Miteinander“ führen.⁴⁹

Beitragen können soziale Medien auch zu **indirekten negativen Folgen** hoher Bildschirmzeiten. So besteht das Risiko, dass Kinder und Jugendliche **andere Aktivitäten**, die ihrer Entwicklung und Gesundheit zuträglich wären – wie körperliche Aktivität oder persönliche soziale Interaktionen, also „echte(...) Spielzeit vor der Haustür mit anderen Kindern“ –, **vernachlässigen**.⁵⁰

Soziale Medien zu nutzen, kann nicht nur für den einzelnen Menschen **negative Folgen** ha-

ben, sondern auch für **Gruppen** und die **Gesellschaft**. „Kommunikationsumgebungen, in denen Hassinhalte eine hohe Präsenz haben“, wie es oftmals in sozialen Medien der Fall ist, können beispielsweise dazu beitragen, dass „Narrative gruppenbezogener Menschenfeindlichkeit“ normalisiert und das „**Vertrauen in die Demokratie** sowie den demokratischen Diskurs **negativ beeinflusst**“ werden.⁵¹

Auch wird argumentiert, die Verfügbarkeit sozialer Medien auf den Smartphones von Kindern und Jugendlichen führte dazu, dass sich in der Schule „rasch die allgemeine Kultur“ veränderte: die Kinder und Jugendlichen „hatten (...) **weniger Augenkontakt, lachten weniger miteinander und verlernten die Kunst der Unterhaltung**.“⁵² So wurde auch das soziale Leben derjenigen beeinflusst, die soziale Medien nicht selbst nutzten.⁵³

IV. Argumente gegen ein Verbot

Gegen ein Verbot von sozialen Medien für Kinder und Jugendliche sprechen die **positiven Effekte** und **Chancen**, die mit ihnen verbunden werden: Soziale Medien bieten die Möglichkeit sozialer **Teilhabe** und gesellschaftlicher und politischer **Partizipation**. Sie machen **Informationen** zugänglich, erleichtern es, sich mit Gleichaltrigen und Gleichgesinnten zu vernetzen, und verringern **Einsamkeit**.⁵⁴

⁴⁸ Vgl. OECD, S. 75–76, und Unabhängige Expertenkommission, *Bestandsaufnahme*, S. 12–18.

⁴⁹ *Erklärung der Bildungsministerkonferenz*, S. 2.

⁵⁰ Christian Montag, *Du gehörst uns! Die psychologischen Strategien von Facebook, Tiktok, Snapchat & Co – und wie wir uns vor der großen Manipulation schützen* (Bonn, 2022), S. 259, und vgl. OECD, S. 75.

⁵¹ Unabhängige Expertenkommission, *Bestandsaufnahme*, S. 11.

⁵² Jonathan Haidt, *Generation Angst. Wie wir unsere Kinder an die virtuelle Welt verlieren und ihre psychische Gesundheit aufs Spiel setzen* (Hamburg, 2024), S. 188.

⁵³ Vgl. Haidt, S. 188.

⁵⁴ Vgl. Brailovskaia et al., S. 14, *Erklärung der Bildungsministerkonferenz*, S. 1, Unabhängige

Besonders für marginalisierte Gruppen ist das **Unterstützungsnetzwerk**, das sie sich in der digitalen Welt aufbauen können, von großer Bedeutung. Für sie sind „digitale Räume häufig die einzigen Orte, an denen sie akzeptierende Gemeinschaften finden, ihre Identität ausdrücken können und verlässliche Peer-Unterstützung erfahren“.⁵⁵

Wer in sozialen Medien selbst aktiv wird, kann dadurch sein **Selbstwertgefühl** steigern.⁵⁶ Politisches Engagement über soziale Medien kann zudem mit „gesteigerter **Selbstwirksamkeit**“ einhergehen, also dem Gefühl, durch das eigene Handeln etwas erreichen und auch schwierige Situationen meistern zu können.⁵⁷ Soziale Medien ermöglichen es gerade im Kindes- und Jugendalter, **verschiedene Facetten** der eigenen **Persönlichkeit** kennenzulernen und auszuprobieren.⁵⁸

Kinder und Jugendliche sind – entsprechend der UN-Kinderrechtskonvention – **Träger eigener Rechte**, die auch im digitalen Raum gelten. Kinderrechte werden über **Schutz, Befähigung** und **Teilhabe** umgesetzt. Diese drei Dimensionen müssen gegeneinander abgewogen und miteinander in Einklang gebracht werden. Argumentiert wird, der Fokus sollte **nicht einseitig** auf dem Schutz der Kinder und Jugendlichen vor den Gefahren von sozialen Medien liegen.⁵⁹ Schließlich sei es

für ihr weiteres Leben auch „von großer Bedeutung, dass sie die **Fähigkeiten erwerben**, mit den vielfältigen Chancen und Risiken dieser Technologien **kompetent umzugehen**“.⁶⁰

Zwar besteht in diesem Spannungsfeld „durchaus Raum für staatliche Regulierung“, das Ausbalancieren der verschiedenen Aspekte des Kindeswohls ist aber „primär die **Aufgabe** und **Verantwortung** der **Eltern**“.⁶¹ Ihnen ist „sowohl nach der UN-Kinderrechtskonvention (...) als auch nach dem Grundgesetz (...) die Erziehung ihrer Kinder anvertraut“.⁶²

In der Debatte wird darauf hingewiesen, dass zwar viele Studien vorliegen, die eine **Korrelation**, also einen Zusammenhang, zwischen der Social-Media-Nutzung und negativen Effekten auf die Gesundheit aufzeigen, aber eine direkte **Kausalität**, also eine Folgebeziehung, nur selten belegt ist.⁶³ Ohne genau definierte „Ursache-Wirkungs-Ketten“ bleibt etwa unklar, „ob Personen mit geringerem Wohlbefinden mehr Zeit auf den Social-Media-Angeboten“ verbringen, oder „das geringere Wohlbefinden die Folge einer exzessiven Nutzung“ ist.⁶⁴

Gegen ein Social-Media-Verbot für Kinder und Jugendliche kann auch sprechen, dass es die **Probleme**, die in der Architektur der

Expertenkommission, *Bestandsaufnahme*, S. 32–33.

⁵⁵ Unabhängige Expertenkommission, *Bestandsaufnahme*, S. 32

⁵⁶ Vgl. Brailovskaia et al., S. 13.

⁵⁷ Unabhängige Expertenkommission, *Bestandsaufnahme*, S. 33, und vgl. ‚Lehrbuch Psychologie: Selbstwirksamkeit‘, Springer <<https://www.lehrbuch-psychologie.springer-nature.com/glossar/selbstwirksamkeit-8>> [Zuletzt geprüft am 10.08.2026].

⁵⁸ Vgl. Unabhängige Expertenkommission, *Bestandsaufnahme*, S. 32.

⁵⁹ Vgl. Unabhängige Expertenkommission, *Handlungsempfehlungen*, S. 10–12.

⁶⁰ Deutscher Ethikrat, S. 63.

⁶¹ Deutscher Ethikrat, S. 13.

⁶² Deutscher Ethikrat, S. 13.

⁶³ Vgl. Brailovskaia et al., S. 6, OECD, S. 15, *Erklärung der Bildungsministerkonferenz*, S. 2.

⁶⁴ Montag, S. 326.

Plattformen und ihrem Geschäftsmodell angelegt sind, **nicht löst**. Stattdessen würden Menschen nur später im Leben damit konfrontiert werden.⁶⁵ Wenn der erste intensive Kontakt mit sozialen Medien in eine Lebensphase fällt, „in der Zugehörigkeit, Anerkennung und Identität ohnehin eine besonders große Rolle spielen“, könnte dies das Problem sogar verschärfen.⁶⁶ Auch der „**Reiz des zuvor Verbotenen**“ könnte die Wirkung noch steigern.⁶⁷

Ein weiteres Argument gegen Altersbeschränkungen für die Nutzung sozialer Medien nimmt in den Blick, wie **schwierig** es wäre, solch **ein Verbot umzusetzen**. Wäre ein Verbot in der Praxis **leicht zu umgehen**, könnten die Dienste von Kindern und Jugendlichen vor allem **heimlich genutzt** werden, und die unerlaubte Nutzung könnte dazu führen, dass „weniger offen über negative Erlebnisse“ gesprochen wird.⁶⁸

Ein nicht wirksam durchgesetztes Verbot könnte außerdem ein **falsches Gefühl von Sicherheit** erzeugen. Während Kinder und Jugendliche die Plattformen weiterhin heimlich nutzen könnten, „könnte das **Schutzniveau** auf Plattformen insgesamt **sinken**“.⁶⁹ Gilt ein Nutzungsverbot, hätten Anbieter „keinen Anreiz mehr (...), ihre Inhalte jugendfreundlich zu gestalten“, und es bestünde auch „keine Handhabe (...), Änderungen gesetzlich einzufordern“.⁷⁰

Bei einem effektiv durchgesetzten Verbot bestünde hingegen das Risiko, dass die Kinder und Jugendlichen auf **neue, „weniger regulierte Angebote ausweichen“**, die noch schädlicher für sie sein könnten.⁷¹

Ein Verbot wirksam umsetzen zu können, würde ein funktionierendes **Verfahren zur Altersverifikation** voraussetzen. Hierfür bestehen unterschiedliche Ansätze, die sich etwa dadurch unterscheiden, „ob die Altersbestimmung auf den Endgeräten, durch die Plattformen selbst oder durch andere Institutionen erfolgt“⁷². Je nach Ausgestaltung der Altersbestimmung ergeben sich „**unerwünschte Nebenwirkungen**“ und **weitere Risiken** für **alle Nutzenden** – für Kinder und Jugendliche ebenso wie für Erwachsene.⁷³ Zu bedenken sind der Schutz der Privatsphäre, systematische Verzerrungen und Diskriminierung, Missbrauch und Zensur sowie institutionelle und technische Abhängigkeiten.⁷⁴

Gegen ein pauschales Verbot für alle Kinder und Jugendlichen unter einer bestimmten Altersgrenze könnte außerdem sprechen, dass die **Risiken** von sozialen Medien für jeden einzelnen Menschen **differenziert zu betrachten** sind. Nicht alle Kinder und Jugendlichen sind in gleichem Maß gefährdet. Ihre Vulnerabilität hängt auch von **persönlichen** und **externen Faktoren** ab.⁷⁵ Gefährdeter sind beispielsweise Kinder und Jugendliche mit besonderen Bedürfnissen, „zu denen sie im

⁶⁵ Vgl. Nina Kolleck, „Die TikTok-Demokratie: Warum Social-Media-Nutzung kein Privatproblem ist“, *Blätter für deutsche und internationale Politik*, Juni 2026, <<https://www.blaetter.de/ausgabe/2026/juni/die-tiktok-demokratie>> [Zuletzt geprüft am 10.08.2026].

⁶⁶ Kolleck.

⁶⁷ Kolleck.

⁶⁸ Deutscher Ethikrat, S. 28.

⁶⁹ Deutscher Ethikrat, S. 28.

⁷⁰ Deutscher Ethikrat, S. 28.

⁷¹ Unabhängige Expertenkommission, *Handlungsempfehlungen*, S. 68, und vgl. Kolleck.

⁷² Deutscher Ethikrat, S. 50.

⁷³ Deutscher Ethikrat, S. 54.

⁷⁴ Vgl. Deutscher Ethikrat, S. 54–59.

⁷⁵ Vgl. Deutscher Ethikrat, S. 40.

persönlichen Umfeld keine oder nicht genügend Unterstützung erfahren“ oder „Minderjährige, die von Armut oder familiären Konflikten betroffen sind“.⁷⁶

V. Alternativen zu einem Verbot

Argumente für und gegen eine verpflichtende Altersbeschränkung für die Nutzung sozialer Medien sind zahlreich. Die Handlungsentscheidung ist eine **Abwägungsfrage**. Bei dieser Abwägung muss auch berücksichtigt werden, welche **Alternativen** bestehen.

Ein alternativer Ansatz besteht in einem **risikobasierten differenzierten Schutzkonzept**. Dafür würde eine **individuelle Bewertung** etwa spezifischer Inhalte oder Funktionen durchgeführt. Das Ergebnis wäre die Grundlage für **differenzierte Schutzmaßnahmen**, also unterschiedliche Nutzungsbeschränkungen je nach Altersgruppe oder die Beschränkung einzelner Funktionen wie offene Kontaktfunktionen oder Livestreams.⁷⁷ Es wird argumentiert, risikobasierte Ansätze ermöglichen „in der Regel ein **höheres Maß an Teilhabe**“ als umfassende Verbote und fördern „die **Entwicklung von Medienkompetenz**“.⁷⁸

Eine weitere Alternative ist, nicht die Nutzung, sondern die **Plattformen** und ihre Angebote zu **regulieren**. Oft sind es nicht die Grundfunktionen der Social-Media-Dienste,

die für Kinder und Jugendliche problematisch sind, sondern bestimmte **Designelemente** wie Endlos-Scrolling bzw. Endlos-Feeds, Autoplay, Push-Nachrichten oder Likes.⁷⁹

Diese Funktionen werden von den Anbietern eingesetzt, um die Nutzenden **möglichst lange** auf ihren Plattformen zu halten und **möglichst viele Daten** über sie sammeln zu können, was die Basis ihres Geschäftsmodells darstellt.⁸⁰ Der Einsatz dieser Funktionen könnte für Kinder und Jugendliche eingeschränkt oder verboten werden. Für diesen Ansatz hat sich der Begriff „**Jugendschutz by Design**“ etabliert. Das eng verwandte Konzept „**Jugendschutz by Default**“ setzt auf jugendschutzgerechte Voreinstellungen bei Social-Media-Angeboten.⁸¹

Weitere diskutierte Ansätze für den Umgang mit sozialen Medien beziehen sich nicht speziell auf den Schutz von Kindern und Jugendlichen, würden sich aber auch auf deren Nutzung und die damit verbundenen Risiken auswirken. Ein Vorschlag sieht ein **Bezahlmodell** für Social-Media-Angebote vor. Wenn die Nutzenden direkt mit ihrem Geld und nicht mit ihren Daten und über Werbung für die Dienste bezahlen würden, entfielen für die Anbieter das Ziel, die Nutzenden mit allen – oft als schädlich angesehenen – Mitteln möglichst lange auf ihren Plattformen zu halten.⁸²

Ein weiterer Vorschlag besteht schließlich darin, ein eigenes **öffentlich-rechtliches**

⁷⁶ Deutscher Ethikrat, S. 40.

⁷⁷ Vgl. Unabhängige Expertenkommission, *Handlungsempfehlungen*, S. 69.

⁷⁸ Deutscher Ethikrat, S. 67.

⁷⁹ Vgl. Unabhängige Expertenkommission, *Handlungsempfehlungen*, S. 71–73, Brailovskaia et al., S. 38–40.

⁸⁰ Vgl. Montag, S. 39 und S. 87–130, Haidt, S. 285–288.

⁸¹ Vgl. Unabhängige Expertenkommission, *Handlungsempfehlungen*, S. 71–73.

⁸² Vgl. Montag, S. 303–306.

Social-Media-Angebot aufzubauen, „in dem die Daten der Nutzer*innen sicher sind, das Grundgesetz geachtet wird und der öffentliche Diskurs in unserer Demokratie stattfinden kann“.⁸³ Finanziert werden könnte dies durch den Rundfunkbeitrag.⁸⁴

VI. Ausblick

Bundesbildungsministerin **Karin Prien** kündigte nach der Veröffentlichung der Handlungsempfehlungen der Expertenkommission „Kinder- und Jugendschutz in der digitalen Welt“ im Juni 2026 an, „für den Fall, dass auf europäischer Ebene keine ausreichenden und zeitnahen Fortschritte erzielt“ würden, „parallel die notwendigen nationalen Regelungen“ vorzubereiten.⁸⁵

Kurz darauf, im Juli 2026, legte ein Expertengremium der **EU-Kommission** einen Bericht

vor, in dem ein Social-Media-Verbot für Kinder unter 13 Jahren sowie ein abgestuftes Modell – abhängig davon, welche Maßnahmen die einzelnen Dienste für die Sicherheit der Kinder und Jugendlichen ergriffen haben – für ältere Kinder und Jugendliche empfohlen werden.⁸⁶ **Ursula von der Leyen**, Präsidentin der EU-Kommission, wird im **September 2026** einen **Gesetzentwurf** zu dem Thema vorlegen, der im Anschluss „von EU-Parlament und dem Rat der Mitgliedstaaten beraten wird“.⁸⁷

Die Debatte um ein Social-Media-Verbot für Kinder und Jugendliche wird sich also in den kommenden Monaten fortsetzen, wenn sich möglicherweise auch Europa und Deutschland der Umsetzung konkreter Maßnahmen nähern.

⁸³ Montag, S. 312.

⁸⁴ Vgl. Montag, S. 312.

⁸⁵ ‚Expertenkommission veröffentlicht Handlungsempfehlungen‘, Bundesministerium für Bildung, Familie, Senioren, Frauen und Jugend, 24. Juni 2026 <<https://www.bmbfsfj.bund.de/bmbfsfj/expertenkommission-veroeffentlicht-handlungsempfehlungen-290226>> [Zuletzt geprüft am 10.08.2026].

⁸⁶ Vgl. Kathrin Schmid, ‚EU-Experten zu Social Media: Wie ein Stufenmodell Kinder schützen soll‘, 13. Juli 2026, tagesschau <<https://www.tagesschau.de/ausland/europa/social-media-altersgrenze-100.html>> [Zuletzt geprüft am 10.08.2026].

⁸⁷ Schmid.