

POSITION

Social Media für Jugendliche: befähigen statt verbieten

Der Kooperationsverbund Jugendsozialarbeit (KV JSA) lehnt ein generelles Verbot des Zugangs zu Social-Media-Angeboten für junge Menschen ab. Im Sinne der UN-Kinderrechtskonvention muss die Trias aus Schutz, Befähigung und Teilhabe in allen Lebensbereichen junger Menschen sichergestellt sein. Ein generelles Verbot würde dieser Trias widersprechen und eine Altersgruppe vom Zugang zu Informationen, digitalen Räumen und gesellschaftlichen Entwicklungen ausschließen.

Zugleich erkennen wir an, dass Minderjährige aufgrund ihrer Entwicklung eine erhöhte emotionale Reaktivität aufweisen, ihr kritisches Urteilsvermögen sich noch im Aufbau befindet und sie durch eine begrenzte Impulskontrolle besonders anfällig für problematische Inhalte sein können. Hinzu kommt: Sie verbringen zunehmend Zeit vor dem Bildschirm.¹ Mehr Zeit am Bildschirm kann auch bedeuten, einem höheren Risiko durch schädigende Inhalte ausgesetzt zu sein.

Dennoch: Die Debatte um ein Zugangsverbot für Jugendliche spiegelt Hilflosigkeit und fehlende Bereitschaft, in qualitative pädagogische Begleitung zu investieren. Problematische Inhalte in sozialen Medien werden weder technisch noch regulatorisch ausreichend verhindert; sie wirken nicht allein negativ auf junge Menschen, sondern können Nutzende jeden Alters belasten. Überdies gefährden problematische Inhalte das soziale Miteinander einer ganzen Gesellschaft. In den Einrichtungen und Diensten der Jugendsozialarbeit erleben wir täglich die Herausforderungen, die mit der Nutzung von Social-Media-Plattformen einhergehen: Stress, Cybermobbing, Fake News, Sucht- und Gesundheitsrisiken sind nicht zu leugnen und wissenschaftlich nachgewiesen.

Social Media ist zugleich – ebenfalls wissenschaftlich belegt – eine Austausch- und Informationsquelle für viele junge Menschen.² Eine Befragung unter jungen Menschen durch die AWO bestärkt die Erkenntnisse.³ Auch für junge Menschen sind sie ein Raum für Kreativität, Innovation, Debatte und seriöse Information. Ein Verbot verhindert beides. Als KV

-
- ¹ Aus der aktuellen JIM-Studie 2025 (<https://mpfs.de/studie/jim-studie-2025/>): Über alle einbezogenen Befragten hinweg liegt die tägliche Bildschirmzeit am Smartphone bei 231 Minuten, also knapp vier Stunden. Die Werte von Jungen und Mädchen liegen auf einem ähnlichen Niveau. Deutliche Unterschiede zeigen sich jedoch im Altersverlauf: Zwölf- bis 13-Jährige kommen auf 166 Minuten täglich, volljährige Jugendliche auf 278 Minuten und damit auf über viereinhalb Stunden. Zudem verbringen Schüler*innen an Haupt- und Realschulen mehr Zeit mit dem Gerät als Gleichaltrige an Gymnasien.
 - ² Aus der aktuellen JIM-Studie 2025 (<https://mpfs.de/studie/jim-studie-2025/>): Die Grenzen zwischen Instant-Messengern und Social-Media-Diensten sind in den vergangenen Jahren zunehmend verschwommen und nicht mehr trennscharf zu ziehen. Egal, ob es sich um den Austausch von Text- oder Sprachnachrichten oder das Teilen und Kommentieren von Bildern und Videos handelt, die beliebtesten Online-Angebote der Zwölf- bis 19-Jährigen erweisen sich hier als multifunktionale technische Plattformen.
 - ³ vgl. „Wenn man uns fragen würde...“, Explorative Studie zur Social-Media-Nutzung von jungen Menschen (2026): https://awo.org/wp-content/uploads/Projekte-Programme/202601_Social-Media_Studienergebnisse.pdf

jugendsozialarbeit.de/wir-ueber-uns/kontakt/



JSA vertreten wir die Interessen junger Menschen anwaltschaftlich und stellen in dieser Position dar, wie Schutz, Befähigung und Teilhabe ohne Verbote für junge Menschen gestaltet werden können.

Schutz

Bevor Verbote für Jugendliche als einfache Antwort zum Schutz vor problematischen Inhalten erwogen werden, müssen andere Möglichkeiten ausgeschöpft werden. Ziel muss es sein, Social-Media-Angebote jugendgerecht zu gestalten. Wirksamer Schutz liegt deswegen aus Sicht des Kooperationsverbundes in der Regulierung der Plattformen und ihrer Angebote.

EU-Regeln wie der Digital Services Act (DSA) und der AI-Act bieten hierfür eine Grundlage. Sie verpflichten Plattformen bereits zu wirksamen Inhalts-Checks und altersangemessenen Prüfverfahren. Die Plattformen müssen Verantwortung übernehmen und Algorithmen jugendgerecht anpassen – in Verbindung mit einer konsistenten Altersverifikation (siehe dazu Exkurs zur Altersverifikation).

Plattformen tragen jedoch noch zu wenig Verantwortung. Sie setzen intensiv Technologien wie „Rabbit Holes“ oder „Dark Pattern“ ein; Nutzende werden lange auf den Plattformen gehalten oder zu Handlungen verleitet, die ihren Interessen entgegenlaufen: beispielsweise personenbezogene Daten austauschen, unbeabsichtigte Online-Käufe tätigen oder Anwendungen installieren. Ein Problem ist zudem die Verbreitung extremer Inhalte – mit negativen Folgen für den gesellschaftlichen Diskurs.

Statt Verboten für Altersgruppen kann die Regulierung einen wirksamen Schutz bieten. Plattformen sollten zudem Hinweise zu Hilfsangeboten mit Kontaktnummern von Hilfsdiensten Dritter einblenden, beispielsweise von gemeinnützigen Beratungseinrichtungen. Notwendig sind außerdem sicht- und erkennbare niederschwellige Meldemöglichkeiten für bedenkliche Inhalte und Funktionen. Jugendliche sollten bei der Nutzung digitaler Dienste ein hohes Maß an Privatsphäre, Sicherheit und Schutz genießen.

Exkurs Altersverifikation

Die Europäische Union diskutiert intensiv darüber, wie das Alter von Nutzenden im Internet verlässlich festgestellt werden kann, um Kinder und Jugendliche besser vor riskanten oder entwicklungsbeeinträchtigenden Online-Inhalten zu schützen. Der Digital Services Act oder der AI Act verlangen in unterschiedlichem Maße, das Alter von Nutzenden festzustellen, ohne deren Grundrechte unverhältnismäßig einzuschränken.

Entscheidend ist, wie Altersverifikation umgesetzt werden kann, ohne die Identität der Nutzenden offenzulegen oder sensible Daten abzufragen. Klassische Methoden wie der Upload von Ausweisdokumenten oder biometrische Verfahren gelten als riskant. Sie bergen die Gefahr von Datenmissbrauch, Überwachung oder digitaler Exklusion für Kinder, die nicht

über geeignete Dokumente oder technische Mittel verfügen. Diese Art der Verifikation könnte Kinder davon abhalten, digitale Räume selbstbestimmt zu nutzen.

Der Kooperationsverbund unterstützt ein Modell⁴, das als „datensparsame Altersverifikation“ diskutiert wird. Dieses Modell setzt auf voreingestellte Privatsphäre, Sicherheit und Transparenz für Nutzende („by Design“), Datenminimierung, Zugang für alle (auch für marginalisierte Gruppen) sowie kindgerechte Kommunikation und Widerspruchsmöglichkeiten. Eine technische Trennung von Identität und Altersinformation sind grundlegend: Die Plattform, die eine Altersprüfung verlangt, erhält keine personenbezogenen Daten und erfährt nicht, wer die*der Nutzer*in ist. Stattdessen bestätigt ein unabhängiger, vertrauenswürdiger Dritter (meist Sorgeberechtigter) lediglich, ob eine Person eine bestimmte Altersgrenze über- oder unterschreitet. Das System soll dezentral aufgebaut sein und offene Standards verwenden, damit kein zentraler Datenpool entsteht, der missbraucht werden könnte. Die diskutierte EU-weite Lösung der EUDI-Wallet entspricht diesen Ansprüchen für Kinder und Jugendliche nicht, vor allem eine dezentrale Datenspeicherung ist nicht vorgesehen. Verpflichtende Zweckbindung und strenge Auditierbarkeit des Systems sollen sicherstellen, dass Altersdaten weder für Profiling noch für Werbung oder andere Formen der Überwachung genutzt werden. Auszuschließen ist zudem eine schleichende Ausweitung des Zwecks von Altersverifikationssystemen. Schutzmechanismen müssen stets mit dem Recht auf Privatsphäre, Meinungsfreiheit und digitaler Teilhabe vereinbar sein.

Befähigung

Wirksamer als Verbote ist die Befähigung junger Menschen im Umgang mit digitalen Angeboten. Der Auf- und Ausbau der Medienkompetenz bedeutet jedoch, neben jungen Menschen auch jene systematisch und standardisiert zu qualifizieren, die als Fachkräfte in den Handlungsfeldern der Jugendsozialarbeit wirken – primär in der schulbezogenen Jugendsozialarbeit sowie der Schulsozialarbeit⁵.

Durch qualifizierte pädagogische Fachkräfte ist der Auf- und Ausbau der Kompetenz der jungen Menschen selbst sichergestellt. Medien- und digitale Kompetenz sind wichtig, um Minderjährige in die Lage zu versetzen, sich in Online-Umgebungen sicher und verantwortungsvoll zurechtzufinden und kritisch zu denken. Die Gesellschaft für Medienpädagogik und Kommunikationskultur e.V. (GMK) fordert eine Bildungsoffensive für

⁴ Vgl. <https://kinderschutzbund.de/altersfeststellung-im-netz-ein-wichtiger-baustein-fuer-ein-kindgerechtes-internet-sofern-richtig-umgesetzt/> (abgefragt am 16.01.2026)

⁵ Schulbezogene Jugendsozialarbeit (je nach Bundesland auch Jugendsozialarbeit an Schulen) ist ein spezifisches Arbeitsfeld der Jugendsozialarbeit nach § 13 SGB VIII mit Fokus auf Jugendliche mit geringen Chancen. Sie wird nicht zwingend in der Schule, sondern auch im Sozialraum der Schule umgesetzt. Schulsozialarbeit ist durch § 13a SGB VIII ein eigenständiges, dauerhaft verankertes sozialpädagogisches Angebot der Jugendhilfe in der Schule für alle Schüler*innen. Beide Bereiche sind wichtig, zugleich haben sie unterschiedliche Zielgruppen, Aufgaben und rechtliche Grundlagen.

Medien- und Demokratiekompetenz. Sie betont zudem in ihrem Leitbild, dass die Fachkräfte-Qualifizierung in der Kinder- und Jugendhilfe zentral ist.

In einer Entschließung spricht sich das EU-Parlament für eine Altersbeschränkung aus und strebt eine einheitliche europäische digitale Altersbeschränkung von 16 Jahren als Standardgrenze an, unterhalb derer der Zugang zu Online-Plattformen im Bereich der sozialen Medien nicht gestattet sein sollte. Allerdings schränkt das Parlament ein: Es sei denn, die Eltern oder Vormunde haben ihren Kindern etwas anderes gestattet. Diese Haltung spiegelt das Dilemma und bedeutet zugleich: Die Rolle der Eltern muss gestärkt werden.

Eltern verfügen häufig nicht über das Wissen, die Kompetenzen und geeignete, wirksame Instrumente, um die Aktivitäten ihrer minderjährigen Kinder zu überwachen oder zu verwalten. Instrumente, die ihnen zur Verfügung stehen, sind oft nicht bekannt. Und selbst wenn: Minderjährige können auch dann, wenn Instrumente der elterlichen Kontrolle eingesetzt werden, diese leicht umgehen. Das Deutsche Jugendinstitut (DJI) stellt in seinen Forschungsperspektiven zu Mediennutzung, Medienbildung und Herausforderungen bei Kindern und Jugendlichen in Deutschland fest: „Insgesamt legt der Forschungsstand eine Verstärkung der medienpädagogischen Maßnahmen durch Eltern und Bildungseinrichtungen sowie strengere Regulierungen zum Schutz der jungen Generation nahe.“⁶

Eltern müssen geeignete Schulungen und Orientierungshilfen zur Verfügung gestellt bekommen, damit sie ihre Kinder bei ihren digitalen Erfahrungen unterstützen und befähigen können.

Teilhabe

Verbote verhindern den Zugang zu Informationen und Kommunikation. Für Kinder und Jugendliche ist der Zugang jedoch hochgradig relevant. Neben bestehenden riskanten und problematischen Inhalten gibt es zugleich chancenorientierte Zugänge.

Soziale Medien fördern die digitale Teilhabe. Sie bieten Chancen für Peer-Support, Information, Spiel und Kreativität. Digitale Angebote sind oft sogar eine der wenigen Alternativen, die junge Menschen für ihre Freizeit haben, vor allem in ländlichen Regionen. Digitale Räume können auch sichere Räume sein, um sich mit Peers auszutauschen, zum Beispiel in der sexuellen und geschlechtlichen Identitätsentwicklung. Sie bedeuten Zugänge, etwa in oder zu queeren Communities. Mit Altersbeschränkungen bleiben diese Möglichkeiten verwehrt. Aus Sicht des Kooperationsverbundes sollte die positive Rolle stärker untersucht und dargestellt werden. Digitale Umgebungen spielen beim Zugang zu Informationen, Bildung und Bürgerbeteiligung eine zunehmende Rolle.

⁶ vgl. <https://www.dji.de/veroeffentlichungen/literatursuche/detailansicht/literatur/36402-forschungsperspektiven-zu-mediennutzung-medienbildung-und-herausforderungen-bei-kindern-und-jugendlichen-in-deutschland.html>

Schlussfolgerung und Empfehlungen

Ein generelles Verbot von Social Media für Jugendliche wäre adultistisch sowie pädagogisch und rechtlich problematisch. Stattdessen ist eine verantwortungsvolle Regulierung erforderlich, die Plattformen in die Pflicht nimmt. Fachkräfte und Eltern müssen befähigt, Jugendliche gestärkt und eingebunden werden, damit eine eigenverantwortliche Nutzung gelingt.

Aus Sicht des Kooperationsverbundes gilt:

- Junge Menschen am Diskurs beteiligen.
- Junge Menschen aktiv in die Entwicklung der Regeln einbeziehen.
- Den Peer-Support und Informationszugang stärken.
- Die Plattform-Regulierung stärken.
- Eine Pflicht zur altersgerechten Gestaltung von Algorithmen einführen (u. a. kein Endlos-Scrollen).
- Jugendgefährdende Inhalte entfernen.
- Wirksame Interventionsmechanismen anbieten.
- Altersverifikation national – idealerweise europaweit – verbindlich gestalten.
- Neben P2P-Beratung auch den Ausbau von Beratungsstellen vorantreiben und fördern.
- Medienkompetenz gezielt fördern – auch bei Eltern und pädagogischen Begleiter*innen (Lehrkräfte, Jugendsozialarbeiter*innen).
- Die strukturierte Zusammenarbeit zwischen Bildungssystemen, digitalen Plattformen und Regulierungsbehörden stärken, um hochwertige Programme für digitale Kompetenzen und Medienkompetenz bereitzustellen.

Bei Verboten muss bedacht werden, was geschieht, wenn Jugendliche die Altersgrenze erreichen und – theoretisch – ohne Erfahrung auf den digitalen Raum stoßen, der ihnen verwehrt war. Altersgrenzen verhindern nicht die Vorbereitung und die pädagogische Begleitung, die befähigt.

Entscheidend sind aber noch zwei Fragen zum Schluss: Wer überwacht ein Verbot? Falls es die Eltern sein sollten, dann droht die gleiche Überforderung wie bei der Begleitung im Medienhandeln. Und: Welche Sanktionen sind vorgesehen und wer vollzieht sie? Darüber wird nicht oder kaum gesprochen, was die Ernsthaftigkeit der Debatte vor allem bei jungen Menschen infrage stellt.

Berlin, 27. Februar 2026

Fachliche Ansprechperson:

Michael Scholl

Bundesarbeitsgemeinschaft Katholische Jugendsozialarbeit (BAG KJS)

michael.scholl@bagkjs.de