

Pressegespräch zum Neujahrsempfang

Psychische Gesundheit junger Menschen und soziale Medien– wirkungsvolle Schutzmaßnahmen jetzt ergreifen

Die psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen zeigt weltweit eine besorgniserregende Entwicklung. Zahlreiche Studien zeigen, dass junge Menschen heute mit einer Vielzahl belastender Faktoren konfrontiert sind: globale Krisen, gesellschaftliche Unsicherheiten und ein beschleunigter Alltag prägen ihr Aufwachsen. Diese Entwicklungen wirken zusammen und verstärken sich gegenseitig.

Auch digitale Medien und soziale Netzwerke spielen in diesem krisenhaften Gefüge eine wichtige Rolle. Sie eröffnen Räume für Austausch, Information und Teilhabe und bergen jedoch auch zahlreiche Risiken, insbesondere bei früher, intensiver und unbegleiteter Nutzung. Ein erheblicher Teil junger Menschen berichtet von belastenden Inhalten, Ausgrenzungserfahrungen oder Überforderung in sozialen Medien. Zudem zeigen aktuelle Erhebungen einen Anstieg problematischer und suchtartiger Nutzungsmuster. Betroffene Jugendliche weisen signifikant häufiger Depressions- und Angstsymptome, Schlafprobleme, erhöhten Stress sowie suizidale Gedanken auf.

Besondere Sorge bereitet der wachsende Bereich digitaler sexualisierter Gewalt. Cybergrooming und sexuelle Belästigung im Netz nehmen zu und betreffen viele Kinder und Jugendliche. Hier besteht ein klarer Handlungsauftrag, junge Menschen wirksam zu schützen. Die aktuelle Kriminalstatistik zeigt, dass dies bisher nicht ausreichend gelingt.

Die wissenschaftliche Forschung zu den Wirkungen sozialer Medien entwickelt sich dynamisch, weist jedoch weiterhin Lücken auf. Gleichzeitig zeigen sich über Länder und Studien hinweg wiederkehrende Risikomuster. Vor diesem Hintergrund halten wir es für dringend notwendig, Schutzmaßnahmen weiterzuentwickeln und konsequenter umzusetzen insbesondere dort, wo Kinder und Jugendliche besonders verletzlich sind.

Kinder und Jugendliche haben ein Recht auf Schutz ebenso wie auf digitale Teilhabe. Ziel muss daher ein ausgewogener Ansatz sein: Soziale Medien sollten altersgerecht gestaltet, Risiken reduziert und Kompetenzen gestärkt werden. Dazu gehören aus unserer Sicht klare Altersregelungen, verlässliche Altersverifikation, verbindliche Schutzstandards auf Plattformen ergänzt durch eine stärkere elterliche Begleitung. Medienkompetenz muss durch Bildungs- und Aufklärungsangebote für junge Menschen, Eltern und Fachpersonal, etwa in Kindergärten und Schulen, gestärkt werden.

Digitale Räume prägen das Aufwachsen junger Menschen dauerhaft. Umso wichtiger ist es, sie so zu gestalten, dass sie die psychische Gesundheit nicht gefährden, sondern Entwicklung, Wohlbefinden und Teilhabe fördern. Ziel muss es sein, junge Menschen zu einem souveränen, reflektierten und kompetenten Umgang mit sozialen Medien zu befähigen. Dafür müssen wir uns jetzt gemeinsam einsetzen.

Ostdeutsche Psychotherapeutenkammer

Presse- und
Öffentlichkeitsarbeit

Antje Orgass

Diplom-Journalistin

Goyastraße 2d · 04105 Leipzig

Tel.: 0341 · 46 24 32 26

Fax: 0341 · 46 24 32 19

antje.orgass@opk-info.de

opk-info.de