

Psychische Risiken

Das Papier stützt sich auf zahlreiche Studien, die zeigen: Intensive Social-Media-Nutzung kann mit Depressionen, Ängsten, Schlafproblemen und Konzentrationsstörungen einhergehen. Erste Langzeitstudien deuten darauf hin, dass die Netzwerke diese Probleme nicht nur begleiten, sondern auch verstärken oder sogar auslösen können.

Vorsorge statt Warten

Die Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler fordern deshalb die Anwendung des Vorsorgeprinzips. Es besagt, dass Risiken ernst genommen und Maßnahmen ergriffen werden müssen, auch wenn noch nicht alle wissenschaftlichen Beweise vorliegen. Gerade in Entwicklungsphasen sei Abwarten keine Option.



Bildung im Fokus

Neben Regeln und Gesetzen hebt die Leopoldina den

Bildungsaspekt hervor. Ein digitaler Bildungskanon in Kitas und Schulen soll Kinder und Jugendliche frühzeitig stärken. Lehrkräfte und pädagogisches Personal sollen dabei unterstützt werden, riskantes Verhalten zu erkennen. Auch Eltern sollen durch Informationsangebote eingebunden werden.

Regeln auf EU-Ebene

Für die Umsetzung von Alterskontrollen sieht die Arbeitsgruppe vor allem Europa in der Pflicht. Mit der geplanten „EUDI-Wallet“ könnte ein datenschutzkonformer digitaler Altersnachweis geschaffen werden. Deutschland solle diesen Prozess aktiv begleiten.

Die Rolle der Leopoldina

Die Leopoldina ist die älteste dauerhaft bestehende Wissenschaftsakademie der Welt. 1652 gegründet und seit 2008 Nationale Akademie der Wissenschaften Deutschlands, vereint sie über 1.600 Mitglieder aus mehr als 30 Ländern. Ihre Aufgabe: Politik und Gesellschaft unabhängig und wissenschaftlich beraten. Das aktuelle Diskussionspapier will Denkanstöße geben, wie der digitale Alltag von Kindern und Jugendlichen sicherer gestaltet werden kann.

[Diskussionspapier „Soziale Medien und die psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen“ \(2025\)](#)

[Fokusgruppe Digitalisierung](#)

Ansprechpersonen:

Dr. Charlotte Wiederkehr und Dr. Matthias Winkler Referentin und Referent der Abteilung Wissenschaft – Politik –

Gesellschaft E-Mail: politikberatung@leopoldina.org

Quelle: Pressemitteilung Leopoldina