

Social Media gefährdet Bildung und Psyche von Kindern deutlich

geschrieben von Redakteur | April 19, 2026



Studie zeigt Zusammenhang zwischen Medienkonsum, PISA- Werten und mentaler Gesundheit

Digitale Medien prägen den Alltag von Kindern und Jugendlichen in einem bislang nicht gekannten Ausmaß. Eine aktuelle Analyse des Instituts der deutschen Wirtschaft (IW) im Auftrag der Initiative Neue Soziale Marktwirtschaft (INSM) weist auf deutliche Zusammenhänge zwischen intensiver Nutzung sozialer Medien, sinkenden schulischen Leistungen und zunehmenden psychischen Belastungen hin. Die Ergebnisse liefern wichtige Hinweise für pädagogische Fachkräfte – insbesondere im schulischen Kontext.

Psychische Gesundheit weiterhin belastet

Die Untersuchung zeigt, dass sich die psychische Situation vieler Kinder und Jugendlicher seit der Corona-Pandemie nicht vollständig stabilisiert hat. Angstsymptome, Einsamkeit und Sorgen über globale Krisen gehören weiterhin zum Alltag vieler junger Menschen. Besonders häufig werden Ängste im Zusammenhang mit Kriegen und Terrorismus genannt.

Ein übermäßiger Medienkonsum wird dabei als ein relevanter Belastungsfaktor beschrieben. Studien, auf die sich das Gutachten stützt, zeigen einen Zusammenhang zwischen intensiver Nutzung sozialer Medien und psychischen Beeinträchtigungen wie Depressionen, Angstzuständen und Stress. Gleichzeitig lässt sich beobachten, dass eine Reduktion der Nutzung mit einer verbesserten Lebenszufriedenheit einhergeht.

Rückgang schulischer Leistungen

Parallel zu den beschriebenen psychischen Belastungen verweisen die Daten auf einen kontinuierlichen Rückgang schulischer Kompetenzen. Seit 2015 verschlechtern sich die Ergebnisse deutscher Schülerinnen und Schüler in den PISA-Studien in den Bereichen Lesen, Mathematik und Naturwissenschaften.

Die IW-Analyse zeigt hierbei einen statistischen Zusammenhang zwischen der Nutzung sozialer Medien und den gemessenen Kompetenzen: Mit steigender Nutzungsintensität gehen im Durchschnitt geringere Leistungswerte einher. Konkret wird ein Rückgang von über 20 Punkten im Lesen und knapp 20 Punkten in Mathematik beschrieben.

Auch Befragungen unter Jugendlichen stützen diese Ergebnisse. Ein Großteil gibt an, durch soziale Medien vom Lernen

abgelenkt zu werden oder Schwierigkeiten zu haben, sich über längere Zeit zu konzentrieren.

Verändertes Freizeitverhalten als Hintergrund

Die Studie führt diese Entwicklungen unter anderem auf Veränderungen im Freizeitverhalten zurück. Digitale Medien nehmen heute einen deutlich größeren Raum im Alltag ein als noch vor einigen Jahren. Während Jungen mehr Zeit mit Computerspielen verbringen, hat sich bei Mädchen insbesondere die Nutzung sozialer Netzwerke und digitaler Kommunikation stark ausgeweitet.

Diese Verschiebung geht mit einer veränderten Nutzung von Zeitressourcen einher, die sich auch auf Lernprozesse auswirken kann.

[Fruehjahrgutachen-Bilmo-2026_04_13Herunterladen](#)

Ungleichheit der Bildungschancen nimmt zu

Besonders deutlich zeigen sich die Effekte bei Kindern aus bildungsferneren Haushalten. Sie nutzen digitale Medien im Durchschnitt intensiver und verfügen gleichzeitig über geringere Ressourcen, um mögliche negative Auswirkungen auszugleichen.

Die Analyse kommt zu dem Ergebnis, dass mit steigender Mediennutzung auch das Risiko von Bildungsarmut zunimmt. Damit verschärfen sich bestehende Unterschiede in den Bildungschancen.

Empfehlungen mit Fokus auf Schule und Elternhaus

Zur Einordnung der Ergebnisse formuliert die Studie zwei zentrale Ansatzpunkte:

Regulatorischer Ansatz:

Bestehende Altersbeschränkungen und Schutzmechanismen sollen konsequenter umgesetzt werden, um Kinder und Jugendliche besser vor problematischen Inhalten und suchtfördernden Strukturen zu schützen.

Kompetenzstärkender Ansatz:

Die Vermittlung von Medienkompetenz wird als zentrale Aufgabe im schulischen Kontext beschrieben. Dazu gehören Fortbildungen für Lehrkräfte sowie eine stärkere Aufklärung von Eltern über Risiken und Kontrollmöglichkeiten.

Bedeutung für die pädagogische Praxis

Die Ergebnisse verdeutlichen, dass digitale Medien einen relevanten Einfluss auf Lernprozesse und das Wohlbefinden von Kindern und Jugendlichen haben können. Für pädagogische Fachkräfte – insbesondere im schulischen Bereich und nicht im Kindergartenbereich – ergeben sich daraus Hinweise für die Gestaltung von Lernumgebungen sowie für den Umgang mit digitalen Medien im Bildungsalltag.

Einordnung der Studie

Die Studie basiert auf Auswertungen bestehender Datensätze, insbesondere der international anerkannten PISA-Studien, und nutzt ergänzend Befragungen anderer Institutionen. Dadurch ist die Datengrundlage grundsätzlich belastbar und für den schulischen Bereich repräsentativ. Allerdings handelt es sich

nicht um eine eigene, neu erhobene Stichprobe, sondern um eine Sekundäranalyse. Die Ergebnisse zeigen statistische Zusammenhänge zwischen Mediennutzung, Bildungserfolg und psychischer Gesundheit, erlauben jedoch keine eindeutigen Aussagen über Ursache und Wirkung. Zudem wurde die Studie im Auftrag der Initiative Neue Soziale Marktwirtschaft erstellt, einem wirtschaftspolitisch ausgerichteten Thinktank. Diese Rahmung sollte bei der Interpretation berücksichtigt werden. Insgesamt liefert die Analyse fundierte Hinweise, ersetzt jedoch keine differenzierte Betrachtung weiterer Einflussfaktoren und Forschungsergebnisse.

Quelle: Initiative Neue Soziale Marktwirtschaft (INSM), basierend auf einer Studie des Instituts der deutschen Wirtschaft (IW)

Armin Krenz

**MEDIENKOMPETENZ BEGINNT MIT
DER SACH- UND SELBSTKOMPETENZ
BEI DEN ERWACHSENEN**

und nicht zuvorderst „am“ Kind!



BURCKHARDTHAUS

Digitale Mediennutzung bewusst begleiten – von Anfang an

Kinder wachsen heute selbstverständlich mit digitalen Medien auf. Umso wichtiger ist es, sie frühzeitig dabei zu begleiten,

einen verantwortungsvollen Umgang zu entwickeln. Diese Streitschrift beleuchtet fundiert und praxisnah die Chancen, Risiken und pädagogischen Herausforderungen digitaler Mediennutzung im Krippen-, Kita- und Grundschulalter – differenziert, kritisch und ohne vorschnelle Antworten.

Armin Krenz

[Medienkompetenz beginnt mit der Sach- und Selbstkompetenz bei den Erwachsenen und nicht zuvorderst „am“ Kind!](#)

28 Seiten, ISBN: 9783963046193, 5 €