

Österreichische Gesellschaft für Kinder- und Jugendheilkunde

Präsidentin: a.o. Univ.-Prof. Dr. Daniela Karall

Sekretär: Mag. Dr. Christian Lechner



Medizinische Universität Innsbruck
Department für Kinder- und Jugendheilkunde
Univ.-Klinik für Pädiatrie I
Anichstr. 35
6020 Innsbruck
E-Mail: lki.ki.oegkj@tirol-kliniken.at
Internet: www.paediatrie.at

Innsbruck, 26.02.2026

Betreff: ÖGKJ Stellungnahme zum digitalen Kinder- und Jugendschutz im Kontext von Social Media

Sehr geehrte Damen und Herren!

Als Österreichische Gesellschaft für Kinder- und Jugendheilkunde (ÖGKJ) und damit stellvertretend für die österreichischen Kinder- und Jugendärzt:innen sowohl in der Ordination als auch im Krankenhaus sind wir im Kontext Medienkonsum und Social Media seit vielen Jahren engagiert und bemüht, notwendige Aufklärungsarbeit in der Bevölkerung zu leisten.

Trotz aller Anstrengungen unsererseits und vieler weiterer Proponent:innen für die psychische Gesundheit der in Österreich lebenden Kinder und Jugendlichen erhält diese besonders schützenswerte Altersgruppe zunehmend früh Zugang zu Smartphones und algorithmusbasierten, bild-/videozentrierten Social-Media-Plattformen. Klinisch werden entsprechend vermehrt u.a. Schlafstörungen, Aufmerksamkeitsprobleme, affektive Symptome, sozialer Rückzug, schulische Leistungsprobleme sowie suchtmäßige Nutzungsmuster beobachtet. Parallel besteht eine hohe Exposition gegenüber altersinadäquaten Inhalten und Interaktionsrisiken (z. B. Cybermobbing, sexualisierte Inhalte, Radikalisierung). Exzessive Nutzung kann zudem die Qualität der Eltern-Kind-Interaktion in der frühen Kindheit massiv beeinträchtigen, was teils kaum reversible Folgen für die Entwicklung hat.

Vor diesem Hintergrund unterstützen wir als Expert:innen für die physiologische Entwicklung von Kindern und Jugendlichen explizit eine **gesetzliche Altersgrenze für die Nutzung von Social Media ab 16 Jahren** und begründen dies mit der besonderen Vulnerabilität dieser Altersgruppe sowie der Überforderung individueller Erziehungs- und Kontrollstrategien gegenüber industriell optimierten Plattformmechanismen.

Die aktuelle Literatur zeigt:

- 1) **Psychische Gesundheit und Schlaf:** Systematische Reviews und Meta-Analysen berichten Assoziationen zwischen (problematischer) Social-Media-Nutzung und Depressions-/Angstsymptomen sowie Schlafbeeinträchtigung. Schlafmangel und Schlafstörungen können die kognitive Entwicklung von Kindern deutlich beeinträchtigen.
- 2) **Depressive Symptomatik:** Kohortendaten zeigen, dass höhere Social Media-Zeit mit Zunahme depressiver Symptome über die Zeit assoziiert sein kann.

Seite 1 von 4

- 3) **Selbstverletzung:** Bevölkerungsbasierte Analysen finden bei hoher Social Media-Nutzungsdauer eine erhöhte Wahrscheinlichkeit für nicht suizidales selbstverletzendes Verhalten.
- 4) **Addiktive Nutzungsmuster als Kernproblem:** Langzeitstudien zeigen: Nicht nur die Dauer der Social-Media-Nutzung ist entscheidend, sondern ob sie suchtmäßig und unkontrollierbar wird. Wenn Jugendliche die Kontrolle verlieren und die Nutzung über die Zeit zunimmt, steigen psychische Belastungen deutlich an. Solche Verläufe sind mit mehr Depressionen, Suizidgedanken und insgesamt schlechterer psychischer Gesundheit verbunden.
- 5) **Vulnerable Subgruppen:** Große Übersichtsarbeiten zeigen, dass Social Media-Nutzung mit inneren seelischen Problemen wie Depression, Angst oder Rückzug zusammenhängt – auch bei Jugendlichen, die bereits in Behandlung sind. Jugendliche mit psychischen Erkrankungen nutzen soziale Medien oft intensiver oder problematischer als Gleichaltrige. Sie scheinen daher besonders anfällig für negative Auswirkungen der Nutzung zu sein.

Als ÖGKJ unterstützen wir entsprechend ein gesetzlich verankertes Social Media-Verbot verbunden mit folgenden Inhalten:

- 1) **Eltern- und Familienförderung:** Breite Unterstützung für Eltern, insbesondere zu spielbasierten Erziehungs- und Entwicklungsansätzen. Dazu gehören Schulungen zur Förderung des natürlichen Spiels, Beratung zu ausgewogener Mediennutzung sowie niedrigschwellige Angebote wie Spielgruppen, Eltern-Kind-Gruppen und begleitete Freizeitangebote, die Kinder in ihrer sozialen, emotionalen und kognitiven Entwicklung stärken.
- 2) **Wirksame Altersverifikation und durchsetzbare Betreiberverantwortung:** Verpflichtende, technisch belastbare Altersprüfung bei der Account-Erstellung für Social Media-Plattformen. Klare rechtliche Verantwortlichkeit der Anbieter für die Einhaltung der Altersgrenze, einschließlich wirksamer Kontrollmechanismen und spürbarer Sanktionen bei systematischer Umgehung oder mangelhafter Umsetzung.
- 3) **Verbot manipulativer Designmechaniken:** Untersagung suchtfördernder und psychologisch manipulativer Plattformmechaniken („Dark Patterns“) in Angeboten, die sich an Minderjährige richten. Dazu zählen insbesondere Endlos-Scroll-Funktionen, algorithmisch verstärkte Empfehlungsfeeds, variable Belohnungssysteme (z.B. Likes/Push-Trigger) sowie andere Mechanismen, die gezielt Aufmerksamkeit binden und Nutzungsdauer maximieren in Angeboten, die Minderjährige adressieren (insbesondere unter 16 Jahren).
- 4) **Schulische Schutzarchitektur:** Klare, bundesweit einheitliche Regelungen zur Smartphone-Nutzung im Unterricht (z. B. grundsätzlich smartphone-freie Lernumgebungen mit klar definierten pädagogischen Ausnahmen). Verbindliche, evidenzbasierte Medienkompetenz- und Präventionsprogramme ab der Primarstufe, die Themen wie Suchtmechanismen, algorithmische Verstärkung, Cybermobbing, Körperbild und Umgang mit belastenden Inhalten systematisch behandeln.
- 5) **Gesundheitssystem-Integration:** Bereitstellen von entsprechenden Ressourcen für eine standardisierte Medien- und Nutzungsanamnese im Rahmen von Eltern-Kind-Pass-Untersuchungen, Schuluntersuchungen und pädiatrischen Routinekontakten. Früherkennung problematischer bzw. suchtmäßiger Nutzungsmuster. Niederschwellige Beratungs- und Behandlungsangebote (inkl. multiprofessioneller Versorgung) für betroffene Kinder, Jugendliche und Familien.

Unser Ziel ist eine ausgewogene Strategie, die Schutz, Teilhabe und Befähigung verbindet und den kontinuierlichen Dialog über gesunde Mediennutzung in den Mittelpunkt stellt. Ein generelles Verbot allein greift zu kurz; entscheidend ist die Kombination aus Prävention, Bildung und gesetzlich abgesicherten Schutzmaßnahmen.

Sehr gerne stehen wir bei diesem wie auch weiterhin bei anderweitigen zukünftigen Themen, welche die Kinder- und Jugendheilkunde betreffen, als Ihre Ansprechpartner:innen zur Verfügung, um gemeinsam für die Gesundheit der österreichischen Kinder und Jugendlichen einzustehen.

Mit bestem Dank für Ihre geschätzte Antwort
verbleiben wir mit freundlichen Grüßen,

Ao. Univ.-Prof. Dr. Daniela Karall
Präsidentin

Mag. Dr. Christian Lechner
Erster Sekretär

Prim. Univ.-Prof. Dr. Reinhold Kerbl
Generalsekretär

a.o. Univ.-Prof. Dr. Almuthe Hauer
Vizepräsidentin

Dr. Sabine Prager-Puntigam
Zweite Sekretärin

MR Dr. Bernhard Jochum
Bundesfachgruppenobmann Pädiatrie

MR Dr. Holger Förster
Kassier

Prim. MedR. Ass.-Prof. DDr. Peter Voitl, MBA
Referent für Berufsfragen

Dr. Arnika Thiede
Vormalige Leiterin AG Entwicklungspädiatrie

Prim. PD Dr. Johannes Hofer
Leiter AG Entwicklungspädiatrie

PD Dr. Matthias Baumann
Leiter AG Neuropädiatrie

Prim. Dr. Zsafia Rona, PhD
Leiterin AG Schlafmedizin und -forschung

Literatur (Auswahl)

- 1) Ahmed O, et al. Social media use, mental health and sleep: A systematic review with meta-analyses. 2024. PMID: 39242043.
- 2) Saleem N, et al. Exploring the Relationship Between Social Media Use and Symptoms of Depression and Anxiety Among Children and Adolescents: A Systematic Narrative Review. 2024. PMID: 39446668.
- 3) Shannon H, et al. Problematic Social Media Use in Adolescents and Young Adults: Systematic Review and Meta-analysis. 2022. PMID: 35436240.
- 4) Khalaf AM, et al. The Impact of Social Media on the Mental Health of Adolescents and Young Adults: A Systematic Review. 2023. PMID: 37671234.
- 5) van den Eijnden RJJM, et al. Social Media Use and Adolescents' Sleep: A Longitudinal Study on the Protective Role of Parental Rules Regarding Internet Use before Sleep. 2021. PMID: 33540882.
- 6) Tørmoen AJ, et al. A nationwide study on time spent on social media and self-harm among adolescents. 2023. PMID: 37925469.
- 7) Xiao Y, et al. Addictive Screen Use Trajectories and Suicidal Behaviors, Suicidal Ideation, and Mental Health in US Youths. 2025. PMID: 40531519.
- 8) Nagata JM, et al. Social Media Use and Depressive Symptoms During Early Adolescence. 2025. PMID: 40397441.
- 9) Hamilton JL, et al. Self-Harm Content on Social Media and Proximal Risk for Self-Injurious Thoughts and Behaviors Among Adolescents. 2025. PMID: 40922781.
- 10) Fassi L, et al. Social Media Use and Internalizing Symptoms in Clinical and Community Adolescent Samples: A Systematic Review and Meta-Analysis. 2024. PMID: 38913335.