

5 Dinge, die Eltern jetzt über Social Media wissen sollten

Kurz-Factsheet zum Abschlussbericht der Expertenkommission „Kinder- und Jugendschutz in der digitalen Welt“ (11.09.2026) – ohne Panik, mit klaren Schritten für zu Hause.

1. „Social Media ab 13“ ist beschlossen – aber noch kein Gesetz

Die Expertenkommission hat am 11. September 2026 ihren Abschlussbericht mit 56 Handlungsempfehlungen vorgelegt. Eine gesetzliche Altersgrenze von 13 Jahren für eigene Social-Media-Accounts ist eine von zwei diskutierten Varianten – die andere verzichtet auf eine feste Grenze und beschränkt stattdessen riskante Plattform-Funktionen. Bundesfamilienministerin Karin Prien spricht sich für die 13-Jahres-Grenze aus und will bis Ende 2026 Vorschläge umsetzen. Für eure Familie gilt bis dahin: Die aktuellen Regeln der Apps (meist 13 oder 16 Jahre laut AGB) sind noch maßgeblich – und eure eigenen Hausregeln genauso.

2. Nicht euer Kind ist das Problem – das App-Design ist es

Die Kommission beschreibt klar: Viele Risiken entstehen nicht durch „falsches Verhalten“, sondern durch die Gestaltung der Apps. Endlos-Feeds, Auto-Play, manipulative Benachrichtigungen wie „Deine Freunde warten auf dich“, personalisierte Werbung und künstlicher Zeitdruck sind absichtsvoll gebaut, damit man dranbleibt. Das entlastet: Es ist kein Erziehungsversagen, wenn ein Kind nicht von sich aus aufhört. Der künftige Schutz soll deshalb „by Design“ direkt in den Apps verankert werden – nicht erst, wenn Eltern Dutzende Einstellungen nachjustieren.

3. Bestimmte Funktionen sollen für Kinder künftig standardmäßig aus sein

Für Accounts von Minderjährigen sollen künftig gelten: keine algorithmisch personalisierten Feeds, keine personalisierte Werbung, kein Endlos-Scrollen und Auto-Play, keine emotionalen Push-Meldungen, private Accounts standardmäßig, Standort und Online-Status aus, voreingestellte Tageslimits und nutzungsfreie Zeiten in der Nacht. Das könnt ihr heute schon teilweise selbst einstellen: prüft die Jugendschutz-/Familienkonten-Optionen in TikTok, Instagram, Snapchat und YouTube – vieles davon ist bereits jetzt verfügbar, nur eben nicht automatisch.

4. Altersgrenzen wirken nur mit wirksamer Altersprüfung

Heute reicht bei vielen Plattformen die Angabe eines Geburtsdatums – entsprechend leicht wird sie umgangen. Der Bericht fordert deshalb eine verbindliche, datenschutzfreundliche Altersüberprüfung: Plattformen sollen nur erfahren, ob jemand alt genug ist – nicht Name, Ausweis oder Profil. Für euch heißt das: Haltet eure Kinder nicht allein durch Kontrollen, sondern durch Gespräch und gemeinsame Vereinbarungen. Verbotene Apps findet man immer wieder – ein guter Draht ist die stabilere Sicherung.

5. Eure Kinder sollen nicht bestraft werden – die Plattformen sind verantwortlich

Ein wichtiges Prinzip im Bericht: Altersgrenzen und Schutzmaßnahmen richten sich an die Anbieter, nicht an die Jugendlichen selbst. Kinder und Jugendliche werden ausdrücklich nicht dafür sanktioniert, dass sie Altersgrenzen umgehen. Verantwortung darf also nicht allein bei Eltern und Kindern landen, wenn Risiken bereits im Design stecken. Gleichzeitig bleiben drei Dinge eure Hausaufgabe: Interesse zeigen (fragt nach, was euer Kind dort wirklich macht), gemeinsame

Regeln vereinbaren und gemeinsam entscheiden, wann welche App passt – idealerweise kurz bevor sie in den Freundeskreis auftaucht.

Bonus: Was sich im Schul- und Gesundheitsbereich ändert

Ein Teil der Empfehlungen betrifft Schulen und Ärzte: an Grundschulen und bis Klasse 7 soll die private Handynutzung bundesweit einheitlich untersagt sein; ab Klasse 8 verbindliche Nutzungskonzepte. Mediennutzung und Suchtgefahren sollen künftig verbindlicher Teil von kinderärztlichen Vorsorge- und Schuleingangsuntersuchungen werden. Eine bundesweite „Kinderonlinewache“ soll Meldungen von Cybermobbing und problematischen Erlebnissen erleichtern.

Quellen & Weiterlesen

Abschlussbericht der Expertenkommission (BMBFSFJ, 11.09.2026, 56 Handlungsempfehlungen) und Debatte im Deutschen Bundestag vom 10.09.2026. Detailinfos und die ausführlichen Beiträge dazu findet ihr auf digitale-zwerge.de.