Statement zur Vorstellung des Kindergesundheitsberichts 2026

Dr. Michael Hubmann

Vorstandsmitglied des Bündnisses Kinder- und Jugendgesundheit e.V.

Mitglied der interdisziplinären Expertenkommission
„Kinder- und Jugendschutz in der digitalen Welt“
des Bundesministeriums für Bildung, Familie, Senioren, Frauen und Jugend

Präsident des Berufsverbands der Kinder- und Jugendärzt*innen e.V. (BVKJ)

Gesundes Aufwachsen in einer digitalen Welt – Kinder- und Jugendschutz muss Vorrang haben!

Die Handlungsempfehlungen des Kindergesundheitsberichts 2026 machen deutlich, dass wir das Aufwachsen von Kindern und Jugendlichen in einer digitalen Welt stärker unter gesundheitlichen Gesichtspunkten betrachten müssen. Es ist entscheidend, dass wir die Chancen der Digitalisierung nutzen, ohne die gesundheitlichen Risiken für Kinder und Jugendliche aus dem Blick zu verlieren.

Kinder- und Jugendärztinnen und -ärzte erleben zunehmend, welche Auswirkungen eine problematische Mediennutzung auf die Entwicklung und Gesundheit von Kindern und Jugendlichen haben kann. Schlafstörungen, Bewegungsmangel, Konzentrationsprobleme, psychische Belastungen und soziale Konflikte sind Themen, die uns im Praxisalltag begegnen. Entscheidend dafür ist nicht nur, wie viele Stunden Kinder und Jugendliche vor einem Bildschirm verbringen. Ebenso müssen Alter, Inhalte, die Art der Nutzung und vor allem die Mechanismen, mit denen digitale Angebote Aufmerksamkeit binden und eine möglichst lange Nutzung fördern, berücksichtigt werden.

Folgende Maßnahmen sind erforderlich:

1. Bildschirmfrei bis drei – frühkindliche Entwicklung schützen
Kinder brauchen in den ersten Lebensjahren vor allem reale Erfahrungen, Bewegung, Sprache und unmittelbare soziale Beziehungen. Digitale Medien sollten in dieser Entwicklungsphase zu ihrem Schutz keine Rolle im Alltag spielen. Wir halten an der Forderung „bildschirmfrei bis drei“ fest. Auch in Kindertageseinrichtungen sollte die direkte Interaktion zwischen Kindern und pädagogischen Fachkräften im Mittelpunkt stehen, nicht der Einsatz digitaler Medien.

2. Plattformbetreiber in die Verantwortung nehmen
Digitale Angebote müssen so gestaltet sein, dass sie die Gesundheit und Entwicklung von Kindern und Jugendlichen nicht gefährden. Die Verantwortung liegt hier ganz wesentlich bei den Anbietern und bei der Politik. Wir brauchen verbindliche Schutzvorgaben, altersgerechte Grundeinstellungen und ein konsequentes Vorgehen gegen suchtfördernde Mechanismen wie Endlos-Feeds, Autoplay und manipulative Empfehlungssysteme. Bestehende gesetzliche Regelungen müssen endlich wirksam durchgesetzt und bestehende Schutzlücken geschlossen werden. Digitale Umgebungen, in denen sich Kinder und Jugendliche bewegen, dürfen nicht weiterhin auf Manipulation und möglichst lange Nutzungszeiten ausgelegt sein.

3. Medienkompetenz stärken
Auch Medienbildung und digitale Gesundheitskompetenz gehören zu einem gesunden Aufwachsen. Kinder und Jugendliche müssen frühzeitig lernen, digitale Informationen kritisch einzuordnen und digitale Angebote verantwortungsbewusst zu nutzen. Das setzt voraus, dass pädagogische Fachkräfte und Lehrkräfte entsprechend qualifiziert sind.

4. Prävention in der kinder- und jugendärztlichen Versorgung stärken
Besonders wichtig ist uns, dass psychische Belastungen und eine problematische Mediennutzung frühzeitig erkannt werden. Kinder- und Jugendärztinnen und -ärzte sind hierfür wichtige Ansprechpartner. Wir begleiten Kinder, Jugendliche und ihre Familien über viele Jahre und können Veränderungen in der Entwicklung, im Verhalten und im gesundheitlichen Zustand früh wahrnehmen. Dafür brauchen wir jedoch die zeitlichen Ressourcen und eine entsprechende Vergütung. Nur so können wir dieser zusätzlichen Aufgabe ausreichend gerecht werden.

5. Frühzeitige Hilfen und Versorgungsangebote sicherstellen
Wenn Kinder und Jugendliche bereits unter den Folgen problematischer Mediennutzung leiden, müssen sie schnell und unkompliziert Unterstützung erhalten. Dafür braucht es verlässliche Präventions- und Beratungsangebote sowie niedrigschwellige Zugänge zu psychologischen und medizinischen Hilfen.

Der Kindergesundheitsbericht 2026 benennt aus unserer Sicht die richtigen Handlungsfelder. Jetzt kommt es darauf an, aus den Empfehlungen konkrete politische Maßnahmen abzuleiten. Kinder- und Jugendschutz in der digitalen Welt ist keine Aufgabe, die Familien allein bewältigen können. Bund, Länder, Gesundheitswesen, Bildungseinrichtungen und insbesondere die Plattformbetreiber müssen gemeinsam Verantwortung übernehmen. Wir brauchen eine digitale Umgebung, die Kinder und Jugendliche schützt, ihre Entwicklung fördert und ihre Rechte achtet. Dafür müssen wir heute die richtigen Weichen stellen.

(Stand: 17. November 2026)