

**Statement von Andreas Mirwald,
Landeschef der DAK-Gesundheit in Mecklenburg-Vorpommern zu den
Empfehlungen der Expertenkommission zum „Schutz von Kindern und
Jugendlichen in den Sozialen Medien“**



Schwerin, 5. August 2026 „Die DAK-Gesundheit begrüßt die Empfehlungen der Expertenkommission zum „Schutz von Kindern und Jugendlichen in den Sozialen Medien“. Um Kinder und Jugendliche im digitalen Raum nachhaltig zu stärken, bedarf es aus unserer Sicht einen Dreiklang aus Schutz, Befähigung und Teilhabe. Besonders wichtig ist dabei der Aufbau von Medienkompetenz bei Kindern, Jugendlichen und ihren Eltern. Mit dem Projekt Medienstarter unterstützt die DAK-Gesundheit in Mecklenburg-Vorpommern

bereits ein Angebot, das genau hier ansetzt. Bei dieser Initiative führen geschulte pädagogische Fachkräfte Kinder spielerisch an einen bewussten und achtsamen Umgang mit Medien heran. Erfolgstreiber ist das Zusammenspiel von Gesundheits-, Familien- und Bildungspolitik.

Die Diskussion über ein Social-Media-Verbot allein greift aus unserer Sicht hingegen zu kurz und löst das Problem nicht. Notwendig ist eine sinnvolle Altersregulierung sowie altersgerechte Schutzregeln, verbindliche Vorgaben für die Anbieter digitaler Dienste, eine starke Medien- und Gesundheitsbildung sowie niedrigschwellige Beratungs- und Hilfsangebote. Nun kommt es darauf an, aus den Empfehlungen eine abgestimmte und dauerhaft finanzierte Strategie für Mecklenburg-Vorpommern zu entwickeln.“

Hintergrund: DAK-Mediensuchtstudie mit dem Deutschen Zentrum für Suchtfragen des Kindes- und Jugendalters am Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf (UKE):

Aktuelle Ergebnisse zeigen: Insgesamt bleibt die Mediensucht auf einem hohen Niveau. Jedes vierte Kind zeigt eine riskante Social-Media-Nutzung oder Abhängigkeit. Insgesamt sind hochgerechnet rund 1,5 Millionen junge Menschen bundesweit betroffen.

Weltweit einmalige Längsschnittstudie

Die repräsentative Längsschnittstudie zur Mediennutzung untersucht in rund 1.200 Familien die Häufigkeiten pathologischer und riskanter Gaming-, Social-Media- und

Streaming-Nutzung bei Kindern und Jugendlichen nach ICD-11-Kriterien und ist damit weltweit einmalig.

Die DAK-Gesundheit führte dazu gemeinsam mit dem Deutschen Zentrum für Suchtfragen des Kindes- und Jugendalters im Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf (UKE) in mehreren Wellen Befragungen durch das Meinungsforschungsinstitut Forsa durch. Dafür wurde eine repräsentative Gruppe von Kindern und Jugendlichen im Alter zwischen zehn und 17 Jahren mit je einem Elternteil zu ihrem Umgang mit digitalen Medien befragt. 2025 fand die achte Erhebungswelle vom 24. September bis 12. Oktober statt.

Seit 2026 firmiert die Studie unter dem Akronym OTTER (Observing Kids' and Teens' Technology Engagement and Risks).

Die DAK-Gesundheit ist mit 5,4 Millionen Versicherten die drittgrößte Krankenkasse Deutschlands und engagiert sich besonders für Kinder- und Jugendgesundheit. Weitere Infos gibt es auf www.dak.de/mediensucht.