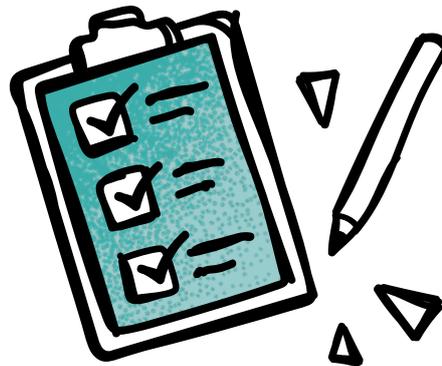


EXECUTIVE SUMMARY



Im Jahr 2025 haben die Vodafone Stiftung und Save the Children ein europaweites Programm zur Förderung von digitalen Kompetenzen und Resilienz bei Kindern und Jugendlichen im Alter von 9 bis 16 Jahren ins Leben gerufen. Ziel war es, über die grundlegende digitale Bildung hinauszugehen und ein sicheres, ethisches und selbstbewusstes Verhalten im Internet zu fördern. Das Programm wurde in acht Ländern eingeführt und in die bestehende Initiative „Skills Upload Junior“ von Vodafone integriert. Es behandelt zentrale Themen wie Online-Sicherheit, digitale Rechte sowie verantwortungsvollen Umgang und orientiert sich am SMILE-Framework – Sicherheit, Management, Identität, Literacy (Medienkompetenz) und Empathie. Dieses unterstützt das digitale Wohlbefinden und die Resilienz von Kindern mithilfe eines inklusiven, auf Rechten basierenden Ansatzes.

Zur Unterstützung der neu gegründeten Partnerschaft führten beide Organisationen diese Studie gemeinsam durch, um den Stand des digitalen Wohlbefindens von Kindern in ganz Europa möglichst ganzheitlich zu erfassen. Ziel der Studie war es, bestehende Erkenntnisse zu erfassen, Lücken in Angebot und Umsetzung zu identifizieren sowie Möglichkeiten zur Verbesserung von Schutzmechanismen und zur Förderung inklusiver, bestärkender digitaler Erfahrungen für alle Kinder aufzuzeigen. Dieser Bericht präsentiert die Ergebnisse einer halb-systematischen Literaturanalyse, die sowohl wissenschaftliche als auch praxisnahe Quellen („graue Literatur“) berücksichtigt und durch Interviews mit Expert*innen ergänzt wurde. Auf Basis von Datenbankrecherchen sowie Empfehlungen von Fachleuten wurden zunächst 112 Quellen gesichtet, von denen 53 für eine vertiefte Analyse ausgewählt wurden. Die Perspektiven von Kindern wurden indirekt über Sekundärdaten aus spezifisch kinderzentrierten Studien eingebunden – insbesondere durch frühere Untersuchungen von Save the Children in Rumänien, Spanien und Dänemark. Diese boten hilfreiche Kontextinformationen und halfen, die Untersuchung mit der tatsächlichen Lebenswirklichkeit von Kindern zu verbinden.

Im Rahmen der Studie wurden vier Interviews mit Expert*innen aus Wissenschaft, Politik, Zivilgesellschaft und Engagement für Kinderrechte geführt, die alle eine unterschiedliche Perspektive auf das Thema digitales Wohlbefinden von Kindern einbrachten. Die Befragten waren Rhiannon-Faye McDonald (Überlebende von Online- und Offline-Gewalt sowie Leiterin der Interessenvertretung bei der Marie Collins Foundation [MCF]), Charlotte Aynsley (Gründerin und Geschäftsführerin von Rethinking Safeguarding), Tyler Shores (Leiter des ThinkLab-Programms der Universität Cambridge) sowie Silke Müller (Schulleiterin, Autorin und Fürsprecherin). Diese Studie bildet die Grundlage für die programmatischen und politischen Zielsetzungen der Partnerschaft zwischen der Vodafone Stiftung und Save the Children.

Zentrale Erkenntnisse

In den vergangenen zehn Jahren hat die Europäische Union das weltweit umfassendste Schutz-Framework für Kinder im digitalen Raum entwickelt – basierend auf den Prinzipien der Kinderrechte und gestützt durch zentrale Gesetzgebungen wie die Datenschutz-Grundverordnung (DSGVO) und den Digital Services Act (DSA). Diese verpflichten Akteur*innen unter anderem zu datenschutzfreundlicher Gestaltung („Privacy by Design“), Plattformverantwortlichkeit sowie Schutz vor schädlichen Inhalten und stellen gleichzeitig Instrumente zur Durchsetzung bereit. Trotz dieser Fortschritte bestehen innerhalb der EU weiterhin Unterschiede bei Altersverifikation, Inhaltsmoderation und digitaler Bildung, was zu einem heterogenen Gesamtbild führt. Die neue EU-weite Altersverifizierungs-App und die „Age Assurance Toolbox“ sollen Standards vereinheitlichen. Ohne eine flexible und inklusive Gestaltung besteht jedoch das Risiko, dass besonders gefährdete Kinder ausgeschlossen werden. Auch die Inhaltsmoderation ist alles andere als einheitlich: Die Moderation von schädlichen Inhalten variiert stark zwischen den EU-Mitgliedsstaaten.

Neue Risiken wie KI-generierte Darstellungen von sexuellem Kindermissbrauch, Deepfakes und schädliche algorithmische Empfehlungssysteme entwickeln sich schneller als die regulatorischen Gegenmaßnahmen. Zwar zielen der AI Act und der DSA darauf ab, diesen Bedrohungen zu begegnen – sie befinden sich jedoch noch in den Kinderschuhen. Eine stärkere Ausrichtung an den Interessen des Kindes, an Kinderrechten im Allgemeinen und an echter Beteiligung von Kindern ist essenziell, um die Schutz-Frameworks zukunftsfähig zu machen. Ein konsistenter, auf Rechten basierender Ansatz, der sich kontinuierlich weiterentwickelt, ist entscheidend, um der Geschwindigkeit, dem Umfang und der Komplexität neuer digitaler Gefährdungen zu begegnen.

Kinder in Europa sind zunehmend digitalen Belastungsfaktoren ausgesetzt – etwa durch Cybermobbing, Desinformation, süchtig machende Designmuster und schädliche soziale Vergleiche. Diese tragen dazu bei, dass die Zahl von Angstzuständen, Depressionen und Verhaltensauffälligkeiten zunimmt. Für Kinder Augen ungeeignete Inhalte wie Hassrede und gewalttätige Darstellungen sind weit verbreitet und Expert*innen warnen vor wachsender Misogynie, schädlichen Gender-Normen und Deepfakes. Insbesondere das Geschlecht prägt die Online-Erfahrungen von Kindern erheblich: Mädchen sind stärker mit idealisierten Körperbildern, sexueller Belästigung und entwürdigenden Inhalten konfrontiert, während Jungen Gefahr laufen, durch gewaltvolle Darstellungen ausbeuterische Rollenbilder zu verinnerlichen – wobei Missbrauch oft aus Scham nicht gemeldet wird.

Kinder aus marginalisierten Gruppen – etwa aus der LGBTQIA+-Community, Kinder mit BiPOC-Hintergrund oder neurodivergenten Eigenschaften – sind im digitalen Raum besonderen Risiken ausgesetzt. Dazu zählen identitätsbezogene Belästigung, Ausschluss und Desinformation. Diese Formen digitaler Gewalt werden in politischen Maßnahmen und Bildungsangeboten häufig unzureichend berücksichtigt, obwohl sie erhebliche Auswirkungen auf die psychische Gesundheit und Sicherheit der betroffenen Kinder haben. Da sich schädliche Rollenbilder online besonders schnell verbreiten, braucht es dringend Strategien für digitales Wohlbefinden, die inklusiv, traumasensibel und auf die vielfältigen Erfahrungen und Identitäten von Kindern abgestimmt sind – mit dem Ziel, sichere und unterstützende digitale Umgebungen für alle zu schaffen.

Digitale Räume sind zunehmend zentraler Bestandteil im Leben von Kindern. Daher ist es essenziell, ihre aktuellen Bedürfnisse zu erkennen und die Unterstützungsangebote an ihre individuellen Lebensumstände und Erfahrungen anzupassen. Digitale Belastungen können jedes Kind betreffen und erfordern differenzierte Ansätze, die Kinder



Spanien, Mädchen, 16 Jahre: „Das Problem ist hier auch, dass wenn eine Frau etwas postet, sie sofort als provokativ oder unangemessen wahrgenommen wird – aber wenn ein Mann dasselbe postet, gilt er als der Beste der Welt.“

Save the Children Spanien, 2024

in den Mittelpunkt stellen. Diese sollten sowohl die Fähigkeiten als auch die Resilienz von Kindern berücksichtigen, etwa bei der Gestaltung von politischen Maßnahmen, Unterstützungsstrukturen und konkreten Interventionen.

In der EU wächst das Bewusstsein dafür, dass Schulen über rein akademische Ziele hinausgehen müssen, um das digitale Wohlbefinden von Kindern ganzheitlich zu fördern. Dazu gehören die Vermittlung von Medienkompetenz, digitaler Sicherheit und psychischer Gesundheit – etwa durch Einbindung in die Lehrpläne, Fortbildungen für Lehrkräfte und schulweite Lösungen. EU-weite Programme wie der Digital Education Action Plan, DigComp und die Digital Citizenship Education zielen darauf ab, Schüler*innen mit wichtigen digitalen Kompetenzen auszustatten. Gleichzeitig setzen einzelne Länder nationale Initiativen um, um verantwortungsvolles Online-Verhalten und Resilienz zu fördern.

Die Umsetzung der angesprochenen Programme Initiativen erfolgt jedoch bislang uneinheitlich und wird häufig durch strukturelle Herausforderungen erschwert, wie u. a. begrenzte Ressourcen, Zeitmangel, unzureichende Lehrkräftefortbildung und fehlende Abstimmung mit Lehrplänen. Kinder berichten oft, dass ihnen grundlegendes Wissen über Desinformation, Datenschutz und algorithmisches Profiling fehlt, während Lehrkräfte mangelnde Schulungen und unklare Vorgaben als zentrale Hürden nennen.

Kinderselbst fordern mehr Klarheit und Unterstützung im Umgang mit der digitalen Welt – insbesondere beim Verständnis darüber, wie ihre Daten verwendet werden, sowie beim Aufbau von Medienkompetenz. Trotz einzelner wirksamer Programme und Tools (z. B. SELFIE¹, DETECT) bleibt die Lehrkräftefortbildung meist Stückwerk und stützt sich oft auf kurzfristige, von NGOs initiierte Kampagnen statt auf systematische politische Maßnahmen. Um digitale Risiken wirksam zu mindern und das Wohlbefinden von Schüler*innen zu verbessern, ist es entscheidend, das Thema in nationale Lehrpläne zu integrieren, die Kompetenzen von Lehrkräften zu stärken und schulumfangende oder partizipative Ansätze zu verfolgen. Gleichzeitig bestehen weiterhin große Unterschiede in Infrastruktur und Ausstattung, insbesondere in benachteiligten Regionen. Daher ist es unerlässlich, in inklusive und nachhaltige Bildungsstrategien zu investieren, die das digitale Leben aller Kinder priorisieren.

Digitales Wohlbefinden erfordert mehr als punktuelle Maßnahmen – es braucht einen systemischen Ansatz, der die Thematik als Schwerpunkt in all die Strukturen

integriert, die das Leben von Kindern prägen. Digitale Erfahrungen sind untrennbar mit den allgemeinen Lebensrealitäten von Kindern verbunden. Daher muss die Unterstützung ihres digitalen Wohlbefindens in den alltäglichen Umgebungen verankert sein, in denen sie aufwachsen und sich entwickeln, also in ihren Familien, Schulen, Gemeinschaften wie auch in den politischen Rahmenbedingungen. Dieser Ansatz muss kindzentriert, auf Rechten basierend, von den Stimmen der Kinder geleitet und durch koordinierte sektorübergreifende Maßnahmen unterstützt werden. Letztlich sollte digitales Wohlbefinden als gemeinsame Verantwortung verstanden werden – eingebettet in die Systeme, die das Leben von Kindern sowohl online als auch offline gestalten.

Aus Sicht der Kinderrechte handeln

Kinder betrachten digitale Technologien zunehmend als unabdingbar für die Verwirklichung ihrer Rechte. Sie sehen den Zugang zum Internet als grundlegendes Bedürfnis, das eng mit Bildung, Identität, Beschäftigung und ihrer Teilhabe an einer vielfältigen Gesellschaft verknüpft ist (Third & Moody, 2021). Sie betrachten die digitale Umgebung als entscheidenden Motor für persönliche Entwicklung und zukünftige Chancen – sowohl im privaten als auch im beruflichen Kontext. Die UN-Kinderrechtskonvention (UNCRC) betont, dass Digitalpolitik, Technologien und Dienste allesamt das Wohlergehen von Kindern zur Folge haben muss. Kinder sind nicht nur passive Nutzende, sondern aktive Rechtsträger*innen, deren Stimmen bei der Gestaltung digitaler Räume berücksichtigt werden müssen. Der Allgemeine Kommentar Nr. 25 zur UNCRC (2021) unterstreicht, dass Kinderrechte – etwa auf Privatsphäre, Teilhabe und Schutz – online ebenso gewahrt werden müssen wie offline.

Die Balance zwischen Schutzrechten und Freiheiten wie Meinungsäußerung und Informationszugang erfordert ein nuanciertes politisches Vorgehen. Zu restriktive Regelungen – etwa pauschale Verbote – können unbeabsichtigt das digitale Wohlbefinden von Kindern untergraben und Rechte einschränken. Kinder fordern zudem mehr Transparenz von

**Vereinigtes Königreich,
Mädchen, 17 Jahre: Digitale
Rechte sind Menschenrechte.
Das sollte kein
Tauschgeschäft sein.** ”

Third and Moody, 2021

Unternehmen und eine strengere Regulierung, um ausbeuterische Praktiken wie Datenmonetarisierung und übermäßige Werbung einzudämmen. Trotz wachsender Sensibilität hinken nationale Gesetzgebungen oft der Internationalität digitaler Dienste hinterher, und wirtschaftliche Interessen überwiegen nicht selten dem Kindeswohl. Prinzipien für kinderrechtskonforme Unternehmensführung sowie systematische Instrumente wie Kinderrechts-Folgenabschätzungen (Child Rights Impact Assessments, CRIAs) können dazu beitragen, dass neue Technologien von Anfang an die Rechte von Kindern berücksichtigen und stärken. Um Kinderrechte im digitalen Raum zu schützen und zu fördern, müssen Regierungen einheitliche, an Rechten orientierte Strategien entwickeln, die sich an internationale Standards halten. Eine stärkere Koordination und wirksame Durchsetzungsmechanismen sind hier entscheidend, um eine konsistente Umsetzung über Ländergrenzen und Plattformen hinweg sicherzustellen.

Empfehlungen:



Kinderrechte im digitalen Raum sollten durch die Entwicklung umfassender nationaler Leitlinien priorisiert werden. Es braucht stärkere Mechanismen zur Umsetzung, welche die Einhaltung über Plattformen hinweg sicherstellen. Zudem müssen Ressourcen bereitgestellt werden, die diese Rechte in digitalen Umgebungen ausdrücklich anerkennen und schützen. Solche Maßnahmen sollten mit internationalen Standards – einschließlich des Allgemeinen Kommentars Nr. 25 zur UN-Kinderrechtskonvention – in Einklang stehen, um einen konsistenten und auf Rechten basierenden Ansatz zu gewährleisten.



Darüber hinaus müssen länderübergreifende Durchsetzungsmechanismen etabliert oder gestärkt werden, um regulatorische Lücken zu schließen.

Kinder ernst nehmen – ihre Stimmen und Handlungsmacht stärken

Die aktive Beteiligung von Kindern ist entscheidend, um digitale Umgebungen zu gestalten, die ihre Rechte, Bedürfnisse und Lebenswirklichkeiten abbilden. Kinder dürfen nicht als rein Nutzende betrachtet werden, sondern müssen als aktive Mitgestalter*innen in Politik, Bildung und Technologieentwicklung anerkannt werden. Expert*innen sind sich einig, dass viele Erwachsene – ob Lehrkräfte, Familien oder politische Entscheidungsträger*innen – nur begrenzte Einblicke in die Online-Erfahrungen von Kindern haben, etwa weil sie andere Plattformen nutzen oder durch Algorithmen mit anderem Inhalt konfrontiert werden. Obwohl die Beteiligung junger Menschen zunimmt, bleibt sie ungleich verteilt. Nur wenige Länder ermöglichen formelle Strukturen für gemeinsame Gestaltung. Echte Teilhabe bedeutet nicht nur, Kinder zu befragen, sondern sie direkt und wirksam in Entscheidungsprozesse einzubeziehen. Ihr Bewusstsein für Risiken im Netz, ihr Wunsch nach Orientierung statt Einschränkung und ihr differenziertes Verständnis digitaler Interaktionen zeigen: Kinder sind Expert*innen ihrer eigenen Lebenswelt.

Jüngere Kinder und Kinder mit Behinderungen werden in solchen Beteiligungsprozessen häufig übersehen bis ausgeschlossen. Politische Maßnahmen betrachten jüngere Nutzer*innen meist ausschließlich als Schutzbedürftige, wodurch Möglichkeiten zur Stärkung von Resilienz und Handlungsmacht eingeschränkt werden. Barrieren beim Zugang zu unterstützenden Technologien sowie ein Mangel an inklusiver Forschung und Gestaltung führen dazu, dass Kinder mit Behinderungen zusätzlich marginalisiert werden. Damit alle Kinder gehört werden, müssen Beteiligungsmechanismen wie Schüler*innenvertretungen, Jugendpanels und Feedback-Schleifen mit dem Gesetzgeber fest in die digitale Governance eingebettet werden. Wenn Kinder erleben, dass ihre Stimmen zu konkreten Veränderungen führen, steigt ihre Bereitschaft, sich einzubringen, Probleme aufzuzeigen und eine sicherere digitale Zukunft mitzugestalten.

Empfehlungen:



Es sollte sichergestellt werden, dass Kinder kontinuierlich und wirksam in politische Entscheidungsprozesse einbezogen werden – mit klaren Strukturen und Feedback-Mechanismen, die zeigen, wie ihr Beitrag Entscheidungen beeinflusst, insbesondere in den Bereichen digitale Sicherheit, Bildung und Regulierung.



Gesetzgeberische Materialien sollten gemeinsam mit Kindern entwickelt werden, barrierefrei und kindgerecht gestaltet sein und die vielfältigen Erfahrungen von Kindern – einschließlich jener mit Behinderungen – widerspiegeln, um eine informierte und inklusive Beteiligung an der digitalen Governance zu ermöglichen.

Systeme stärken, um begünstigende Bedingungen zu schaffen

Die Förderung des digitalen Wohlbefindens von Kindern in Europa erfordert einen ganzheitlichen, systemstärkenden Weg, der über isolierte, themenspezifische Einzelmaßnahmen hinausgeht. Der Theorie der Sozialökologie folgend betonen sowohl Kinderschutz- als auch schulweite Ansätze die Notwendigkeit koordinierter Maßnahmen auf allen Ebenen, d. h. individuell, zwischenmenschlich, institutionell wie auch systemisch. Solche Modelle fördern digitale Kompetenzen, emotionale Selbstregulation und sicheres Verhalten im Netz und stellen gleichzeitig sicher, dass inklusive und nachhaltige Grundsätze und Praktiken in Schulen, Gemeinschaften und nationalen Systemen verankert werden.



Der Übergang von Absichtserklärungen zu konkretem Handeln erfordert ein gemeinsames Engagement aller Akteur*innen – Regierungen, Wirtschaft, Schulen, Familien und Zivilgesellschaft. Nur durch koordinierte Ressourcen, Zusammenarbeit und eine gemeinsame Vision kann ein ganzheitlicher Ansatz für das digitale Wohlbefinden von Kindern etabliert und dauerhaft verankert werden.

Interview mit Rhiannon-Faye McDonald, Mai 2025

Schlüsselement dieses Ansatzes ist die gezielte Unterstützung von Lehrkräften und pädagogischen Fachkräften durch Fortbildungen in den Bereichen Digitalkompetenzen, Resilienz und Wohlbefinden. Gleichzeitig ist die aktive Einbindung von Eltern und Bezugspersonen essenziell, da sie eine zentrale Rolle bei der Gestaltung digitaler Erfahrungen von Kindern spielen. Die Forschung zeigt: Die wirksamsten Strategien für digitales Wohlbefinden entstehen in enger Zusammenarbeit zwischen Familien und Schulen. Dennoch fühlen sich viele Lehrkräfte und Eltern nicht ausreichend vorbereitet, Kinder im digitalen Raum zu begleiten – insbesondere aufgrund von Wissenslücken und Unsicherheiten im Umgang mit digitalen Technologien. Kinder selbst fordern mehr Engagement bei der Aufklärung vertrauenswürdiger Erwachsener über Risiken, Plattformen und Schutzstrategien im Netz. Erfolgreiche Initiativen schaffen urteilsfreie Räume für Dialog und Zusammenarbeit, stärken Bezugspersonen in ihrer Rolle als unterstützende Begleiter*innen statt als Kontrollinstanzen und sorgen für eine durchgehende Unterstützung von Kindern – zu Hause und in der Schule. Hochwertige digitale Bildung ist dabei zentral und sollte im Rahmen eines systemischen Ansatzes mit Prinzipien wie „Safety by Design“, technologischer Verantwortung und einer gemeinsamen Verantwortung aller Akteur*innen für eine sichere und ausgewogene digitale Umgebung für Kinder und Jugendliche verknüpft werden.

Empfehlungen:



Systemstärkende und schulweite Ansätze, die digitales Wohlbefinden fest in Richtlinien, Lernumgebungen sowie Strategien zu psychischer Gesundheit und Inklusion beinhalten, sollten gefördert werden. Digitales Wohlbefinden muss Teil der Schulkultur, des Leitbilds, der Regelwerke und des schulischen Alltags sein. Dazu gehört auch die Zusammenarbeit über verschiedene Akteursgruppen hinweg – etwa durch Partnerschaften zwischen Schulen und Fachkräften für psychische Gesundheit, EdTech-Anbietern und Organisationen für Medienkompetenz.



Die Aus- und Weiterbildung von Lehrkräften – und damit auch von Eltern und Bezugspersonen – im Bereich digitales Wohlbefinden und Online-Sicherheit sollte gestärkt werden. Familien sollten aktiv eingebunden und starke Partnerschaften zwischen Schule und Elternhaus gefördert werden, etwa durch Schulungen, Workshops und gemeinsame Gestaltung von Initiativen für digitales Wohlbefinden.

Vernetzung von Online und Offline

Es setzt sich zunehmend die Erkenntnis durch, dass das digitale und das physische Leben von Kindern eng miteinander verflochten sind und ein Kontinuum bilden, das integrierte statt isolierte Maßnahmen erfordert.

Die Europäische Kommission und die UNESCO befürworten einen ganzheitlichen Ansatz, um Online-Sicherheit in bestehende Programme zu Mobbing, sexueller Gesundheit und Beziehungserziehung zu integrieren. So sollen online wie auch offline einheitliche Botschaften zu Würde, Einwilligung und gegenseitigem Respekt vermittelt werden.

Es gibt Belege dafür, dass die meisten Online-Risiken und schädlichen Verhaltensweisen bestehende Dynamiken und Beziehungsmuster unter Gleichaltrigen widerspiegeln, was die Notwendigkeit von Präventionsmodellen unterstreicht, die junge Menschen in die Lage versetzen, komplexe soziale Interaktionen in allen Umgebungen zu meistern.

Ethische Reflexion ist ein wichtiger Teil der digitalen Kompetenz. Sie hilft Kindern, darüber nachzudenken, welche moralischen und sozialen Folgen ihre Handlungen und Erfahrungen in der digitalen Welt haben können. Sie unterstützt Kinder dabei, wertorientierte Gespräche zu führen, überlegt Entscheidungen zu treffen, Empathie zu entwickeln und mehr Verantwortung für sich selbst und andere zu übernehmen.

Digitales Wohlbefinden schließt auch die körperliche Gesundheit ein: Langes Sitzen vor Bildschirmen kann durch Bewegungsmangel und Belastung den Körper beeinträchtigen. Deshalb sollten Maßnahmen alle Bereiche der digitalen Aktivitäten von Kindern berücksichtigen – soziale, emotionale und körperliche Aspekte.

Wir müssen mit Kindern wertorientierte Gespräche führen. Gespräche, die sie befähigen, sich in dieser Welt so widerstandsfähig und gesund wie möglich zurechtzufinden. Damit sie sagen können: „Ich schalte das jetzt aus. Ich möchte nicht mehr Teil dieses Netzwerks sein. Ich lege mein Smartphone beiseite und treffe mich mit meinem Freund.“ ”

Interview mit Silke Müller, Juni 2025

Empfehlungen:



Ein ausgewogener und ganzheitlicher Ansatz zur Förderung digitaler Kompetenz sollte über reine Verbote oder Schutzmaßnahmen hinausgehen. Online-Sicherheitsmodule können in bestehende Programme integriert werden, um gesunde Online- und Offline-Gewohnheiten zu unterstützen und die Widerstandsfähigkeit gegenüber Online-Risiken zu stärken. Zudem kann aufgezeigt werden, wie digitale Technologien Kreativität, Inklusion und Eigeninitiative von Lernenden fördern.

Berücksichtigung der Entwicklungsstufen von Kindern und Stärkung ihrer Resilienz

Da digitale Umgebungen immer wichtiger im Leben von Kindern werden, ist es entscheidend, ihre digitale Resilienz zu fördern, anstatt sie vor allen Risiken abzuschirmen. Resilienz hilft Kindern, Online-Herausforderungen durch emotionale Selbstkontrolle, kritisches Denken und digitale Kompetenz zu meistern und sich davon zu erholen.

Ein stärkenorientierter, altersgerechter Ansatz berücksichtigt die wachsenden Fähigkeiten von Kindern und begleitet sie besonders in der Pubertät – einer Phase, in der Anerkennung durch Gleichaltrige und sozialer Status maßgeblich für ihr Wohlbefinden sind. Statt Schwierigkeiten zu vermeiden, lernen Kinder durch angeleitete Erfahrungen und Gespräche, Herausforderungen als Chancen für persönliches Wachstum zu sehen.

Initiativen wie das britische Modell zur digitalen Resilienz oder das „Jahr der digitalen Bürgerbildung 2025“ des Europarats verdeutlichen die Bedeutung inklusiver, rechtsbasierter und lösungsorientierter Ansätze, die Kinder befähigen, sicher, empathisch und selbstbewusst online zu handeln.

Empfehlungen:



Strategien und Initiativen sollten altersgerecht entwickelt und auf die jeweilige Entwicklungsstufe abgestimmt werden. Dabei ist zwischen Altersgruppen wie früher Kindheit, mittlerer Kindheit und Jugend zu unterscheiden, sodass digitale Schutzmaßnahmen und Unterstützungsangebote den spezifischen Bedürfnissen jeder Phase entsprechen.



Digitale Resilienz sollte als zentrale Kompetenz gefördert werden, indem Empathie und verantwortungsvolle digitale Bürgerschaft gestärkt werden. Programme können dazu beitragen, ein Bewusstsein für die emotionalen Auswirkungen von Online-Verhalten zu schaffen und respektvolle sowie einfühlsame Interaktionen im digitalen Raum zu unterstützen.



Reputationsschäden treffen Jugendliche am härtesten, weil der soziale Status in diesem Alter eine so große Rolle spielt.

Interview mit Charlotte Aynsley, Mai 2025

Anerkennung und Einbeziehung der Vielfalt von Kindern

Kinder sind sehr unterschiedlich – sie unterscheiden sich in ihrem Entwicklungsstand, ihrem sozialen Umfeld und ihren Lebensbedingungen. Trotzdem werden Maßnahmen zum digitalen Wohlbefinden oft so gestaltet, als wären alle Kinder gleich.

Um digitale Chancengleichheit zu fördern, braucht es einen inklusiven und ganzheitlichen Ansatz, der verschiedene Identitätsmerkmale wie Geschlecht, Behinderung, soziale und wirtschaftliche Lage, ethnische Zugehörigkeit oder Wohnort berücksichtigt. Diese Faktoren bestimmen, wie Kinder Zugang zur digitalen Welt bekommen, wie sie sie nutzen und wie sie davon beeinflusst werden. Gleichzeitig können sie zu deutlichen Unterschieden bei der digitalen Teilhabe führen.

Die Strategien sollten so gestaltet werden, dass sie den verschiedenen Lebensrealitäten gerecht werden. Ziel ist es, allen Kindern einen fairen Zugang zu digitalen Chancen zu ermöglichen und sie wirksam vor Schäden zu schützen – insbesondere Mädchen, Kindern mit Behinderungen und solchen aus benachteiligten Lebensumständen.

Studien zeigen, dass Kinder aus einkommensschwachen Familien, aus ländlichen Regionen und mit neurologischen Entwicklungsstörungen besonders große Hürden bei der digitalen Teilhabe haben. Häufig fehlt ihnen der Zugang zu geeigneter Technologie und gezielter Unterstützung.

Diese Benachteiligung kann soziale Isolation, schlechtere Bildungschancen und ein höheres Risiko für Online-Gefahren zur Folge haben. Werden digitale Plattformen nicht nutzerorientiert gestaltet und durch inklusive Richtlinien begleitet, können sie bestehende Ungleichheiten noch verstärken.

Deshalb ist ein intersektionaler Ansatz entscheidend, um sicherzustellen, dass Maßnahmen zum digitalen Wohlbefinden gerade die Kinder erreichen, die am stärksten gefährdet sind – damit alle die Möglichkeit haben, sicher und uneingeschränkt am digitalen Leben teilzunehmen.

Empfehlungen:



Es sollte ein intersektionales Rahmenkonzept in Politik und Praxis verankert werden, das gezielt auf die Bedürfnisse marginalisierter und unterrepräsentierter Gruppen eingeht. Dabei ist zu berücksichtigen, wie sich überschneidende Benachteiligungen gegenseitig verstärken und so digitale Risiken und Ausgrenzung erhöhen können. (Stefanidi, 2023; OECD, 2025b).



Alle Initiativen und Programme zur Förderung der digitalen Resilienz und des Wohlbefindens von Kindern sollten gerecht, inklusiv und dem Alter entsprechend gestaltet sein. Besonders wichtig ist dabei die gezielte Unterstützung von Kindern aus benachteiligten Lebensumständen, ländlichen Regionen, Minderheitengruppen, einkommensschwachen Familien sowie von Kindern mit Behinderungen.

Nutzung evidenzbasierter Ansätze

Obwohl das digitale Wohlbefinden von Kindern zunehmend in den Fokus rückt, fehlen vielen aktuellen Strategien belastbare wissenschaftliche Grundlagen. Gründe dafür sind Forschungslücken, unzureichende Messmethoden und die geringe Berücksichtigung marginalisierter Gruppen in bestehenden Studien.

Diese Defizite mindern die Wirksamkeit von Maßnahmen – vor allem für Kinder, die von Ungleichheit und Diskriminierung betroffen sind.

Die Forschungsergebnisse sind weiterhin lückenhaft – vor allem, wenn es darum geht, wie digitale Erfahrungen Identität und soziale Normen formen. Intersektionale Analysen sind selten. In Europa werden Maßnahmen zum digitalen Wohlbefinden uneinheitlich überwacht und bewertet; nur wenige Schulen prüfen systematisch deren Wirkung. Um bessere Ergebnisse zu erzielen, braucht es robuste Rahmenwerke, die auch emotionale und zivilgesellschaftliche Aspekte der digitalen Bürgerschaft einbeziehen. Kinder – besonders jene, die Diskriminierung erfahren – sollten aktiv an der Gestaltung von Forschung, der Wissensgenerierung und der Evaluation beteiligt werden. Ihre Stimmen müssen authentisch gehört und ernst genommen werden, vor allem die der am stärksten von Ausgrenzung Betroffenen.

Empfehlungen:



Forschungslücken zum digitalen Wohlbefinden von Kindern sollten geschlossen werden. Dabei ist es besonders wichtig, die Perspektive der Intersektionalität zu berücksichtigen. Außerdem sollte die Datenerhebung gestärkt werden, sodass Informationen nach Alter, Geschlecht, ethnischer Zugehörigkeit, Behinderung und sozioökonomischem Status differenziert vorliegen.



Es sollten hochwertige Systeme zur Überwachung und Bewertung des digitalen Wohlbefindens von Kindern aufgebaut und gefördert werden. Dafür sollte in robuste Methoden und Instrumente investiert werden, mit denen sich die digitale Resilienz und das digitale Wohlbefinden von Kindern ganzheitlich messen lassen.



Nehmen wir als Beispiel ein Bewertungssystem für Apps und Geräte – ähnlich wie Nährwertangaben oder Inhaltswarnungen. Eine App könnte etwa ein grünes Label erhalten, das signalisiert, dass keine bekannten Verhaltensrisiken bestehen. Eine andere App könnte ein gelbes Label tragen, das zu maßvoller Nutzung rät, oder ein rotes Label, das vor gut dokumentierten, süchtig machenden Designmerkmalen warnt. Solche Warnungen könnten sogar sehr detailliert sein, zum Beispiel: „Kann die Aufmerksamkeitsspanne, die Selbstregulierung oder den Schlafzyklus erheblich beeinträchtigen.“

Interview mit Tyler Shores, Mai 2025