Kinderrechte.
digital

Expertenvorschläge für ein besseres und sicheres Internet



Gefördert vom:

Bundesministerium
für Bildung, Familie, Senioren,
Frauen und Jugend

Im Rahmen von:

KJP Kinder- und Jugendplan des Bundes

GAmM
Gutes Aufwachsen mit Medien

Damit die digitale Welt für junge Menschen besser wird

Das Bundesministerium für Bildung, Familie, Senioren, Frauen und Jugend hat im September 2025 eine Gruppe mit 18 Expertinnen und Experten (Kommission) eingesetzt. Diese hatten den Auftrag, bis zum Sommer 2026 Ideen und Pläne zu entwickeln, wie das Internet besser und sicherer für Kinder und Jugendliche gestaltet werden kann. Deswegen haben sie sich damit beschäftigt, was junge Menschen online brauchen, was sie schützen kann und wo Veränderungen nötig sind. Dafür haben die Expertinnen und Experten Berichte gelesen, Regeln geprüft, Erfahrungen zusammengetragen und auch Kinder und Jugendliche nach ihrer Meinung gefragt. Daraus haben sie Vorschläge entwickelt, was Erwachsene tun können, damit Kinder und Jugendliche die digitale Welt sicher nutzen können. In dieser Broschüre erfährst du, welche Ideen und Pläne sie vorschlagen, damit die digitale Welt für Kinder und Jugendliche besser und sicherer wird.

Drei Bereiche waren den Expertinnen und Experten dabei gleichermaßen wichtig:

Befähigung:

Kinder und Jugendliche sollen lernen digitale Medien sicher, selbstständig und verantwortungsvoll zu nutzen.

Schutz:

Kinder und Jugendliche sollen so gut wie möglich vor Gefahren, Belästigungen und schädlichen Inhalten geschützt werden.

Teilhabe:

Kinder und Jugendliche sollen die Möglichkeiten der digitalen Welt nutzen und sie auch selbst mitgestalten können.

So hat die Kommission gearbeitet:

1. **Lesen und Forschen**
   Die Expertinnen und Experten haben sich damit beschäftigt, welche Chancen und Probleme es für Kinder und Jugendliche in der digitalen Welt gibt.
2. **Anderen zuhören**
   Kinder und Jugendliche konnten in verschiedenen Arbeitsgruppen von ihren Erfahrungen erzählen und eigene Ideen einbringen. Auch Erwachsene, die sich mit dem Internet auskennen oder mit jungen Menschen zusammenarbeiten, wurden nach ihren Tipps gefragt.
3. **Blick in die Zukunft**
   Damit die Vorschläge auch noch übermorgen und in fünf Jahren gut funktionieren, wurde darüber nachgedacht, wie digitale Medien sich entwickeln werden.
4. **Vorschläge entwickeln**
   Aus allen Ergebnissen entwickelte die Kommission Vorschläge für eine bessere und sicherere digitale Welt für junge Menschen.
5. **Ergebnisse vorstellen**
   Im Juni hat die Kommission ihre Ergebnisse als Handlungsempfehlungen veröffentlicht.

Die folgenden Vorschläge zeigen, was sich verändern könnte und wer dafür etwas tun kann. Das sind keine fertigen Regeln, sondern Ideen von Expertinnen und Experten. Diese Vorschläge sollen helfen, gemeinsam eine digitale Welt zu gestalten, in der alle Kinder und Jugendlichen das Internet sicher nutzen können.

Den **Originaltext** der Expertenkommission kannst du hier nachschauen:

Was brauchen Kinder und Jugendliche in verschiedenen Altersgruppen?

Junge Menschen entwickeln sich Schritt für Schritt. Von der Geburt bis zum Erwachsenwerden brauchen sie in jeder Phase unterschiedliche Dinge, um sicher, selbstständig und gut mit der digitalen Welt umgehen zu können. Jedes Kind ist anders. Deshalb weisen die Expertinnen und Experten darauf hin, dass Schutz und Unterstützung zum Alter, zu den Bedürfnissen und zum Leben jedes Kindes passen sollen.

Hier kannst du lesen, was der Kommission für die verschiedenen Altersgruppen wichtig ist:

0–2 Jahre: Sicher und geborgen aufwachsen

In den ersten Jahren brauchen Kinder vor allem Nähe, Liebe, Sprache, Bewegung und gemeinsame Zeit mit ihren Eltern. Auch junge Kinder nehmen schon viel wahr und bekommen mehr mit, als man denkt. Eltern sollen daher Informationen bekommen, wie sie digitale Medien in dieser Zeit gut und sicher benutzen können.





3–5 Jahre: Gemeinsam die digitale Welt entdecken

Kinder werden neugierig auf Handys, Tablets und digitale Medien. Sie fangen an diese auszuprobieren. Dabei brauchen sie aber auch ihre Eltern oder Erzieherinnen und Erzieher. Diese können ihnen Dinge zeigen und erklären. Gemeinsam können sie das Internet entdecken. Damit das gut funktioniert, benötigen die Erwachsenen dabei Unterstützung.



6–9 Jahre: Lernen mit digitalen Medien umzugehen

In der Schule sollen Kinder mehr über Handys, Tablets, Apps und das Internet lernen. Besonders in der Grundschule ist das wichtig, damit Kinder digitale Medien sicher und selbstständig nutzen können. Sie sollen verstehen, wie die digitale Welt funktioniert, ihre eigenen Grenzen kennen, und Regeln verstehen. Wenn im Internet etwas nicht gut läuft, sollen sie wissen, wo sie Hilfe bekommen können. Lehrerinnen und Lehrer, aber auch Erzieherinnen und Erzieher sollen ihnen dabei helfen.

Kinder

10–12 Jahre: Selbstständig und sicher unterwegs

Kinder werden in diesem Alter immer selbstständiger und nutzen digitale Medien auch schon allein. Sie probieren vieles aus. Damit dabei nichts schiefgeht, sollen sie über Gefahren im Internet informiert sein. So können sie eigene Entscheidungen treffen und sicher online sein. Dabei sollen sie weiterhin Unterstützung von Erwachsenen bekommen, wenn sie Hilfe brauchen.





13–17 Jahre: Selbstbestimmt und sicher dabei sein

Jugendliche nutzen die digitale Welt immer mehr für Freundschaften, Schule, Informationen und um ihre eigene Meinung zu bilden. Dabei sollen sie selbst entscheiden, ihre eigenen Ideen einbringen und die digitale Welt mitgestalten können. Sie übernehmen damit auch mehr Verantwortung für ihr Handeln online. Dafür brauchen sie Wissen darüber, wie Empfehlungssysteme und Künstliche Intelligenz (KI) funktionieren und welche Chancen und Risiken diese mit sich bringen. Sie sollen sichere Angebote kennenlernen und wissen, an wen sie sich wenden können, wenn sie im Internet auf Probleme, Gefahren oder belastende Inhalte stoßen.

Ab 18 Jahren: Erwachsen und eigenständig in der digitalen Welt

Junge Erwachsene sollen gut darauf vorbereitet sein, digitale Angebote sicher und eigenständig zu nutzen. Sie sollen ihre Rechte kennen und sich auch für andere Menschen in der digitalen Welt einsetzen können. Sie können Jüngere unterstützen und ihnen Vorbild sein.



Jugendliche

Unterstützung für alle Altersgruppen

Kinder und Jugendliche brauchen in jedem Alter sichere digitale Angebote, verständliche Regeln und Hilfe, wenn es Probleme gibt. Dafür müssen Eltern, Schulen, Politik, Unternehmen und andere Verantwortliche gemeinsam sorgen. Die Sicherheit im Internet darf nicht allein von den Kindern oder ihren Familien abhängen.

Wer übernimmt die Verantwortung für eine bessere und sicherere digitale Welt für Kinder?



Viele Erwachsene müssen gemeinsam dafür sorgen, dass Kinder und Jugendliche gut in der digitalen Welt unterwegs sein können.
Sie sollen sichere Angebote entwickeln, klare Regeln vereinbaren und durchsetzen oder auch das Internet erklären und jungen Menschen beibringen, wie sie dieses nutzen können.
Bei Problemen sollen sie helfen und unterstützen.

Wer übernimmt Verantwortung?



1. Familie:
Eltern sollen ihre Kinder online begleiten, ihnen Orientierung geben und Vorbilder sein.



2. Schule & Lernorte:
Lehrerinnen und Lehrer sollen Kinder und Jugendliche über die digitale Welt informieren und ihnen Wissen darüber vermitteln.



3. Beratung & Jugendhilfe:
Fachleute sollen Kindern und Jugendlichen bei Fragen und Problemen in der digitalen Welt zur Verfügung stehen. Auch außerhalb der Schule sollen sie sich bei ihnen informieren können.



4. Gesundheit:
Ärztinnen und Ärzte sollen dabei helfen, einen guten Umgang mit digitalen Medien zu finden und bei gesundheitlichen Problemen unterstützen.



5. Hilfe und Schutz:
Polizei und Beratungsstellen sollen bei Gefahren und Straftaten helfen. Sie sollen mit dafür sorgen, dass Regeln online eingehalten werden.



6. Unternehmen:
Plattformen müssen sichere digitale Angebote für Kinder und Jugendliche entwickeln und sie vor Gefahren schützen.



7. Forschung:
Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler sollen untersuchen, was Kinder und Jugendliche online brauchen, damit es ihnen gut geht.

Vorschläge nach Verantwortlichen

Auf den folgenden Seiten siehst du, wer welche Aufgaben übernehmen soll. So wird deutlich, wer etwas wie tun kann und wer Verantwortung für eine sichere und gute digitale Welt für Kinder und Jugendliche trägt. Die Reihenfolge zeigt keine Rangordnung. Alle Verantwortungsgruppen sind wichtig und können nur gemeinsam eine sichere digitale Welt schaffen.

Eltern und Familie

Eltern und Verwandte helfen Kindern dabei, digitale Medien sicher zu nutzen. Sie erklären Dinge, setzen Regeln und sind selbst wichtige Vorbilder.

Oft sind sie die ersten Ansprechpersonen. Damit Eltern ihren Kindern helfen können, das Internet sicher zu nutzen, brauchen sie selbst auch Unterstützung. Dafür soll es zum Beispiel gute Informationen und Beratung für Familien geben.

Vorschlag 1: Informationen für Eltern

Überall in Deutschland und auch im Internet sollen Eltern einfach und verständlich über die digitale Welt informiert werden. Sie sollen darauf aufmerksam gemacht werden, dass es im Internet Chancen und Risiken gibt. Auch Tipps soll es geben, wie Eltern ihre Kinder im digitalen Alltag gut unterstützen können.

Vorschlag 2: Familien von Anfang an unterstützen

Eltern sollen vor und nach der Geburt erfahren, wie digitale Medien die Entwicklung ihres Kindes beeinflussen und was passieren kann, wenn kleine Kinder selbst digitale Medien benutzen. Hebammen, Kinderärztinnen und Kinderärzte können Eltern dabei unterstützen, Angebote kennenzulernen, bei denen Kinder sich bewegen, spielen und gemeinsam die Welt entdecken können.

Vorschlag 3: Hilfe mit digitaler Landkarte leichter finden

Eltern, andere Erwachsene sowie Kinder und Jugendliche sollen schnell herausfinden können, wo sie in ihrer Nähe Unterstützung und Hilfe bei Fragen zu digitalen Medien bekommen. Eine digitale Landkarte soll dabei helfen, passende Angebote einfach zu finden. Wo es solche Angebote noch nicht gibt, sollen sie aufgebaut werden.

Vorschlag 4: Eltern sollen lernen, vorsichtig mit Fotos und Videos umzugehen

Eltern sollen wissen, was passieren kann, wenn sie Fotos und Videos ihrer Kinder im Internet teilen. Dafür sollen sie mehr Informationen und Hilfe bekommen. So können sie besser darauf achten, dass die Privatsphäre und die Rechte ihrer Kinder geschützt bleiben.

Vorschlag 5: Beratung für alle Familien

Informationen und Beratung sollen für alle Eltern leicht zu finden und gut zu verstehen sein – egal, wo sie wohnen und ob sie gut Deutsch sprechen können. Auch Familien, die sich noch nicht so viel mit dem Schutz von Kindern in digitalen Medien beschäftigt haben, sollen sie gut nutzen können. Diese Informationen sollen im Internet, aber auch in der Nähe der Wohnung, zum Beispiel in Supermärkten, vorhanden sein.

Vorschlag 6: Eltern helfen Eltern

Eltern sollen Möglichkeiten bekommen, sich mit anderen Eltern über digitale Medien und wie ihre Kinder das Internet nutzen, austauschen zu können. So können Eltern voneinander lernen und sich gegenseitig unterstützen. Fachleute sollen dabei helfen und Fragen der Eltern beantworten.

Vorschlag 7: Verantwortung der Eltern

Eltern haben die Verantwortung für die Erziehung ihrer Kinder. Dazu gehört auch, Kindern zu helfen das Internet sicher zu nutzen und digitale Medien nicht als Ablenkung einzusetzen. Ziel ist es, dass alle Kinder gut mit Medien aufwachsen können.



Schule und andere Lernorte

In Schulen und anderen Lernorten, z. B. Jugendzentren und Bibliotheken, sollen Kinder und Jugendliche darüber informiert werden, sicher und gut mit digitalen Medien und Künstlicher Intelligenz umzugehen. Dafür brauchen Lehrkräfte eine gute Ausbildung und Schulen klare Regeln. Auch Ansprechpersonen für Kinder mit Fragen oder Problemen sind wichtig.

Vorschlag 8: Erzieherinnen und Erzieher gut ausbilden

Menschen, die mit jungen Kindern arbeiten, sollen schon in ihrer Ausbildung lernen, wie sie diese beim Umgang mit digitalen Medien und KI gut begleiten können. Auch später sollen Erzieherinnen und Erzieher regelmäßig dazulernen, damit sie Kinder und Eltern sicher unterstützen können.

Vorschlag 9: Fachkräfte für digitale Probleme fit machen

Lehrkräfte und andere Fachkräfte sollen in ihrer Ausbildung lernen, welche Chancen und Risiken im Internet bestehen, damit sie Kinder und Jugendliche bei Problemen mit digitalen Medien unterstützen können. Sie sollen wissen, wie Schutzvorkehrungen eingestellt werden können, was bei Belästigung zu tun ist oder wie mit gefährlichen Inhalten umgegangen werden kann.

Vorschlag 10: Digitale Bildung in der Grundschule

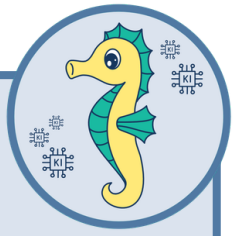
Im Sachkundeunterricht der Grundschule sollen Kinder mehr über digitale Medien und Informatik lernen. Sie sollen verstehen, wie digitale Medien funktionieren und wie sie sicher genutzt werden können. Auch am Nachmittag soll es in der Ganztagsschule passende Angebote geben. Dafür können Schulen mit Fachleuten, Beratungsstellen, Vereinen und anderen Organisationen zusammenarbeiten. Kinder können so die digitale Welt spielerisch entdecken, ausprobieren und besser verstehen.



Vorschlag 11: Lernen, Pausen zu machen

Kinder sollen lernen, ihre Zeit mit digitalen Medien selbst gut einzuteilen und auch Pausen zu machen. Familien, Kitas und Schulen sollen sie dabei unterstützen, damit Handy, Tablet und das Internet nicht zu viel Zeit im Alltag einnehmen. Erwachsene sollen Informationen erhalten, wie sie Kindern dabei helfen können.

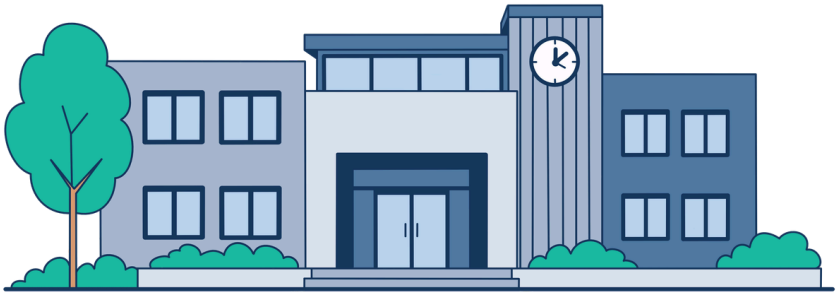
Vorschlag 12: Das „KI-Seepferdchen“



Kinder im Grundschulalter sollen lernen, was Künstliche Intelligenz kann, wie man sie benutzt und welche Risiken es dabei gibt. Wer das verstanden hat, bekommt einen Nachweis dafür: das „KI-Seepferdchen“. So, wie das Schwimmabzeichen (Seepferdchen), wenn Kinder schwimmen können - nur für KI.

Vorschlag 13: KI verstehen und richtig nutzen

Jugendliche sollen in der weiterführenden Schule lernen, wie Künstliche Intelligenz und Empfehlungssysteme funktionieren, was sie können und nicht können. Dafür sollen auch Lehrkräfte regelmäßig weitergebildet werden. So können Jugendliche und Lehrkräfte KI verstehen und sicher in der Schule und im Alltag nutzen.



Vorschlag 14: Ansprechpersonen, die sich mit Medien auskennen

An jeder Schule soll es mindestens eine Person geben, mit der Kinder und Jugendliche über Probleme im Internet sprechen können. Sie kann zum Beispiel bei Belästigung online, ungewollten Kontakten oder verstörenden Inhalten helfen und sucht gemeinsam mit ihnen nach einer Lösung. So bleiben Schülerinnen und Schüler mit belastenden Erfahrungen im Internet nicht allein und wissen, wo sie Hilfe bekommen können. Auch ältere Schülerinnen und Schüler mit viel Erfahrung im Internet können so eine Ansprechperson sein.

Vorschlag 15: Jugendliche helfen Jugendlichen

In weiterführenden Schulen sollen Schülerinnen und Schüler, die sich gut im Internet auskennen, jüngere Kinder und Jugendliche dabei unterstützen, sicher und gut mit digitalen Medien umzugehen. Dafür werden sie von Fachleuten geschult und können ihr Wissen anschließend an andere weitergeben.

Vorschlag 16: Nutzung privater Geräte regeln

In der Schule können Handys vom Unterricht ablenken. Deshalb soll die private Nutzung von digitalen Geräten eingeschränkt werden, damit Kinder und Jugendliche besser lernen und ihre Pausen für gemeinsame Gespräche und Bewegung nutzen können. Ab der 8. Klasse sollen Schülerinnen und Schüler gemeinsam mit der Schule Regeln für die private Nutzung digitaler Geräte entwickeln.

Kinder- und Jugendhilfe

Fachkräfte aus dem Bereich Soziale Arbeit, z. B. aus der Kinder- und Jugendhilfe, helfen Kindern, Jugendlichen und Familien bei unterschiedlichen Problemen und Fragen. Sie sollen junge Menschen auch dabei unterstützen, sicher mit digitalen Medien umzugehen, Risiken zu erkennen und bei Problemen Hilfe zu bekommen.

Vorschlag 17: Schon früh gut mit digitalen Medien umgehen

Angebote für Familien mit sehr jungen Kindern und Kitas sollen Kinder und Eltern dabei unterstützen, digitale Medien gut und sicher zu nutzen. Sie sollen Orte sein, an denen Familien so früh wie möglich Hilfe und Unterstützung bekommen können. Fachkräfte sollen dafür gut ausgebildet werden und Eltern Tipps geben, zum Beispiel zum Umgang mit Fotos von Kindern im Internet.

Vorschlag 18: Mehr Freizeit ohne Handy und Internet fördern

Kinder und Jugendliche sollen mehr Möglichkeiten bekommen, ihre Freizeit ohne digitale Geräte zu gestalten. Zum Beispiel in Vereinen, beim Sport oder bei anderen gemeinsamen Aktivitäten. So können sie Zeit offline verbringen, Neues ausprobieren und sich engagieren. Werbung soll darauf aufmerksam machen, wo dies möglich ist.

Vorschlag 19: Medien und Demokratie zusammen verstehen

Kinder und Jugendliche informieren sich häufig im Internet. Dort finden sie oft auch Informationen, die falsch sind oder andere Menschen schlecht machen. Deshalb sollen sie lernen, Fake News und Täuschungen im Internet zu erkennen und Informationen richtig einzuschätzen. So können sie sich eine eigene Meinung bilden und sicher an der Gesellschaft beteiligen.

Vorschlag 20: Sichere Orte zum Ausprobieren

Kinder und Jugendliche sollen sichere Orte und Gruppen haben, in denen sie unter Begleitung von Fachleuten gemeinsam lernen können, wie sie mit Fake News, Hass und Täuschungen im Internet umgehen. Dabei können sie ausprobieren, falsche Informationen zu erkennen und was ihnen hilft, sich zu schützen und ihre eigene Meinung zu bilden.



Vorschlag 21: Gute Angebote leichter finden

Gute Ideen, Materialien und die Kontakte zu Fachleuten für den sicheren Umgang mit digitalen Medien sollen auf einer Plattform bei der Bundeszentrale für Kinder- und Jugendmedienschutz (BzKJ) gesammelt werden. So können Lehrkräfte, Erzieherinnen und Erzieher, aber auch andere Fachleute passende Angebote schneller finden und nutzen. Das hilft ihnen, Kinder und Jugendliche besser zu unterstützen.

Vorschlag 22: Medienbildung außerhalb der Schule stärken

Ein Gesetz soll vorschreiben, dass Kinder, Jugendliche und Eltern auch außerhalb der Schule mehr über den sicheren Umgang mit digitalen Medien lernen können. Dafür soll es mehr Angebote geben. Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler sollen dafür mit Fachleuten zusammenarbeiten.



Vorschlag 23: Mehr Unterstützung durch Schulsozialarbeit

Die Schulsozialarbeit soll für Kinder und Jugendliche eine feste und vertrauensvolle Anlaufstelle sein, auch wenn es um digitale Medien geht. Sie soll in der Schule helfen, wenn Kinder und Jugendliche über Probleme im Internet sprechen und Fragen stellen wollen. Auch Sprechstunden zu Social Media und Informationen für Eltern können Schulsozialarbeiterinnen und -arbeiter anbieten.

Vorschlag 24: Online-Spiele gemeinsam sicher ausprobieren

Wenn Fachkräfte dabei sind und für Sicherheit sorgen, sollen Kinder und Jugendliche bestimmte Online-Spiele auch dann nutzen können, wenn diese erst für ältere Kinder bestimmt sind. So können sie unter Anleitung, zum Beispiel in einem Jugendclub, gemeinsam lernen, worauf sie beim Spielen achten müssen.

Gesundheit

Digitale Medien gehören zum Leben. Sie können jedoch auch Probleme mit der Gesundheit verursachen. Dann sollen Kinder und Jugendliche rechtzeitig Hilfe, Beratung und Unterstützung erhalten, beispielsweise von Ärztinnen und Ärzten oder Beratungsstellen.



Vorschlag 25: Passende Hilfe für schutzbedürftige Kinder

Manche Kinder und Jugendlichen entwickeln eher Probleme, wenn sie digitale Medien nutzen. Dies soll früher erkannt werden und besonders schutzbedürftige Kinder sollen schneller Hilfe erhalten, z. B. wenn bei ihnen psychische Probleme entstehen. Dies kann auch über Gesundheits-Apps möglich sein.

Vorschlag 26: Mediensucht erkennen und behandeln

Für das Erkennen und Behandeln von Süchten gibt es internationale Standards für Ärztinnen und Ärzte. Diese sollen auch in Deutschland genutzt werden, wenn Kinder und Jugendliche von digitalen Medien abhängig werden und Probleme im Alltag bekommen. Ärztinnen, Ärzte und andere Fachkräfte sollen mehr Wissen zu den internationalen Standards erhalten, um solche Probleme früh erkennen und behandeln zu können.

Vorschlag 27: Von Anfang an Problemen vorbeugen

Alle Kinder und Jugendlichen sollen lernen, digitale Medien bewusst und selbstbestimmt zu nutzen. Dafür soll es Angebote zur Vorbeugung geben, zum Beispiel in der Schule. Wer besonders gefährdet ist oder erste Probleme zeigt, soll eine passende Unterstützung bekommen. Auch Eltern und Lehrkräfte sollen lernen, Risiken früh zu erkennen und Kinder bei einer guten Mediennutzung zu unterstützen.

Vorschlag 28: Gesund bleiben mit digitalen Medien

In regelmäßigen Arztterminen wird die Gesundheit und Entwicklung von Kindern und Jugendlichen untersucht. Dabei soll auch über die Nutzung digitaler Medien gesprochen werden. Gemeinsam mit den Familien können Ärztinnen und Ärzte schauen, ob genug Zeit für Schlaf, Bewegung, Freunde und andere Aktivitäten bleibt oder ob es Probleme mit der Mediennutzung gibt.



Vorschlag 29: Mehr Geld für Beratungs- und Hilfsangebote

Kinder und Jugendliche sollen schnell und einfach Hilfe bekommen, wenn sie im Internet schlechte oder belastende Erfahrungen machen. Daher soll es mehr Geld und Fachkräfte für Beratungs- und Hilfsangebote geben. Die Angebote sollen noch mehr bekannt gemacht werden und leicht erreichbar sein. Niemand soll mit einem Problem allein bleiben müssen.

Vorschlag 30: Schnell Hilfe bekommen, wenn es nicht mehr geht

Wenn digitale Medien Angst, Stress oder andere Probleme bei Kindern und Jugendlichen auslösen, sollen sie schnell und einfach Hilfe bekommen. Dafür sollen Beratungsstellen, Ärztinnen und Ärzte sowie Fachkräfte besser zusammenarbeiten. Auch digitale Angebote können dabei eine Unterstützung sein.

Hilfe und Schutz

Wenn Kinder und Jugendliche im Internet beleidigt, bedroht, belästigt oder Opfer einer Straftat werden, sollen sie schnell und einfach Hilfe bekommen. Dafür braucht es einfache Möglichkeiten, um Probleme zu melden, und Ansprechpersonen, denen die Kinder und Jugendlichen vertrauen können.



Vorschlag 31: Polizei auch im Internet

Die Polizei soll auch im Internet stärker für den Schutz von Kindern und Jugendlichen sichtbar sein. Kinder und Jugendliche sollen sich bei Problemen leicht an die Polizei wenden können. Dafür sollen Polizei und Internet-Plattformen besser zusammenarbeiten und Polizistinnen und Polizisten gut für den Kinderschutz im Internet geschult werden.

Vorschlag 32: Eine Onlinewache für Kinder

Kinder und Jugendliche sollen eine eigene Polizeistelle im Internet bekommen. Dort sollen sie Probleme, Gefahren oder Straftaten einfach melden können. Über einen Chat können sie dort mit Fachkräften sprechen. Die Kinderonlinewache soll beworben werden, damit möglichst viele Kinder und Jugendliche wissen, wo sie Hilfe bekommen. So können sie schnell Unterstützung erhalten.

Vorschlag 33: Sexualisierte Gewalt im Internet stoppen

Bilder und Videos, die sexualisierte Gewalt gegen Kinder zeigen, sollen schnell gefunden und gelöscht werden. Dafür sollen Polizei, Behörden und andere Fachstellen mehr Personal, Geld und technische Möglichkeiten bekommen. So soll verhindert werden, dass solche Inhalte weiterverbreitet werden und betroffene Kinder noch einmal verletzt werden.

Vorschlag 34: Polizei soll mehr gegen sexuelle Übergriffe im Internet tun

Die Polizei soll mehr gegen Erwachsene vorgehen, die Kinder über das Internet anmachen und treffen wollen. Dafür sollen Polizistinnen und Polizisten online nach Personen suchen, die Kinder im Internet ansprechen und ihnen etwas antun wollen. Dafür soll die Polizei sich selbst als Kind ausgeben dürfen. So sollen Täterinnen und Täter früher erkannt und gestoppt werden.

Vorschlag 35: Verbotene Bilder und Videos schneller finden und löschen

Behörden und Beschwerdestellen sollen besser zusammenarbeiten und Informationen über verbotene Bilder und Videos austauschen. Mithilfe von Technik und gemeinsamen Regeln sollen diese Inhalte schneller erkannt werden. So können sie eher gelöscht und ihre weitere Verbreitung im Internet kann verhindert werden.

www.klicksafe.de

www.jugendschutz.net

www.schau-hin.info



Plattformen und Unternehmen

Plattformen und Unternehmen sollen gute digitale Angebote für Kinder und Jugendliche entwickeln. Sie tragen die Verantwortung dafür, dass ihre Angebote für Kinder und Jugendliche sicher gestaltet sind. Risiken sollen schon bei der Entwicklung von Apps, Spielen und Webseiten erkannt und verhindert werden.

Vorschlag 36: Altersgerechte Regeln für soziale Medien

Soziale Medien und andere Online-Angebote sollen für Kinder und Jugendliche sicherer werden. Plattformen sollen deshalb schon bei der Entwicklung darauf achten, welche Risiken für verschiedene Altersgruppen entstehen, und riskante Funktionen einschränken.



Um mehr Schutz in sozialen Medien für Kinder und Jugendliche zu erreichen, gibt es zwei Möglichkeiten:

1. Kinder und Jugendliche sollen erst ab 13 Jahren eigene Konten bei sozialen Medien haben dürfen. Noch bis zum 18. Geburtstag sollen riskante Funktionen ausgestellt bleiben. Das Alter soll überprüft werden.

2. Kinder und Jugendliche können eigene Konten bei sozialen Medien einrichten. Riskante Funktionen müssen aber für Minderjährige ausgestellt sein. Je nach Dienst können dies andere Funktionen sein.

In beiden Fällen sollen Plattformen für mehr Sicherheit sorgen und nicht die Kinder oder Jugendlichen selbst alleine für ihren Schutz verantwortlich sein.

Vorschlag 37: Soziale Medien sicherer einstellen

Soziale Medien sollen für Kinder und Jugendliche von Anfang an sicher eingestellt sein. Wichtige Schutzfunktionen sollen automatisch aktiviert sein, ohne dass Kinder oder Eltern sie erst suchen und einschalten müssen. Dazu gehören beispielsweise private Profile, weniger Benachrichtigungen, keine personalisierte Werbung, keine Endlosseiten, einfache Melde- und Blockiermöglichkeiten sowie begrenzte Nutzungszeiten. Auch Funktionen wie Standortanzeige oder Kontaktanfragen von Fremden sollen eingeschränkt sein.

Je nach Alter sollen die Einstellungen unterschiedlich sein. So können Kinder und Jugendliche soziale Medien nutzen und mit anderen in Kontakt bleiben, ohne unnötigen Risiken ausgesetzt zu sein.

Vorschlag 38: Alterskontrollen sicher und fair machen

Damit Plattformen und Dienste sicher für Kinder und Jugendliche eingestellt werden können, müssen sie wissen, wie alt jemand ist. Dabei müssen Kinder, Jugendliche und Erwachsene geschützt werden. Niemand soll dafür unnötig persönliche Daten angeben müssen. Deshalb sollen sichere Verfahren genutzt werden, die nur prüfen, ob jemand das erforderliche Alter erreicht hat, aber nicht, wer die Person ist oder was sie sonst im Internet macht. Die Daten sollen nicht für Werbung, Überwachung oder andere Zwecke genutzt werden. So können Alterskontrollen Kinder und Jugendliche schützen, ohne ihre Privatsphäre einzuschränken.

Vorschlag 39: Mitbestimmen, was dir angezeigt wird

Digitale Plattformen sollen Kindern und Jugendlichen mehr Kontrolle darüber geben, welche Inhalte sie sehen oder Empfehlungen sie erhalten. Sie sollen einfach einstellen können, welche Themen sie mehr oder weniger sehen möchten und welche Inhalte ihnen nicht angezeigt werden sollen. Auch Empfehlungen, automatische Wiedergabe, Suchvorschläge und Benachrichtigungen sollen leichter angepasst werden können. Dann können Kinder und Jugendliche besser verstehen, warum ihnen bestimmte Inhalte gezeigt werden, und ihre personalisierte Startseite selbst mitgestalten.

Vorschlag 40: Auch kleine Plattformen sollen Kinder schützen

Nicht nur große Unternehmen sollen dafür sorgen, dass ihre digitalen Angebote für Kinder und Jugendliche sicher sind. Auch kleine Plattformen sollen Regeln zum Schutz von Kindern einhalten müssen, wenn viele junge Menschen sie nutzen oder dort besondere Gefahren bestehen.

Vorschlag 41: Warnungen beim Hochladen von Kinderfotos

Wenn Eltern Fotos oder Videos von Kindern ins Internet stellen, können diese Bilder lange im Netz bleiben. Andere Menschen können sie speichern, weiterverbreiten oder verändern. Besonders junge Kinder können die Folgen noch nicht selbst einschätzen und entscheiden, ob sie das möchten.
Deshalb sollen Plattformen Eltern vor dem Hochladen von Kinderbildern auf diese Risiken hinweisen. Die Hinweise sollen einfach sein und Eltern dabei unterstützen, die Privatsphäre ihrer Kinder zu schützen.

Vorschlag 42: Einrichtungen sollen verantwortungsvoll mit Kinderbildern umgehen

Schulen, Kitas und andere Einrichtungen veröffentlichen manchmal Fotos, Videos oder Sprachaufnahmen von Kindern im Internet. Damit Kinder besser davor geschützt werden, dass ihre Daten gespeichert oder verändert werden, sollen Schulen, Kitas und andere Einrichtungen möglichst keine Inhalte veröffentlichen, auf denen Kinder deutlich zu erkennen sind. Stattdessen können sie zum Beispiel Zeichnungen, Symbole oder Bilder verwenden, auf denen Kinder nicht erkennbar sind. So schützen sie die Privatsphäre von Kindern und zeigen, wie verantwortungsvoll mit Kinderbildern im Internet umgegangen werden kann.

Vorschlag 43: Kinder beim Influencing schützen

Wenn Kinder und Jugendliche oder ihre Eltern als Influencerinnen und Influencer aktiv sind, muss darauf geachtet werden, dass Kinder und Jugendliche keinen Schaden dadurch nehmen. Ihre Privatsphäre, ihre Rechte und ihre Interessen müssen immer an erster Stelle stehen. Neue Regeln und Informationen sollen dafür sorgen, dass Eltern darauf achten, was sie über ihre Kinder veröffentlichen und ob die Kinder damit einverstanden sind. Besonders persönliche, peinliche oder belastende Bilder und Geschichten sollen nicht veröffentlicht werden.

Wenn mit Bildern oder Videos von Kindern Geld verdient wird, sollen Kinder außerdem besser geschützt werden. Das Geld soll für sie aufgehoben werden, bis sie älter sind. Auch Plattformen und Unternehmen sollen darauf achten, dass Kinder geschützt werden und Inhalte auch löschen dürfen. Regeln und Informationen sollen Eltern und Plattformen dabei helfen.

Vorschlag 44: Kinder und Jugendliche auch bei KI besser schützen

Künstliche Intelligenz kann Kindern und Jugendlichen viele neue Möglichkeiten bieten, aber auch Risiken mit sich bringen. Deshalb sollen Gesetze zum Schutz von Kindern und Jugendlichen um den Schutz vor Gefährdungen durch KI erweitert werden.

Vorschlag 45: Schutz vor gefälschten Bildern und Videos verbessern

Mit Künstlicher Intelligenz können gefälschte Bilder und Videos von Menschen erstellt werden, die sehr echt aussehen (Deepfakes). Viele dieser Bilder richten sich gegen Frauen und Mädchen. Solche Bilder können dazu benutzt werden, Menschen zu verletzen, unter Druck zu setzen oder zu erpressen. Deshalb soll ein Gesetz zum Schutz vor solchen Bildern und Videos geschaffen werden. Außerdem sollen Kinder, Jugendliche, Eltern und pädagogische Fachkräfte durch verständliche Informationen lernen, welche Gefahren es gibt und was sie tun können, wenn sie betroffen sind.

Vorschlag 46: Keine KI-Begleiter für Kinder unter 13

Kinder unter 13 Jahren sollen keine KI-Begleiter nutzen, die sich wie Freundinnen, Freunde oder Vertrauenspersonen verhalten. Anbieter sollen dafür sorgen, dass Jugendliche geschützt sind, wenn sie mit einem KI-Begleiter chatten, und klar erkennen können, dass sie mit einer KI und nicht mit einem echten Menschen sprechen.



Vorschlag 47: Mehr gute Online-Angebote für Kinder

Für Kinder unter 13 Jahren soll es mehr gute und sichere Angebote im Internet geben, zum Beispiel zum Spielen, Lernen, Informieren und Austauschen. Dafür sollen gute Angebote stärker gefördert werden, damit Kinder online mitmachen können, ohne auf ungeeignete Angebote ausweichen zu müssen.

Vorschlag 48: Gute und sichere KI für Kinder entwickeln

Kinder und Jugendliche sollen gute und sichere KI-Angebote nutzen können, die zu ihrem Alter passen und ihnen helfen, KI richtig zu verstehen und zu nutzen. Deutschland und Europa sollen solche Angebote selbst entwickeln und fördern.

Vorschlag 49: Ein Zeichen für sichere KI-Spielzeuge

Für Spielzeug mit KI, zum Beispiel sprechende Kuscheltiere oder andere interaktive Spielzeuge, soll es ein Zeichen geben, wenn die KI sicher für Kinder ist. Das Zeichen zeigt Eltern an, welche Produkte besonders sicher für Kinder sind. Auch Informationen sollen Eltern über sichere KI-Spielzeuge aufklären.

Vorschlag 50: Sichere europäische Plattformen entwickeln

Deutschland und Europa sollen sichere und kindgerechte Plattformen entwickeln und unterstützen, die Datenschutz und Jugendschutz ernst nehmen. So bekommen Kinder, Jugendliche und Erwachsene mehr sichere Alternativen und sind nicht nur auf große internationale Plattformen angewiesen.

Vorschlag 51: Regeln für Plattformen genau prüfen

Für Internet-Plattformen gibt es verschiedene Regeln. So ist auch geklärt, wer verantwortlich für die Inhalte ist, die Menschen veröffentlichen. Bevor diese Regeln geändert werden, sollen Fachleute wissenschaftlich untersuchen, welche Folgen eine Änderung für den Schutz von Kindern und Jugendlichen, aber auch für die Meinungsfreiheit im Internet hätte. So kann geprüft werden, welche Regeln und Änderungen wirklich sinnvoll sind.

Forschung

Damit Kinder und Jugendliche sicher und gut mit digitalen Medien aufwachsen können, müssen Erwachsene besser verstehen, wie sie digitale Medien nutzen und welche Chancen und Risiken dabei entstehen. Dafür soll die Forschung genauer untersuchen, was Kinder und Jugendliche online erleben, wie sich digitale Medien auf ihr Wohlbefinden auswirken und welche Unterstützung wirklich hilft.

Dabei sollen auch neue Entwicklungen wie soziale Medien, Empfehlungssysteme und Künstliche Intelligenz untersucht werden. Die Ergebnisse der Forschung sollen genutzt werden, um bessere Regeln, Schutzmöglichkeiten, Bildungsangebote und Hilfen für Kinder, Jugendliche und Familien zu entwickeln.

Vorschlag 52: Besser verstehen, wie Kinder Medien nutzen

Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler sollen genauer untersuchen, wie Kinder und Jugendliche digitale Medien nutzen, was sie daran wichtig finden und welche Erfahrungen sie dabei machen. So können Angebote für Kinder, Jugendliche und Eltern besser an ihrem Leben und ihren Erfahrungen ausgerichtet werden. Langfristige Untersuchungen sollen dabei zeigen, wie sich die Nutzung von Medien mit der Zeit verändert.



Vorschlag 53: Erforschen, wie soziale Medien und KI auf Kinder wirken

Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler sollen untersuchen, wie soziale Medien, KI und ihre verschiedenen Funktionen Kinder und Jugendliche beeinflussen – zum Beispiel Empfehlungssysteme (Algorithmen), Chatbots oder Deepfakes. Dafür sollen Kinder und Jugendliche über lange Zeit begleitet und verschiedene Forschungsmethoden genutzt werden. Auch der Einfluss von Eltern und Lehrkräften soll genauer untersucht werden. Die Ergebnisse sollen helfen, Risiken früh zu erkennen und bessere Regeln und Schutzmaßnahmen zu entwickeln.



Gemeinsam für eine gute digitale Welt

Damit die vielen Vorschläge der Expertinnen und Experten gut funktionieren, müssen alle Verantwortlichen zusammenarbeiten und regelmäßig schauen, was gut klappt und was verbessert werden muss. So kann schnell auf neue Entwicklungen im Internet und in digitalen Medien reagiert werden.

Kinder und Jugendliche sollen dabei mitreden und mitentscheiden können. Sie wissen am besten, was ihnen online wichtig ist, wo sie Probleme haben und welche Hilfe sie brauchen. Ihre Ideen und Erfahrungen sollen deshalb bei wichtigen Entscheidungen berücksichtigt werden.

Vorschlag 54: Kinder und Jugendliche sollen beteiligt sein

Kinder und Jugendliche sollen von Anfang an gefragt werden, wenn neue Regeln, Hilfen oder Angebote für die digitale Welt entwickelt werden. Ihre Erfahrungen und Ideen sollen ernst genommen werden, damit die Lösungen wirklich zu ihrem Alltag passen. Dafür sollen vorhandene Angebote zur Beteiligung besser zusammenarbeiten und koordiniert werden. Kinder und Jugendliche sollen dort ihre Meinung sagen und eigene Vorschläge machen können. Dabei sollen sie verständlich informiert, gut begleitet und geschützt werden. Außerdem sollen sie erfahren, was mit ihren Ideen passiert und ob diese bei Entscheidungen berücksichtigt wurden.

Vorschlag 55: Expertinnen und Experten für digitalen Kinderschutz

Die digitale Welt verändert sich ständig. Deshalb sollen Expertinnen und Experten aus verschiedenen Bereichen – zum Beispiel aus Technik, Polizei, Forschung und Kinderrechten – regelmäßig zusammenarbeiten und schauen, welche neuen Chancen und Risiken für Kinder und Jugendliche entstehen. Sie sollen Politik und Behörden beraten, neue Probleme früh erkennen und gute Lösungen vorschlagen. Dabei sollen auch die Erfahrungen und Wünsche von Kindern und Jugendlichen berücksichtigt werden.

Vorschlag 56: Gute Ideen gemeinsam umsetzen

Die Expertinnen und Experten haben viele Vorschläge vorgelegt, wie Kinder und Jugendliche im Internet besser geschützt werden können. Alle Verantwortlichen sollen jetzt gemeinsam planen, wer welche Aufgaben übernimmt und was dafür gebraucht wird. Bis Ende 2026 soll dafür ein Plan entwickelt werden. Es soll Beteiligung, digitale Rückmeldungen und eine regelmäßige Überprüfung geben.

Wie haben sich Kinder und Jugendliche beteiligt?

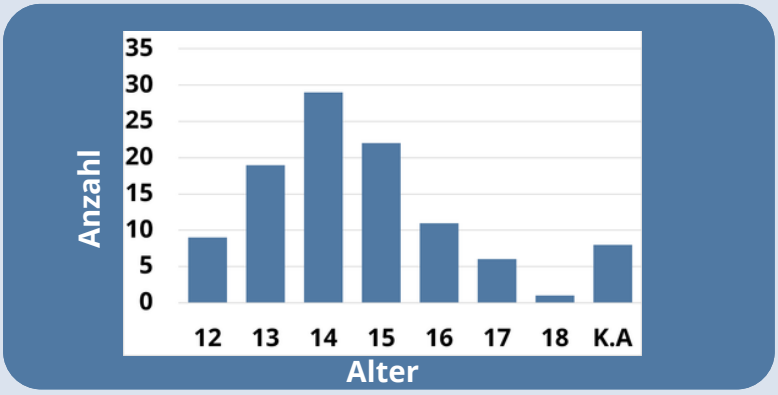
Kinder und Jugendliche wissen selbst am besten, wie sie die digitale Welt erleben. Deshalb war ihre Meinung bei der Entwicklung der Vorschläge wichtig. Sie konnten erzählen, was ihnen im Internet gefällt, welche Probleme sie erleben und was sich verändern sollte.

Kinder und Jugendliche haben ein Recht auf Beteiligung. Nach Artikel 12 der Kinderrechtskonvention sollen Kinder und Jugendliche bei Entscheidungen, die sie betreffen, gehört und ernst genommen werden.

In sieben Workshops an verschiedenen Orten in Deutschland konnten 105 Kinder und Jugendliche ihre Erfahrungen, Ideen und Vorschläge einbringen. Zum Abschluss jedes Workshops konnten sie sich direkt mit einer Person aus der Experten-kommission austauschen und ihre Tipps vorstellen.

Daraus sind 70 Forderungen von Kindern und Jugendlichen entstanden. Ihre Perspektiven sind in die Arbeit der Expertenkommission und in die Vorschläge dieser Broschüre eingeflossen.

Anzahl Workshopteilnehmende nach Alter in Jahren:



Du möchtest mehr über die Forderungen von Kindern und Jugendlichen erfahren?

Über den QR-Code kommst du zu dem ausführlichen **Bericht** über die Beteiligung von Kindern und Jugendlichen.

Wenn dich die **Kinderrechtskonvention** interessiert, kannst du sie dir hier anschauen:



Zusammenfassung: Gemeinsam für eine gute digitale Welt

Kinder und Jugendliche sollen gut und sicher in der digitalen Welt aufwachsen können. Dafür brauchen sie Schutz vor Risiken, aber auch Wissen und Unterstützung, damit sie digitale Medien allein nutzen und mitgestalten können.

Dabei sollen Kinder und Jugendliche selbst mitreden, denn ihre Erfahrungen und Wünsche sind wichtig. Familien, Schulen, Politik, Unternehmen und viele andere müssen gemeinsam dafür sorgen, dass die digitale Welt zu den Bedürfnissen junger Menschen passt.

Die digitale Welt verändert sich ständig. Auch durch Künstliche Intelligenz. Deshalb müssen Regeln und Angebote für Hilfe und Unterstützung immer wieder geprüft und verbessert werden. Das Ziel ist eine digitale Welt, die Kinder und Jugendliche schützt, ihnen Möglichkeiten gibt und ihre Rechte ernst nimmt.



Impressum:

Bundesministerium
für Bildung, Familie, Senioren,
Frauen und Jugend

Herausgeber

Bundesministerium für Bildung, Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMBFSFJ)
Glinkastraße 24, 10117 Berlin
Telefon: 03018/ 555 - 0
E-Mail: poststelle@bmbfsfj.bund.de
Internet: www.bmbfsfj.bund.de

Stand
September 2026

Bildnachweis
Kinderschutz und Kinderrechte in der digitalen Welt

Inhaltliche Verantwortung

Kinderrechte.
digital

Im Rahmen von:

KJP Kinder- und Jugendplan des Bundes

GAmM
Gutes Aufwachsen mit Medien

Kinderschutz und Kinderrechte in der digitalen Welt
c/o Stiftung Digitale Chancen
Chausseestr. 15, 10115 Berlin
Telefon: 0176-84934885
E-Mail: tkrause@digitale-chancen.de

Autor*innen
Torsten Krause, Stefanie Baumann, Juliana Reinicke

Gestaltung
Emma Katharina Kurz

Die Publikation wird kostenlos abgegeben und ist nicht zum Verkauf bestimmt.

Online verfügbar unter: www.bmbfsfj.bund.de/bmbfsfj/themen/kinder-und-jugend/expertenkommission-kinder-und-jugendschutz-in-der-digitalen-welt

Es wird darauf hingewiesen, dass trotz sorgfältiger Bearbeitung und Prüfung alle Angaben ohne Gewähr erfolgen. Eine Haftung des Herausgebers ist ausgeschlossen.



www.kinderrechte.digital