

Es gibt nichts, was nicht per Smartphone abrufbar ist: tagesaktuelle Nachrichten, das Wetter, Katzenvideos, komplett individualisierte Apps. Viele Menschen verbringen dadurch sehr viel Zeit online und werden abhängig von Likes, Followern und endlosem Scrollen. Der Digitale Salon von acatech und Katholischer Akademie in Bayern am 4. November 2025 fragte deshalb: Welche Effekte hat das permanente Starren auf Bildschirme? Werden wir zwangsläufig manipuliert, wenn wir uns Apps und Algorithmen ausliefern? Die Expertinnen diskutierten Ansätze zum Schutz vor Desinformation und digitaler Abhängigkeit und betonten die Bedeutung von Medienkompetenz und kritischem Denken.

Julia Brailovskaia vom Forschungs- und Behandlungszentrum für psychische Gesundheit der Ruhr-Universität Bochum und dem Deutschen Zentrum für psychische Gesundheit (DZPG) präsentierte in ihrem Impulsvortrag die Ergebnisse des Leopoldina-Diskussionspapiers *Soziale Medien und*

Digitale Meinungsbildung, Desinformation und Abhängigkeiten

Digitaler Salon mit acatech

die psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen. Das Papier warnt vor den negativen Folgen intensiver Social Media-Nutzung für die psychische Gesundheit junger Menschen. Studien zeigen, dass die Nutzung Depressionen, Ängste, Schlafstörungen und Aufmerksamkeitsprobleme fördern könne. Brailovskaia betonte, wie wichtig Vorsorge und konkrete Schutzmaßnahmen sind: Kinder unter 13 Jahren sollten überhaupt keine sozialen Netze nutzen, Dreizehn- bis Fünfzehnjährige nur mit elterlicher Begleitung. Für Jugendliche zwischen 13 und 17 Jahren müssten zudem altersgerechte Platt-



Studienleiterin Dr. Astrid Schilling (re.) moderierte das Gespräch der Expertinnen (v. l. n. r.): Apl-Prof. Dr. Julia Brailovskaia (zugeschaltet), Prof. Dr. Claudia Eckert und Kerstin Heinemann.

formen ohne personalisierte Werbung oder suchterzeugende Mechanismen angeboten werden.

Moderatorin Astrid Schilling eröffnete die Podiumsdiskussion mit der Frage, woher Desinformation in sozialen Medien kommt. Claudia Eckert (Fraunhofer-Institut für Angewandte und Integrierte Sicherheit AISEC sowie acatech Präsidentin) erklärte, dass Daten im Internet ständig abgegriffen und von Algorithmen analysiert werden, um Nutzerverhalten vorherzusagen und zu steuern. Nutzer finden sich oft in einer Informationsblase wieder, die Ihre Überzeugungen bestätigen und wenig Raum für alternative Meinungen lassen. Eckert betonte, dass es technische Möglich-

keiten gebe, mit denen Nutzer selbst einstellen können, welche Inhalte sie sehen möchten. Plattformanbieter sollten solche Technologien vermehrt einführen. Nutzer müssten besser erkennen können, woher Medieninhalte stammen, etwa durch digitale Wasserzeichen.

Kerstin Heinemann vom Institut für Medienpädagogik in Forschung und Praxis (JFF) forderte mehr Verantwortung und Transparenz von Technologieunternehmen bezüglich der eingesetzten Algorithmen. Julia Brailovskaia ergänzte, dass negative und belastende Inhalte in sozialen Medien

besonders viel Aufmerksamkeit erregen, was auf die Manipulation durch Algorithmen und unser evolutionäres Erbe zurückzuführen ist.

Generative KI wie ChatGPT bietet Chancen und Risiken. Claudia Eckert betonte, dass Nutzer sachkundig mit den Ergebnissen umgehen müssen. Sie sollten sich fragen, ob eine Antwort der Sprachmaschine richtig sein kann und auf welchen Quellen sie beruht. Politik und die Gesellschaft müssten Kinder umsichtig an die Nutzung heranführen, so Claudia Eckert.

Kerstin Heinemann wies auf die Länderhoheit im Bildungssystem hin, die hierbei zu unterschiedlichen Ansätzen führt. Ein Teilnehmer aus dem Publikum wandte ein, dass auch Erwachsene gefährdet sind und oft nicht die Kompetenz besitzen, Onlinenachrichten richtig einzuordnen. Claudia Eckert erläuterte, dass die Politik bereits versucht, vertrauenswürdige Medienräume zu schaffen. acatech arbeite am Trusted European Media Data Space (TEMS), der eine Infrastruktur für essenzielle digitale Werkzeuge bieten soll. Heinemann machte deutlich, dass der Bildungshintergrund eine entscheidende Rolle beim mündigen Umgang mit Medien spielt und Menschen, die beruflich mit digitalen Inhalten und KI zu tun haben, generell besser zurechtkomme. ■

Claudia Strauß, acatech

Das Podiumsgespräch haben wir auf Video dokumentiert und werden dieses in Kürze in unserem [YouTube-Videokanal](#) bereitstellen. Sie finden das Video auch in der [Mediathek](#) unserer Website.