Bitkom e.V. | Presseinformation zur Pressekonferenz

Eltern, ihre Kinder und Social Media: die schwierige Balance zwischen Freiheit und Kontrolle

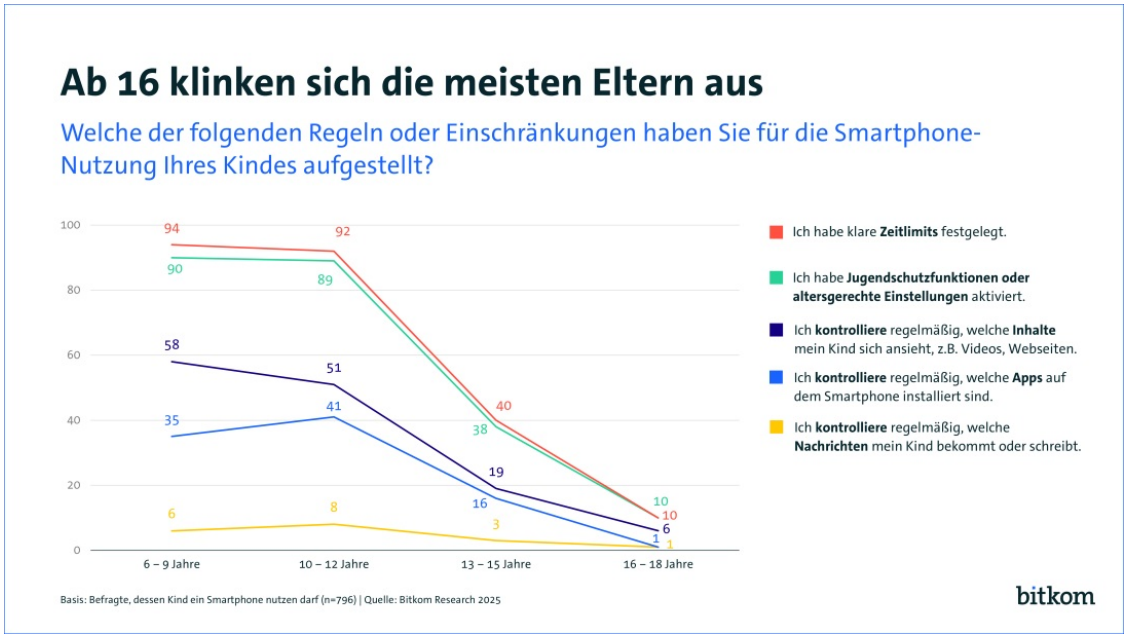
- **Mit 7 Jahren darf die Mehrheit der Kinder ein Smartphone nutzen**
- **Aber 63 Prozent der Eltern wollen, dass ihr Kind weniger Zeit mit dem Gerät verbringt**
- **Ab 13 Jahren sind 92 Prozent der Jugendlichen in sozialen Medien aktiv**
- **Nur 2 von 5 Eltern sprechen regelmäßig mit ihren Kindern über Erlebnisse in sozialen Netzwerken**

Berlin, 05. August 2025 – Ob Austausch mit Freunden, Inspiration für neue Hobbys, spielen, Musik entdecken oder Videos schauen – Smartphones und soziale Netzwerke sind fester Bestandteil des digitalen Alltags von Kindern und Jugendlichen. Die meisten Eltern begleiten ihre Kinder bis zum Alter von 13 Jahren aktiv in die digitale Welt und geben auch Regeln vor, spätestens ab 16 Jahren fallen dann die Schranken. Bereits mit 7 Jahren nutzt die Mehrheit der Kinder ein Smartphone, mit 9 Jahren besitzen sie mehrheitlich ein eigenes Gerät. Ebenfalls sehr früh – mit 7 Jahren – nutzen die meisten Kinder einen PC oder ein Notebook, mit 8 ein Tablet, mit 9 eine Spielkonsole und mit 11 Jahren verfügen die meisten über eine Smart Watch. In der Altersgruppe der 13- bis 15-Jährigen sind bereits 92 Prozent der Kinder in sozialen Netzwerken aktiv, 55 Prozent mit einem eigenen, nicht-anonymisierten Profil mit Namen oder Bildern. 38 Prozent der Eltern sprechen mit ihren Kindern darüber, was sie dort erleben. Das sind Ergebnisse einer repräsentativen Befragung unter 1.004 Eltern mit Kindern im Alter zwischen 6 und 18 Jahren im Auftrag des Digitalverbands Bitkom. „Smartphones, Spielkonsolen und soziale Netzwerke sind aus dem Leben der meisten Kinder und Jugendlichen nicht mehr wegzudenken“, sagt Bitkom-Hauptgeschäftsführer Dr. Bernhard Rohleder. „Gerade in jungen Jahren brauchen sie Schutzräume in der digitalen Welt, klare Regeln und eine aufmerksame Begleitung durch Eltern und Schulen.“

Erst Mitnutzung, dann eigenes Profil – Eltern führen schrittweise an Social Media heran

Die meisten Eltern führen ihre Kinder schrittweise an soziale Netzwerke heran: Die überwiegende Mehrheit von 77 Prozent erlaubt ihren 6- bis 9-jährigen Kindern kein eigenes Nutzerkonto und auch keine Mitnutzung, 16 Prozent erlauben nur die Mitnutzung des Kontos eines Erwachsenen oder der Familie. 3 Prozent erlauben 6- bis 9-Jährigen ein anonymisiertes Nutzerkonto in sozialen Netzwerken, aber niemand (0 Prozent) erlaubt in diesem Alter ein eigenes Nutzerkonto mit erkennbarem Namen, Profilbild oder persönlichen Fotos.

Bei Kindern zwischen 10 und 12 Jahren wird dann vor allem auf Mitnutzung gesetzt. Für 20 Prozent der Kinder dieser Altersklasse sind soziale Netzwerke zwar grundsätzlich eine No-Go-Area, 38 Prozent aber dürfen ein anderes Profil mitnutzen. Und mit 37 Prozent ähnlich viele dürfen bereits ein eigenes Profil in sozialen Netzwerken einrichten. Dabei müssen 20 Prozent das Profil anonymisieren, 17 Prozent hingegen dürfen bereits mit einem erkennbaren Namen auftreten oder Bilder von sich einstellen.



Ab dem Alter von 13 Jahren öffnen die allermeisten Eltern dann die Welt der sozialen Medien weit für ihre Kinder. Bei den 13- bis 15-Jährigen verbieten nur noch 3 Prozent der Eltern die Nutzung sozialer Medien und nur 12 Prozent erlauben lediglich die Mitnutzung. 80 Prozent aber gestatten ihren Kindern die Einrichtung eines eigenen Profils. Bei 25 Prozent muss es anonymisiert sein, 55 Prozent aber dürfen bereits ein erkennbar mit der Person des Kindes verbundenes Profil anlegen.

Mit 16 Jahren fallen dann die allermeisten Schranken. Niemand aus der befragten Elternschaft verbietet den Jugendlichen zwischen 16- bis 18-Jährigen die Nutzung sozialer Medien. Lediglich 2 Prozent erlauben nur die Mitnutzung und 14 Prozent der Eltern bestehen auf einer Anonymisierung des Profils. Der Standard aber ist ein eigenes, erkennbares Social-Media-Profil: 83 Prozent der Jugendlichen in der Altersgruppe von 16 bis 18 Jahren haben es mit dem Einverständnis ihrer Eltern.

Eltern sorgen sich vor Mobbing, unangemessenen Inhalten und Radikalisierung

Gerade bei Jüngeren nutzen Eltern Privatsphäre-Einstellungen, um die Social-Media-Nutzung zu regeln. 34 Prozent der Eltern, deren Kinder ein Social-Media-Profil nutzen dürfen, haben die Einstellungen geändert, bei den Eltern 6- bis 9-Jähriger mit Profil sind es sogar 74 Prozent. Insgesamt 22 Prozent haben die Einstellungen gemeinsam mit dem Kind angepasst. Demgegenüber ist 45 Prozent der Eltern von Kindern mit Social-Media-Profil zwar bewusst, dass sich Privatsphäre-Einstellungen ändern lassen, sie nehmen diese Möglichkeit aber nicht war. Rohleder: „Privatsphäre- und Jugendschutzeinstellungen können einen Schutzraum für Kinder und Jugendliche schaffen. Eltern sollten die Einstellungen gezielt und individuell an die jeweiligen Bedürfnisse ihrer Kinder anpassen.“

„Auch wenn die meisten Eltern recht freizügig mit sozialen Medien umgehen, sie bereiten ihnen Sorgen“, so Rohleder weiter. 80 Prozent der Eltern von Kindern mit Social-Media-Profil haben Angst, ihr Kind könnte in sozialen Netzwerken gemobbt werden. Bei 53 Prozent ist dies nach eigener Einschätzung sogar schon vorgekommen. Mit 54 Prozent sagen ähnlich viele, ihr Kind habe schon einmal verstörende Inhalte in sozialen Netzwerken gesehen und 22 Prozent haben Angst, ihr Kind könnte dort ins links- oder rechtsextreme Milieu abdriften. Allerdings sprechen nur 38 Prozent der Eltern, deren Kinder Social-Media-Profile nutzen dürfen, regelmäßig mit ihrem Kind darüber, was es dort erlebt. „Medienbegleitung endet nicht mit dem ersten eigenen Profil. Gerade dann braucht es aktives Nachfragen und im Bedarfsfall Rat und Unterstützung – in allen Altersklassen“, so Rohleder.

Austausch, Kreativität, Safe Spaces – was Eltern an Social Media für Kinder schätzen

Trotz solcher Sorgen sehen Eltern auch viele Vorteile von sozialen Netzwerken für Kinder und Jugendliche. Drei Viertel (78 Prozent) nennen den Austausch mit Freundinnen und Freunden als einen der größten Vorteile, gefolgt vom Teilen von Ideen und kreativen Inhalten (56 Prozent) sowie dem Vertiefen von Interessen und Hobbies ihrer Kinder (54 Prozent). 43 Prozent sehen den Zugang zu politischen und gesellschaftlichen Informationen in sozialen Netzwerken als Vorteil für Kinder. 29

Prozent betonen positiv, dass sie dort Gleichgesinnte für den Austausch zu persönlichen Themen wie mentaler Gesundheit, LGBTQ+ oder Body Positivity finden. 24 Prozent sagen, Kinder können neue Interessen und Hobbies durch soziale Netzwerke entdecken. Nur 1 Prozent erkennen keinerlei Vorteile in sozialen Netzwerken für Kinder und Jugendliche.

Viele Eltern fühlen sich digital kompetent

Geht es um die Vermittlung von Digital- und Medienkompetenz, zeigt sich die Mehrheit der Eltern selbstbewusst. 74 Prozent der Eltern fühlen sich sicher, ihren Kindern Medien- und Digitalkompetenzen zu vermitteln. Dabei sind 21 Prozent nach eigenem Bekunden sehr sicher, weitere 53 Prozent eher sicher. Demgegenüber ist aber auch rund ein Viertel unsicher: 15 Prozent der Eltern fühlen sich demnach eher unsicher, 8 Prozent sogar sehr unsicher, was die Vermittlung von Digitalkompetenz an ihre Kinder angeht.

Allerdings fällt es 41 Prozent der Eltern nach eigenen Angaben schwer, angesichts der vielen neuen Geräte, Anwendungen und Medien mit den Entwicklungen Schritt zu halten. 43 Prozent informieren sich deshalb gezielt, um ihr Kind in der digitalen Welt besser unterstützen zu können. Hier werden aber auch die Schulen in der Verantwortung gesehen: 8 von 10 Eltern (79 Prozent) wünschen sich, Medien- und Digitalkompetenzen in den Lehrplänen zu verankern. Rohleder: „Digitalkompetenz ist heute genauso wichtig wie Lesen und Schreiben. Eltern spielen hier eine zentrale Rolle. Weil aber bei weitem nicht alle Kinder zu Hause die nötige Unterstützung erhalten, braucht es die Schulen. Medien- und Digitalkompetenzen gehören auf den Stundenplan.“

Ab 13 Jahren lässt eine Mehrheit ihr Kind uneingeschränkt ans Smartphone

Das wichtigste Gerät ist und bleibt für Kinder und Jugendliche das Smartphone. Ein Smartphone lassen Eltern ihre Kinder im Schnitt mit 7 Jahren nutzen, ein eigenes Smartphone erlauben sie mit durchschnittlich 9 Jahren. Dabei stellt die Mehrheit Regeln auf: Unter Eltern, deren Kinder grundsätzlich ein Smartphone nutzen dürfen, geben 94 Prozent Regeln für 6- bis 9-Jährige vor, bei 10- bis 12-Jährigen sind es 92 Prozent. Ab 13 darf dann eine Mehrheit uneingeschränkt ans Smartphone: Nur 40 Prozent der Eltern von 13- bis 15-Jährigen beschränken bzw. kontrollieren die Smartphonenutzung, bei den 16- bis 18-jährigen Jugendlichen sind es nur noch 10 Prozent.

Für jüngere Kinder, die ein Smartphone nutzen, sind dabei vor allem Zeitlimits und Jugendschutzfunktionen bzw. altersgerechte Einstellungen die Mittel der Wahl. Für 6- bis 9-jährige Kinder haben 94 Prozent der Eltern Zeitlimits festgelegt, 90 Prozent nutzen Jugendschutzfunktionen. Und 58 Prozent kontrollieren in dieser Altersklasse regelmäßig, welche Inhalte ihr Kind ansieht, 35 Prozent prüfen, welche Apps auf dem Smartphone installiert sind. Nur 6 Prozent kontrollieren bei den 6- bis 9-jährigen Kindern, welche Nachrichten sie bekommen.

Je älter das Kind, desto mehr Freiheiten bei der Smartphonenutzung

Ähnlich ist es bei 10- bis 12-Jährigen: Für sie legen 92 Prozent der Eltern Zeitlimits für die Smartphonenutzung fest, 89 Prozent setzen auf Jugendschutzfunktionen und altersgerechte Einstellungen. Die Kontrolle von Inhalten (51 Prozent) und Apps (41 Prozent) ist auch hier sehr viel weniger verbreitet. Und Nachrichten lesen die Eltern mit 8 Prozent nur in Ausnahmefällen mit. „Digitale Erziehung heißt nicht nur begrenzen, sondern mindestens ebenso sehr begleiten. Zu einem langsamen Heranführen gehört daher gerade in jungen Jahren, digitale Geräte zunächst gemeinsam zu nutzen, digitale Anwendungen und Inhalte zu erklären und einzuordnen und die eigenen Kinder zu befähigen, sich sicher, souverän und selbstbewusst in der digitalen Welt zu bewegen“, so Rohleder.

Wenig überraschend: Je älter ein Kind ist, desto mehr Freiheiten geben Eltern bei der Smartphonenutzung: Nur noch 40 Prozent der Eltern von 13- bis 15-Jährigen, die ein Smartphone nutzen, geben dafür Zeitlimits vor, 38 Prozent aktivieren Jugendschutzfunktionen bzw. altersgerechte Einstellungen. Nicht mal jeweils jedes fünfte Elternteil kontrolliert bei 13- bis 15-Jährigen angesehene Inhalte (19 Prozent), Apps (16 Prozent) oder Nachrichten (3 Prozent) auf dem Smartphone. Bei den 16- bis 18-Jährigen geben jeweils nur noch 10 Prozent der Eltern Zeitlimits und altersgerechte Einstellungen vor.

Smartphones: Rund die Hälfte der Eltern sieht sich selbst als gutes Vorbild

Die Zeitbeschränkungen werden allerdings oft nicht eingehalten. Bei insgesamt rund der Hälfte (47 Prozent) aller Eltern, die Zeitlimits für die Smartphonenutzung vorgeben, nutzen die Kinder es trotzdem oft länger als vereinbart. Generell wünschen sich 63 Prozent der Eltern, die die Smartphonenutzung grundsätzlich erlauben, ihr Kind würde weniger Zeit am Smartphone verbringen. Immerhin die Hälfte (48 Prozent) achtet darauf, selbst ein gutes Vorbild bei der Smartphonenutzung zu sein. Rohleder: „Kinder lernen nicht nur durch Regeln, sondern mindestens ebenso sehr durch Vorbilder. Die eigene Smartphonenutzung regelmäßig zu überprüfen ist deshalb ein wichtiger Teil digitaler Erziehung. Auch gemeinsam vereinbarte Familienregeln können Orientierung geben und helfen, Mediennutzung im Familienalltag kindgerecht zu gestalten."

Die Balance zu finden, fällt vielen nicht leicht: So lässt die Hälfte (52 Prozent) der Eltern ihre Kinder manchmal bewusst digitale Medien oder das Internet nutzen, schlicht um selbst Zeit für andere Aufgaben zu haben. Gleichzeitig befürworten 19 Prozent ein Social-Media-Verbot bis zum Alter von 10 Jahren, weitere 39 Prozent fordern dies bis 13 Jahre, weitere 38 Prozent bis 16 Jahre. Lediglich 2 Prozent lehnen jegliches gesetzliches Nutzungsverbot sozialer Medien ab.

Kontakt

Merle Wiez
Pressereferentin
Telefon: +49 30 27576-274
E-Mail: m.wiez@bitkom.org
Download Pressefoto

Leah Schrimpf
Leiterin Digitale Gesellschaft
Download Pressefoto
Nachricht senden

Dr. Konstantin Peveling
Referent Medienpolitik & Plattformen
Nachricht senden

Hinweis zur Methodik

Grundlage der Angaben ist eine Umfrage, die Bitkom Research im Auftrag des Digitalverbands Bitkom durchgeführt hat. Dabei wurden 1.004 Eltern in Deutschland von Kindern zwischen 6 und 18 Jahren telefonisch befragt. Die Befragung fand im Zeitraum von KW 22 bis KW 27 2025 statt. Die Gesamtumfrage ist repräsentativ.

Link zur Presseinformation auf der Webseite:
https://www.bitkom.org/Presse/Presseinformation/Eltern-Kinder-Social-Media-Balance-Freiheit-Kontrolle