

Regierungsratsbeschluss

vom 14. Januar 2025

Nr. 2025/24

KR.Nr. A 0178/2024 (DDI)

Auftrag Fraktion SP/Junge SP: Soziale Medien und psychische Gesundheit von Jugendlichen Stellungnahme des Regierungsrates

1. Auftragstext

Der Regierungsrat wird beauftragt, gemeinsam mit den kantonalen Beratungsstellen wirksame und präventive Massnahmen für die psychische Gesundheit bei Kindern und Jugendlichen im Umgang mit Sozialen Medien zu erarbeiten und einzuführen. Dabei sollen zum einen Möglichkeiten für Jugendliche geschaffen werden, sich intensiver mit dem eigenen Konsumverhalten und den Folgen auseinanderzusetzen, und zum anderen sollen Eltern Möglichkeiten geboten werden, Hilfe und Beratung zu erhalten.

Der Regierungsrat wird zudem beauftragt, die präventiven Massnahmen grundsätzlich zu verstärken. Gemeinsam mit den vorhandenen Beratungsstellen, Sensibilisierungsangeboten und Vereinen soll eine Sensibilisierungskampagne geplant werden, die zur breiten Aufklärung und Sensibilisierung der Bevölkerung führt.

2. Begründung (Vorstosstext)

Neben den vielen Vorteilen, die das Internet bietet, zeigt ein Blick auf verschiedene Studien, dass ein übermässiger Gebrauch des Internets und insbesondere der Konsum von Sozialen Medien auch negative Folgen hat, die im schlimmsten Fall entwicklungs- und gesundheitsbeeinträchtigend sein können.

Es geht dabei vor allem um psychische Folgen für Kinder und Jugendliche. Zunehmend ist die Rede von «Digitalem Stress», wenn es darum geht aufzuzeigen, was bei Jugendlichen mit übermässigem Social-Media-Konsum vor sich geht.

Studien zeigen auf, dass der suchartige Konsum von sozialen Medien mit der allgegenwärtigen Informations- und Kommunikationsflut und den belastenden Inhalten zu bedenklichen Folgen für die psychische Gesundheit führen können.

Eng damit verbunden ist eine steigende Tendenz an depressivem Verhalten sowie einer Suizidgefährdung bei Jugendlichen. Fachpersonen stellen fest, dass das Thema in der Gesellschaft und damit auch von den Erziehungsberechtigten zu wenig Aufmerksamkeit erhält.

Als Folge davon werden frühzeitiges Erkennen und Handeln erschwert.

Seit Corona, also innerhalb einer kurzen Zeitspanne, hat der Konsum von Sozialen Medien bei Jugendlichen deutlich zugenommen. Die negativen Folgen zeigen sich nun nach und nach.

Soziale Medien bringen einerseits Menschen einander näher, andererseits können diese damit von den Mitmenschen und der realen Welt entfremdet und isoliert werden.

Problematische, wenn nicht gefährliche Inhalte, treffen ungefiltert auf Jugendliche und nehmen grossen Einfluss auf ihr Leben und ihre Entwicklung. Besonders schädlich für die psychische Ge-

sundheit sind das Gefühl der sozialen Isolation, wenn man Ablehnung in sozialen Medien erfährt, Einsamkeit und Cybermobbing.

Ausserdem ist die sogenannte «Filterblase», in der sich Jugendliche auf sozialen Medien bewegen und die durch entsprechende Algorithmen geschaffen werden, als besonders kritisch zu betrachten. Dazu kommen gefährliche Trends sowie «Challenges», die immer wieder im Netz kursieren und junge Erwachsene psychisch und körperlich gefährden.

Die Schule übernimmt einen wichtigen Bildungsauftrag im Bereich «Umgang mit Medien».

Es ist aber ersichtlich, dass dieses Thema auch ausserhalb der Schule deutlich mehr Aufmerksamkeit und Präventionsarbeit braucht.

Aus diesem Grund darf Prävention und Aufklärung rund um dieses Thema nicht nur im Bereich Kinder und Jugendliche, sondern auch im Bereich Erwachsenenbildung angesiedelt sein. Der Kanton soll Gefässe wie «Heb Sorg», Aktionstage Psychische Gesundheit und Aktionen in den Berufsschulen für die Sensibilisierung und Kompetenzerweiterung der Jugendlichen einsetzen. Es braucht wirksame Präventionsmassnahmen, Anlaufstellen für Eltern und Jugendliche sowie eine breite Aufklärungsarbeit, wenn es um die psychische Gesundheit und Unversehrtheit unserer Jugend im Umgang mit Sozialen Medien geht.

3. Stellungnahme des Regierungsrates

3.1 Mediennutzung bei Kindern und Jugendlichen

Digitale Medien sind nicht mehr aus dem Leben von Jugendlichen und jungen Erwachsenen wegzudenken. Mit ihrer Nutzung gehen gleichzeitig gesundheitliche, soziale sowie gesellschaftliche Chancen und Risiken einher. Seit 2010 wird die Mediennutzung von Jugendlichen in der Schweiz in der sogenannten JAMES-Studie (Jugend Aktivitäten Medien Erhebung Schweiz) erfasst¹⁾.

Fast alle Jugendlichen in der Schweiz besitzen ab einem Alter von 12 Jahren ein eigenes Smartphone. Ein Grossteil ihrer Mediennutzung spielt sich darauf ab und es wird täglich genutzt für praktische Tätigkeiten oder zur Unterhaltung. Beinahe alle Jugendlichen in der Schweiz sind regelmässig (täglich oder mehrmals pro Woche) im Internet unterwegs, hören Musik und nutzen soziale Netzwerke. Während das klassische Fernsehen in den vergangenen zehn Jahren etwas an Relevanz verloren hat – 2020 sahen noch 60% der Jugendlichen regelmässig fern – erlebten Film- und Video-Anbieter im Internet einen starken Bedeutungszuwachs.

Die Verbreitung neuer digitaler Technologien hat zu starken Veränderungen in der Freizeitgestaltung und im Mediennutzungsverhalten von Jugendlichen geführt. Damit einher gingen auch Befürchtungen, dass sich die Nutzung entsprechender Technologien negativ auf die Gesundheit und Entwicklung von Heranwachsenden auswirkt.

Ob sich die Nutzung sozialer Netzwerke in positiver oder negativer Weise auf Jugendliche auswirkt, ist – neben der Gestaltung der sozialen Medien – von verschiedenen persönlichen und sozialen Faktoren abhängig und bis heute zu wenig differenziert erforscht. Allgemein sind die beschriebenen Zusammenhänge zwischen digitaler Mediennutzung und negativen Gesundheitsauswirkungen mehrheitlich schwach und es fehlen meist längsschnittliche Studien, die wirkungsvolle Aussagen zu Zusammenhängen zulassen.

¹⁾ vgl. [JAMES-Studie 2022 der Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften \(ZHAW\)](#) sowie [Grundlagenbericht von Gesundheitsförderung Schweiz «Gesundheitsförderung für und mit Jugendlichen und jungen Erwachsenen»](#).

Zudem bietet die digitale Mediennutzung auch Chancen. Das Internet dient Jugendlichen als wichtige Informationsquelle. Die Möglichkeit der wechselseitigen Interaktion in sozialen Netzwerken fördert aktive Teilhabe, soziale Unterstützung und Selbstwirksamkeitserfahrungen. Soziale Netzwerke können Jugendliche dabei unterstützen, eine Reihe von altersspezifischen Entwicklungsaufgaben zu bewältigen. Sie ermöglichen es ihnen, sich mit Gleichaltrigen zu verknüpfen, soziale Kontakte zu pflegen und sich je nach Interessen mit Gleichgesinnten zu vernetzen. Ausserdem lassen sich auf solchen Plattformen Informationen für Jugendliche in einer ihnen vertrauten und zielgruppengerechten Form platzieren.

Nichtsdestotrotz birgt die digitale Mediennutzung auch Risiken. Kinder und Jugendliche können mit ungeeigneten oder verstörenden Inhalten konfrontiert werden, sie erleben, dass im Internet falsche oder beleidigende Dinge über sie verbreitet werden oder es werden Fotos ohne ihre Zustimmung online gestellt. Eine übermässige Mediennutzung kann zu Schlafproblemen, Bewegungsmangel oder psychischen Problemen führen. Der Medienkonsum von Kindern und Jugendlichen kann zu Konflikten innerhalb der Familie führen und hat somit Auswirkungen auf das gesamte Umfeld. Ebenso kann der anhaltende und übermässige Konsum sozialer Medien zu einem suchtartigen Nutzungsverhalten führen.

Zusätzlich stellen auch Themen wie Datenschutz oder Privatsphäre eine Herausforderung für die Kinder und Jugendlichen dar. Zudem machen Kinder und Jugendliche negative Erfahrungen mit Cybermobbing oder sexuellen Belästigungen.

3.2 Ansätze zur Förderung der digitalen Medienkompetenz

Um die Risiken der digitalen Mediennutzung zu minimieren und Chancen auszuschöpfen, spielt Medienkompetenz eine zentrale Rolle. Gemäss der Nationalen Plattform Jugend und Medien ist der beste Schutz vor den Risiken der digitalen Medien die Stärkung der eigenen Kompetenzen im Umgang mit Internet, Handy und Computerspielen.

Medienkompetenz bedeutet, bewusst und vor allem verantwortungsbewusst mit Medien umzugehen. Dazu gehört das Wissen, wie man seine Bedürfnisse nach Information und Unterhaltung mit Medien erfüllen kann, aber auch das Hinterfragen medialer Inhalte und des eigenen Medienkonsums. Medienkompetenz im Internetzeitalter umfasst – neben dem technischen Wissen – auch einen kompetenten Umgang mit digitalen Medien. Vorsichtig zu sein mit persönlichen Daten im Internet, Informationen kritisch zu prüfen, allgemeine Umgangsregeln auch im Internet zu beachten und sich regelmässig von digitalen Ablenkungen abzuschirmen.

Beim Erwerb technischer Kompetenzen lernen Kinder und Jugendliche meist erfolgreich durch Ausprobieren und Handeln. Kinder und Jugendliche brauchen jedoch Unterstützung, damit sie das mediale Angebot kreativ, sicher und entwicklungsfördernd nutzen können. Vorbilder sind für sie Bezugspersonen, wie Eltern oder Lehrpersonen sowie Gleichaltrige. Deshalb sind nebst Schulen auch ausser- und vorschulische Einrichtungen, wie Fachstellen der offenen Kinder- und Jugendarbeit oder Kinderbetreuungseinrichtungen, für das Lernen mit und über Medien zentral.

Beim Thema Jugend und Medien handelt es sich um ein Querschnittsthema. Beiträge zur Förderung der digitalen Medienkompetenz leisten die Gesundheitsförderung, die Suchtprävention, die frühe Förderung sowie die formale, die non-formale und die informelle Bildung. Konkret sind auch die Jugendpolizei, das Volksschulamt sowie das Amt für Berufsbildung, Mittel- und Hochschulen in die Massnahmenplanung und Umsetzung involviert. Die strategische Steuerung und die Koordination der involvierten Akteurinnen und Akteure geschieht im Amt für Gesellschaft und Soziales sowie im Gesundheitsamt.

Eine wirkungsvolle Gesundheitsförderung und Prävention sowie die Förderung von Kindern und Jugendlichen umfasst strukturelle Massnahmen im Bereich der Verhältnisse und Rahmenbedingungen (z.B. Jugendschutz), Projekte zur Sensibilisierung oder Früherkennung und Frühintervention (z.B. Weiterbildungen, Kurse) sowie Vernetzungsaktivitäten und Koordination und Öffentlichkeitsarbeit.

3.3 Massnahmen Kanton Solothurn

Heute werden im Kanton Solothurn im Bereich Medienkompetenz bereits folgende Massnahmen umgesetzt oder sind geplant:

Massnahmen zur Sensibilisierung:

- Bereits seit 2020 wird im Kanton Solothurn das Projekt «Flo# - Kids flott im Netz» umgesetzt. Das Angebot wurde von der Suchthilfe Ost, der PERSPEKTIVE und medias der Pädagogischen Hochschule FHNW in Zusammenarbeit mit der Jugendpolizei und Solothurner Schulen entwickelt. Es richtet sich an alle Kinder und Jugendlichen ab Zyklus 1 (Stufe Kindergarten) bis Zyklus 3 (Oberstufe). «Flo#» behandelt Themen wie Social Media, Cybermobbing, Gewalt, Games oder rechtliche Fragen. Neben Risiken digitaler Medien werden auch Chancen thematisiert. Neben den Schülerinnen und Schülern werden auch die Eltern in das Projekt einbezogen.
- Zusätzlich werden durch die Suchthilfe-Organisationen und die Jugendpolizei in weiteren Settings wie beispielsweise heilpädagogischen Schulen, Jugend- und Sportvereinen oder Institutionen für Menschen mit Behinderungen Schulungen zum Umgang mit digitalen Medien durchgeführt.
- Für Solothurner Schulen finanziert der Kanton das Projekt Bodytalk PEP: Es handelt sich um ein Angebot zur Förderung von psychischer Gesundheit bei Jugendlichen (ab 12 Jahren) und jungen Erwachsenen über die Stärkung eines positiven Selbstwert- und Körpergefühls. Es regt den Dialog über den Körper an und fördert Faktoren zur Selbstwirksamkeit. In Workshops werden Jugendliche zu einer kritischen Auseinandersetzung mit überzogenen Schönheitsidealen angeregt. Die Jugendlichen werden sensibilisiert, ihr eigenes Ess- und Bewegungsverhalten zu beobachten und zu verstehen. Bodytalk PEP regt junge Menschen an, Medienbilder und kulturelle Normen kritisch zu beleuchten und Bilder in den sozialen Medien richtig einzuordnen.
- Die Suchthilfe Ost bietet im Auftrag des Kantons das Projekt «Positives Körperbild – Körperkult» an. Der Druck «körperlich perfekt» zu sein, ist für Jugendliche besonders gross und nicht allen gelingt es, gegenüber sich selbst eine positive Einstellung zu bewahren. Personen mit einem positiven Körperbild gehen sorgsamer mit ihrem Körper um und reflektieren vorherrschende Schönheitsideale und Bilder in den sozialen Medien kritischer. Der Workshop bietet Hintergrundinformationen zu Körperwahrnehmung, Körperdarstellung, Ernährungsgewohnheiten und Essstörungen, Fitnesssucht und zur Rolle der sozialen Medien. Lehr- und Betreuungspersonen lernen Zielsetzungen und Arbeitsmaterialien verschiedener Anbieter kennen und diskutieren Umsetzungsmöglichkeiten im Unterricht oder im Freizeitbereich. Zielgruppen sind Lehrpersonen der Oberstufe und Schulsozialarbeitende.
- In den Elternbildungskursen der Fachstelle kompass oder der Budget- und Schuldenberatung werden Themen wie Medienbildung oder süchtig machende Games (mit Glückspielcharakter) aufgegriffen.

- Der Kanton Solothurn beteiligt sich an der Website <https://so.feel-ok.ch>. Diese bietet Eltern, Lehrkräften, Fachpersonen sowie Kinder- und Jugendlichen Informationen und Hilfsmittel in den Bereichen digitaler Medien.
- Der Bund stellt mit dem Webportal <https://www.jugendundmedien.ch> eine umfassende Internetplattform mit Informationen, Empfehlungen und Hintergrundwissen für Eltern und Fachpersonen zur Verfügung.
- Im neuen Suchtpräventionsprogramm (ab 2026) sowie der kantonalen Strategie «Kinder- und Jugendpolitik und frühe Förderung» werden Themen der Digitalisierung als Schwerpunkt definiert. Geplant sind dabei weitere Massnahmen in ausser-schulischen Settings.

Massnahmen auf struktureller Ebene:

- Kinder und Jugendliche sollen besser vor Gewalt- oder Sexualdarstellungen in Filmen und Videospielen geschützt werden. Die eidgenössischen Räte haben dazu im vergangenen Herbst das Bundesgesetz über den Jugendschutz in den Bereichen Film und Videospiele (JSFVG) verabschiedet. Dieses gilt ab 1. Januar 2025 und sieht eine schweizweit einheitliche Alterskennzeichnung und Alterskontrollen für Filme und Videospiele vor. Dies betrifft ebenso Streamingdienste wie auch Online-Videoplattformen. Damit wurden die rechtlichen Grundlagen geschaffen, um Kinder und Jugendliche schweizweit einheitlich besser vor ungeeigneten Medieninhalten zu schützen. Die Hauptverantwortung soll die Branche selbst tragen, während die Kontrollen und Testkäufe vom Bund und den Kantonen gemeinsam wahrgenommen werden sollen.

Vernetzung, Koordination und Öffentlichkeitsarbeit:

- In regelmässigen Abständen finden Anlässe und Fachtagungen zum Thema Digitale Medien statt. So beispielsweise am Eröffnungsanlass der Aktionstage Psychische Gesundheit vom 25.10.2023 an der Kantonsschule Olten zum Thema «Mental Health mit Social Media» oder an der Fachveranstaltung Fokus Kinderschutz online! zum Thema «Digitale Kindeswohlgefährdung» vom 12.09.2023.
- Die diesjährigen Kinder- und Jugendtage im Kanton Solothurn widmeten sich schwerpunktmässig dem Thema «Digitale Räume und Kinderrechte». Mit dem Fokusthema #kinderrechte4.0 boten die Kinder- und Jugendtage 2024 Raum für Fragen und Antworten rund um Chancen und Risiken von digitalen Räumen für Kinder, Jugendliche und deren Rechte. Während der Kinder- und Jugendtage fanden in rund 20 Solothurner Gemeinden über 30 kostenlose Aktivitäten für unterschiedliche Zielgruppen statt. Dazu gehörte auch die Impulsveranstaltung, die das Fokusthema mit Fachreferaten und Themenateliers aufgriff und praxisnahe Inhalte für Fachleute, Personen aus Politik und Verwaltung sowie weitere Interessierte vermittelte.
- Jährlich organisiert das Amt für Gesellschaft zusammen mit dem Gesundheitsamt einen kantonalen Austausch zum Thema Jugend und Medien. Am Austausch nehmen die Suchthilfe-Organisationen, die Jugendpolizei, das Volksschulamt, die Fachstellen Imedias und kompass, das kantonale Sportamt, der Dachverband Kinder- und Jugendarbeit, der Jugendpsychiatrische Dienst, die Schulsozialarbeit, Pro Juventute sowie zischtig.ch (Verein zum Schutz von Kindern und Jugendlichen vor Online-sucht, Cybermobbing, Cybergrooming und anderen Gefahren) teil. An diesem werden aktuelle Entwicklungen, Trends wie auch mögliche Massnahmen und Angebote besprochen.
- Auch im Verbund mit anderen Kantonen der Nordwestschweiz wird das Thema regelmässig aufgegriffen und es findet ein Austausch statt. Im Herbst 2024 widmete

sich eine Retraite zwischen den Kantonen Solothurn, Bern, Basel-Stadt, Basel-Landschaft und Aargau dem Thema «Medienkompetenz» und es wurden mögliche Strategien und Massnahmen zur Förderung der Medienkompetenz in kantonalen Programmen zur Gesundheitsförderung und Prävention diskutiert.

- Im Frühjahr 2026 ist zudem eine Fachtagung zum Thema «Jugend und Medien» geplant.

3.4 Fazit

Medienkompetenz bedeutet, bewusst und vor allem verantwortungsbewusst mit Medien umzugehen. Neben der Familie sind Kinderbetreuungseinrichtungen, Schulen, Fachstellen der Kinder- und Jugendarbeit und sozialpädagogische Institutionen wichtige Orte zur Vermittlung und zum Erwerb von Medienkompetenz. Personen, die mit Kindern und Jugendlichen leben oder arbeiten, haben eine wichtige Vorbildfunktion. Um junge Menschen kompetent im Medienalltag begleiten zu können, brauchen sie ein Bewusstsein für ihren eigenen Medienumgang, aber auch Wissen um rechtliche Belange und Unterstützung.

Im Kanton Solothurn arbeiten die in diesem Bereich relevanten Fachstellen und Verwaltungsstellen bereits heute eng zusammen und es gibt eine Vielzahl an Angeboten und Aktivitäten, die zur Förderung der Medienkompetenz der Kinder und Jugendlichen, aber auch zur Vernetzung der Fachpersonen und Information der Eltern und Bezugspersonen beitragen. Eine Weiterentwicklung der Angebote und Massnahmen erfolgt laufend und in Absprache mit nationalen Akteurinnen und Akteuren sowie Fachpersonen.

Der Regierungsrat sieht das Thema als äusserst relevant an und es bildet in den kommenden Präventionsprogrammen und -strategien einen Schwerpunkt. Entsprechende Massnahmen werden in den kommenden Monaten mit den Fachpersonen weiterentwickelt. Es soll weiterhin ein breites und vertieftes Angebot an medienpädagogischen Massnahmen und Angeboten zur Stärkung der digitalen Kompetenz geben. Zum anderen sind auch Lösungsansätze rund um einen verbesserten Kinder- und Jugendschutz vorgesehen.

Die Prüfung und bedarfsgerechte Entwicklung von konkreten Massnahmen erfolgt im Rahmen der Massnahmenplanung für die kantonale Kinder- und Jugendpolitik und frühe Förderung (RRB Nr. 2024/1538 vom 24. September 2024).

Die Kinder- und Jugendpolitik und frühe Förderung weisen zahlreiche Schnittstellen mit den Themenbereichen Suchtprävention und Gesundheitsförderung (Ernährung, Bewegung, psychische Gesundheit) auf. Diese Themenbereiche fliessen ebenfalls in die Massnahmenplanung ein und es werden entsprechende Schwerpunkte für die Jahre 2025-2028 definiert. Die Massnahmenplanung erfolgt unter der Federführung des Departements des Innern und wird begleitet von Vertretenden kantonalen und kommunalen Behörden sowie Fachpersonen verschiedener im Kinder- und Jugendbereich tätiger Institutionen.

Es ist festzustellen, dass es bereits eine Vielzahl an präventiven Massnahmen für die psychische Gesundheit bei Kindern und Jugendlichen im Umgang mit sozialen Medien gibt. Auch eine bedarfsgerechte Weiterentwicklung dieser Massnahmen in Zusammenarbeit mit den kantonalen Akteurinnen und Akteuren ist bereits im Gange. Zusätzliche Massnahmen sind deshalb aktuell nicht angezeigt.

4. Antrag des Regierungsrates

Nichterheblicherklärung.



Andreas Eng
Staatsschreiber

Vorberatende Kommission

Sozial- und Gesundheitskommission

Verteiler

Departement des Innern
Gesundheitsamt; MEN
Amt für Gesellschaft und Soziales; STI
Aktuariat SOGEKO
Parlamentsdienste
Traktandenliste Kantonsrat