Jenseits von Technikeuphorie und Dämonisierung: Zu den Auswirkungen sozialer Medien auf Kinder und Jugendliche

Kolleck, N. (2026). Der Kampf in den Köpfen, wie TikTok, Instagram und Co unsere Kinder manipulieren. Berlin: Rowohlt. 256 S., 24,– €

Das Thema hat eine gesellschaftspolitische Wucht, und Nina Kolleck zeigt in ihrem Buch „Der Kampf in den Köpfen", wie soziale Medien nicht nur Kinder und Jugendliche, sondern uns alle tiefgreifend verändern, herausfordern und vor neue Aufgaben stellen.

Kolleck vermeidet mit ihrem wissenschaftlichen Blick eine pauschale Digital-Dämonisierung ebenso wie naive Technikeuphorie und fragt stattdessen nach den konkreten psychosozialen Mechanismen. Die Gefahren, aber auch die Möglichkeiten der Allgegenwärtigkeit sozialer Medien werden von Kolleck sehr differenziert dargestellt und mit Studien hinterlegt. Wie mit einer Lupe untersucht sie konkrete Phänomene: die Wirkung von Chatbots, die Bedeutung von Likes, die Kapitalisierung menschlicher Bedürfnisse – ebenso wie die Bedeutung von Freundschaft, Liebe oder Konflikt. Besonders wertvoll ist ihr entwicklungspsychologischer Blick. In den verschiedenen Phasen vom Kleinkind über das Schulkind bis zur Pubertät und Adoleszenz zeigt Kolleck, wie sich Bindungsverhalten durch soziale Medien grundlegend verändert, und bezieht sich dabei auf psychoanalytische Konzepte der Bindungstheorie.

Auch Themen wie Sexualität, Körperbild, Selbstinszenierung, Identität, Geschlechterbilder und politische Bildung untersucht sie vor dem Hintergrund der Frage, wie soziale Medien in psychische Prozesse eingreifen – wo sie Fluch und wo sie Segen sind. Kolleck betrachtet die sozialen Medien nicht als oberflächliches Phänomen, sondern als tief in die Persönlichkeitsbildung eingreifende Kraft. Das ist der entscheidende Erkenntnisgewinn gegenüber rein medienkritischen oder technikoptimistischen Positionen.

Kolleck bleibt jedoch nicht auf der individuell-psychologischen Ebene stehen. Sie analysiert ebenso intensiv die algorithmische Architektur der Plattformen und deren eigenmächtige Verstärkungsmechanismen. Etwas zu kurz kommt der Bereich Gaming, in dem die Computerspielindustrie den natürlichen Spieltrieb teils ausbeuterisch in Extremisierungsspiralen zieht. Die sogenannte Gamification wird bereits bei Bildungsapps eingesetzt, die stark auf die suchtfördernde Schaltstelle des Belohnungssystems abzielen.

Doch richtig sind die konkreten politischen Forderungen allemal – Nina Kolleck sucht nicht nur nach pädagogischen Antworten, sondern auch nach Mechanismen, um die Dynamik politisch einzudämmen. Das unterscheidet ihr Buch von rein appellativen oder verbotsfixierten Positionen.

Genau mit dieser sehr differenzierten und genauen Betrachtungsweise erscheint das Buch zum richtigen Zeitpunkt. Die derzeitige Debatte darüber, den Herausforderungen mit einem Verbot zu begegnen, bringt uns nicht weiter. Wir müssen die Dynamik verstehen, sagt Kolleck. Mit ihrem Buch trägt sie dazu bei, in die Diskussion einzusteigen, wie wir – als Individuen, Eltern, Psychotherapeuten*innen, Lehrer*innen, aber auch als soziale Gemeinschaft – mit den Herausforderungen umgehen wollen. Als Einzel- und Gruppenpsychotherapeut*innen von Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen wissen wir, wie kompetent sie dabei selbst bei Problemerkennungs- und -lösungsideen sowie gegenseitiger Hilfestellung werden können, wenn sie sich ernst genommen fühlen und wirkliche Mitsprache erhalten. Auch das kommt vielleicht etwas zu kurz.

Dennoch: Nina Kollecks Buch schafft es, der Versuchung, populäre Patentrezepte zu präsentieren, nicht zu erliegen. Gerade wenn sie die Regulierung der Plattformen fordert, werden wir mit der eigenen Ohnmacht und der Notwendigkeit konfrontiert, Kinder und Jugendliche früh mit ins Boot zu holen und ihnen Geltung zuzubilligen, wie es oft nicht ausreichend geschieht – siehe das Beispiel „Fridays for Future" in der Klimapolitik. Abgestufte Mediennutzungszugänge und echte Plattformregulierung erweisen sich hier als hochkomplexe Herausforderungen. Besonders schwer wiegt dabei die Frage des internationalen Regulierungszugriffs auf globale Tech-Konzerne.

Es mag enttäuschend sein, dass Nina Kollecks Buch keine schnellen oder einfachen Antworten auf die drängenden Probleme digitaler Räume liefert. Aber eine wertvolle, ausdifferenzierte Analyse als eine notwendige Voraussetzung, sich wirklich mit ihnen auseinanderzusetzen, bietet es allemal.

Anna Heike Grüneke
Berlin