

**Smartphonennutzung an Schulen –
eine fachliche Stellungnahme der Suchthilfe
direkt Essen gGmbH**

&

**der Klinik für Psychiatrie, Psychosomatik und
Psychotherapie des Kindes- und Jugendalters
LVR-Universitätsklinik Essen**

Eine suchtpreventive Einordnung aus fachlicher
Perspektive

SUCHTHILFE **DIREKT**



Anlass und Motivation

Die Frage, wie mit Smartphones an Schulen umzugehen ist, wird seit Jahren kontrovers diskutiert. Gleichzeitig zeigt sich zunehmend, wie tiefgreifend digitale Medien den Alltag von Kindern und Jugendlichen prägen und wie uneinheitlich der Umgang damit bislang geregelt ist. Anlass für diese Stellungnahme war ein fachlicher Austausch mit dem Essener Jugendamt, in dem deutlich wurde, dass die Diskussion um altersangemessene und möglichst flächendeckende Regelungen zur Smartphone-Nutzung weiterhin anhält und zugleich ein Bedarf an fachlicher Orientierung besteht. Vor diesem Hintergrund und auf Grundlage übereinstimmender fachlicher Einschätzungen der ambulanten Suchthilfe sowie der Kinder- und Jugendpsychiatrie der LVR-Universitätsklinik Essen entstand die Idee, diese Debatte um eine gemeinsame, fachlich fundierte Perspektive zu ergänzen.

Als ambulante Suchthilfe und Kinder- und Jugendpsychiatrie begegnen wir Kindern, Jugendlichen und Familien in konkreten Lebenslagen. Wir erleben, wie sich Überforderung, Kontrollverlust, sozialer Rückzug, Bewegungsmangel, der Verlust früherer Interessen, Schlafprobleme, Konzentrationsschwierigkeiten und soziale Konflikte entwickeln und wie häufig digitale Medien dabei eine zentrale Rolle spielen.

Vor diesem Hintergrund verstehen wir diese Stellungnahme als gemeinsamen präventiven Beitrag zum Kinderschutz und zur Gesundheitsförderung. Ziel ist keine einfache Pro- oder Contra-Position, sondern eine differenzierte, evidenzbasierte Einordnung mit Blick auf die Situation in der Stadt Essen und die Verantwortung aller beteiligten Akteure.



Einordnung der Einrichtung

Die Suchthilfe direkt Essen gGmbH ist die zentrale ambulante Suchthilfeeinrichtung der Stadt Essen, mit einem klaren präventiven Auftrag. Sie verfügt über langjährige Erfahrung in der Beratung, Prävention und Begleitung von Kindern, Jugendlichen und Familien mit suchtbezogenen und psychosozialen Problemlagen. Die Arbeit erfolgt in enger Zusammenarbeit mit der Jugendhilfe, Essener Schulen, dem lokalen Gesundheitswesen und weiteren kommunalen Akteur*innen. Die nachfolgenden Einschätzungen basieren sowohl auf dieser praktischen Erfahrung als auch auf aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnissen.

Die Klinik für Psychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie des Kindes- und Jugendalters der LVR-Universitätsklinik Essen versorgt Kinder und Jugendliche mit psychischen Problemen unter Einbezug ihrer Erziehungsberechtigten im ambulanten, aufsuchenden, teilstationären und stationären Setting. Sie hat etablierte Schwerpunkte bei der Versorgung von Patient*innen mit Essstörungen und mit Schulvermeidung.

Ausgangslage: Hohe Nutzungsintensität und eingeschränkte Selbstregulation

Aktuelle Studien zeigen, dass Smartphones den Alltag junger Menschen in erheblichem Ausmaß beherrschen. Jugendliche verbringen durchschnittlich mehrere Stunden täglich am Smartphone. Ein großer Teil gibt an, soziale Medien gerne weniger nutzen zu wollen, es aber nicht schafft. Rund ein Viertel der 10- bis 17-Jährigen zeigt bereits ein riskantes Nutzungsverhalten mit potenziellen negativen Auswirkungen auf die psychische Gesundheit.

Aus suchtpreventiver Sicht sind diese Befunde relevant, da sie auf bekannte Risikomuster hinweisen: eingeschränkte Selbststeuerung, hoher innerer Druck, permanente Reizexposition und Schwierigkeiten, die eigene Nutzung zu begrenzen. Dabei geht es nicht um eine pauschale Pathologisierung digitaler Medien, sondern um die nüchterne Feststellung, dass viele Kinder und Jugendliche – insbesondere in sensiblen Entwicklungsphasen – mit der Regulierung



Schule als besonderer Schutz- und Entwicklungsraum

ihres Medienkonsums allein gelassen werden und damit verständlicherweise überfordert sind. Schule ist einer der wenigen Orte, an denen Kinder und Jugendliche täglich verbindlichen Strukturen unterliegen, die im Unterrichtsalltag maßgeblich durch Lehrkräfte getragen werden. Gleichzeitig zeigen internationale Studien und Auswertungen der PISA-Erhebung, dass Smartphones im Schulalltag ein erhebliches Ablenkungspotenzial entfalten. Bereits die bloße Anwesenheit eines Smartphones kann kognitive Ressourcen binden. Viele Jugendliche berichten von einem ständigen Druck, erreichbar zu sein; ein relevanter Teil schaltet Benachrichtigungen im Unterricht nicht aus.

Die PISA-Daten zeigen zudem einen deutlichen Zusammenhang zwischen der Dauer der privaten Handynutzung in der Schule und schulischen Leistungen: Je länger digitale Geräte zum Zeitvertreib genutzt werden, desto schlechter fallen die Leistungen aus.

Gleichzeitig wird deutlich, dass digitale Medien dann positive Effekte entfalten können, wenn sie gezielt, didaktisch gesteuert und zu Lernzwecken eingesetzt werden. Ein Verbot der privaten Smartphone-nutzung ist daher nicht gleichzusetzen mit einer Ablehnung digitaler Bildung.



Studienlage: Uneinheitlich, aber mit klaren Hinweisen für Prävention

Die internationale Forschung zu Handyverboten an Schulen zeichnet ein nicht ganz einheitliches Bild. Während einzelne Studien Verbesserungen schulischer Leistungen feststellen, finden andere keine signifikanten Effekte. Aktuelle Übersichtsarbeiten und Meta-Analysen kommen jedoch zu dem Ergebnis, dass Smartphoneverbote an Schulen insgesamt einen statistisch signifikanten positiven, wenn auch moderaten Effekt entfalten. Dabei zeigen sich deutlich stärkere Effekte im Bereich des sozialen Wohlbefindens als im Bereich der schulischen Leistung.

Aus unserer Sicht wäre selbst eine Uneindeutigkeit kein Argument gegen klare Regeln. Prävention arbeitet selten mit einfachen Ursache-Wirkungszusammenhängen. Entscheidend ist, ob Rahmenbedingungen geschaffen werden, die Schutzfaktoren stärken und Risikofaktoren reduzieren. Besonders relevant ist dabei, dass Hinweise vorliegen, wonach klare Regeln vor allem leistungsschwächeren und sozial benachteiligten Schülerinnen und Schülern zugutekommen. Ungeregelte Smartphone-nutzung kann soziale Ungleichheiten verstärken – Schutzräume wirken hier ausgleichend. Schutzräume entfalten ihre Wirkung insbesondere dort, wo individuelle Selbstregulation und elterliche Begleitung nicht so stark ausgeprägt sind, und können so zur Reduktion sozialer Ungleichheiten im schulischen Alltag beitragen.

Darüber hinaus weisen Studien darauf hin, dass klare Regelungen zur privaten Smartphone-nutzung mit einem Rückgang von Mobbing- und Cybermobbingphänomenen sowie mit einem insgesamt verbesserten sozialen Klima im Schulalltag einhergehen können.

Gleichzeitig ist zu berücksichtigen, dass die empirische Evidenz bislang auf einer begrenzten Anzahl quantitativer Studien beruht und insbesondere zu langfristigen Effekten weiterer Forschungsbedarf besteht.



Einordnung aus internationaler und kinderschutzfachlicher Perspektive

Die wissenschaftliche Studienlage wird durch internationale und kinderschutzfachliche Einschätzungen gestützt. So weist die UNESCO in ihren Empfehlungen darauf hin, dass der Einsatz von Smartphones im schulischen Kontext insbesondere bei jüngeren Kindern Konzentration, soziale Interaktion und Lernprozesse beeinträchtigen kann.

Altersangemessene Einschränkungen der privaten Smartphone-Nutzung werden daher als sinnvoll erachtet, sofern sie nicht isoliert erfolgen, sondern in ein pädagogisches Gesamtkonzept eingebettet und durch Medienbildung flankiert werden.

Auch aus nationaler kinderschutzfachlicher Perspektive wird betont, dass Kinder in digitalen Umgebungen unterschiedlich vulnerabel sind und verlässliche Schutz- sowie Orientierungsrahmen benötigen. Der Gefährdungsatlas „Digitales Aufwachsen“ der Bundeszentrale für Kinder- und Jugendmedienschutz hebt hervor, dass digitale Überforderung bereits im Kindesalter Auswirkungen auf Aufmerksamkeit, Selbstregulation und psychisches Wohlbefinden haben kann. Entscheidungen zur Smartphone-Nutzung sollten daher konsequent vom Kindeswohl her gedacht und entwicklungsbezogene Schutzräume geschaffen werden, die schrittweise in eine eigenverantwortliche Nutzung überführen.

So kommt auch die Deutsche Gesellschaft für Kinder- und Jugendpsychiatrie (DGKJP) in ihrer gemeinsamen Stellungnahme mit der BKJPP & BAG KJPP zur -Nutzung digitaler Medien und psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen- vom 19.02.2026 zu der Empfehlung, differenzierte Altersgrenzen bis 16 Jahre einzuführen. Sie empfehlen konkret für Smartphones und bild- und videoorientierte, auf Algorithmen basierende Soziale Medien, Messenger, Online-Videospiele und Videoportale mit externer Kontaktmöglichkeit und Generative-KI-Chatbots inklusive wirksamer Altersverifikation keine Nutzung vor 14 Jahren, beschränkte Nutzung vor 16 Jahren, danach freie Nutzung.



Praxisbeispiel¹

Ein kommunales Praxisbeispiel aus NRW bietet das Solinger Modellprojekt. Dort haben sich alle weiterführenden Schulen darauf verständigt, für die Jahrgangsstufen 5 bis 7 einen zeitlich begrenzten Verzicht auf soziale Medien zu vereinbaren, nicht nur im schulischen Kontext, sondern begleitet auch im Elternhaus. Ziel ist es, sozialen Druck zu reduzieren und Kinder in einer sensiblen Entwicklungsphase vor digitaler Überforderung, Mobbing und Konzentrationsproblemen zu schützen. Das Projekt setzt auf eine enge Erziehungspartnerschaft, begleitende Medienbildung und eine altersdifferenzierte Rückführung in die eigenverantwortliche Nutzung. Erste Erfahrungen zeigen, dass ein gemeinschaftlich getragener Rahmen präventiv wirksam sein kann.

Rechtlicher Rahmen in Nordrhein-Westfalen

In Nordrhein-Westfalen existiert derzeit keine landesweit verbindliche Vorgabe zur privaten Smartphonennutzung an Schulen. Nach dem Schulgesetz NRW werden entsprechende Regelungen von der einzelnen Schule – konkret durch die Schulkonferenz – im Rahmen der Schulordnung beschlossen. Die Kommune kann daher kein rechtlich verbindliches Handyverbot anordnen und keine Schulordnung ersetzen. Gleichzeitig verfügt die Kommune über legitime und rechtlich zulässige Handlungsspielräume. Im Rahmen ihrer Verantwortung für Kinder- und Jugendhilfe sowie Gesundheitsförderung kann sie fachliche Orientierungen und Empfehlungen beschließen, Schulen koordinierend unterstützen, durch Jugend- und Schulamt gemeinsame Linien moderieren und Schulleitungen gegenüber Eltern und Öffentlichkeit Rückendeckung geben.



Die Situation in Essen: Uneinheitlichkeit und Belastung

Für die Stadt Essen bedeutet die derzeitige Rechtslage, dass jede Schule eigene Regelungen entwickeln und umsetzen muss. Dies führt zu einem Flickenteppich unterschiedlicher Praxis – auch innerhalb einzelner Stadtteile. Für Schulleitungen bedeutet dies eine erhebliche Zusatzbelastung, da konfliktreiche Entscheidungen häufig allein getragen werden müssen. Auch Lehrkräfte sind im Schulalltag mit den Folgen uneinheitlicher Regelungen konfrontiert, etwa durch wiederkehrende Aushandlungsprozesse im Unterricht und unterschiedliche Erwartungen von Eltern und Schüler*innen. Für Eltern und Kinder entstehen Unsicherheit und Ungleichbehandlung.

Erfahrungen aus anderen Bundesländern und europäischen Nachbarländern zeigen, dass altersbezogene Einschränkungen – insbesondere in Grundschulen sowie in den Klassen 5 und 6 – praktikabel sind und von vielen Beteiligten als entlastend wahrgenommen werden.

Warum die Suchthilfe und die Klinik Stellung beziehen

Wir sehen die langfristigen Folgen unregulierter Mediennutzung häufig früher als andere Systeme. Wir arbeiten mit Kindern, die bereits in jungen Jahren Schwierigkeiten haben, Reize zu regulieren, mit Jugendlichen, die sich zunehmend in digitale Räume zurückziehen, und/oder mit Eltern, die Konflikte rund um Medienkonsum nicht mehr bewältigen können. Diese Erfahrungen decken sich mit Beobachtungen aus weiteren psychosozialen Unterstützungs- und Beratungskontexten, sowie mit Rückmeldungen aus schulischen Kontexten, in denen Lehrkräfte zunehmend mit Fragen der Mediennutzung, Aufmerksamkeit und Abgrenzung konfrontiert sind.



Gleichzeitig ist davon auszugehen, dass die Dunkelziffer derjenigen Kinder und Jugendlichen, die einen Unterstützungsbedarf hätten, deutlich höher liegt. Ein wesentlicher Grund dafür ist, dass Eltern nicht selten selbst eine riskante oder stark habitualisierte Mediennutzung aufweisen und problematische Entwicklungen bei ihren Kindern daher nicht oder erst sehr spät als solche wahrnehmen.

Prävention bedeutet aus unserer Sicht nicht, auf individuelle Selbstverantwortung zu setzen, wo diese entwicklungsbedingt noch nicht greifen kann. Kinder verfügen entwicklungsbedingt noch nicht über ausreichende Selbstregulationsmöglichkeiten. Sie sind auf klare, verlässliche Rahmenbedingungen angewiesen. Schule kann und sollte ein solcher Schutzraum sein.

Einordnung: Handyverbot ist kein Allheilmittel

Ein Handyverbot an Schulen löst nicht alle Probleme von Schule, Familie oder Gesellschaft. Es ist weder allein verantwortlich für hohe Belastungen im Bildungssystem noch geeignet, diese allein zu beheben. Lehrkräftemangel, soziale Ungleichheit, familiäre Belastungen und strukturelle Defizite haben vielfältige Ursachen.

Wissenschaftlich wird ein Verzicht auf private Smartphonennutzung im Schulalltag nicht als isolierte Maßnahme empfohlen, sondern mit medienpädagogischen Konzepten, klaren Zuständigkeiten und begleitender Bildungsarbeit verbunden. Ziel solcher Regelungen ist es nicht, digitale Medien dauerhaft auszuschließen, sondern Rahmenbedingungen zu schaffen, in denen Medienkompetenz so gestärkt wird, dass restriktive Maßnahmen perspektivisch an Bedeutung verlieren können.

Ein Handyverbot ist daher kein Ersatz für Medienbildung, Elternarbeit oder psychosoziale Unterstützung. Es ist ein Baustein.

Erfahrungen aus anderen gesellschaftlichen Schutzmaßnahmen (z.B. Rauchverbot in öffentlichen Räumen oder Alkohol- und Jugendschutzregelungen) zeigen, dass anfängliche Widerstände häufig einer Normalisierung weichen, wenn klare Regeln etabliert sind und von allen getragen werden.



Unsere Position für die Stadt Essen

Vor dem Hintergrund der dargestellten Befunde sprechen wir uns dafür aus, in der Stadt Essen eine möglichst einheitliche kommunale Orientierung zur privaten Smartphonennutzung an Schulen zu entwickeln – insbesondere für (Grundschulen sowie) die Klassen 5 bis 7. Auch ohne landesweite Vorgabe kann die Kommune hier koordinierend und unterstützend wirken.

Eine solche Orientierung kann dazu beitragen, Aushandlungsdruck auf einzelne Schulen und Akteur*innen zu reduzieren, ohne in die pädagogische Autonomie der Schulen einzugreifen. Sie würde Schulen entlasten, Eltern Klarheit geben und vor allem Kindern verlässliche Schutzräume bieten. Aus suchtpreventiver Sicht ist dies ein sinnvoller und realistisch umsetzbarer Schritt.



Abschließende Bemerkung

Diese Stellungnahme versteht sich als Einladung zum Dialog und als fachlicher Impuls aus suchtpreventiver Perspektive. Im Mittelpunkt stehen der Schutz und die gesunde Entwicklung von Kindern und Jugendlichen. Wir plädieren für eine sachliche, fachlich fundierte Auseinandersetzung, die unterschiedliche Perspektiven ernst nimmt – insbesondere die der Kinder selbst, aber auch die von Eltern, Schule, Politik und Verwaltung.

Die Stellungnahme gibt ausschließlich die fachliche Perspektive der Kinder- und Jugendpsychiatrie LVR-Universitätsklinik Essen und der Suchthilfe direkt Essen gGmbH wieder und versteht sich als Beitrag zur fachlichen Diskussion. Vor diesem Hintergrund soll sie den Austausch zur Smartphonennutzung an Schulen weiter anregen.

Kinder- und Jugendpsychiatrie LVR-Universitätsklinik Essen
Suchthilfe direkt Essen gGmbH
Verein für Gefährdetenilfe e.V. Bonn
Krisenhilfe e.V. Bochum
Aktion Selbsthilfe e. V. Jugend- und Drogenberatung Rheine
Anonyme Drogenberatung e.V. Iserlohn
Information und Hilfe in Drogenfragen e.V. Wesel
Drogenhilfe Recklinghausen und Ostvest e.V.
Grafschafter Diakonie gGmbH – Diakonisches Werk Kirchenkreis Moers
Kommunale Drogenhilfe Hagen
Drogenhilfe PUR gGmbH Dortmund
Suchthilfeverbund Duisburg e. V.
Suchthilfe Wuppertal gGmbH
Drogenhilfe Köln gGmbH
DROBS Dortmund Soziales Zentrum Dortmund e.V.
Jugendhilfe Bottrop e.V.



¹ Solinger Modellprojekt zur Smartphonennutzung:

Im Schuljahr 2025/26 haben sich in Solingen alle weiterführenden Schulen an einem gemeinsamen Modellprojekt beteiligt. Für die Jahrgangsstufen 5 bis 7 wurde ein freiwilliger, zeitlich begrenzter Verzicht auf soziale Medien (u. a. WhatsApp, TikTok, Instagram, Snapchat) vereinbart, der sowohl den schulischen als auch den häuslichen Bereich umfasst. Ziel ist es, sozialen Gruppendruck zu minimieren und Kinder vor psychischen Belastungen wie Mobbing, Vergleichsdruck und digitaler Überforderung zu schützen. Das Modell basiert auf einer Erziehungspartnerschaft zwischen Schulen, Eltern und Schüler*innen und ist rechtlich nicht bindend. Die hohe Beteiligung der Familien trägt wesentlich zur Wirksamkeit bei. Begleitend werden medienpädagogische Angebote umgesetzt, darunter der Einsatz von Medienscouts ab der 5. Klasse sowie Informations- und Austauschformate für Eltern (z. B. zu Cybermobbing und digitalem Selbstschutz). Die Regelungen sind altersdifferenziert angelegt: Ab der 8. Jahrgangsstufe ist eine eingeschränkte Nutzung (z. B. Musikhören in Pausen) vorgesehen, in der Oberstufe ist die Smartphonennutzung vollständig erlaubt. Das Projekt wird wissenschaftlich begleitet und versteht sich ausdrücklich als Pilot- und Lernprozess.

Quellen:

1. Medienpädagogischer Forschungsverbund Südwest (2025). JIM-Studie 2025 – Jugend, Information, Medien.
2. Postbank (2024). Jugend-Digitalstudie 2024 – Nutzungszeiten und digitale Gewohnheiten.
3. DAK-Gesundheit & Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf (2024). Riskante Mediennutzung bei Kindern und Jugendlichen.
4. Vodafone Stiftung (2025). Jugendstudie zu Social Media, Kontrollverlust und digitalem Stress.
5. OECD (2022). PISA 2022 – Zusatzmodule zur digitalen Mediennutzung.
6. Ward, A. F., Duke, K., Gneezy, A., & Bos, M. W. (2017). Brain Drain: The Mere Presence of One's Own Smartphone Reduces Available Cognitive Capacity. *Journal of the Association for Consumer Research*, 2(2), 140–154.
7. Beland, L.-P., & Murphy, R. (2016). Ill Communication: Technology, Distraction and Student Performance. *Labour Economics*, 41, 61–76.
8. Campbell, A., et al. (2024). Smartphone bans in schools: A scoping review of effects on learning and well-being.
9. Leopoldina – Nationale Akademie der Wissenschaften (2024/25). Social Media und psychische Gesundheit.
10. Scheiter, K. (Universität Potsdam). Trennung privater Nutzung und digitalem Lernen – pädagogische Einordnung.
11. UNESCO (2023): To ban or not to ban? Smartphones in schools. UNESCO Global Education Monitoring Report – Policy Paper.
12. Böttger, T., & Zierer, K. (2024). To Ban or Not to Ban? A Rapid Review on the Impact of Smartphone Bans in Schools on Social Well-Being and Academic Performance. *Education Sciences*, 14(8), 906.
13. Bundeszentrale für Kinder- und Jugendmedienschutz (2023): Gefährdungsatlas. Digitales Aufwachsen – Vom Kind aus denken. Zukunftssicher handeln.
14. <https://www.dgkjp.de/gemeinsame-stellungnahme-zur-nutzung-digitaler-medien-und-psychischer-gesundheit-von-kindern-und-jugendlichen/> 19.2.2016