

# Social Media-Nutzung und psychische Gesundheit bei Kindern und Jugendlichen (ab 11 Jahren)

## Online Elternabend

Soziale Medien wie TikTok, Snapchat und Instagram sind bei Kindern und Jugendlichen besonders beliebt und werden von den meisten täglich benutzt. Bei mehr als einem Fünftel der 10-17-Jährigen wird von einer riskanten Nutzung der Dienste gesprochen. Gleichzeitig steigt der Anteil an Heranwachsenden mit psychischen Problemen und Essstörungen.

An diesem Elternabend wollen wir uns die hier bestehenden Zusammenhänge anschauen und über Ursachen sowie mögliche Hilfsimpulse sprechen. Zudem betrachten wir, welche Medien und Dienste Kinder und Jugendliche hauptsächlich nutzen und wofür

## Inhalte des Abends

Ziel der Veranstaltung ist es, Ihnen als Eltern eine Orientierungshilfe zu bieten, um bestenfalls gemeinsam mit Ihren Kindern, einen gesunden Umgang mit Social Media in Ihrer Familie zu finden.

Die Themen im Überblick:

- Mediennutzung von Kindern und Jugendlichen
- Aktuelles zu problematischer Social Media-Nutzung und mentaler Gesundheit (Ursachen und mögliche Zusammenhänge)
- Was können wir tun? – Handlungsmöglichkeiten und Hilfsangebote

## Referent

**Christopher Blenk** (Pädagogik B.A.)  
Medien.Bildung.Prävention.

Montag, den  
15. Juni 2026

18:30 Uhr bis 20:00 Uhr

Teilnahme unter:  
[www.klaerwerk-bamberg.de/veranstaltungen](http://www.klaerwerk-bamberg.de/veranstaltungen)

**Klärwerk**

Wenn alles Scheiße ist ...

Psychische Unterstützungsangebote  
in der Region Bamberg

Dieser Elternabend ist Teil des Programms „Klärwerk“ von Stadt und Landkreis Bamberg in Kooperation mit der Gesundheitsregion<sup>plus</sup>. Das Programm unterstützt die Psychische Gesundheit von Kindern, Jugendlichen, jungen Erwachsenen und Familien.

