

P R E S S E M I T T E I L U N G

bkj

Wiesbaden, 26.01.2026

Kinder und Jugendliche leben in digitalen Welten – aber es stehen keine passenden Versorgungsangebote bereit

Der Bundesverband für Kinder- und Jugendlichenpsychotherapie (bjkj e. V.) nimmt den aktuellen Artikel im Deutschen Ärzteblatt zur langsamen Verbreitung digitaler Gesundheitsanwendungen (DiGA) („E-Mental-Health: Innovation erreicht die Jüngsten zuletzt“) als Anlass, um erneut auf die eklatanten Versorgungslücken in der psychischen Gesundheitsversorgung von Kindern und Jugendlichen hinzuweisen.

Bereits heute gibt es etablierte digitale Angebote wie den „Krisenchat“, ein niedrigschwelliges psychosoziales Beratungsangebot per Chat, das sich speziell an Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene bis 25 Jahre richtet und rund um die Uhr erreichbar ist. Hier kommunizieren jedoch extra qualifizierte Fachkräfte mit den Nutzer*innen. Die Reichweite und die Nutzung dieses professionellen Angebotes durch junge Menschen steigen zunehmend – nicht zuletzt durch Werbung auf sozialen Medien, dessen Zugang altersbezogen begrenzt werden soll. Dem gegenüber steht die derzeit vorläufig zugelassene DiGA „hiToco®: ADHS Elterntesting“. Die einzige offizielle Anwendung, die sich auf Kinder mit einer psychischen Störung bezieht und auf einem bekannten Therapiemanual mit hoher Evidenz gründet.

Gleichzeitig ist zu beobachten, dass junge Menschen vermehrt in unregulierten Online-Räumen aktiv sind oder sich an Influencer*innen wenden, die psychische Themen aufgreifen, häufig ohne durch eine qualifizierte psychotherapeutische Ausbildung abgesichert zu sein. Dies zeigt, wie groß der Bedarf an professionell eingebetteten digitalen Angeboten ist, statt der Verlagerung von Beratung in ungeprüfte, kommerzielle oder unterhaltungsorientierte Inhalte.

Der bjkj e.V. empfiehlt:

1. Nachhaltige Finanzierung digitaler Versorgungsangebote: Digitale psychosoziale Angebote müssen systematisch finanziert, skaliert und evaluiert werden, um eine sichere, wissenschaftlich fundierte Unterstützung zu gewährleisten.
2. Verpflichtende Integration digitaler Kompetenzen in die psychotherapeutische Ausbildung: Psychotherapeut*innen brauchen systematisch vermittelte digitale Kompetenzen und regelmäßige Fortbildungen, um digitale Versorgungsformen fachgerecht nutzen und begleiten zu können.
3. Bürokratierame Digitalisierung der Praxis: Die Digitalisierung administrativer Abläufe darf keine zusätzlichen Hürden erzeugen, sondern muss Prozesse vereinfachen und den Zugang zur Versorgung erleichtern.
4. Regulierte Implementierung digitaler Angebote in die Regelversorgung: Digitale Gesundheitslösungen müssen geprüft, zertifiziert und in die bestehenden Versorgungssysteme eingebettet werden, anstatt dekontextspezifisch und fragmentiert zu bleiben.

Bundesgeschäftsstelle
Friedrichstraße 5
65185 Wiesbaden

Tel.: 0611 880879-50
Fax.: 0611 880879-51

info@bjkj-ev.de
www.bkj-ev.de

5. Partizipation junger Menschen in der Entwicklung: Angebote für Kinder und Jugendliche müssen unter direkter Beteiligung der Betroffenen entwickelt werden, um lebensweltnahe, niedrigschwellige und akzeptierte Lösungen zu schaffen.

6. Da insbesondere in der Psychotherapie die Beziehung zum/zur Therapeut*in der größte Wirkfaktor ist, kann alles Digitale nur als Ergänzung gesehen werden. Die gravierenden Versorgungslücken, insbesondere in ländlichen Regionen und benachteiligten Stadtteilen erschweren den Zugang zu Hilfe und der Mangel an Therapieplätzen verlängert die Wartezeiten.

Fazit:

Die Herausforderungen der psychischen Gesundheit junger Menschen in digitalen Lebenswelten sind hochkomplex – ein hohes Sicherheitsbedürfnis steht enormer Flexibilität und rasanter Entwicklung für kleine fragmentierte Gruppen gegenüber. Lösungen können jedoch nicht durch Verbotslogiken und immer weiteres Herauszögern erzeugt werden, sondern nur durch eine aktive, finanzierte, evidenzbasierte und lebensweltnahe Versorgungsstrategie. Der bkj e.V. befürwortet, digitale Innovationen verantwortungsvoll in die Versorgungslandschaft zu integrieren – zum Wohl der psychosozialen Entwicklung von Kindern und Jugendlichen und zur Weiterentwicklung professioneller Psychotherapie.

Für Rückfragen:

Dr. Inés Brock-Harder
brock-harder@bjkj-ev.de

Stephan Osten, M.Sc.Psych.
osten@bjkj-ev.de