

Pressemitteilung

9. Februar 2026

Erziehungstipps von KI kritisch hinterfragen

- **Aktionstag Safer Internet Day „KI and me – In künstlicher Beziehung“**
- **Künstliche Intelligenz (KI) kann im Familienalltag unterstützen, aber familiärer Austausch ist zum gesunden Umgang mit digitalen Medien entscheidend**
- **Projekt „Mediencoach“ hilft Eltern bei der Medienerziehung**

Ob einfache Rezeptideen, kreative Freizeitangebote oder Tipps zur Erziehung: Künstliche Intelligenz (KI) ist längst Teil des Familienalltags. Doch der Einsatz von KI birgt auch Risiken - insbesondere bei sensiblen Themen wie der Erziehung. Anlässlich des Safer Internet Day weisen SUCHT.HAMBURG und die Techniker Krankenkasse (TK) in Hamburg auf die Grenzen der Künstlichen Intelligenz (KI) in der Medienerziehung hin. „In den Beratungsgesprächen bei SUCHT.HAMBURG hören wir immer häufiger, dass sich Eltern an KI-Dienste wie ChatGPT wenden, um sich im Familienalltag zu entlasten“, sagt Christiane Lieb, Geschäftsführerin SUCHT.HAMBURG. „Leider sind die Antworten von ChatGPT und Co. nicht frei von Fehlern – vielmehr kann es dazu kommen, dass die KI ‚halluziniert‘. Dass ist insbesondere bei sensiblen Themen wie der Medienerziehung problematisch, weshalb Eltern die Quellen der KI unbedingt überprüfen sollten.“

Beim sogenannten „Halluzinieren“ berechnet die KI die Antworten jeweils neu und formuliert sie so, dass sie möglichst gut zu den Erwartungen der Nutzerinnen und Nutzer passen. Ob sie fachlich korrekt sind, ist dabei nicht entscheidend. Enthalten die zugrunde liegenden Daten Fehlinformationen, werden diese weiterverbreitet. Weiterhin bleibt die KI in den Antworten meist allgemein und schafft es nicht zu differenzieren. „Die pauschalen Empfehlungen der KI zu Bildschirmzeiten oder Medienregeln greifen zu kurz. Jedes Kind und jede Familie bringt unterschiedliche Voraussetzungen, Bedürfnisse und Herausforderungen mit. Eltern stehen daher vor der Herausforderung, KI bewusst als unterstützendes Werkzeug zu nutzen, ohne Verantwortung oder komplexe Entscheidungen an sie auszulagern“, so Lieb.

Austausch in der Familie über die Vorteile, aber auch Grenzen der KI

Um die KI im Familienalltag sicher nutzen zu können, hilft der Austausch zwischen den Familienmitgliedern. Hier setzt das von der Techniker Krankenkasse (TK) geförderte Projekt „**Mediencoach**“ von SUCHT.HAMBURG an. „Damit Eltern gemeinsam mit Kindern und Jugendlichen zur Nutzung von KI und zum gesunden Umgang mit digitalen Medien ins Gespräch kommen, braucht es Hilfestellungen wie den Mediencoach“, sagt Maren Puttfarcken, Leiterin der TK-Landesvertretung Hamburg. Mediencoach unterstützt Eltern dabei, Medienerziehung dialogorientiert, alltagsnah und gesundheitsfördernd zu gestalten. Mit praxisnahen Informationen, niedrigschwelligen Angeboten und fachlicher Begleitung stärkt das

Projekt die Handlungssicherheit von Familien und fördert einen bewussten Umgang mit digitalen Medien. „Uns ist klar: Nicht weniger Technik ist die Lösung, sondern mehr Austausch, mehr Reflexion und mehr gemeinsame Verantwortung im Umgang mit digitalen Medien“, so Puttfarcken.

Hinweis an die Redaktion

Der Safer Internet Day ist ein weltweiter Aktionstag für mehr Online-Sicherheit und für ein besseres Internet für Kinder und Jugendliche. Der Tag findet seit 2004 jedes Jahr statt – dieses Jahr am 10. Februar. In diesem Jahr ist das Motto „KI and me – In künstlicher Beziehung“.

Dass Chatbots wie ChatGPT oder Gemini einen erheblichen Teil ihrer Antworten erfinden und diese als Fakten darstellen, hat eine Studie der Europäischen Rundfunkunion gezeigt. Die Tagesschau hat im Oktober 2025 berichtet.

Mehr Informationen zum Projekt Mediencoach unter www.mediencoach.info.

Rückfragen für SUCHT.HAMBURG:

Cathrin Tettenborn

Referentin SUCHT.HAMBURG

Tel. 040 - 2849918-12

tettenborn@sucht-hamburg.de

Rückfragen für die TK-Landesvertretung Hamburg:

Antonia Paul

Landespressesprecherin

Tel. 040 - 6909 5511

antonia.paul@tk.de

