



Safer Sharenting

Kinderbilder bewusst,
sparsam und möglichst
privat teilen

INFORMATIONEN FÜR
ELTERN, BEZUGSPERSONEN
UND FACHKRÄFTE



SAFER SHARENTING

Kinderbilder bewusst, sparsam und möglichst privat teilen.

Für Eltern, Bezugspersonen und Fachkräfte aus Pädagogik, Psychologie, Kinder- und Jugendpsychiatrie, Jugendhilfe und Prävention.



BEGRIFF Was bedeutet Sharenting?

In dieser Broschüre verwenden wir den Begriff bewusst weit: Gemeint ist das digitale Teilen von Fotos, Videos oder persönlichen Informationen über Kinder - von einer privaten Messenger-Nachricht bis zu Status, Story und Social Media. In der Forschung wird Sharenting teilweise enger, vor allem als öffentliches Teilen auf sozialen Plattformen, definiert.

BEST PRACTICE Was bedeutet Safer Sharenting?

Safer Sharenting ist hier kein wissenschaftlich standardisiertes Verfahren und verspricht keine Risikofreiheit. Wir verwenden den Begriff für einen **Harm-Reduction-Ansatz**: Wenn Erwachsene Kinderbilder digital teilen, sollen vermeidbare Risiken so weit wie möglich reduziert werden. Aus Sicht maximaler Datenkontrolle ist Nicht-Teilen die risikoärmste Option - zugleich gehört digitales Teilen für viele Familien zur Alltagskommunikation.

Kinderrechte zuerst

Privatsphäre & informationelle Selbstbestimmung

Kinder haben ein Recht auf Privatsphäre. Erwachsene gestalten mit jedem Teilen auch Teile der digitalen Darstellung und des digitalen Fußabdrucks eines Kindes.

Babys & Kleinkinder

Eine vollständig informierte Zustimmung ist noch nicht möglich. Erwachsene müssen stellvertretend im besten Interesse des Kindes entscheiden und seine Privatsphäre besonders schützen.

Beteiligung nach Entwicklungsstand

Wenn Kinder ihre Sicht äußern können, sollten sie konkret beteiligt werden: Foto machen? Dieses Bild teilen? Mit wem? Ein *Nein* oder deutliches Unwohlsein gilt.

Wichtig

Ein normales Foto eines angezogenen Babys ist nicht automatisch tabu. Eine gezielte 1:1-Übermittlung an vertraute Großeltern ist anders zu bewerten als dieselbe Aufnahme in Status, Story oder öffentlichem Feed.

Die zentrale Logik auf einen Blick

Die folgende Übersicht fasst das Safer-Sharenting-Prinzip zusammen:

Mit zunehmender Reichweite sinkt die Kontrolle über ein einmal geteiltes Bild. Das dargestellte Risiko-Kontinuum dient als Orientierung für die Wahl des Übertragungswegs - nicht als Garantie, dass eine digitale Variante vollständig sicher ist.

ORIENTIERUNG Verschlüsselung schützt den Weg. Verantwortung schützt die Privatsphäre des Kindes.

Die Grafik unterscheidet bewusst zwischen Transportverschlüsselung und der Frage, was nach der Zustellung geschieht. Die Sicherheitskette wird auf Seite 4 vertieft.

Risiko-Kontinuum - Teil 1: möglichst kleiner Empfängerkreis



Risiko-Kontinuum - Teil 2: zunehmende Reichweite und Kontrollverlust



EINORDNUNG Wie die Grafik zu verstehen ist

Ein Profilbild, Status oder öffentlicher Feed ist nicht mit einem inhaltlichen No-Go wie Nacktheit gleichzusetzen. **Die Empfehlung wird wegen der Reichweite und des Kontrollverlustes strenger.** Umgekehrt bleibt auch eine 1:1-Nachricht nur dann vergleichsweise risikoarm, wenn Inhalt, Empfänger und Geräteumgang passen.

Vor dem Teilen: der Safer-Sharenting-Check

1. Muss ich es digital teilen?

Würde ein Videoanruf, persönliches Zeigen oder ein Ausdruck denselben Zweck erfüllen? Nicht jedes schöne Bild braucht Kopien auf weiteren Geräten.

2. Ist das Bild würdevoll?

Keine intimen, entwürdigenden oder stark verletzlichen Situationen. Denken Sie auch daran, wie das Kind das Bild später erleben könnte.

3. Muss das Kind erkennbar sein?

Bei größerer Reichweite Identifizierbarkeit stärker reduzieren. Gesicht, Name, Schule/Kita, Wohnort, Standort, Routinen oder Vereinslogos können sich kombinieren.

4. Welche Daten sind im Bild?

Hintergrund, Namensschilder, Hausnummern, Kennzeichen, Schulkleidung oder Standortdaten können mehr verraten als beabsichtigt.

5. Wer soll es wirklich erhalten?

Empfängerkreis so klein und bewusst ausgewählt wie möglich halten. Persönliches Vertrauen zählt mehr als technische Bequemlichkeit.

6. Welcher Kanal passt?

Bevorzugt Ende-zu-Ende-verschlüsselte, datensparsame Messenger. Broadcast- und Story-Formate erhöhen die Reichweite.

7. Was passiert nach Zustellung?

Galerie, Cloud, Backup, App-Berechtigungen und mögliche Weitergabe auf dem Empfängergerät mitdenken.

8. Langzeit-Check

Könnte ich meinem Kind später erklären, warum genau dieses Bild an genau diese Personen ging? Wenn Sie zögern: lieber nicht senden.

3-Fragen-Schnellcheck

1	2	3
Würde ich diese Weitergabe meinem Kind später gut erklären können?	Müssen wirklich alle vorgesehenen Personen dieses Bild erhalten?	Was wäre, wenn eine Kopie dauerhaft außerhalb meiner Kontrolle bleibt?

No-Gos: Inhalt und Situation

- Nacktheit oder Teilnacktheit sowie Wickel-, Bade- oder Toilettensituationen.
- Entwürdigende, bloßstellende oder stark belastende Situationen.
- Hochsensible Gesundheits-, Krisen- oder Therapiedetails ohne zwingenden Grund.
- Teilen gegen ein deutliches Nein oder sichtbares Unwohlsein des Kindes.
- Live-Standort oder klar erkennbare regelmäßige Aufenthaltsmuster öffentlich machen.
- Private Kinderbilder ungefragt aus einem Chat weiterleiten oder selbst veröffentlichen.

Safer Sharenting endet nicht beim Absenden

Wie die Sicherheitskette in der Übersicht auf Seite 2 bereits ankündigt:

Ende-zu-Ende-Verschlüsselung schützt primär den Übertragungsweg. Nach der Zustellung wird auch relevant, wie das **Empfängergerät** geschützt ist, wo das Bild gespeichert wird und ob es weitergegeben werden kann.

FACHHINWEIS Andere Kinder auf dem Bild

Wenn weitere Kinder erkennbar sind, müssen deren Rechte ebenfalls berücksichtigt werden. Erforderliche Einwilligungen sind zu beachten; ältere Kinder sollten zusätzlich selbst beteiligt werden. Die konkrete rechtliche Bewertung hängt vom Einzelfall und der Art der Nutzung ab.

1	2	3	4	5
Sendergerät	Übertragung	Empfängergerät	Speicherung	Weitergabe
Sperre, Updates, bewusst auswählen	Ende-zu-Ende verschlüsseln	Sperre, Updates, App-Zugriffe	Galerie, Cloud, Backup prüfen	Nicht posten oder ungefragt senden

Was Sender und Empfänger technisch mitdenken sollten

- Gerät mit PIN/Passwort schützen.
- Betriebssystem und Apps aktuell halten.
- Prüfen, ob empfangene Messenger-Bilder automatisch in die allgemeine Galerie übernommen werden.
- Cloud-Synchronisierung und Backups bewusst konfigurieren; unnötige Kopien vermeiden.
- Bei sensiblen Aufnahmen Geotagging/Standortdaten prüfen und bei Bedarf vor dem Teilen entfernen.
- App-Berechtigungen begrenzen: Nicht jede App braucht Zugriff auf die gesamte Fotomediathek.
- „Einmal ansehen“ oder verschwindende Nachrichten reduzieren Persistenz, verhindern Kopien aber nicht zuverlässig.
- Bei WhatsApp: Wenn Backups genutzt werden, Ende-zu-Ende-verschlüsseltes Backup bewusst aktivieren.
- Löschwünsche respektieren.

Unsere Familienregel für Kinderfotos

BEST PRACTICE Privat erhalten = privat behalten

Nicht ungefragt weiterleiten. Nicht posten. Nicht als Profil- oder Statusbild verwenden. Unnötige Kopien vermeiden. Löschwünsche respektieren.

Verschlüsselung ≠ Privatsphäre

MERKSATZ Zwei verschiedene Fragen

Verschlüsselung schützt den Transport. Privatsphäre fragt zusätzlich: Sollte dieses Bild überhaupt geteilt werden - und mit wem? Technischer Schutz macht einen problematischen Inhalt nicht automatisch angemessen.

Private Übermittlung ist nicht dasselbe wie Veröffentlichung

Das Risiko-Kontinuum auf Seite 2 ist die zentrale Orientierung:

Ein normales, würdiges Foto eines angezogenen Kindes in einer gezielten 1:1-Nachricht an eine vertraute Person ist anders zu bewerten als dasselbe Foto in Status, Story oder öffentlichem Feed.

Vergleichsweise risikoärmer	Persönlich zeigen / Ausdruck; 1:1-Nachricht an bewusst ausgewählte vertraute Person.
Mit Bedacht	Sehr kleine, bewusst ausgewählte Familiengruppe; klare Weitergaberegeln.
Eher vermeiden	Profilbild mit Kind oder größere Kontaktkreise: Sichtbarkeit hängt von Einstellungen ab, Reichweite und dauerhafte Kontoverknüpfung steigen.
Für Safer Sharenting nicht empfohlen	Status, Story und öffentliche/halböffentliche Feeds: deutlich größere bzw. weniger bewusst kontrollierte Reichweite.

Praxisorientierter Messengervergleich für private Kinderfotos

Praxisorientierte Einordnung, kein unabhängiger Produkttest. Technische Eigenschaften: Stand 16.08.2026; Funktionen können sich ändern. Die technischen Angaben wurden anhand aktueller Anbieter-Dokumentationen geprüft.

THREEMA Bevorzugte Option - Stärke: sehr hohe Datenminimierung; Nutzung ohne Telefonnummer oder E-Mail möglich. Ende-zu-Ende-Verschlüsselung; Apps sind Open Source; Kontaktsynchronisation ist optional. Serverinfrastruktur in der Schweiz. - Praktische Hürde: kostenpflichtig und nicht überall bereits installiert.	SIGNAL Bevorzugte Option - Stärke: starke standardmäßige Ende-zu-Ende-Verschlüsselung; Open Source; kostenlos. - Telefonnummer bleibt für Registrierung erforderlich, kann gegenüber Chatpartnern aber weitgehend verborgen werden; Kontaktaufnahme per Username möglich. - Optionale Signal Secure Backups sind Ende-zu-Ende-verschlüsselt.
WHATSAPP Alltagstauglicher Kompromiss - Persönliche Nachrichten, Fotos, Videos und Status-Updates sind Ende-zu-Ende-verschlüsselt. - Für Safer Sharenting bevorzugt 1:1 oder eine sehr kleine bewusst ausgewählte Gruppe. Status nicht empfohlen: Hauptproblem ist Reichweite/Kontrollverlust - nicht fehlende Transportverschlüsselung. - E2E-verschlüsselte Backups sind verfügbar.	TELEGRAM Für diesen Zweck nicht empfohlen - Secret Chats sind Ende-zu-Ende-verschlüsselt, aber nur 1:1 und separat von normalen Chats. - Normale Cloud-Chats und Gruppen verwenden keine Ende-zu-Ende-Verschlüsselung. ➤ Für private Kinderfotos sind Threema oder Signal die klareren Optionen.

Was sagt die Forschung?

GUT BELEGT

Privatsphäre, digitale Identität, Beteiligung und Kontrolle sind zentrale Forschungsthemen.

PLAUSIBEL / DOKUMENTIERT

Kontrollverlust, Kontextverlust, Weitergabe und digitale/KI-Manipulation sind dokumentierte Risiken.

WENIGER SICHER QUANTIFIZIERT

Die Häufigkeit schwerer langfristiger Folgeschäden ist deutlich weniger sicher beziffert.

Aktuelle Forschung ergänzt ein differenziertes Bild: Reviews zeigen unterschiedliche Motive des Teilens. Bei 31 befragten Jugendlichen waren Erfahrungen überwiegend ambivalent. Konflikte traten besonders bei wenig Kontrolle über geteilte Inhalte auf. Das stützt Beteiligung, nicht eine pauschale Schadensannahme.

Kommerzielles Family Influencing

ABGRENZUNG Nicht Gegenstand dieses Konzepts

Systematische Nutzung von Kindern für Reichweite, Werbung oder Einnahmen erfordert zusätzliche und strengere kinderrechtliche, ethische und rechtliche Maßstäbe.

Weiterlesen



Kinderfotos, Sharenting & Kinderrechte

Ratgeber & Kinderrechte.



Privatsphäre, Beteiligung & Einwilligung

Privatsphäre & Beteiligung.



Technische Sicherheit

Messenger & Gerätesicherheit.

Wissenschaftliche & fachliche Grundlage - Auswahl

- Berg, V., Arabiat, D., Morelius, E., Kervin, L., Zgambo, M., Robinson, S., Jenkins, M., & Whitehead, L. (2024). Young children and the creation of a digital identity on social networking sites: Scoping review. *JMIR Pediatrics and Parenting*, 7, e54414. <https://doi.org/10.2196/54414>
- Motevalli, S., Razak, R. A., Bailey, R. P., Madhie, A. B., Mehdinezhadnouri, K., & Pan, Y. (2025). Parents' sharenting behaviours: A systematic review of motivations, attitudes, perceptions, and impression management perspectives. *F1000Research*, 14, 448. <https://doi.org/10.12688/f1000research.161540.2>
- Peleg, O., Hadar-Shoval, D., & Hadar, E. (2025). To share or not to share: Adolescents' experience with sharenting. *Children & Society*, 39(5), 950–961. <https://doi.org/10.1111/chso.12963>
- Tosuntaş, Ş. B., & Griffiths, M. D. (2024). Sharenting: A systematic review of the empirical literature. *Journal of Family Theory & Review*, 16(3), 525–562. <https://doi.org/10.1111/jftr.12566>
- Deutsches Kinderhilfswerk e. V. (2025). *Sharing is not caring: Wie man die Privatsphäre von Kindern im Internet schützt*. <https://shop.dkhw.de/Sharing-is-not-Caring>
- UNICEF. (n.d.). *What you need to know about "sharenting"*. <https://www.unicef.org/parenting/child-care/sharenting>

Hinweis: Präventions- und Medienbildungsinformation; keine individuelle Rechtsberatung. Technikstand: 16.08.2026.