

Voor jongeren zijn sociale media een plek waar ze vrienden ontmoeten, zichzelf uiten en nieuwe dingen ontdekken. Het Nederlands Jeugdinstituut ziet sociale media daarom als een leefomgeving - net als thuis of op school. Een leefomgeving die, afhankelijk van de context, ook schadelijk kan zijn. Dit vraagt om beleid dat zich enerzijds richt op veiligheid in de basis en anderzijds ruimte biedt voor ontwikkeling.

Stel je voor...

Je staat als ouder op een druk kruispunt. Je moet je kind veilig naar de overkant brengen. Er zijn geen verkeerslichten, zebrapaden of gedeelde regels. Auto's razen voorbij en knipperende reclameborden schreeuwen om aandacht. Niemand stopt, iedereen toetert. Omstanders roepen dat je vooral zelf veilig naar de overkant moet zien te komen en op moet passen voor het gevaar.

Zo zijn sociale media nu grotendeels ingericht. Deze platforms zijn ontworpen voor winst, niet voor het welbevinden van gebruikers. En toch zijn ze een leefomgeving waarin kinderen en jongeren opgroeien. Maar vaak wordt er niet gesproken over sociale media als leefomgeving. In plaats daarvan worden sociale media vaak gezien als een middel, iets inherent schadelijks, zoals alcohol of tabak.

Net zo vaak wordt van kinderen en hun ouders verwacht dat ze zichzelf beschermen tegen fenomenen als algoritmes, desinformatie en sociale druk. Dit zouden we in andere leefomgevingen van kinderen nooit accepteren als de enige maatregel om ze gezond, veilig en kansrijk te laten opgroeien.

De vraag is niet makkelijk, dus maatregelen zijn dat ook niet

Er zijn veel zorgen over de invloed van sociale media op het welbevinden van kinderen en jongeren. Deze zorgen gaan onder andere over het zien van schadelijke inhoud, mentaal welbevinden, grensoverschrijdend gedrag, verslavende mechanismen op de platforms, en nog veel meer. De afgelopen jaren signaleerden we het volgende:

- Dat er onvoldoende structurele bescherming en regelgeving is geweest voor het ontwerp van digitale platforms. De focus lag veel op voorlichting en de individuele verantwoordelijkheid van kinderen en hun opvoeders;
- Dat een gezamenlijke, integrale aanpak ontbreekt. Er zijn veel losse initiatieven binnen sectoren als onderzoek, onderwijs, zorg en beleid, waarin steeds opnieuw het wiel wordt uitgevonden;
- Dat de wetenschappelijke consensus – op dit moment – over sociale media niet toereikend is als antwoord op de maatschappelijke zorgen, waarbij het sentiment lijkt: schermgebruik is per definitie slecht, schermvrij is altijd beter.

Er bestaan veel verschillende definities van *sociale media*, en de effecten verschillen per kind, situatie en manier van gebruik. Hierdoor lopen we het risico om beleid te maken dat te algemeen is, en daardoor ineffectief. Hoe gaan we om met iets dat zowel positieve, neutrale als negatieve gevolgen kan hebben?

Is sociale media verbieden een effectieve maatregel?

Vanuit de bezorgdheid ontstaat steeds meer de vraag of het nodig is om sociale media voor kinderen en jongeren (deels) te verbieden. Maar dat verbod kan averechts werken, doordat:

- het niets verandert aan het schadelijke ontwerp van platforms – sterker nog, de druk op bedrijven om hun platformen veiliger te maken verdwijnt en de illusie ontstaat dat alle risico's weg zijn;
- er dan meer tijd en middelen moeten worden geïnvesteerd in handhaving, terwijl die juist nodig zijn om onderdelen aan te pakken waarvan we wél weten dat ze schadelijk zijn – zoals verslavend ontwerp, het gebrek aan data-eigenaarschap of schadelijke beelden;
- er geen rekening wordt gehouden met de onderlinge verschillen tussen kinderen en jongeren, en we vergeten dat sociale media voor sommige jongeren juist kansen biedt op meedoen, informatie, hulp, steun en sociale verbinding.

Een andere manier van kijken naar sociale media

Door sociale media te beschouwen als een leefomgeving – net als thuis of op school – ontstaat er ruimte om onderdelen aan te pakken waarvan we weten dat ze schadelijk zijn, zoals gebrek aan data-eigenaarschap of verslavend ontwerp. Goede bescherming in een leefomgeving kan bijvoorbeeld door het invoeren van wetten, investeringen, het aanbieden van alternatieven en gerichte beleidsmaatregelen, zoals 'Safety by design'.

Denk aan de eerdergenoemde voorbeelden uit het verkeer: verkeerslichten, zebrapaden of verkeersregels. Waar moeten we dan aan denken bij sociale media?

- **Een overheid die samenhangend beleid voert** met interdepartementale en Europese samenwerking, bijvoorbeeld rond privacy, gezondheid, onderwijs en kinderrechten, en de goede uitvoering van bestaande wetten met het belang van kinderen voorop (zoals de AVG en de DSA).
- **Leren van andere domeinen en omgevingen** waar al goede kaders bestaan. Denk aan het Kijkwijzersysteem voor audiovisuele media.
- **Investeren in alternatieve, fysieke ontmoetingsplekken en buitenruimten** die de volledige aandacht van jongeren waard zijn, zodat ze het nergens anders hoeven zoeken.
- **Aanbieden van alternatieven aansluitend op maatschappelijke waarden en vragen**, zoals eenvoudige telefoons, platforms met minder gepersonaliseerde feeds, geen eindeloos scrollen en een 'rode knop' om een melding te doen en gegevens te verwijderen.
- **Jongeren actief betrekken** bij het vormgeven van – veiligheid in – hun digitale leefwereld.
- **Het versterken van mediawijsheid** in opvoeding en onderwijs. Dit omvat zowel technische vaardigheden als kritisch denken, creatief gebruik en ethische reflectie.
- **Het goede voorbeeld geven** door zelf tijd zonder scherm door te brengen, en kinderen en jongeren aan te moedigen om buiten te spelen, vriendjes te maken en te bewegen.

Van afnemen naar alternatieven bieden

Een gezonde, veilige en kansrijke omgeving – zowel online als offline – vraagt onder andere om ritme, rust en ruimte. Maar vraagt ook om opvoeders die aanwezig zijn en aandacht hebben, en om een samenleving die plekken biedt waar kinderen en jongeren zich gezien en gehoord voelen en elkaar kunnen ontmoeten. Sociale media kunnen dat zijn, als we ze goed inrichten. Laten we daarom niet kijken naar wat we kunnen verbieden of weghalen, maar vooral naar wat we kinderen en jongeren kunnen bieden – begeleiding, begrenzing, aandacht, steun, veiligheid en alle ruimte om zich te ontwikkelen.