

Position Paper GezinsPlatform.NL (blok 3 – opvoeders)

Bij rondetafelgesprek 28-5-2025 georganiseerd door de vaste commissie voor Digitale Zaken van de Tweede Kamer der Staten-Generaal inzake 'Jongeren en sociale media'.

***Schets van het probleem binnen het gezin***

Onderzoek en de ervaring van ouders en kinderen/jongeren zelf maken steeds duidelijker dat effecten van sociale media gebruik op de fysieke en mentale gezondheid van kinderen/jongeren hun ontwikkeling binnen het gezin schaadt en daarmee de samenleving.

Ouders staan onder grote druk om alle ballen van (mantel)zorg en werk in de lucht te houden. Contact maken met hun kinderen is vaak een strijd omdat deze vastgekleuisterd zitten aan hun telefoon. Jongeren, zo geven zij zelf aan, zijn verslaafd aan sociale media en games, ervaren concentratie- en slaapproblemen, depressies en eenzaamheid.

De dynamiek en balans binnen het gezin is ontwricht. Daar waar kinderen zich motorisch, sociaal en emotioneel moeten kunnen ontwikkelen tot zelfbewuste jongvolwassenen die vrije keuzes kunnen maken en hun verantwoordelijkheid in de samenleving kunnen oppakken, sturen sociale media en games aan op stilzwijgende afzondering: ieder met een eigen mobieltje in zijn eigen digitale wereldje, gevangen in verslavende algoritmes.

De individualisering in onze samenleving maakt dat gezinnen zich alleen voelen staan en denken dat 'geluk' en 'ongeluk' (zoals 'hoe krijg ik mijn kind achter dat scherm vandaan') aan hen zelf te wijten is. De zorgen en frustraties zijn er volop, ze delen valt hun zwaar.

Standpunt GezinsPlatform.NL

De eerste verantwoordelijkheid voor bewustwording en bescherming ligt bij de ouders, in het gezin. De online wereld die het leven van kinderen en jongeren binnentreedt, is voor (de meeste) ouders echter te groot, te complex en te onbekend om te overzien en/of aan te pakken. Waar ouders in de fysieke wereld er alles aan doen hun kinderen zo goed mogelijk te begeleiden en hun veiligheid te garanderen, laten zij – vaak uit onkunde of onmacht – hun kinderen in de online wereld over aan verslavende algoritmes die vooral inspelen op emoties. Emoties die zeker kinderen nog niet kunnen reguleren.

Daarom vindt GezinsPlatform.NL dat ouders ondersteund zouden moeten worden in hun opvoedtaak o.a. doordat zij geïnformeerd worden over de verslavende en nadelige effecten en over goede alternatieven, dat er voldoende voorzieningen zijn om bv meer te bewegen en elkaar fysiek te ontmoeten, dat scholen samen met ouders en leerlingen het gesprek aangaan over schermgebruik en cyberpesten.

Daarnaast dienen we als samenleving onze collectieve verantwoordelijkheid te nemen om dit groeiende probleem aan te pakken: van scholen tot (tech)bedrijven en van de overheid tot wetenschappers. Immers, de schade aan de fysieke en mentale gezondheid van kinderen/jongeren binnen het gezin, dragen zij als (jong)volwassenen mee de samenleving in. Daarom is een breed gedragen maatschappelijke beweging nodig zodat ouders en andere opvoeders zich gesteund weten, hulp durven vragen en hulp kunnen krijgen.

Zoals er bv. een leeftijdsgrens is voor het kopen en gebruiken van alcohol, stelt GezinsPlatform.NL voor om een leeftijdsgrens van 16 jaar door te voeren voor het gebruik van sociale media platforms. Daarbij is een waterdichte leeftijdsverificatie nodig, zodat een kind alleen met toestemming van de ouder zich daarop kan begeven.

Enkele kanttekeningen

Vaak wordt, ook door ouders, aangegeven dat een smartphone zo fijn is om contact te houden met elkaar en vriendjes en familie. Er is een belangrijk verschil tussen sociale netwerken en sociale media platforms. Bij de eerste gaat het om communicatie en om tweerichtingsverkeer, bij de tweede gaat het om een kanaal waarover informatie wordt verspreid/gezonden, vaak met commerciële (en soms ideologische) doelen. Via deze kanalen krijgt een kind toegang tot de hele wereld en hele wereld toegang tot het kind.

De sociale media platforms zijn niet gemaakt met kinderen in gedachte, maar worden steeds meer door hen gebruikt omdat zij op steeds jongere leeftijd een smartphone krijgen.

Als positieve kant wordt soms genoemd dat kinderen/jongeren die buiten de boot vallen of thuis in een lastige situatie zitten, een toevlucht vinden bij mensen of gemeenschappen die hen begrijpen en opvangen. Zonder de positieve mogelijkheden te ontkennen, moeten we ons afvragen of dit betekent dat er blijkbaar in de fysieke wereld geen mensen zijn die zich om hen bekommeren, wat we daar als samenleving van vinden en of we de online wereld de geschikte plek vinden voor kwetsbare kinderen/jongeren om opgevangen te worden.

10-puntenplan Aanpak overmatig schermgebruik

GezinsPlatform.NL heeft, samen met organisaties vanuit het maatschappelijk middenveld, tijdens de Week van het Gezin (11 t/m 17 mei 2025) met als thema 'Scherm uit, gezin aan' een 10-puntenplan aan de Commissie Digitale Zaken aangeboden. Met dat plan roepen we de Commissie op een actieve dan wel ondersteunende rol op te pakken bij zaken zoals voorlichting en bewustwording, ouderondersteuning, stimuleren van bewegen en digitale geletterdheid. Kortom: Breng de fysieke en mentale effecten van overmatig schermgebruik (door o.a. sociale media) op kinderen/jongeren in beeld én op de dynamiek en balans binnen het gezin en de bredere (opvoed)kringen zoals familie en school. Ontwikkel/ stimuleer beleid, pas dat toe en evalueer het regelmatig.

Conclusie

De nadelige en ontwrichtende effecten van sociale media en overmatig schermgebruik maken het gezinnen uitermate moeilijk hun opvoedtaak goed uit te oefenen.

Ouders kunnen dat niet zelf oplossen omdat de online wereld waar hun kinderen zich in begeven (vaak) te complex en te onbekend is. Gezinnen hebben daar vanuit de samenleving en de overheid ondersteuning bij nodig.

Gezinnen zijn gebaat bij: goede voorlichting, verbod op sociale media platforms onder de 16 jaar, waterdichte leeftijdsverificatie en toegang alleen na toestemming van ouders, brede maatschappelijke steun en ontwikkeling van alternatieven (voor o.a. meer beweging en fysieke ontmoeting).