

Tweede Kamer der Staten-Generaal
Vaste Kamercommissie Digitale Zaken
Postbus 20018
2500 EA Den Haag

Stichting Voor Werkende Ouders
Simon Stevinweg 39
1401TB Bussum



Betreft: Position Paper Rondetafel Jongeren en sociale media

Bussum, 12 mei 2025

Geachte Kamerleden,

Social media is niet meer weg te denken uit het dagelijks leven van kinderen en jongeren. Het biedt kansen voor verbinding, leren en zelfexpressie, maar brengt ook risico's en uitdagingen met zich mee. Als ouders maken wij ons zorgen over de impact van sociale media op de ontwikkeling, het welzijn en de veiligheid van onze kinderen. Dit position paper geeft onze visie weer en doet een oproep aan beleidsmakers, scholen, technologiebedrijven, ouders en de samenleving om samen verantwoordelijkheid te nemen. U leest ook quotes van ouders die in de Staat van Gezinnen 2025 sociale media als tweede grootste zorg benoemen.

'Ik denk dat polarisatie/individualisering en het huidige politieke klimaat, samen met social media de grootste impact gaan hebben op de wereld waarin mijn kind leeft. Ik maak me daar wel zorgen over. Hoe gaat het er voor hem uitzien qua sociaal leven/omgangsnormen?'

Maatschappelijke opvoeduitdaging zonder antwoord

Wij erkennen de waarde van sociale media als middel voor communicatie en sociale interactie.

Tegelijkertijd ervaren wij dat het gebruik ervan vaak leidt tot negatieve effecten zoals:

- Verslaving en overmatig gebruik: Kinderen raken soms te veel tijd kwijt aan sociale media, wat ten koste gaat van slaap, fysieke beweging en face-to-face contact.
- Cyberpesten: Online pesten veroorzaakt stress, onzekerheid en soms ernstige psychische problemen.
- Groepsdruk: Sociale media zorgt ervoor dat kinderen en jongeren zich voortdurend verplicht voelen om online actief te zijn, alle berichten te volgen en mee te doen aan trends, uit angst om buitengesloten te worden (FOMO), wat kan leiden tot stress, slaapproblemen en verminderde schoolprestaties. Daarnaast versterkt sociale media het vergelijken met anderen en de druk om een perfect leven te tonen, wat gevoelens van onzekerheid, angst, depressie en een lager zelfbeeld kan veroorzaken; in ernstige gevallen kan groepsdruk bijdragen aan cyberpesten en langdurige psychische klachten.
- Privacy en veiligheid: Kinderen zijn zich vaak onvoldoende bewust van de risico's rondom privacy en delen persoonlijke informatie die misbruikt kan worden.
- Desinformatie en ongepaste content: Sociale media kan leiden tot blootstelling aan onbetrouwbare informatie, haatzaaien en schadelijke content.
- Online risico's: Sexting, slutshaming, bedreiging, haat en contact met onbekenden en mensen met verkeerde bedoelingen zijn slechts een aantal van de online risico's waar wij kinderen online aan blootstellen zonder enige vorm van bescherming.
- Individualisering: Sociale media zorgt ervoor dat jongeren meer op zichzelf gericht raken, wat kan leiden tot eenzaamheid, prestatiedruk en psychische klachten zoals stress en onzekerheid. Het gaat vaak ten koste van verbondenheid met anderen en het gevoel van sociale steun.

'Individualisering en social media, lastig om hier de opvoeding op aan te passen, zodat een kind de ander ziet en eigen grenzen kan bewaken. Echt een uitdaging.'

We worden als ouders geconfronteerd met een maatschappelijke opvoeduitdaging waar we geen antwoord op weten en niet worden ondersteund door regelgeving en omgeving. We hebben geen zicht op wat er allemaal in deze digitale wereld gebeurt en voelen ons machteloos. We zien de risico's maar willen ons kind ook niet buitensluiten van de sociale interacties op sociale media. Sterker nog ouders krijgen de schuld vanwege het 'gebrek aan opvoeding'. Ouders zitten echter verlegen om oplossingen. De risico's onderstrepen echter het grote belang van digitale weerbaarheid, goede begeleiding door ouders en scholen en effectieve regelgeving en bescherming door digitale platforms

'Individualisering en sociale media, dit heeft een negatieve invloed op het mentale welzijn van de gehele gemeenschap.'

Noodzaak

Om onze kinderen veilig en gezond te laten opgroeien in een digitale wereld, vragen wij:

1. Ondersteuning voor ouders: Er moet meer toegankelijke informatie en ondersteuning komen voor ouders om het sociale mediagebruik van hun kinderen te begeleiden en grenzen te stellen. Informeer ouders ook over andere opties zoals Boekstart, speeltheken en het gratis abonnement van de bibliotheek.
2. Buitenspelen stimuleren: Zorg voor meer buitenspeelplekken. Elke gemeente moet, met ouders en kinderen, een buitenspeelbeleid opstellen dat in het belang is van de fysieke ontwikkeling van kinderen. Investeer in kinderopvang voor alle kinderen zodat ze lekker kunnen spelen op de BSO en leren van de sociale interactie.
3. Betere voorlichting en educatie: Integreer digitale geletterdheid en bewust schermgebruik in het schoolcurriculum, met lessen over balans tussen online en offline activiteiten. Zorg voor alternatieven voor de vele digitale schoolmiddelen. Stimuleer scholen om aan het begin van elk schooljaar in samenspraak met ouders en leerlingen duidelijke regels rondom sociale media op te stellen. Investeer in schoolprogramma's over mentale gezondheid zoals 'Je Brein de Baas'. Geef zelfverdediging bij gymles.
4. Verantwoordelijkheid van platformen: Technologiebedrijven moeten strengere maatregelen nemen tegen schadelijke content, privacybescherming verbeteren en tools bieden om gebruik te reguleren. Stimuleer de ontwikkeling van apps en functies op apparaten die schermtijd monitoren en beperken, zoals automatische tijdslimieten.
5. Beleid en regelgeving: Overheden dienen duidelijke regels te stellen die de veiligheid van kinderen op social media waarborgen. Maak het mogelijk om historie op sociale media te verwijderen (recht op vergetelheid). Veranker beleid in de overheidsorganisatie en investeer in langdurig onderzoek naar de effecten van schermtijd. Evalueer regelmatig beleidsmaatregelen om effectiviteit te waarborgen.

'Zoveel jonge kinderen die hier al aan mee doen, hoe ga ik dit met mijn kinderen aanpakken? Het liefst wil ik dat hier een wetgeving op komt.'

Sociale media hoort bij het leven van onze kinderen, maar het mag hun welzijn en ontwikkeling niet in gevaar brengen. Wij vragen om een integrale aanpak waarin ouders, scholen, technologiebedrijven en overheid samen zorgen voor een veilige, gezonde en verantwoorde digitale leefomgeving. Wij roepen daarom alle betrokken partijen op om samen te werken aan een veilige digitale omgeving voor kinderen. Ouders willen graag een actieve rol spelen, maar kunnen dit alleen met de juiste ondersteuning en heldere kaders. Alleen door gezamenlijke inzet kunnen we de kansen van sociale media benutten en de risico's beperken.

Dank u wel voor de uitnodiging op hier met u op 28 mei verder over gedachte te wisselen bij de rondetafel Jongeren en sociale media. Wij kijken er naar uit en beantwoorden graag uw vragen.

Namens ouders,

Marjet Winsemius
Directeur Stichting Voor Werkende Ouders.

Graag willen wij u deze quotes van ouders uit de Staat van Gezinnen 2025 niet onthouden. De Staat van Gezinnen wordt uitgebracht naar aanleiding van de Internationale Dag van het Gezin. Het is de vierde keer dat dit onderzoek plaats heeft gevonden. 8.729 ouders beantwoorden 74 vragen, waarvan 16 open vragen. Ook zijn er 6 gesprekken gevoerd met 33 ouders en is er gekeken naar het verschil in antwoorden afhankelijk van het inkomen dat ouders hebben. Het onderzoek gaat in op hoe gezinsvriendelijk Nederland is, wat de uitdagingen en zorgen van ouders zijn en hoeveel stress zij ervaren. Dit is een greep uit de antwoorden die ouders over sociale media hebben opgeschreven.

Maatschappelijke druk door social media. Je hoort er steeds vaker slecht nieuws over, maar je kan tegenwoordig ook moeilijk je kind het gebruik van social media verbieden.

Social media, ik vind zelf al moeilijk om te weerstaan, laat staan voor jonge kinderen.

Social media en online risico's. Ik wil pertinent niet dat mijn kind digitaal les krijgt via powerboard, tablet, laptop en mobile telefoon. Tot 16 sowieso geen social media.

Ik maak me zorgen over het toenemend gebruik van social media en telefoons in het algemeen. Ik ben bezorgd over de sociale ontwikkeling van kinderen en jongvolwassenen die hierdoor onder druk staat en de impact die social media heeft op de mentale gezondheid van kinderen en jongeren.

Social media gebruik, kinderen schermtijd beperken maar ook niet achter willen laten blijven doordat in de omgeving/vrienden wel gebruik maken van gsm en social media.

Social media, jongeren en volwassenen zijn verslaafd aan telefoon, alcohol, drugs gokken etc. Media en fabrikanten spelen voortdurend in op menselijk brein om ze maar zo jong mogelijk verslaafd te krijgen.

Social media, omdat ze tegenwoordig een vervreemd beeld krijgen van de werkelijkheid door social media.

Social media, je wil je kind niet te vroeg in aanmerking laten komen, maar sociaal ook geen achterstanden of buiten de boot laten vallen met leeftijdsgenoten.

Social media, telefoon, je kunt niet 24 uur met je kind meekijken. Sociale druk om te voldoen aan beeld wat geschetst wordt op social media.

Social media. De groepsdruk word zo hoog en op de socials komen uitdagingen voorbij wat zeer gevaarlijk kan zijn en uiteraard is de ingang voor personen die verkeerde bedoelingen hebben heel makkelijk via de socials.

Social Media. Dit heeft steeds meer invloed op hoe kinderen zich gedragen. Vind dit heel zorgelijk.

Social media. Dit zorgt voor een onrealistisch wereldbeeld waarmee kinderen zichzelf druk opleggen.

Sociale media & online risico's omdat ik zie hoe mijn zoontje nu al naar schermpjes toe trekt (hij is 6). Het vraagt echt inspanning om hem er zo veel mogelijk bij weg te houden.

Sociale media & online risico's, Op dit moment bieden we geen schermen aan, maar er gaat een moment komen dat het wel is. Ik maak me zorgen of kinderen nog wel normaal face to face met elkaar kunnen communiceren.

Sociale media & online risico's: lastig om hier een goede opvoedingsstrategie in te kiezen.

Sociale media de wereld wordt zo groter voor kinderen en beïnvloeding door media waar je niet altijd grip op hebt.

Sociale media en de risico's. Ik vind het zorgwekkend hoe sociale media pesten in de hand werkt, het concentratievermogen vermindert en sociale contacten vermindert.

Sociale media en online risico's omdat wij beiden in het onderwijs werken en daar veel negatieve effecten zien van (a)social media op kinderen.

Sociale media en online risico's, als iemand geboren in de jaren 70 is het voor mij lastig om het hele online gebeuren goed te overzien.

Sociale media en online risico's, ik ben vroeger zelf gepest maar mijn thuis was mijn veilige haven. tegenwoordig is dit 24/7 dankzij het internet.

Sociale media en online risico's, kinderen zijn daar zo gevoelig voor en je hebt het als ouder niet altijd in de hand.

Sociale media en online risico's, omdat de online wereld soms steeds verder lijkt af te staan van de werkelijkheid. Moeilijk om je kind(eren) hierin te begeleiden.

Sociale media en online risico's. Ik zie zoveel online pestgedrag wat kinderen tot suicide leidt. Ik vind dat echt verschrikkelijk.

'Waar ik me het meeste zorgen over maak: De hoge verwachtingen en invloed van social media op kinderen.'

De gevolgen van sociale media onder de jeugd/maar eigenlijk ook onder volwassenen, zowel fysiek als (voornamelijk) mentaal vind ik zwaar onderschat, hier wordt nog te weinig aandacht aan geschonken en vind ik zeer zorgwekkend.

Sociale media en online risico's. Vroeger was rijden zonder gordel normaal of roken tijdens zwangerschap: er is sprake van voortschrijdend inzicht. Dit dient ook tijdig te worden vastgesteld voor de jeugd dat sociale media gebruik vanaf zelfs jonge leeftijd door ouders niet meer moet worden toegestaan. De overheid kan hier een regierol op nemen. Op dit moment staan we toe dat onze jeugd aan een sociaal experiment deelneemt.

Sociale media en online risico's omdat ik 2 jonge kinderen heb die steeds meer hiermee in aanraking zullen komen. Als ouders heb je hier niet 24/7 zich op. Zeker naarmate de kinderen ouder worden.

Sociale media en online risico's voor de kinderen. Ook de fysieke ongemakken die passen bij te veel schermgebruik aan bijvoorbeeld de ogen en lichaamshouding.

Sociale media en online risico's. Kinderen worden hier te veel mee geconfronteerd. Wij proberen het te beperken maar om zich heen zien ze het toch.

Sociale media en online uitingen: ik heb geen zicht erop, geen tijd om dat allemaal te controleren Sociale media en online, alles veranderd zo snel en het is niet tastbaar genoeg voor me.

Sociale media en polarisatie omdat ik daar in mijn werk als docent de negatieve gevolgen van terug zie en mijn kinderen gaan daar waarschijnlijk ook de negatieve gevolgen van ondervinden.

Sociale media en risico's omdat dit maatschappelijk zwaar onderschat wordt.

Sociale media en risico s. Ik heb er zelf een hekel aan en gebruik het dus niet. Het brengt m.i. de wereld vooral negatieve dingen en weinig positiefs. Maar ik zal mijn zoontje toch iets erover moeten leren zodat hij veilig het internet op kan later. Ik weet alleen echt niet hoe. Kinderen zijn kwetsbaar en makkelijk te manipuleren door kwaadwillenden. Hoe maak je ze daar weerbaar tegen??

Sociale media en vooral hoe gemakkelijk het ons beïnvloed, waardoor het bijdraagt aan een steeds meer groeiende oorlogsdreiging.

Sociale media maakt alles perfect wat echt niet bestaat.

Sociale media omdat het zo erin sluipt bij kinderen dat ze niet altijd in de gaten hebben dat wat ze zien niet echt is bijvoorbeeld of gevaarlijke challenges.

Sociale media omdat ik mijn eigen invloed hierop lastig vind en het een onderwerp 'dichtbij huis' is.

Sociale media vanwege de dagelijkse impact op het gedrag van mijn 7-jarige zoon.

Sociale media, dat gaat een enorme impact hebben op de jeugd van onze kinderen. En dan met name de beïnvloedbaarheid en gebrek aan realiteit.

Sociale media, doordat kinderen in contact komen met dingen waar je als ouder geen zicht en invloed op hebt.

Sociale media, ik ben erg bang wat het met mijn kind gaat doen als ze er groot genoeg voor is.

Sociale media, ik zie de wereld drastisch veranderen en sociale media spelen hier een enorme rol in.

Sociale media, je hebt het niet in de hand.

Sociale media, je hoort zoveel dat er wordt gepest online en dat kinderen zo gefocust zijn op hun apparaten. Je hoopt voor je kinderen dat ze niet zo super afhankelijk worden, maar ik vermoed dat dit onvermijdelijk zal zijn.

Sociale media, kinderen worden niet genoeg beschermd. + Hele digitalisering van alles (op school met digiborden etc).

Sociale media, klimaatverandering, oorlog. Het voelt alsof de planeet kan instorten als deze 3 samenkomen.

Sociale media, maak me zorgen over impact op mentale welzijn.

Sociale media, omdat dat ons direct bereikt en veel invloed uitoefent op ons en het gezin.

Sociale media, omdat de sociale omgeving van mijn kind dit waarschijnlijk gaan doen waardoor ons kind mee wil doen. We willen hier goed over praten met onze kinderen maar het liefst willen we een verbod hierop tot een bepaalde leeftijd.

Sociale media, omdat er denk ik te weinig bekend is over de gevaren ervan en hoe erg het kinderen kan beïnvloeden.

Sociale media. Omdat ik er geen grip op heb. Ik weet nog niet goed genoeg wat ik er van vind. En hoe het beter zou moeten. Al ben ik me wel bewust van mijn eigen telefoonverslaving.

Sociale media. En de invloed op sociale cohesie en communicatie. Mensen nemen klakkeloos aan dat informatie via sociale mediakanalen klopt. Zelf nadenken of andere bronnen raadplegen is er niet meer bij.

Sociale media. Enorme beïnvloeding wat effect heeft op zelfbeeld.

Sociale media. Ik merk hoe lastig het is voor mijn dochter om daar niet in te verdwalen. Ze laat op haar 12de al echt verslavend gedrag zien.

Sociale media, word veel druk op de kinderen gelegd, lopen al jonger met een telefoon rond waar ze door beïnvloed worden. Oorlog.

Sociale media, zoveel druk voor kinderen om perfect te zijn.

Sociale media. De komst van ai en wat er allemaal gemaakt kan worden baart me zorgen.

Sociale media, ook omdat grotere thema's daar terugkomen en polariserend neergezet worden.