

Position paper Jongeren en sociale media

Position paper ten behoeve van Tweede Kamer rondetafelgesprek
Jongeren en sociale media op 28 mei 2025

Voor kinderen en jongeren is de digitale wereld onlosmakelijk vervlochten met de fysieke wereld. Onderzoek laat zien dat Nederlandse jongeren gemiddeld zes uur per dag op hun telefoon zitten, waarvan tweeënhalf uur op sociale media¹. Online zijn ze actief: ze leren, onderhouden sociale contacten, spiegelen zich aan rolmodellen, en vinden ontspanning en inspiratie. De digitale wereld draagt bij aan hun ontwikkeling en identiteit. Tegelijkertijd lopen kinderen tegen risico's aan, zoals schadelijke content, overmatige schermtijd, verslavend ontwerp, mentale druk en *fear of missing out*, ongepaste reclame en online interacties met verkeerde bedoelingen.

Er is in de samenleving terecht een groeiende zorg over de invloed van sociale media op de ontwikkeling van kinderen en jongeren. Als Kinderrechtenorganisatie zien we dat kinderrechten online niet gewaarborgd zijn.

In dit position paper besteden we achtereenvolgens aandacht aan wat er nodig is om kinderrechten op sociale media te waarborgen. Hierbij gaan we specifiek in op de optie om een verbod in te voeren voor sociale media. Vervolgens gaan we dieper in op het belang van jongerenparticipatie en lichten we een aantal resultaten uit een representatieve jongerenpeiling over sociale media uit. We besluiten met enkele aanbevelingen.

1. Online bescherming en de rechten van het kind

UNICEF herkent veel van de zorgen rondom sociale media en jongeren die breed in de samenleving leven. Waar we in de fysieke wereld alles optuigen om kinderen te beschermen, ontbreken die beschermingsmechanisme online nog bijna volledig.

Wij pleiten voor een structurele en integrale aanpak waarbij regulering, handhaving en preventie hand in hand gaan. Een belangrijk onderdeel van de aanpak is dat er stevige regels van kracht zijn waarin kindvriendelijk ontwerp van sociale media platforms wordt afgedwongen. Denk aan het aan banden leggen van verslavende algoritmen en het modereren van schadelijke content. Wet- en regelgeving moet niet alleen streng zijn, maar ook effectief worden gehandhaafd.

In de besluitvorming rondom online kinderrechten is het van belang om het Kinderrechtenverdrag als afwegingskader te gebruiken. Kinderrechten die hierbij in ieder geval in overweging moeten worden genomen zijn: het recht op privacy, recht op informatie en meningsvorming- en uiting, recht op gezond opgroeien, recht op bescherming en het recht op spel. In besluitvorming dienen al deze rechten tegen elkaar af te worden gewogen, aan de hand van vragen als: hoe kunnen kinderen deze rechten blijven uitoefenen, wat zijn de negatieve effecten voor kinderen, zijn deze in verhouding en wat betekent een besluit voor kinderen in kwetsbare posities?

Voor een effectieve samenhangende aanpak is een brede samenwerking tussen overheden, aanbieders van sociale media, onderwijs, onderzoekers, jongeren en opvoeders essentieel. Vele partijen dragen een deel van de verantwoordelijkheid om tot een veilige online omgeving te komen, het is van belang dat zij goed samenwerken.

1. Siebers, T., Beyens, I., Baumgartner, S. E. & Valkenburg, P. M. Adolescents' digital nightlife: The comparative effects of day- and nighttime smartphone use on sleep quality. PsyArXiv (2023). <https://doi.org/10.31234/osf.io/cdg73>

Een verbod op sociale media kent voor- en nadelen

Een verbod op sociale media tot een bepaalde leeftijd kent voor- en nadelen. Een belangrijke overweging om die balans op te maken is dat een verbod de online wereld niet veiliger maakt voor kinderen, het beperkt slechts de toegang tot die onveilige wereld. Het is daarmee een zwaar middel om in te zetten. Ook is er nog nauwelijks onderzoek beschikbaar naar de effectiviteit van een verbod.

Tegelijkertijd zien we ook dat maatregelen om de online wereld veiliger te maken niet morgen zijn ingevoerd en dat zowel ouders als kinderen (hierover later in dit paper meer) er zelf om vragen. Een verbod kan daarom, helemaal op de korte termijn, zinvol zijn.

Wij pleiten ervoor dat een verbod onderdeel uitmaakt van een breder pakket aan maatregelen om sociale media en de mogelijkheden en kansen die het ook biedt, kindvriendelijker te maken. Een denkrichting voor zo'n samenhangend pakket kan zijn dat de overheid door middel van regulering stevige eisen rondom kinderrechten oplegt aan sociale media, denk aan regulering van aanbevelingsalgoritmen die schadelijke content promoten, verslavende elementen verbieden, kindvriendelijke rapportagemogelijkheden bij schadelijke content en stevige moderatie op schadelijke content. Zolang platforms daar niet aan voldoen, kan een verbod van kracht zijn. Op deze manier is er een prikkel om aan veilige platforms te blijven werken, in plaats van een verbod als eindoplossing te zien.

2. Wat willen kinderen en jongeren zelf?

Het debat over sociale media gebruik onder kinderen en jongeren wordt gedomineerd door bezorgde ouders, politici, opiniemakers, wetenschappers en techbedrijven. De stem van kinderen en jongeren ontbreekt nog veel te vaak. Terwijl zij degene zijn waar het om gaat: het betreft hun dagelijkse leefwereld en hun ervaringen.

UNICEF Nederland werkt sinds drie jaar met een Jongerenraad Digitalisering, zij geven advies aan het ministerie van Binnenlandse Zaken en Koninkrijksrelaties over online vraagstukken. Begin mei kwamen ze bij elkaar om te spreken over online risico's en schermtijd. Daaruit kwam onder andere naar voren dat behoefte is aan goede communicatie zonder directe oordelen van ouders. Kinderen willen regels over schermtijd, maar ook dat ouders beter luisteren naar hun wensen.

Jongerenparticipatie zou verder uitgebreid moeten worden omdat het beleid versterkt en verbeterd. Laat jongeren bijvoorbeeld meedenken over oplossingen met betrekking tot schadelijke content, schermtijd en de rol van AI in het onderwijs.

Jongerenpeiling naar sociale media

UNICEF heeft in een representatieve peiling aan kinderen en jongeren (10 - 17 jaar) in heel Nederland gevraagd hoe zij tegen sociale media aankijken en wat zij verwachten op het gebied van bescherming tegen sociale media. Kinderen en jongeren gebruiken sociale media bijna allemaal dagelijks en met name om contact te onderhouden met vrienden. Minder leuk vinden ze advertenties en het eindeloos scrollen. Ruim 20 procent van de kinderen en jongeren geeft aan weleens te zijn benaderd door vreemden en 54 procent geeft aan zich niet beschermd te voelen online. 69 procent van de ondervraagde jongeren is vóór een vorm van een sociale media verbod, 57 procent vindt het belangrijk dat de overheid regels maakt om verslavende algoritmen tegen te gaan. De peiling vindt u als bijlage bij dit position paper.

3. Aanbevelingen

Naast het delen van onze positie doen wij daarnaast graag drie aanbevelingen aan u als commissie.

1. Jongerenparticipatie: neem de perspectieven van kinderen en jongeren mee in het te ontwikkelen beleid.

2. Zet in op stevige wetgevende en regelgevende kaders om kinderen te beschermen tegen risico's, die ook daadwerkelijk worden gehandhaafd. UNICEF pleit voor aanvullende regelgeving om:
 - a. Verslavende elementen in sociale mediaplatforms te verbieden.
 - b. Aanbevelingsalgoritmes die schadelijke content promoten te reguleren.
 - c. Kindvriendelijke rapportagemogelijkheden voor schadelijke content in te stellen.
 - d. Schadelijke content actiever te modereren
3. Neem als overheid het voortouw in een gezamenlijke agenda voor een veilige online omgeving. Een veilig internet is een opgave van ons allemaal, de overheid moet samen optrekken met kinderen, jongeren, ouders, onderwijs, bedrijfsleven: iedereen heeft een rol te spelen in deze gezamenlijke agenda.

Een veilige én stimulerende digitale omgeving is essentieel voor het welzijn en de ontwikkeling van kinderen en jongeren. Door krachten te bundelen bouwen we samen aan een digitale toekomst voor kinderen waarin veiligheid, ontwikkeling en participatie hand in hand gaan.

UNICEF is de VN-kinderrechtenorganisatie, met een unieke opdracht vanuit de Verenigde Naties: alle kinderen geven waar ze recht op hebben. UNICEF werkt samen met overheden en partners en lobbyt voor het waarborgen van kinderrechten. Dat doen we in Nederland en overal op de wereld. Onder andere door het doen van onderzoek. Zo publiceerden we begin 2024 de essaybundel ['Kinderrechten in de digitale wereld'](#) en in april 2025 de ['Landelijke Agenda Jong en Online'](#). Samen maken we het verschil voor ieder kind. Voor nu én morgen.