



RAPPORT

Internationale vergelijking: gezond online opgroeien

73936 – 14 februari 2025

RAPPORT

Internationale vergelijking: gezond online opgroeien

Machteld Broug
Amber Angenent
Rosanne van Seben

73936 – 14 februari 2025

Inhoudsopgave

1. Inleiding4

- 1.1 Aanleiding.....5
- 1.2 Doel en onderzoeksvragen5
- 1.3 Onderzoeksactiviteiten6
- 1.4 Leeswijzer.....6

2. Maatregelen per land7

- 2.1 Maatregelen in Europa8
- 2.2 Maatregelen in landen buiten Europa13
- 2.3 Landoverstijgende initiatieven14

3. Maatregelen naar categorieën16

- 3.1 Maatregelen vanuit socialmediabedrijven17
- 3.2 Maatregelen gericht op het inperken van
socialmediagebruik17
- 3.3 Maatregelen rondom (het inperken van)
schermtijd.....17
- 3.4 Maatregelen omtrent negatief gedrag online19
- 3.5 Maatregelen gericht op het versterken
van digitale vaardigheden19
- 3.6 Maatregelen vanuit andere invalshoeken20

4. Duiding van de maatregelen21

- 4.1 Gesprekspartners en belangrijkste onderwerpen...22
- 4.2 Gebrek aan wetenschappelijke onderbouwing22
- 4.3 Inperkende maatregelen versus
context en content23
- 4.4 Een combinatie van maatregelen23

5. Reflectie en conclusie24

- 5.1 Typen beleidsmaatregelen volgens het
Beleidskompas25
- 5.2 Conclusie26

Bijlage 1

- Interview guide, measures for growing up
healthy in a digital environment.....27



HOOFDSTUK 1

Inleiding

Het doel van dit onderzoek is om in kaart te brengen welke maatregelen voor (mentaal) gezond online opgroeien in andere landen worden uitgevoerd. Hiermee kan inspiratie worden opgedaan voor eventuele maatregelen vanuit de Nederlandse overheid. In dit hoofdstuk presenteren we de aanleiding van het onderzoek, de onderzoeksvragen en de gebruikte onderzoeksmethoden.

1.1 Aanleiding

Kinderen groeien tegenwoordig op met beeldschermen overall om hen heen. Sinds 2021 publiceert het Netwerk Mediawijsheid het Iene Miene Media-onderzoek. Uit hun meest recente meting blijkt dat kinderen van nul tot en met zes jaar oud, gemiddeld 1 uur en 51 minuten aan digitale media besteden. Vaak wordt digitale media ingezet door ouders om hun kind te laten ontspannen, of wanneer ouders zelf tijd nodig hebben voor bijvoorbeeld het huishouden of hun werk.¹ Digitaal mediagebruik brengt dan ook verschillende voordelen met zich mee, zoals nieuwe manieren van leren en vermaak.² Daarnaast kan social media de mogelijkheid bieden om jezelf op een creatieve manier te ontwikkelen of biedt het via verschillende platformen de mogelijkheid sociale relaties aan te gaan en een community-gevoel te vormen.³

Digitaal mediagebruik brengt echter ook de nodige uitdagingen met zich mee. Zo blijkt uit het Iene Miene Media-onderzoek dat het gebruik van digitale media vaak gepaard gaat met zitten, wat negatieve gevolgen heeft voor de fysieke gezondheid van kinderen.⁴ Daarnaast kan de mentale gezondheid van kinderen onder druk komen te staan wanneer zij veel online zijn, onder meer omdat kinderen dit doorgaans alleen doen en daardoor minder in contact staan met anderen.^{5,6}

Naast de negatieve gevolgen voor de fysieke en mentale gezondheid van kinderen, brengt digitaal mediagebruik zelf ook de nodige risico's met zich mee. Deze risico's worden veelal ingedeeld met behulp van het 4C's-model, waarbij onderscheid wordt gemaakt tussen 'content', 'contact', 'conduct' en 'consumer risk'. 'Content' betreft de risico's van schadelijke of ongepaste inhoud die kinderen en jongeren online kunnen tegenkomen, zoals pornografie of geweld. 'Contact' verwijst naar de gevaren van interacties met anderen online, zoals risico's bij anonieme benadering van anderen, grooming of cyberpesten. 'Conduct' heeft betrekking op het online gedrag van kinderen en jongeren, zoals het delen van persoonlijke informatie of deelnemen aan risicovol gedrag. 'Consumer risk' omvat tot slot de risico's van commerciële activiteiten online, zoals online gokken of financiële oplichting.⁷

Gezien de negatieve impact en risico's die gepaard gaan met digitaal mediagebruik, wordt de roep voor een gerichte aanpak om ouders en kinderen te helpen bij het vinden van een digitale balans steeds groter. In juni 2022 werd de kabinetsbrede aanpak 'Mentale gezondheid van ons allemaal' gelanceerd, met als een van de actielijnen 'Mentaal gezond online'.⁸ Deze aanpak richt zich op het bevorderen van bewustwording over de digitale balans voor kinderen en opvoeders. Daarnaast voert het Ministerie van VWS verschillende acties uit om gezond online opgroeien te bevorderen. De vraag is echter of deze acties voldoende gericht zijn, of dat er aanvullende maatregelen nodig zijn vanuit de overheid om ouders te helpen bij het vinden van een gezonde digitale balans voor hun kinderen.

1.2 Doel en onderzoeksvragen

Ook andere landen hebben te maken met dezelfde uitdaging en in verschillende landen worden maatregelen ingevoerd om gezond online opgroeien te bevorderen. Het doel van dit onderzoek is om in kaart te brengen welke maatregelen voor (mentaal) gezond online opgroeien in andere landen worden uitgevoerd in het kader van (preventief) jeugd- en gezondheidsbeleid, om inspiratie op te doen voor eventuele maatregelen vanuit het Nederlandse ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport. Daarbij zijn de volgende onderzoeksvragen geformuleerd om richting te geven aan het rapport:

1. Welke maatregelen worden in verschillende landen ingezet met betrekking tot (mentaal) gezond online opgroeien en/of beperking van schermgebruik?
2. Indien de maatregelen gericht zijn op ouders, hoe worden deze ouders benaderd en bereikt?
3. Welke onderbouwing hebben deze beleidsmaatregelen? Zijn ze gebaseerd op wetenschappelijk onderzoek en zo ja, welke onderzoeken?
4. Indien bekend, welke effecten hebben deze maatregelen?
5. Indien mogelijk, kunnen deze maatregelen worden toegepast binnen de Nederlandse context en wat is er nodig om dit te onderzoeken als dit onbekend is?
6. Wat is de rol van overheden en andere actoren binnen deze maatregelen? Dit betreft in elk geval de landen Ierland, Zweden, Frankrijk, Engeland en Australië (en eventueel andere landen).

1 https://netwerkmediawijsheid.nl/?sdm_process_download=1&download_id=111546.

2 Positieve effecten van media | Opgroeien.

3 Social Media Has Both Positive and Negative Impacts on Children and Adolescents - Social Media and Youth Mental Health - NCBI Bookshelf.

4 Netwerk-Mediawijsheid-IeneMieneMedia2024-onderzoek.pdf.

5 Less Screen Time Linked to Improved Sociability and Behavior in Children | Media and Youth | JAMA | JAMA Network.

6 Associations between screen time and lower psychological well-being among children and adolescents: Evidence from a population-based study - PMC.

7 <https://learning.nspcc.org.uk/news/2023/september/4-cs-of-online-safety>.

8 Aanpak 'Mentale gezondheid van ons allemaal', zie pdf.

Scope van het onderzoek

In dit onderzoek verkennen we welke beleidsmaatregelen worden genomen om bij te dragen aan een gezonde online omgeving voor kinderen. Hierbij richt het onderzoek zich primair op maatregelen die direct op ouders en jongeren zijn gericht. In principe vallen maatregelen in het onderwijsdomein daarmee buiten de scope. Echter kan het ook zijn dat in bepaalde landen een pakket aan maatregelen wordt geïmplementeerd, waar maatregelen in het onderwijsdomein aan gekoppeld zijn. Wanneer dit het geval is, dan benoemen we dat in de resultaten.

Met het oog op een vergelijkbare context, ligt de focus van het onderzoek op Europese landen, en op landen die opvallen qua maatregelen: Australië, Canada, Nieuw-Zeeland en de Verenigde Staten. Landen die te veel verschillen van de Nederlandse context, bijvoorbeeld landen waar andere socialmediaplatformen worden gebruikt of de overheid meer sturend is, zoals China en Zuid-Korea, hebben we niet meegenomen in dit onderzoek.

Daarnaast richten we ons op maatregelen die door centrale overheden zijn geïnitieerd. In de praktijk zien we echter vaak dat verschillende initiatiefnemers, vaak op lokaal of regionaal niveau, een maatregel starten, waarna deze door de centrale overheid verder wordt uitgerold.

NB. Het was niet realistisch om voor dit onderzoek een onuitputtelijke lijst met alle maatregelen van alle landen op te nemen. Gezien de recente aandacht voor het onderwerp is het namelijk alleen al waarschijnlijk dat gelijktijdig met dit onderzoek nieuwe maatregelen in voorbereiding zijn. Wel hebben we getracht op het moment van uitvoering van het onderzoek een zo compleet mogelijk beeld te verzamelen en geven we een overzicht van de meest relevante voorbeelden van maatregelen.

1.3 Onderzoeksactiviteiten

Het onderzoek is uitgevoerd aan de hand van de volgende activiteiten:

Deskstudie

We zijn begonnen met een uitgebreid onderzoek naar de huidige maatregelen voor gezond online opgroeien in verschillende landen wereldwijd. De geraadpleegde bronnen zijn:

- overheidswebsites
- nieuwsbronnen, websites van relevante netwerken of kennisinstituten
- wetenschappelijke nationale en internationale literatuur over gezond online opgroeien.

Veel van deze bronnen waren geschreven in de taal van het betreffende land, en in die gevallen hebben we de inhoud vertaald.

Interviews

We voerden zes interviews uit met betrokkenen van verschillende initiatieven verspreid over verschillende landen. De selectie van geïnterviewde personen maakten wij samen met de opdrachtgever op basis van relevantie van de maatregelen. Daarnaast waren wij afhankelijk van de mate waarin het lukte om contactgegevens te vinden van betrokkenen en de mate van bereidwilligheid van mensen om mee te willen werken aan een interview. Interviews vonden online, aan de hand van een interviewleidraad (zie bijlage 1) plaats en duurden circa één uur. De resultaten van de interviews gebruikten we om het overzicht en de specifieke beschrijving van maatregelen aan te vullen en maatregelen verder te duiden.

1.4 Leeswijzer

In hoofdstuk 2 geven we een overzicht van de verschillende maatregelen en omschrijven we per land kort welke maatregelen worden toegepast. Vervolgens bespreken we in hoofdstuk 3 de onderwerpen waar deze maatregelen zich specifiek op richten. In hoofdstuk 4 geven we een duiding van de maatregelen. Tot slot eindigen we met een reflectie aan de hand van het Beleidskompas en een conclusie in hoofdstuk 5.



HOOFDSTUK 2

Maatregelen per land

Het thema 'gezond online opgroeien' heeft de afgelopen jaren steeds meer aandacht gekregen. Ouders, scholen en beleidsmakers lijken zich steeds meer bewust van de noodzaak om kinderen te beschermen tegen online gevaren en de gevolgen van overmatige schermtijd. In dit hoofdstuk presenteren we een overzicht van relevante maatregelen.

2.1 Maatregelen in Europa

Zoals genoemd in hoofdstuk 1, voerden we met betrokkenen uit zes verschillende landen interviews uit over maatregelen. In de onderstaande paragrafen presenteren we eerst de maatregelen van deze Europese lidstaten op basis van deskstudie en interviews, om vervolgens maatregelen te presenteren die we alleen op basis van deskstudie in kaart hebben gebracht.

2.1.1 Maatregelen in Europa op basis van deskstudie en interviews

Denemarken

In 2019 is er binnen het Deense ministerie van Volksgezondheid een projectgroep opgericht die zich richt op een gezonde scherm-leefbalans. Naar aanleiding hiervan is een wetenschappelijke literatuurstudie gefinancierd die zich richt op hoe schermgebruik impact heeft op gezondheid en welke risicofactoren hierbij een rol spelen. De focus lag hierbij op schermgebruik in vrijetijdsbesteding. Op basis van dit onderzoek heeft het Deense ministerie van Volksgezondheid in 2023 verschillende aanbevelingen uitgebracht rondom schermgebruik en de invloed op concentratie, slaap en sociale interacties.⁹

De aanbevelingen richten zich op drie categorieën: kinderen tot 15, ouders van kinderen en volwassenen. In 2024 zijn aanvullende adviezen verschenen over de naleving van deze aanbevelingen.¹⁰ Op basis van de aanbevelingen is er een nationale campagne gevoerd. Deze richtte zich voornamelijk op het belang van slaap. De eerste versie van de aanbevelingen bevatte geen harde richtlijnen rondom de hoeveelheid schermtijd per leeftijdscategorie uitgedrukt in minuten/uren vanwege een gebrek aan wetenschappelijke onderbouwing. Doordat er toch een wens voor concrete richtlijnen in tijdsduur was, zijn deze in de latere versies wel toegevoegd, waarbij de Deense commissie zich baseerde op de Canadese richtlijnen (geen schermtijd voor kinderen onder de twee jaar, maximaal één uur schermtijd per dag voor kinderen van twee tot vijf jaar en minder dan twee uur schermtijd per dag voor kinderen ouder dan vijf jaar).

De huidige focus van de Deense gezondheidsautoriteit richt zich meer op content en context van digitaal mediagebruik dan schermtijd alleen. Hiervoor zoeken ze de samenwerking op met andere Noordelijke landen zoals Zweden, Finland en Noorwegen. Daarnaast heeft het Deense Ministerie van Kinderen en Onderwijs in 2023 ingestemd met een regel die schermen in 'Early Childhood Education and Care' beperkt.

De uitgangspunten daarbij zijn dat voor kinderen in de kinderopvang en voorschools onderwijs van nul tot twee jaar, digitale hulpmiddelen alleen in speciale gevallen worden gebruikt (bijvoorbeeld bij kinderen met een handicap), en dat voor kinderen van drie tot vijf jaar digitale hulpmiddelen alleen worden gebruikt voor educatie van kinderen. De overeenkomst legt geen verbod op het gebruik van schermen maar verzorgt striktere richtlijnen voor pedagogisch werkers. Deze regel is in juli 2024 in werking getreden.^{11,12}

Frankrijk

Op 30 januari 2020 is er voor het eerst een Frans rapport verschenen over 'de effecten van schermblootstelling op kinderen en jongeren', vanuit de Hoge Raad voor de Volksgezondheid. Deze meta-analyse had het doel om de positieve en negatieve effecten van schermgebruik op kinderen en adolescenten aan het licht te brengen.¹³ Een jaar later, op 8 maart 2021, presenteerde de Hoge Raad een tweede onderzoeksrapport over de effecten van blootstelling van kinderen en jongeren aan schermen in relatie met overmatig gebruik en verslaving.¹⁴

In 2022 is er een plan van aanpak gepubliceerd voor het stimuleren van een verantwoordelijk gebruik van schermen door jongeren en kinderen. De vier hoofdactiviteiten van dit plan van aanpak zijn: het publiceren van een online kennisplatform ('jeprotegemonenfant.gouv.fr'), het organiseren van fysieke lokale evenementen voor kennisuitwisseling, het ontwikkelen van een online platform ter stimulering van digitale vaardigheden van jongeren en het uitvoeren van een jaarlijkse landelijke monitoring, de MILDECA-barometer, naar schermgebruik.¹⁵ Deze monitor richt zich voornamelijk op de verslavingsgevoeligheid van digitale middelen.

In 2024 is als onderdeel van het actieplan, ook het keurmerk 'P@rents, parlons numérique' uitgebracht. Dit keurmerk heeft als doel de ondersteuning van gezinnen in de richting van een onderbouwd schermgebruik voort te zetten en lokale acties te ondersteunen door het keurmerk te geven. Zo kunnen ouders, naast online bronnen, in heel Frankrijk deelnemen aan workshops en discussiegroepen met andere gezinnen, onder leiding van gekwalificeerde sprekers die dezelfde boodschappen delen.¹⁶ De aanwezigheid van het keurmerk toont de samenhang tussen de activiteiten. Daarnaast zal het keurmerk voor meer herkenning en zichtbaarheid bij ouders moeten zorgen.

¹¹ National reforms in early childhood education and care.

¹² Ny bred aftale skal begrænse skærme i dagtilbud | Børne- og Undervisningsministeriet.

¹³ Effecten van schermblootstelling op kinderen en jongeren | vie-publique.fr.

¹⁴ Effecten van blootstelling aan schermen op kinderen en jongeren | vie-publique.fr.

¹⁵ Plan d'actions « Pour un usage raisonné des écrans par les jeunes et les enfants » et extension du site jeprotegemonenfant.gouv.fr | solidarites.gouv.fr | Ministère des Solidarités, de l'Autonomie et de l'Égalité entre les femmes et les hommes.

¹⁶ Officiële lancering van het label "P@rents, let's talk digital" | Onvoltooid.

⁹ Anbefalinger om brug af skærm | Sundhedsstyrelsen.

¹⁰ Notat: Råd til at efterleve anbefalingerne vedr. skærmbrug.

Verder is in Frankrijk in 2023 voor het eerst een verbod op telefoons voor kinderen tot elf jaar, alsook een verbod van social media tot de leeftijd van vijftien geformuleerd. Frankrijk zou dit verbod graag door heel Europa laten doorvoeren.^{17,18} In 2024 wordt een experiment onder tweehonderd middelbare scholen uitgevoerd, voor een verbod op mobiele telefoons op scholen voor de leeftijd tot vijftien jaar.¹⁹

Op 30 april 2024 is het meest recente onderzoeksrapport gepresenteerd vanuit de Franse overheid. Dit rapport is opgesteld door een, in januari 2024 door de president aangestelde, commissie bestaande uit deskundigen uit het 'maatschappelijk middenveld'. Het rapport 'Kinderen en schermen - Op zoek naar verloren tijd' bevat zowel wetenschappelijke bevindingen als 29 beleidsvoorstellen die met elkaar verbonden zijn.²⁰ Het rapport is opgesteld op verzoek van de president omdat het in 2022 geïnstalleerde plan van aanpak te weinig effect oogstte, wat voornamelijk kwam door een gebrek aan integraliteit en de te grote rol van de private sector in de uitvoering.

De aanbevelingen van het nieuwe plan zijn opgesplitst in zes hoofdthema's:

1. een aanpak voor het verslavende karakter van digitale middelen
2. het beschermen van kinderen in plaats van controleren
3. het gebruik van digitale middelen met de leeftijd van het kind te laten meegroeien en kinderen voorbereiden op hun autonomie door hun eigen handelen te versterken
4. volwassenen betere ondersteuning bieden door middel van tools en trainingen
5. een strategie voor medewerkers werkzaam met jonge mensen
6. het beter informeren van het publiek.

Met deze aanbevelingen staat de gezonde ontwikkeling van kinderen in een digitale omgeving verscherpt op de politieke agenda. Hiertoe is op 1 oktober 2024 vanuit het Ministerie van Gezondheid ook een projectmanager 'Children's Health protection against the harmful effects of screens' aangesteld als verantwoordelijke van dit dossier. Zijn doelstellingen zijn onder andere om meer cohesie te bewerkstelligen tussen de verschillende initiatieven vanuit verschillende ministeries.

Hiervoor werkt hij nauwer samen met collega's binnen het ministerie van onderwijs en economie. Daarnaast wil hij met een meer integrale blik naar het probleem en de oplossing kijken waarbij de gehele context en omgeving mee worden genomen. Hierbij wordt een aanpak gehanteerd voor het wegnemen van tegengesteld beleid zoals de aanbeveling vanuit een zorgperspectief om 's avonds niet op de telefoon te zitten versus de aanbeveling vanuit het onderwijs om 's avonds op de telefoon te controleren op absentie van leraren of de aanwezigheid van huiswerk. Op 11 februari 2025 wordt er vanuit het Ministerie van gezondheid een artikel gepubliceerd rondom dit thema.

Tot slot ambieert Frankrijk een wet- en regeling die het beleid integraal ondersteunt. Tussen 2022 en 2024 zijn er verschillende wetten aangenomen vanuit verschillende departementen die zich bezighouden met online gezond opgroeien.²¹

Ierland

In de stad Greystones is het initiatief 'It Takes A Village' opgericht door de schoolleiding en ouders om telefoon-gebruik onder kinderen uit te stellen. Dat betekent dat alle ouders samen hebben afgesproken dat kinderen in de basisschoolleeftijd geen mobiele telefoon mogen hebben. Pas op het moment dat ze naar de middelbare school gaan, krijgen kinderen een mobiel. Het creëren en vergroten van digitaal bewustzijn onder kinderen, opvoeders en leraren is tevens onderdeel van het initiatief.²² De aanleiding voor dit initiatief waren door directeuren, docenten en ouders waargenomen verhoogde niveaus van angst en spanning bij kinderen. Binnen de regio uitten steeds meer ouders hun zorgen over de slaapkwaliteit en stresslevels van hun kinderen, wat onder andere werd vastgelegd in een regionaal verspreide vragenlijst.

Het initiatief loopt sinds 2023. In maandelijkse meetings worden steeds meer scholen betrokken bij het initiatief. Het initiatief is vooral een succes in het primaire onderwijs. In het secundair onderwijs zitten de grootste uitdagingen. Daar is vooral de opgave om ouders te betrekken zodat kinderen ook buiten schooltijd gestimuleerd worden om zo min mogelijk toegang tot hun telefoon te krijgen, of idealiter geen telefoon in bezit te hebben. Geïnspireerd door dit initiatief heeft de Ierse Minister van Onderwijs een richtlijn opgesteld hoe vrijwillig een 'geen smartphone-beleid' te introduceren en te handhaven voor basisscholen en ouderverenigingen.²³ Voor hoger onderwijs is er geen nationale richtlijn.

17 digitale meerderjarigheid 15 jaar Wet op sociale netwerken 7 juli 2023 | vie-publique.fr.

18 LOI n° 2023-566 du 7 juillet 2023 visant à instaurer une majorité numérique et à lutter contre la haine en ligne (I) - Légifrance.

19 France to trial ban on mobile phones at school for children under 15 | France | The Guardian.

20 Blootstelling van kinderen aan schermen Verslag aan de president van de republiek | vie-publique.fr.

21 Studer Act, Delaporte-Vojetta Act, Marcangeli Act, Studer 2 Act, SREN Law.

22 It Takes A Village Greystones | It Takes A Village | Ireland.

23 No blanket smartphone ban planned for schools - The Irish Times.

Verder heeft de Ierse minister van gezondheid op 4 september 2024 een 'Online Health Taskforce' opgericht.²⁴ Deze Taskforce is aangesteld om de gevaren van online gedrag en content te identificeren en beleid vorm te geven ter stimulering van gezond online gedrag van kinderen en jongeren.²⁵ Deze aanbevelingen kunnen nationale richtlijnen, regelgeving, wetgeving, onderwijs, bewustwordingscampagnes en aanvullende ondersteuning op het gebied van gezondheidszorg en sociale zorg omvatten. De werkzaamheden van de Taskforce zullen in september 2025 afgerond moeten worden. De Taskforce bestaat uit elf experts, waaronder de oprichtster van 'It Takes A Village', en twee vertegenwoordigers van de National Youth Assembly van Ierland.

Luxemburg

Het Ministerie van Onderwijs, Kinderen en Jongeren heeft in september 2024 een actieplan gepubliceerd gericht op vier pijlers: het bereiken van een gezonde digitale balans, verantwoord AI-gebruik, digitale vaardigheden op scholen en het verlagen van administratieve lasten.²⁶

Een onderdeel hiervan is het verbod op mobiele telefoons op basisscholen vanaf Pasen 2025.²⁷ Hierbij is het aan de scholen zelf om de uitwerking te verzorgen. Sinds 2019 is het verbeteren van de digitale competenties al een onderdeel van het curriculum van scholen. Dit wordt nu verder uitgewerkt.

Ook is een bewustwordingscampagne opgenomen binnen de eerste pijler van het actieplan, gericht op het verantwoord gebruik van beeldschermen. Deze campagne is van start gegaan in september 2024. De tweedelige campagne richt zich zowel op maatregelen rondom schermtijd als het stimuleren van analoge activiteiten zoals meer sport en het meer betrekken van ouders. De overheid probeert het publiek te benaderen door middel van social media, e-mail, publicaties en magazines en de campagne wordt ondersteund door de website 'secher.digital'. Op het online platform zijn onder andere richtlijnen rondom schermtijd per leeftijdscategorie en is een synthese van maatregelen rondom onderwijs te vinden. Daarnaast verwijst het platform ouders door naar twee andere diensten: 'Eltereforum' en 'Bee Secure'.

Eltereforum is een platform waarop fysieke evenementen worden gepromoot waar ouders zich kunnen aanmelden voor bijeenkomsten rondom verschillende thema's, waaronder bijeenkomsten rondom online ouderschap. Deze lokale, fysieke initiatieven faciliteren ontmoeting en uitwisseling tussen ouders onderling en met professionals.²⁸

Bee Secure is een overheidsinitiatief beheerd door de Nationale Jeugddienst van Luxemburg dat als doel heeft om het grote publiek bewust te maken van een veiliger en verantwoord gebruik van digitale technologieën, in het bijzonder kinderen, jongeren en hun omgeving (ouders, leerkrachten, opvoeders en anderen). Hierbij wordt ingezet op vier pijlers: bewustwording en informatie, begeleiding en advisering, illegale inhoud melden en monitoring.²⁹

Een andere pijler binnen het actieplan richt zich op AI-gebruik. Hierbij werkt het ministerie van onderwijs aan een AI-strategie voor het schoolsysteem. Zo kijken ze naar welke middelen en tools ze kunnen gebruiken om het curriculum en de onderwijzers te ondersteunen.

Noorwegen

Op 11 november 2024 heeft de 'Skjermbruktvalget' (oftewel schermgebruikcommissie) een rapport met adviezen over schermgebruik gepresenteerd aan de overheid. Deze tienkoppige onderzoekscommissie is op 2 juni 2023 aangesteld om de regering een betere kennisbasis te geven over de invloed van schermgebruik van kinderen en jongeren, zowel op (kleuter)scholen als in hun vrije tijd en over het effect van schermgebruik op gezondheid, levenskwaliteit, leren en opvoeding. De aanleiding voor het instellen van de commissie was onder andere de toenemende aandacht voor het onderwerp onder de bevolking, vertegenwoordigd door bekende volksfiguren. Zo werden er onder andere zorgen geuit over de achteruitgang van leervaardigheden en de problemen rondom de digitalisering van het onderwijs.³⁰

De doelstelling van het rapport was het verzamelen, evalueren en gebruiken van de beschikbare kennis over de correlatie tussen schermgebruik en kwaliteit van leven en gezondheidsuitkomsten. Het rapport richtte zich daarmee enkel op het formuleren van adviezen voor beleidsvorming wanneer dit wetenschappelijk verantwoord onderbouwd kan worden.

24 [New €1m campaign and taskforce launched to combat social media harm to young people | Irish Independent](#).

25 [gov.ie - Online Health Taskforce](#).

26 [Plan van aanpak - secher.digital](#).

27 ["Screen-life balance": for a healthy balance between screens and real life for our children - The Luxembourg Government](#).

28 [Over ons - eltereforum](#).

29 [Over BEE SECURE](#).

30 [Overlevering av Skjermbruktvalgets NOU 2024:20 – Skjermbruktvalget](#).

De hoofdboodschap in het rapport draait uiteindelijk om balans. Hierbij gaat het hoofdzakelijk om de balans tussen het recht van kinderen om te participeren (en daarmee digitaal mediagebruik toe te staan) en het recht voor bescherming (negatieve gevolgen in te perken). Daarnaast moet er een goede balans zijn tussen schermgebruik en onder andere slaap, voeding, onderwijsdoeleinde en fysieke activiteit. Ook moeten de context en de sociale omgeving van het kind meer betrokken raken met de digitale leefwereld; het team rondom het kind, bestaande uit onder andere opvoeders en leraren, moeten actief verantwoordelijkheid nemen. Dit zal helpen om doelmatiger sturing te geven aan het kind, waarbij de volwassenen zich beter kunnen verplaatsen in de belevingswereld van het kind.

NB. Vanwege gebrek aan bewijs over het effect van minder schermgebruik en omdat het bovendien uitmaakt waar kinderen hun schermtijd aan besteden (context en content), hebben de onderzoekers geen richtlijnen over duur van schermtijd opgenomen. Tegelijkertijd was de opdrachtgever, de minister van Educatie, hier wel op berust. Naar waarschijnlijkheid zal het nieuwe beleid dan ook alsnog richtlijnen rondom de duur van schermtijd bevatten. Overigens bevatte het rapport wel een aanbeveling om in grotere mate internationale samenwerking op te zoeken. Zo adviseerde de commissie bijvoorbeeld nauwer betrokken te zijn bij de Digital Services Act (DSA).

Zwitserland

In 2021 is het online informatieportaal 'jeunesetmedias.ch' door de Zwitserse overheid beschikbaar gesteld voor ouders en kinderen.³¹ Het platform en het achterliggende project worden gerund door drie overheidsmedewerkers vanuit het in 2016 opgerichte nationale platform 'Youth and Media'.

Op het platform zijn onder andere richtlijnen te vinden voor schermgebruik per leeftijdscategorie en specifiekere informatie over verscheidene thema's zoals AI, cyberverslaving en cyberpesten. Deze informatie is ook beschikbaar in de vorm van flyers die te bestellen zijn voor instellingen en organisaties. De uiteenzettingen zijn in de drie hoofdtalen, Duits, Frans en Italiaans voor handen. De flyers zijn in de zeventien meest voorkomende talen uitgebracht.

Het Zwitserse platform stimuleert daarnaast ook de ontwikkeling van kennis en expertise. Zo financieren ze momenteel twee onderzoeken die zich richten op de vroege jeugd. Naar verwachting worden de resultaten van deze studies in 2025 gepubliceerd.^{32,33} Verder houdt het platform zich bezig met de organisatie van meerdere evenementen. Jaarlijks organiseren zij een netwerkevenement voor experts binnen het vakgebied. Daarnaast organiseren zij tweejaarlijks een evenement voor een breder publiek; voor ouders, leraren, mensen werkzaam in preventie, experts, etc.

Naast de website en de verschillende evenementen publiceert het platform vier keer per jaar, in drie talen, een nieuwsbrief voor professionals en ouders. Hierin publiceren ze welke nieuwe informatie bekend is over het onderwerp, bundelen ze artikelen, belichten ze welke nieuwe projecten en onderzoeken (eventueel door hen gefinancierd) er lopen en bevat het een agenda met de verschillende evenementen die over dit onderwerp door verschillende organisaties worden georganiseerd.

De medewerkers achter het overheidsplatform houden zich in de dagelijkse praktijk ook bezig met het stroomlijnen van de verschillende informatie uit de verschillende organisaties. In Zwitserland zijn er namelijk verschillende publieke en private organisaties werkzaam rondom het thema gezond digitaal opgroeien. Ook zoekt het platform interdisciplinaire verbindingen met de overheid, zodat zij op de hoogte zijn van alle inspanningen die binnen de overheid op dit gebied worden geleverd met als beoogd resultaat een samenhangender beleid. Ook is er verbinding met de (sinds 2025) nieuwe federale wetgeving rondom de bescherming van kinderen en jongeren online. Het doel van de wetgeving is om kinderen en jongeren te beschermen voor de risico's en gevaren van video's en games. De focus ligt rondom de bescherming van schadelijke content, zoals gewelddadige en seksueel geladen content.

31 <https://www.jeunesetmedias.ch/>

32 Kinderen en digitale media - HfH.
33 Home.

2.1.2 Maatregelen in Europa op basis van deskstudie

België

In het Vlaanderen is 'Mediawijs', een Kenniscentrum Digitale en Mediawijsheid actief, binnen vijf verschillende activelvelden: het stimuleren van digitaal en mediawijs gedrag, het inspireren van het Vlaamse digitale veld, het samenbrengen van experts, het monitoren van mediagedrag, en visie- en beleidsontwikkeling.³⁴ Dit doen zij aan de hand van eigen campagnes en projecten. Een voorbeeld hiervan is het 'De Schaal van M'-lesaanbod. Dit is gratis lesmateriaal voor kinderen in het lager onderwijs waarbij basisschoolkinderen aan de slag kunnen gaan met verschillende 'mediawijze' thema's waaronder gamen, social media, online risico's, (nep) nieuws en schermtijd.³⁵ Daarnaast ondersteunen zij ook projecten van partners zoals de 'Safer Internet Day'. Om zowel het Vlaamse digitale veld als experts te inspireren, organiseert Mediawijs jaarlijks meerdere congressen en expertgroepen voor kennisdeling en brengt het beleidstools en whitepapers uit.

Ook voert Mediawijs jaarlijks een tweetal onderzoeken uit naar mediagebruik van kinderen: 'MediaNest Cijfers' en 'Apenstaartjaren'. 'Apenstaartjaren' is een sinds 2006 lopend tweejaarlijks onderzoek dat het mediagebruik en de mediawijsheid van Vlaamse kinderen tussen de zes en achttien jaar onderzoekt.³⁶ 'MediaNest Cijfers' brengt het mediagebruik en de mediaopvoeding in Vlaamse gezinnen in kaart.³⁷ Het kenniscentrum, Mediawijs, wordt gesubsidieerd door de Vlaamse overheid en door de 'Connecting Europe Facility' van de Europese Unie.

Het Vlaamse initiatief 'Veilig Online', gesubsidieerd door de overheid en het Erasmus+-programma van de Europese Unie, helpt daarnaast ouders om te gaan met online media in het gezin door middel van online en offline informatiesessies en naslagwerk.^{38,39}

34 <https://www.mediawijs.be/nl/over-ons>.

35 De Schaal van M | Mediawijs.

36 over Apenstaartjaren | Apenstaartjaren.

37 MediaNest Cijfers 2021 - de resultaten | MediaNest.

38 Sociale media | Veilig online.

39 The Prototype | European Safe Online Initiative.

Duitsland

Sinds 2024 steunt het Duitse federaal agentschap voor de bescherming van kinderen en jongeren in de media zeven projecten ter stimulering van een kindvriendelijk digitaal aanbod.⁴⁰ Daarnaast is er een centraal toezichthoudend orgaan, de Kommission für Jugendmedienschutz (KJM), voor de bescherming van minderjarigen in particuliere omroepen en telemedia. Zij controleren op de naleving van het Interstatelijk Verdrag inzake de bescherming van minderjarigen in de media (JMStV).^{41,42} Verder heeft iedereen in Duitsland toegang tot een online platform 'GAmM' (Gutes Aufwachsen mit Medien) gefinancierd door het Ministerie voor Familie, Senioren, Vrouwen en Jeugd, ter stimulering van het gezond opgroeien van kinderen en jongeren in de digitale wereld.⁴³ Zo zijn ze het aanspreekpunt voor voorlichting, bijscholing en netwerkvorming. Op hun website is een bundeling te vinden van de verschillende landelijke initiatieven. Ook publiceert het platform artikelen over uiteenlopende onderwerpen zoals privacy, extremisme, desinformatie, diversiteit en inclusie, cyberpesten, kunstmatige intelligentie en meer. Daarnaast publiceren ze een vierwekelijks nieuwsbrief met praktische informatie en nieuws op het gebied van mediaopvoeding en mediabescherming.

Specifiek voor ouders en opvoeders is een ander online platform beschikbaar ('SCHAU HIN!'), gefinancierd door het Ministerie voor Familie, Ouderen, Vrouwen en Jeugd, om kinderen beter te laten omgaan met media. Zo biedt het platform onder andere gratis mediacursussen aan ouders, met als doel het mediagebruik van hun kinderen actief te begeleiden.⁴⁴ Ook stelt het informatie beschikbaar voor ouders in verschillende mediumvormen: artikelen, podcasts, online spel, brochures, etc.

Hongarije

In 2015 ontwikkelde de Hongaarse overheid de digitale kindbeschermingsstrategie aan de hand van drie pijlers: bewustzijnscreatie en mediaeducatie, bescherming, veiligheid en sancties, en het bieden van hulp. De strategie was bedoeld om kinderen te beschermen tegen gevaarlijke online content en om kinderen, ouders en leraren voor te bereiden op een bewust en productief gebruik van internet.⁴⁵ Omdat de strategie inmiddels vrij gedateerd is, is het lastig terug te halen of er concrete acties waren gekoppeld aan de strategie. Ook over de effecten is geen informatie te vinden.

40 Federaal Agentschap voor de bescherming van kinderen en jongeren in de media - Ontwikkeling van kindvriendelijke digitale diensten: BzKJ keurt financieringsaanvragen voor zeven projecten goed.

41 Taken en missie | kjm-online.de.

42 Interstatelijk Verdrag inzake de bescherming van minderjarigen in de media (JMStV) | die-medienanstalten.de.

43 Goed opgroeien met media.

44 Initiative - SCHAU HIN!.

45 c2610c5560ef56425860d4d7bdd68b3d.pdf.

Italië

Het recreatief gebruik van mobiele telefoons is al sinds 2007 verboden in Italiaanse klaslokalen. De minister van Onderwijs heeft in 2022 opgeroepen om het gebruik van mobiele telefoons ook voor educatieve doeleinden te verbieden.⁴⁶ Dit verbod is vanaf september 2024 van start gegaan voor kleuter-, basis- en lager middelbaar onderwijs.⁴⁷

Spanje

Het Spaanse ministerie van Volksgezondheid heeft publieke aanbevelingen over schermtijd tot een leeftijd van vijf jaar gepubliceerd op de eigen website als onderdeel van hun richtlijnen over fysieke activiteit.⁴⁸ In 2004 ontstond de Spaanse beweging PantallasAmigas, met als missie om veilig en gezond gebruik van internet te bevorderen. Zo ontwikkelen ze projecten en educatieve middelen voor de opleiding van kinderen en adolescenten.⁴⁹

Zweden

In 2024 is een nieuwe nationale richtlijn door de publieke gezondheidsautoriteit Folkhälsomyndigheten uitgebracht, die aanbevelingen doet over schermgebruik per leeftijdsgroep.⁵⁰ Daarnaast spant de Zweedse overheid zich sinds 2023 in om de lees- en schrijfvaardigheden van Zweedse kinderen te verbeteren. Om dit te bewerkstelligen wil de autoriteit het gebruik van digitale leermiddelen verminderen, zorgen voor meer fysieke boeken op scholen en zorgen voor toegang tot bemande schoolbibliotheken. Daarnaast onderzoekt de Zweedse Nationale Onderwijsraad hoe digitale apparaten in scholen en buitenschools worden gebruikt en stelt de raad maatregelen voor om het gebruik van deze apparaten te verminderen.^{51,52} Privégebruik van mobiele telefoons en andere elektronische communicatieapparatuur is niet toegestaan in scholen.⁵³

2.2 Maatregelen in landen buiten Europa

Australië

In 2021 is een richtlijn uitgebracht omtrent fysieke activiteit en sedentair gedrag, oftewel gedrag waarbij men lang stilzit en weinig energie verbruikt. Binnen deze richtlijnen worden aanbevelingen gedaan hoeveel sedentaire schermtijd per leeftijdscategorie wordt geadviseerd.⁵⁴ Daarnaast is op 8 november 2024 akkoord gegeven voor nieuwe wetgeving, de 'Online Safety Amendment Bill 2024', die toegang tot social media onder de leeftijd van zestien verhindert.⁵⁵ Onder deze wetgeving worden vanaf 10 december 2025 socialmediabedrijven verantwoordelijk gesteld voor het verifiëren van de leeftijd van kinderen en het blokkeren van toegang tot het platform voor kinderen onder de 16. Mogelijke manieren voor bedrijven om deze leeftijdsverificatie daadwerkelijk te laten plaatsvinden zijn onder andere het gebruik van ID-verificatie, AI-systemen of het monitoren van gedragssignalen. Wanneer er geen navolging is van de wetgeving kunnen de bedrijven een boete krijgen tot 50 miljoen dollar.⁵⁶ Het zal nog moeten blijken hoe dit zich naar de praktijk toe vertaalt.

Canada

In 2019 verscheen de campagne van het Agentschap voor Volksgezondheid van het ministerie van Volksgezondheid, 'Nobody's Perfect'. De campagne is gericht op ouders van kinderen tussen de nul en vijf jaar en wordt verspreid via verschillende provinciale en territoriale organisaties. Zo worden ouders in staat gesteld om rondom verschillende thema's in groepsverband van elkaar en met elkaar leren. Concreet vertaalt de campagne zich in een programma dat zich richt op het verbeteren van de capaciteiten van ouders om de gezondheid van hun kind te verbeteren en te behouden.⁵⁷ Onderdeel hiervan waren richtlijnen voor schermgebruik voor kinderen tot vijf jaar.⁵⁸ Met het programma worden ouders in staat gesteld om rondom verschillende thema's in groepsverband van en met elkaar en te leren.⁵⁹

46 Stop mobiele telefoons in de klas: circulaire van het ministerie naar scholen gestuurd. Valditara: "Laten we het leren van kinderen en het respect voor leraren beschermen" - Stop mobiele telefoons in de klas: circulaire van het ministerie naar scholen gestuurd. Valditara: "We beschermen het leren van kinderen en respect voor leraren" - Miur.

47 Italy Bans Smartphones in Classrooms - Lockable Phone Pouch.

48 Gezonde levensstijl - Kinderen jonger dan 5 jaar.

49 Wie we zijn - PantallasAmigas.

50 Digitala medier och hälsa — Folkhälsomyndigheten.

51 De overheid wil scholen mobielvrij maken - Regeringen.se.

52 Government investing in more reading time and less screen time - Government.se.

53 Veiligheid, studierust en disciplinaire maatregelen - Nationaal Agentschap voor Onderwijs.

54 <https://www.health.gov.au/topics/physical-activity-and-exercise/physical-activity-and-exercise-guidelines-for-all-australians>.

55 <https://www.pm.gov.au/media/minimum-age-social-media-access-protect-australian-kids>.

56 How will Australia's under-16 social media ban work? We asked the law's enforcer : NPR.

57 Overview: Nobody's Perfect Parenting Program - Canada.ca.

58 Mind: Screen Time - Canada.ca.

59 What are the key concepts of Nobody's Perfect? - Canada.ca.

Nieuw-Zeeland

In 2017 heeft het ministerie van Volksgezondheid nationale richtlijnen opgesteld voor schermtijd voor kinderen onder de vijf jaar.⁶⁰ Daarnaast zijn er in 2024 vernieuwde richtlijnen verschenen, verder gespecificeerd voor schermgebruik op scholen.⁶¹

Verenigd Koninkrijk

Het departement van Wetenschap, Innovatie en Technologie heeft in 2023 de Online Safety Act opgesteld, die in 2026 in werking gaat treden. Deze wet verplicht socialmediabedrijven om maatregelen te treffen om hun gebruikers beter te beschermen.⁶² Daarnaast is sinds 2023 'The Education Committee' in opdracht van het Lagerhuis bezig met onderzoek naar de impact van schermtijd op de ontwikkeling van kinderen.⁶³

Begin 2024 startte verder in Woodbridge een lokaal initiatief waarmee ouders door middel van een WhatsAppgroep steun bij elkaar kunnen vinden voor het niet-aanschaffen van een smartphone voor hun kind. Door het grote enthousiasme dat ontstond, groeide dit initiatief snel uit tot een nationale campagne, waarbij meer dan 150.000 ouders zich aansloten.⁶⁴ Dit heeft mede tot een online platform geleid waar verschillende materialen en toolkits te vinden zijn om het initiatief op lokaal niveau uit te voeren. Het succes van de campagne 'Smartphone Free Childhood', wordt toegeschreven aan de het feit dat ouders zorgen met elkaar kunnen delen en steun hebben aan elkaar. Het doel van de campagne is uiteindelijk om de sociale druk weg te nemen zodat ouders collectief tot het besluit komen kinderen tot 14 jaar geen smartphone te geven.⁶⁵

In februari 2024 heeft de overheid van het Verenigd Koninkrijk tot slot een leidraad gepubliceerd hoe scholen mobiele telefoons kunnen verbieden tijdens de schooldagen. Deze leidraad legt uit hoe je beleid ontwikkelt, implementeert en handhaaft om het gebruik van mobiele telefoons op school te verbieden.⁶⁶

2.3 Landoverstijgende initiatieven

Ook op meer overkoepelend, internationaal niveau gebeurt het een en ander op dit onderwerp. Zo zijn er bijvoorbeeld de officiële richtlijnen van de World Health Organisation (WHO), die stellen dat kinderen tot twee jaar geen schermtijd mogen hebben en kinderen tot vijf jaar maximaal één uur per dag.⁶⁷ Ook in Nederland, bijvoorbeeld door het Nederlands Jeugdinstituut, worden deze richtlijnen genoemd/overgenomen.⁶⁸ Vanuit UNICEF zijn er verschillende publicaties verschenen gericht op kinderrechten en een veilige digitale omgeving voor kinderen.⁶⁹ Zo is er een Discussion Paper gepubliceerd over rechten, risico's en kansen gerelateerd aan kinderen en digitale marketing,⁷⁰ zijn er aanbevelingen verschenen in het kader van online gamen en kinderrechten,⁷¹ alsook een beleidsnota over kinderbescherming in digitaal onderwijs.⁷²

Tevens publiceerde de OECD richtlijnen en aanbevelingen, betreffende beleidsvorming rondom kinderen in een digitale omgeving.⁷³ Deze aanbevelingen richten zich op beleidsvorming waarmee schade van digitaal gebruik en digitaal gedrag wordt beperkt.⁷⁴ De aanbevelingen benadrukken het belang van samenwerking tussen alle belanghebbenden om een veiligere online omgeving voor kinderen te creëren om gezondheid en welzijn van de jongeren te beschermen, terwijl fundamentele waarden zoals vrijheid van meningsuiting en privacybescherming worden gerespecteerd. Tot slot adviseert de OECD beleidsmaatregelen flexibel en technologieneutraal op te stellen zodat deze duurzaam blijven en internationale samenwerking wordt aangemoedigd om kennis en succesvolle strategieën te delen.

Op Europees niveau is er de BIK+-strategie (Better Internet for Kids), die op 11 mei 2022 werd aangenomen door de Europese Commissie. Het doel van de strategie is dat kinderen in het nieuwe digitale decennium online worden beschermd, hun (digitale) welzijn wordt versterkt en dat zij worden gerespecteerd en mondiger worden gemaakt.⁷⁵

60 Sit Less, Move More, Sleep Well: Active play guidelines for under-fives | Ministry of Health NZ.

61 Recommendations for the use of digital technologies: schools, kura and early childhood education | The Paediatric Society of NZ | Te Kāhui Mātai Arotamariki o Aotearoa.

62 Online Safety Act: explainer - GOV.UK.

63 Screen time: impacts on education and wellbeing.

64 Woodbridge mum's anti-smartphone drive a shock success.

65 about — Smartphone Free Childhood.

66 Mobile phones in schools - GOV.UK.

67 <https://www.who.int/news/item/24-04-2019-to-grow-up-healthy-children-need-to-sit-less-and-play-more>.

68 <https://www.nji.nl/mediaopvoeding/baby-opgroeien-met-media>.

69 Protecting and Prioritizing Children's Rights and Safety in Digital Environments | UNICEF Office of Innovation.

70 discussion-paper-digital-marketing-v2.pdf.

71 Online gaming | UNICEF Child Rights and Business.

72 Child Protection in Digital Education | UNICEF.

73 OECD Legal Instruments.

74 [https://legalinstruments.oecd.org/api/download/?uri=/private/temp/d9c3513a-221e-41ea-975b-b5bb2felc424.pdf&name=OECD-LEGAL-0389%20\(2012\)-en.pdf](https://legalinstruments.oecd.org/api/download/?uri=/private/temp/d9c3513a-221e-41ea-975b-b5bb2felc424.pdf&name=OECD-LEGAL-0389%20(2012)-en.pdf).

75 <https://digital-strategy.ec.europa.eu/en/policies/better-internet-kids#:~:text=De%20nieuwe%20strategie%20voor%20een,met%20de%20Europese%20digitale%20beginselen>.

De strategie moet volgens de Europese Commissie de basis voor de beleidsontwikkeling van lidstaten vormen en kan gebruikt worden als platform voor het op internationaal niveau delen van ervaringen en expertise. Een concrete uitwerking van de BIK+-strategie is het Better Internet for Kids-portaal, waarbij met name best practices worden gedeeld.⁷⁶

Ook is er het European SafeOnline Prototype, een toolkit om het SafeOnline-initiatief in de context van verschillende landen te implementeren.⁷⁷ Dit is inmiddels het geval in België, Bulgarije, Cyprus, Griekenland en Roemenië. De SafeOnline-initiatieven informeren ouders over het mediagebruik van hun kinderen binnen de context van positief ouderschap. De inhoud en trainingssessies zijn gebaseerd op de mogelijkheden die online technologieën bieden. Ze zijn ontworpen om de interesse van ouders in het internet en de digitale wereld te stimuleren, hen te ondersteunen bij het begrijpen van het socialmediagebruik van hun kinderen en hen praktische tips te geven om de risico's en kansen van de digitale ruimte te identificeren.⁷⁸ Het SafeOnline-initiatief volgt het succesvolle Vlaamse Veilig Online-programma.⁷⁹

Daarnaast is in 2022 de Europese 'Digital Services Act' (DSA) aangenomen om een veiligere en transparantere online omgeving te creëren. De DSA richt zich op het aanpakken van illegale inhoud, transparante advertenties en desinformatie op online platformen en tussenpersonen zoals sociale netwerken en marktplaatsen.^{80,81} De DSA zorgt voor extra bescherming van kinderen en jongeren door onder andere gerichte advertenties aan minderjarigen te verbieden, en hogere privacy- en veiligheidseisen te stellen aan platformen die gebruikt kunnen worden door minderjarigen. Daarnaast zorgt de DSA voor het verplichten van het strenger controleren op schadelijke inhoud die de fysieke of mentale gezondheid kunnen beïnvloeden.⁸²



⁷⁶ <https://better-internet-for-kids.europa.eu/en>.

⁷⁷ The Prototype | European Safe Online Initiative.

⁷⁸ ESOL PROTOTYPE.pdf - Google Drive.

⁷⁹ <https://www.veiligonline.be/>.

⁸⁰ DSA: extra verantwoordelijkheden gelden nu voor alle digitale diensten | Nieuwsbericht | Rijksoverheid.nl.

⁸¹ The EU's Digital Services Act.

⁸² The Digital Services Act (DSA) explained - Publications Office of the EU.



HOOFDSTUK 3

Maatregelen naar categorieën

In het voorgaande hoofdstuk hebben we een overzicht gegeven van verschillende maatregelen op landniveau. Om toe te werken naar een overzicht van waar landen zich nu precies op richten, waar overeenkomsten en waar juist verschillen in zitten, werken we in dit hoofdstuk uit onder welke typen categorieën de verschillende maatregelen vallen.

3.1 Maatregelen vanuit socialmediabedrijven

Veel van de onderzochte landen richten zich op de toegang tot en het gebruik van social media door kinderen. Hierbij wordt vaak verwezen naar de richtlijnen van platformen zoals Instagram en Snapchat.

Verschillende socialmediaplatformen zoals TikTok, Instagram, Facebook, WhatsApp, Snapchat en YouTube, hanteren een minimumleeftijd van 13 jaar voor het aanmaken van een account. Deze bedrijven geven aan dat ze accounts kunnen verwijderen als deze regel wordt overtreden. Om kinderen online te beschermen tegen ongewenst contact of ongepaste inhoud, gebruiken de platformen diverse strategieën.

Instagram heeft bijvoorbeeld zes strengere veiligheidsmaatregelen voor accounts van kinderen tussen de 13 en 17 jaar. De standaardinstellingen voor deze accounts zijn privé, en er zijn extra beschermingsmaatregelen tegen gevoelige inhoud. Snapchat beveiligd accounts van kinderen tussen de 13 en 17 jaar door deze minder vindbaar te maken voor vreemden. Bovendien kunnen accounts waarvan het vriendschapsverzoek niet is geaccepteerd, geen contact opnemen met accounts van kinderen in deze leeftijdsgroep.

3.2 Maatregelen gericht op het inperken van socialmediagebruik

Er wordt vaak opgemerkt dat de handhaving van maatregelen vanuit socialmediabedrijven onvoldoende is. Daarom nemen meerdere landen extra juridische maatregelen om de leeftijdsgrenzen te handhaven en het gebruik van social media door kinderen te beperken, namelijk Australië, Denemarken, Frankrijk, Noorwegen en het Verenigd Koninkrijk. Het Verenigd Koninkrijk heeft in 2023 de Online Safety Act opgesteld. Deze set aan wetten legt verplichtingen op aan socialmediabedrijven en zoekmachines. Zo moeten socialmediabedrijven voorkomen dat kinderen in aanraking komen met schadelijke en niet-leeftijd geschikte content. Daarnaast moeten de diensten het rapporteren van problemen toegankelijker maken voor alle gebruikers (waardoor het melden van ongewenst 'contact' of conduct' gemakkelijker wordt gemaakt).

Australië, Denemarken, Frankrijk en Noorwegen richten zich momenteel op een verbod van social media voor kinderen tot zestien jaar. Zo heeft op 8 november 2024 de Australische regering onder Anthony Albanese een verbod op social media voor de leeftijd van zestien voorgelegd aan het kabinet. De voorgestelde wetgeving legt de verantwoordelijkheid bij socialmediabedrijven om aanpassingen in hun platform toe te brengen. De wetgeving is onderdeel van uitgebreidere Australische overheidsplannen om online dreigingen voor jongeren te verminderen. De Australische senaat heeft de wetswijziging op 28 november 2024 goedgekeurd.⁸³ De beweegredenen voor de wetgeving is de bescherming van kinderen voor de sociale dreiging waar kinderen aan worden blootgesteld tijdens het gebruik van social media. Landen als Noorwegen en Frankrijk schijnen met veel belangstelling naar de Australische wetgeving te kijken;⁸⁴ het Nederlandse kabinet daarentegen staat niet positief tegenover een dergelijk verbod, alleen al omdat een dergelijk verbod makkelijk te omzeilen zal zijn.⁸⁵

3.3 Maatregelen rondom (het inperken van) schermtijd

Veel van de maatregelen die landen invoeren bestaan uit richtlijnen gericht op het verlagen van de schermtijd voor verschillende leeftijdsgroepen. Zo heeft de publieke Zweedse gezondheidsautoriteit Folkhälsomyndigheten in 2024 richtlijnen gepubliceerd. In deze richtlijnen geeft de gezondheidsautoriteit harde adviezen in tijdsduur per leeftijdscategorie. Daarnaast heeft het ministerie van Volksgezondheid adviezen uitgebracht hoe na te denken over schermgebruik. Naast adviezen over de hoeveelheid schermgebruik gaat de richtlijn ook over advies over de hoeveelheid slaap en de slaapkwaliteit in relatie tot schermgebruik. Meerdere landen, waaronder Canada, Noorwegen en Denemarken, hanteren vergelijkbare richtlijnen. Daarbij richten sommige richtlijnen zich specifiek nog op andere onderwerpen naast enkel de aanbevolen tijdsduur van schermgebruik per leeftijdsgroep. Zo gaat een richtlijn van de Deense gezondheidsautoriteit, Sundhedsstyrelsen, dieper in op de relatie tussen schermgebruik en concentratie, slaap, lichaamsbeweging, sociale interacties, stress en gamen. In deze richtlijn hanteren zij leeftijdsgebonden adviezen.

83 [National Cabinet agrees to age limit for social media access | Prime Minister of Australia.](#)

84 <https://nos.nl/artikel/2546344-verbod-sociale-media-voor-jongeren-komt-eraan-in-australië-maar-haalt-weinig-uit>

85 <https://zoek.officielebekendmakingen.nl/ah-tk-20242025-31.html>

We zien dat overheden veelal geen schermtijd voor kinderen tot twee jaar adviseren, maximaal één uur schermtijd voor kinderen tussen de twee en vijf tot zes jaar, maximaal één tot twee uur voor kinderen tussen de zes en twaalf jaar, en maximaal twee tot drie uur voor kinderen boven de twaalf (zie tabel 1). Over het algemeen volgen landen daarbij de richtlijnen die door de WHO zijn opgesteld.

Naast websites van de overheid zijn in verschillende landen overigens online platformen te vinden om jongeren en hun ouders van informatie te voorzien en waar richtlijnen en tips over schermtijd tevens worden gedeeld.

Tabel 1. **Richtlijnen voor hoeveelheid schermgebruik per leeftijdscategorie van verschillende landen.**⁸⁶

Leef-tijden	WHO ^{87,88,89}	Australië ^{90,91}	Canada ^{92,93}	Denemarken ^{94,95,96}	Nieuw-Zeeland ⁹⁷	Noorwegen ^{98,99}	Zweden ¹⁰⁰
0-2 jaar	0 uur	0 uur	0 uur	0 uur Geen schermgebruik zonder actief toezicht	0 uur	0 uur	0 uur
2-5 jaar	<1 uur	<1 uur	<1 uur	<45 minuten per dag <5 uur per week	<1 uur	Leren en ontwikkelen moet niet ten koste gaan van schermtijd.	<1 uur
5-12 jaar	Zo min mogelijk	<2 uur*	<2 uur (recreatief)		<2 uur	De 'normale dag-besteding' moet niet ten koste gaan van schermtijd.	Maximaal 1-2 uur
12-17 jaar	Zo min mogelijk	<2 uur*	<2 uur (recreatief)		<2 uur	Schermtijd moet deel uitmaken van een evenwichtig leven.	Maximaal 2-3 uur
Opmerkingen	Des te meer sedentair gedrag, vooral in relatie tot schermen, de slechter de gezondheids-uitkomsten, bij kinderen van 5-17 jaar.	*exclusief schermtijd voor onderwijs-doeleinden.	Ouders moeten zelf het goede voorbeeld geven.	Overheids-richtlijnen verwijzen naar richtlijnen van 'Børns Vilkår'.		Volwassenen moeten het goede voorbeeld geven.	

86 NB Deze tabel is bedoeld om een beeld te geven van het type richtlijnen en is niet uitputtend. Zoals eerder genoemd hebben namelijk landen als Spanje, Zwitserland en Luxemburg ook een richtlijn.

87 9789241550536-eng.pdf.

88 Guidelines on physical activity, sedentary behaviour and sleep for children under 5 years of age.

89 9789240015128-eng.pdf.

90 For infants, toddlers and preschoolers (birth to 5 years) | Australian Government Department of Health and Aged Care.

91 For children and young people (5 to 17 years) | Australian Government Department of Health and Aged Care.

92 Mind: Screen Time - Canada.ca.

93 Children & Youth 5-17 Years – 24-Hour Movement Guidelines.

94 Aanbevelingen voor weergavegebruik | Deens geneesmiddelenbureau.

95 Anbefaling til skærmbrug fritidstilbud.

96 Aanbevelingen voor kinderen van 9 tot 12 jaar | De gids op het scherm.

97 Screen time: New limits needed in New Zealand schools, experts say - NZ Herald.

98 11053 Figurer anbefaling 0-5 år.

99 NOU 2024: 20 - regjeringen.no.

100 Digitala medier och hälsa — Folkhälsomyndigheten.

Naast communicatie-instrumenten in de vorm van richtlijnen zijn er ook nog andere beleidsmatige instrumenten die worden ingezet om schermgebruik te verminderen. Denemarken treft sinds 2023 bijvoorbeeld juridische maatregelen in de vorm van een beperking op het gebruik van schermen in ‘early childhood education and care’. Deze wetswijziging is in lijn met de richtlijnen voor kinderen tot twee jaar die aanzet tot geen schermgebruik voor deze leeftijdsgroep. De wetswijziging van 2023 leidt tot strengere regulering van het gebruik van digitale tools in pedagogisch werk.¹⁰¹ Hierbij mag alleen in uitzonderingsgevallen tijdens het pedagogische werk met de doelgroep kinderen van nul tot twee jaar gebruikgemaakt worden van digitale hulpmiddelen.

101 Nieuw breed akkoord om schermen in kinderdagverblijven te beperken | Ministerie van Kinderen en Onderwijs.

Voor kinderen tussen de leeftijd drie tot vijf jaar mogen digitale middelen enkel ingezet worden wanneer dit academisch verantwoord is.

In Luxemburg wordt er vanaf januari 2025 eenzelfde verbod geïmplementeerd. Dit verbod voor het gebruik van schermen in instellingen voor voor- en vroegschoolse educatie en opvang is geïnitieerd door het Ministerie van Onderwijs, kinderen en jongeren.¹⁰²

3.4 Maatregelen omtrent negatief gedrag online

Zoals benoemd, zijn in verschillende landen online platformen opgericht om jongeren en hun ouders van informatie te voorzien. Naast richtlijnen en tips over schermtijd en veilig gebruik van social media, zien we dat veel platformen zich richten op het verstrekken van informatie over ongewenst gedrag online, zoals cyberpesten en online gokken. In Zwitserland heeft iedereen bijvoorbeeld toegang tot de website 'jeunesetmedias.ch'.¹⁰³ Dit platform biedt informatie over onderwerpen zoals online discriminatie en haat, extremisme en radicalisering, cyberpesten, seksueel misbruik op internet, online aankopen en strafbare feiten. Elk thema wordt ondersteund door landelijke cijfers, aanbevelingen voor jongeren en tips voor ouders en opvoeders. Een ander voorbeeld is het Belgische platform 'Veilig Online', dat zich richt op ouders en opvoeders. Hier kunnen zij handreikingen vinden over verschillende thema's, zoals internet en privacy, gamen, cyberpesten en online relaties en seksualiteit. Ook Franse ouders hebben toegang tot een online informatie- en ondersteuningsplatform voor digitaal ouderschap 'jeprotegemonenfant.gouv.fr'. Op dit platform zijn meerdere bronnen en tools te vinden voor ouders.¹⁰⁴ Ook Luxemburg hanteert een vergelijkbaar overheidsplatform waarop zij ook doorverwijzen naar twee andere platformen: één gericht op fysieke activiteiten voor ouders en één gericht op het verstevigen van online veiligheid.

3.5 Maatregelen gericht op het versterken van digitale vaardigheden

De eerder genoemde maatregelen zijn met name gericht op het inperken van schermtijd en negatief gedrag. Verschillende landen richten zich echter ook op het versterken van digitale vaardigheden van kinderen met als doel het bevorderen van gezond online opgroeien op een positieve manier. In het vierdelige actieplan dat Frankrijk in 2022 heeft gepubliceerd, is een van de pijlers gericht op het ontwikkelen en versterken van digitale vaardigheden van scholieren. Het doel van deze pijler is om kinderen en tieners een kritische blik aan te leren, zodat ze weloverwogen keuzes kunnen maken over digitale content. Door kinderen vanaf jonge leeftijd de juiste kennis en tools te geven, kunnen ze zichzelf beter beschermen tegen online gevaren.¹⁰⁵ Ook richten verschillende online platformen zich op het versterken van digitale vaardigheden onder jongeren. Zo is het Zwitserse platform bijvoorbeeld gericht op het herkennen van desinformatie en het versterken van informatievaardigheden onder jongeren.¹⁰⁶

¹⁰² Fir eng gesond Screen-Life-Balance vun eise Kanner - secher.digital.

¹⁰³ Page d'accueil: Jeunes et media.

¹⁰⁴ Ik bescherm mijn kind bij het gebruik van schermen.

¹⁰⁵ Plan d'actions « Pour un usage raisonné des écrans par les jeunes et les enfants » et extension du site jeprotegemonenfant.gouv.fr | solidarites.gouv.fr | Ministère des Solidarités, de l'Autonomie et de l'Égalité entre les femmes et les hommes.

¹⁰⁶ Page d'accueil: Jeunes et media.

3.6 Maatregelen vanuit andere invalshoeken

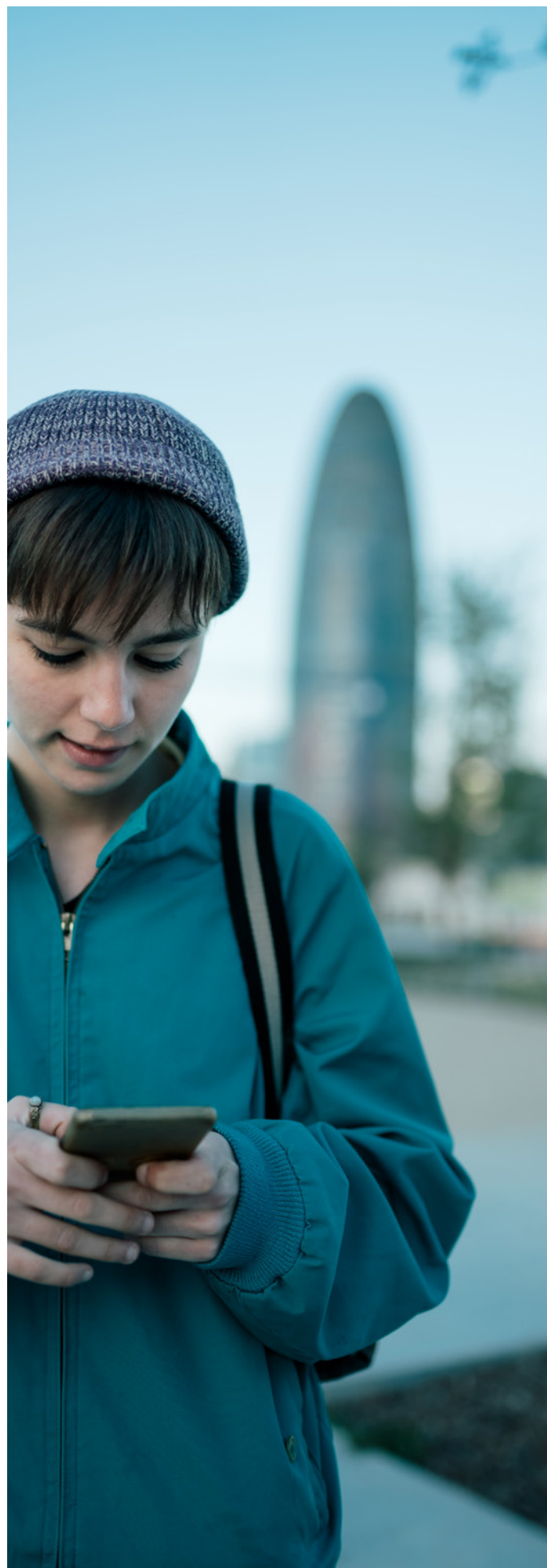
Hoewel dit onderzoek zich richt op maatregelen die direct zijn gericht aan ouders en kinderen zelf, valt het op dat er ook maatregelen te vinden zijn vanuit andere invalshoeken. Het gaat dan met name om het onderwijs en bijvoorbeeld om maatregelen die zich richten op meer buitenspelen. Dergelijke maatregelen hebben indirect een positief effect op minder digitaal mediagebruik.

Telefoongebruik op scholen

Voor wat betreft het onderwijsdomein, zagen we de voorbeelden van Italië¹⁰⁷ en Luxemburg, waar mobiele telefoons vanaf Pasen 2025 verboden zijn in de klas.¹⁰⁸ In Nederland is een dergelijke maatregel sinds 1 januari 2024 van kracht.¹⁰⁹ Mobiele telefoons, tablets of smartwatches mogen niet meer in de klas gebruikt worden en het is aan scholen zelf hoe ze het beleid precies vormgeven.¹¹⁰ Uit een eerste onderzoek blijkt dat leerlingen als voordelen noemen dat ze minder afgeleid zijn tijdens lessen, meer reallife contacten hebben en meer lichaamsbeweging hebben.¹¹¹ Hierbij wordt opgemerkt dat ouders ook een rol spelen in dit beleid: als de regels voor telefoongebruik thuis versoepelen, terwijl ze op school strenger worden, heeft het beleid mogelijk minder effect. Wanneer ouders worden betrokken bij het telefoonbeleid op school leidt dat waarschijnlijk tot een positievere uitkomst. Over of het schoolbeleid ook een positief effect heeft op telefoongebruik thuis lijkt echter nog weinig bekend.

Fysieke activiteit

Er zijn ook een aantal maatregelen die op indirecte wijze bijdragen aan gezond online opgroeien door zich bijvoorbeeld te richten op meer buitenspelen of richtlijnen die fysieke activiteit stimuleren. In sommige gevallen wordt dan benoemd dat deze maatregelen ook als gevolg kunnen hebben dat schermtijd vermindert. Dit geldt bijvoorbeeld voor richtlijnen vanuit de Australische overheid gericht op activiteit en beweging.¹¹²



¹⁰⁷ Stop mobiele telefoons in de klas: circulaire van het ministerie naar scholen gestuurd. Valditara: "Laten we het leren van kinderen en het respect voor leraren beschermen" - Stop mobiele telefoons in de klas: circulaire van het ministerie naar scholen gestuurd. Valditara: "We beschermen het leren van kinderen en respect voor leraren" - Miur.

¹⁰⁸ "Screen-life balance": for a healthy balance between screens and real life for our children - The Luxembourg Government.

¹⁰⁹ <https://www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/voortgezet-onderwijs/mobiele-apparaten-in-de-klas>.

¹¹⁰ <https://www.kennisnet.nl/app/uploads/Schoolbeleid-voor-smartphones.pdf>.

¹¹¹ <https://www.ru.nl/onderzoek/onderzoeksnieuws/aangescherpt-telefoonbeleid-op-middelbare-scholen-afstemming-met-ouders-en-leerlingen-cruciaal>.

¹¹² Physical activity and exercise guidelines for all Australians | Australian Government Department of Health and Aged Care.



HOOFDSTUK 4

Duiding van de maatregelen

Om een diepgaander beeld te krijgen van verschillende maatregelen en het effect ervan hebben we een aantal gesprekken gevoerd met betrokkenen bij initiatieven en beleidsmaatregelen uit verschillende landen. In dit hoofdstuk presenteren we aan de hand van deze gesprekken een verdere duiding van maatregelen.

4.1 Gesprekspartners en belangrijkste onderwerpen

Zoals genoemd in hoofdstuk 1 voerden we zes interviews uit. Zo spraken we met een van de Noorse commissieleden van de 'Skjermbrukutvalget' die zich richtte op het verkrijgen van inzicht in de effecten van schermgebruik op kinderen en de noodzaak/het potentiële effect van maatregelen om schermgebruik in te perken. We interviewden een projectmanager namens de Deense gezondheidsautoriteit over de Deense richtlijnen rondom schermgebruik en met de coördinator van het 'digitaliseringsproject' vanuit het Luxemburgse Ministerie van Onderwijs, Kinderen en Jongeren. We gingen in gesprek met een van de oprichtsters van het Ierse 'It Takes A Village'-initiatief in Greystone. Ook interviewden we een betrokkene van het Zwitserse online informatieportaal 'jeunesetmedias.ch'. Tot slot spraken we met de Franse projectmanager van het dossier 'Children's health protection against the harmful effects of screens - Ministry of Health'.

Hoewel we met betrokkenen van zeer uiteenlopende initiatieven hebben gesproken, zijn er een aantal terugkerende thema's en opvallendheden in deze interviews naar voren gekomen. Zo werd meermaals aangegeven dat het vinden van wetenschappelijke onderbouwing of het zicht krijgen op de effecten van maatregelen lastig. Daarnaast wordt er aangegeven dat het om een brede aanpak van maatregelen moet gaan waarbij men zich niet alleen richt op het terugdringen van schermtijd, en blijken volgens betrokkenen met name elementen als onderwijs, bewustwording en empowerment van kind en omgeving zeer belangrijk te zijn.

4.2 Gebrek aan wetenschappelijke onderbouwing

Het blijkt lastig om een (wetenschappelijke) onderbouwing te vinden voor het effect van digitaal mediagebruik op de mentale gezondheid. Hoewel het de verwachting is dat de toename van socialmediagebruik bijdraagt aan mentale klachten onder jongeren, was dit een van de punten die voor de Noorse commissie bijvoorbeeld lastig hard te maken was. Ook recent onderzoek toont geen bewijs voor schadelijke effecten van social media op de mentale gezondheid van jongeren.¹¹³ Een van de aspecten die het onderzoek bemoeilijkt is dat het alleen al lastig is om 'schermgebruik' te definiëren en het is vaak moeilijk aan te geven wat maatregelen precies moeten bewerkstelligen.

Het Noorse commissielid gaf dan ook aan dat overheden moeten nadenken over maatregelen die daadwerkelijk te evalueren zijn, zodat dit nieuwe beleid getoetst kan worden op effectiviteit.

In Denemarken is tussen 2019 en 2022 een subsidie verleend voor het uitvoeren van een literatuuronderzoek omtrent de risicofactoren en de invloed van schermgebruik op de gezondheid. Ondanks de resultaten over de impact op gezondheid, zoals de impact op slaap, bleek het ook in dit onderzoek moeilijk om schermgebruik te definiëren en onderscheid te maken tussen de hoeveelheid tijdsbesteding aan schermen. De impact van bijvoorbeeld specifiek twee uur schermtijd, bleek daardoor onmogelijk te onderzoeken.

Ondanks het gebrek aan wetenschappelijke resultaten zijn veel adviezen en richtlijnen van bijvoorbeeld Noorwegen, Luxemburg en Zwitserland overigens wel op onderzoek gebaseerd. Zo heeft de Zwitserse overheid bijvoorbeeld het online platform 'jeunesetmedias.ch' opgericht met richtlijnen over schermgebruik en informatie rondom diverse thema's. Hiervoor spraken zij met actoren in het veld om zodoende tot overeenstemming te komen over onderzoeksresultaten en het verspreiden hiervan. Daarnaast wordt in Luxemburg binnen een digitaliseringsproject gewerkt aan twee pijlers:

1. 'het bereiken van een gezonde digitale balans'; en
2. 'verantwoord AI-gebruik'.

Ook hierbij zijn de maatregelen voornamelijk op onderzoek gebaseerd. Aangezien er wel een gebrek is aan literatuur om aanbevelingen op te stellen, vooral voor kinderen van nul tot twee jaar, is er een adviesraad aangesteld bestaande uit experts en wetenschappers.

Door een gebrek aan (wetenschappelijke) onderbouwing is het lastig conclusies te trekken over de effectiviteit van bepaalde maatregelen. Zo wordt het platform 'jeunesetmedias.ch' wel elke vijf jaar geëvalueerd door een extern bureau, maar het blijkt lastig om de impact van het platform te duiden. Aansluitend gaf de coördinator van het digitaliseringsproject in Luxemburg aan dat er weinig meetbare resultaten zijn van het project. Wel gaf zij aan dat ouders positief reageren wat betreft het implementeren van restricties.

Omdat het lastig is conclusies te trekken over de effectiviteit van maatregelen, valt het ook op dat conclusies vaak op een ander niveau worden getrokken, namelijk meer over de werking van een plan of samenwerking.

¹¹³ There is no evidence that time spent on social media is correlated with adolescent mental health problems: Findings from a meta-analysis.

Zo bleek uit een evaluatie van het Franse actieplan uit 2022 bijvoorbeeld dat deze onvoldoende functioneel was door de grote rol van de private sector, was er een gebrek aan onderlinge cohesie en was er sprake van onduidelijke integraliteit.

4.3 Inperkende maatregelen versus context en content

In diverse landen blijkt er een behoefte aan inperkende maatregelen. In Zwitserland hopen ze bijvoorbeeld door middel van het platform ervoor te zorgen dat aanbieders een minimumleeftijd vaststellen voor bepaalde content en ouders zo een systeem te bieden ter controle en bescherming van hun kinderen. Daarnaast geldt in Australië een verbod op social media tot en met de leeftijd van vijftien jaar. Hoewel het interessant was geweest meer inzicht op te doen over de totstandkoming van dit verbod en de manier waarop het ontvangen is, is het binnen dit onderzoek niet gelukt met een betrokkenen te spreken.

Wel bleek uit de interviews met de twee Scandinavische landen vanuit de Noorse en Deense politiek een duidelijke behoefte aan concrete maatregelen. Zo is er vanuit de Noorse politiek behoefte aan maatregelen omtrent leeftijdsgrenzen op social media en legt de Deense politiek druk op het creëren van maatregelen omtrent schermtijd. Hoewel er dus behoefte is aan duidelijke adviezen, kwam de Noorse commissie met het advies geen leeftijdsgrenzen voor socialmediagebruik in te voeren aangezien er geen wetenschappelijke onderbouwing te vinden was over het effect daarvan.

Hoewel de focus vaak ligt op het inperken van schermtijd, lost dit bovendien problemen zoals cyberpesten en andere risico's van digitaal mediagebruik niet op. Strikte beleidsmaatregelen gericht op het inperken of verbieden van digitaal mediagebruik zijn dan ook niet wenselijk volgens verschillende gesprekspartners en in diverse gesprekken werd het belang van de context en content toegelicht. Zo lichtte de Franse projectmanager bijvoorbeeld toe dat een kind onderdeel is van een context en omgeving waarin hij/zij interacteert met ouders, zorgprofessionals en leraren. Social media kan hierbij zowel een positieve als negatieve werking hebben, afhankelijk van individuele factoren. Hierop aansluitend benadrukte de Deense projectmanager dat in de toekomst de focus dan ook moet komen te liggen op content en context, en niet slechts op schermtijd. Ook de OECD beaamt dat de context, content en de omgeving centraal moeten staan, met daarbij een focus op bewustzijn in plaats van op de schermtijd.

4.4 Een combinatie van maatregelen

Kortom, het probleem is genuanceerd en vraagt volgens verschillende experts vooral om bewustwording in plaats van harde maatregelen. Educatie en bewustwording worden dan ook aangemoedigd in alle zes landen die wij hebben gesproken. Het gaat erom dat zowel het kind als de ouders zich gesteund en empowered voelen.

Dit lijkt ook het succes te zijn van het Ierse initiatief, waar ouders zich empowered voelen om iets te doen aan het telefoongebruik van hun kinderen en daardoor daadwerkelijk actie ondernemen. Het strikt verbieden of in de ban doen van telefoons, was nadrukkelijk niet de boodschap of het doel van het initiatief, benadrukte onze gesprekspartner. Met dit initiatief gaat het veel meer over het informeren van ouders waardoor een cultuur van 'community change' ontstaat. Ouders willen niet overkomen als overbezorgd en dit lokale initiatief zorgt ervoor dat zij zich gesteund voelen door hun omgeving waarbij een cultuur ontstaat dat ook buiten school telefoons niet gebruikt worden. Hierbij geeft de oprichtster van het initiatief aan dat zij beslist niet tegen technologie zijn, maar dat de focus ligt op educatie. Hierdoor creëren kinderen vanaf jonge leeftijd gezonde gewoontes; bij voorkeur gewoontes die al ontwikkeld worden voordat het kind een telefoon krijgt.

Ook in Zwitserland, Noorwegen en Luxemburg wordt expliciet aandacht besteed aan educatie en bewustwording. Onze Noorse gesprekspartner benadrukte dat mensen om de kinderen heen verantwoordelijkheid moeten nemen en betrokken moeten zijn bij het digitale leven van de kinderen. Bovendien informeert het Zwitserse platform jeunesetmedias.ch ouders over hoe zij met kinderen kunnen praten over mediagebruik. Tot slot focust het Luxemburgse project 'Bee Secure', zich op educatie omtrent cybersecurity. Hierbij leert men over de gevaren en het navigeren door deze gevaren. Door het informeren van zowel aanbieders, ouders en kinderen worden zij bewust gemaakt van zowel de gevaren als kansen van digitale middelen.

Volgens de Franse projectmanager moeten we tot slot een omgeving creëren waarbij schermgebruik minder noodzakelijk wordt. Tegenwoordig wordt bijvoorbeeld aangemoedigd 's avonds niet op schermen te kijken terwijl jongeren voordat ze gaan slapen online moeten checken of zij schooluitval hebben de dag erna.



HOOFDSTUK 5

Reflectie en conclusie

Het doel van dit onderzoek was om in kaart te brengen welke maatregelen voor (mentaal) gezond online opgroeien in andere landen worden uitgevoerd, om zo inspiratie op te te doen voor eventuele maatregelen vanuit de Nederlandse overheid. Om beter zicht te krijgen op hoe maatregelen zich vertalen naar overheidsbeleid, leggen we de maatregelen hiertoe allereerst langs de lat van het 'Beleidskompas'. Vervolgens eindigen we dit hoofdstuk met een conclusie.

5.1 Typen beleidsmaatregelen volgens het Beleidskompas

Het Beleidskompas is een hulpmiddel voor Nederlandse beleidsmakers om op een systematische en gestructureerde manier beleid te ontwikkelen.¹¹⁴ Het Beleidskompas onderscheidt verschillende beleidsinstrumenten die worden ingezet om specifieke beleidsdoelen te realiseren (zie het tekstkader). De rol van de overheid varieert hierbij, en er is verschil in de mate waarin de instrumenten ingrijpend zijn, bijvoorbeeld qua kosten en gevolgen voor de betrokkenen. Door de verschillende beleidsinstrumenten in andere landen af te zetten tegen het Beleidskompas, krijgen we een globaal inzicht in de verschillende categorieën die gebruikt worden en wat daarmee implementatie in Nederland zou betekenen.

- **Communicatie.** Instrumenten die gericht zijn op het informeren en bewustmaken van het publiek, zoals voorlichtingscampagnes en educatieve programma's.
- **Financieel.** Instrumenten die financiële prikkels bieden, zoals subsidies, belastingvoordelen of boetes, om gewenst gedrag te stimuleren of ongewenst gedrag te ontmoedigen.
- **Juridisch.** Wettelijke en regelgevende maatregelen, zoals wetten, regels en vergunningen, die verplichtingen en rechten vastleggen.
- **Organisatie.** Instrumenten die de structuur en werking van organisaties beïnvloeden, zoals herstructureringen, samenwerkingsverbanden en het opzetten van nieuwe instanties.
- **Ondersteunende instrumenten.** Hulpmiddelen die andere beleidsinstrumenten versterken, zoals handhaving, toezicht en het maken van afspraken (memoranda van overeenstemming).
- **Co-regulering of zelfregulering.** Instrumenten waarbij de overheid samenwerkt met private partijen om regels en normen vast te stellen, of waarbij sectoren zelf verantwoordelijk zijn voor het opstellen en handhaven van regels.

De mate waarin beleidsinstrumenten ingrijpend zijn, varieert, net als de rol van de overheid. Over het algemeen zijn de meest hiërarchische instrumenten, oftewel de verticale instrumenten, ook de meest dwingende. Deze omvatten juridische maatregelen, financiële maatregelen en organisatorische maatregelen. De rol van de overheid is daarbij vaak sturend en controlerend. Daar tegenover staan horizontale beleidsmaatregelen, die zich meer richten op samenwerking en coördinatie tussen verschillende actoren, vaak zonder een hiërarchische structuur. Hieronder vallen communicatie, co-regulering of zelfregulering en ondersteunende instrumenten. De rol van de overheid is hierbij veelal faciliterend en coördinerend.

Wanneer we kijken naar de tot nu toe genomen maatregelen, valt het merendeel onder het beleidsinstrument 'communicatie': het gaat dan om richtlijnen en aanbevelingen en de communicatie daarvan (bijvoorbeeld Australië, Denemarken, Nieuw-Zeeland), campagnes (bijvoorbeeld Canada, Spanje), en actieplannen (bijvoorbeeld Frankrijk, Luxemburg). In enkele gevallen gaat het om co-regulering of zelfregulering, bijvoorbeeld bij het initiatief 'It Takes A Village', waarbij de Ierse overheid samenwerkt met ouders om een set aan maatregelen te implementeren en te handhaven. Tot slot zien we enkele initiatieven die onder ondersteunende instrumenten zouden kunnen vallen, waaronder verschillende online platformen (bijvoorbeeld Zwitserland en Duitsland).

We kunnen op basis hiervan stellen dat het grootste deel van de maatregelen horizontale maatregelen betreft. De rol van de overheden die deze maatregelen uitvoeren is daarbij, kunnen we stellen, faciliterend en coördinerend. Waar het gaat om de meer dwingende maatregelen, zien we dat deze vaak nog in een voorbereidende fase zijn. Voorbeeld hierbij is het wetsvoorstel in Australië om toegang tot social media voor jongeren onder de zestien te verbieden. Een ander juridisch beleidsinstrument is de Deense wetgeving gericht op de Early Childhood Education and Care, alhoewel die zich niet rechtstreeks richt op ouders en op kinderen, maar op instellingen (bijvoorbeeld kinderdagverblijven). Tot slot kunnen ook oproepen van centrale overheden om mobiele telefoons in klaslokalen te verbieden onder juridische maatregelen vallen, afhankelijk van de wettelijke implicaties en handhaving van dit type maatregelen. De rol van overheden is hierbij meer sturend, maar ook hierbij geldt dat deze maatregelen niet rechtstreeks op ouders of op kinderen gericht zijn, maar op scholen.

5.2 Conclusie

Over het algemeen valt op dat, ondanks de toenemende aandacht voor dit onderwerp, de genomen maatregelen in de meeste landen relatief licht zijn en pas recentelijk zijn geïmplementeerd. Slechts een beperkt aantal landen is begonnen met het implementeren van concrete, strikte maatregelen. Daarnaast is het moeilijk om (wetenschappelijke) onderbouwing te vinden voor maatregelen of om uitspraak te doen over de effectiviteit van maatregelen.

Op basis van de resultaten van dit onderzoek lijkt er geen aanleiding te zijn om toe te werken naar een verbod of restricties op digitaal mediagebruik; er zijn geen onderzoeken die de positieve impact van een dergelijk verbod bevestigen. Bovendien implementeert momenteel geen enkel ander Europees land, afgezien van een verbod op scholen, een algemeen verbod op telefoons of bijvoorbeeld socialmediagebruik. Wel zou de overheid een grotere rol kunnen spelen in het breder naar buiten toe communiceren van bestaande richtlijnen (gebaseerd op de richtlijnen van de WHO), om zo het bewustzijn en de bekendheid van richtlijnen omtrent schermgebruik te vergroten.

Ook experts uit andere landen geven aan dat beleidsmaatregelen gericht op het inperken of verbieden van digitaal mediagebruik niet de nadruk zouden moeten krijgen. Een focus op context, content en de omgeving worden passender gevonden, gezien de complexiteit van (mentaal) gezond online opgroeien. Maatregelen moeten zich daarbij vooral richten op het creëren van bewustwording en gezonde gewoontes van jongs af aan. Het is namelijk belangrijk om te realiseren dat de initiatieven en aanbevelingen van verschillende landen niet tégen technologie zijn, maar zich richten op educatie voor aanbieders, ouders en kinderen om hen bewust te maken van zowel de gevaren als kansen van digitale middelen. Hier zijn diverse voorbeelden van (denk aan Zwitserland, Noorwegen, Luxemburg, Ierland) en dit type initiatieven sluit ook goed aan bij de manier waarop de Nederlandse overheid over het algemeen beleid inzet.

Tot slot is het relevant te benoemen dat met name lokale initiatieven, waar de hele community bij betrokken wordt, het goed doen en positief worden ontvangen. Voorbeeldlanden hierbij zijn Ierland en het Verenigd Koninkrijk. Deze ‘good practices’ hebben hun succes te danken aan het brede lokale draagvlak. Het Ierse initiatief ‘It Takes A Village’ kan als voorbeeld gezien worden van een lokaal initiatief waarbij de overheid samenwerkt met ouders. De ouders worden geïnformeerd over de kansen en gevaren van digitale middelen, om vervolgens op een positieve manier hiermee om te gaan. Door dit initiatief voelen de ouders zich ‘empowered’ en gesteund door hun omgeving. Ook in Nederland lijken dergelijke initiatieven te ontstaan.¹¹⁵ Mogelijk zou de Nederlandse overheid een rol kunnen spelen in het steunen en faciliteren van dergelijke initiatieven.

¹¹⁵ <https://smartphonevrijopgroeien.nl/>

BIJLAGE 1

Interview guide, measures for growing up healthy in a digital environment

From: Berenschot **Date:** 7 februari 2025
To: Interview partners **Status:** Confidential
Subject: Interview guide: International comparison study growing up online

Introduction

Children and young people nowadays grow up surrounded by screens. According to the most recent measurement from a Dutch study, Dutch children aged 0 to 6 spend an average of almost two hours per day on digital media. Both in the Netherlands and internationally, there is increasing attention to the negative impact and risks associated with digital media use. Therefore, more policies are being developed to ensure children grow up safely and healthy in a digital environment. In light of these developments, the Dutch Ministry of Health, Welfare and Sport has a need for research into international policies regarding growing up healthy in a digital world. This research can serve as an inspiration for the development of potential measures by the Dutch government. The Ministry of VWS has asked Berenschot to conduct this international research. The first phases of the research are already fulfilled. The research will continue until February 2025.

As part of this research, we are conducting several interviews. You have been invited to participate in one of these interviews. During these interviews, we will delve deeper into the creation, implementation, and developments regarding the measures around digital upbringing in your country. The questions below address these measures. It is important to note that the questions below serve as a guideline and there is room to deviate from them during the interview. Depending on your expertise, we may delve deeper into certain topics. It is not necessary to prepare for the interview.

General

- What is your involvement with/knowledge of (the policy measure in the respective country)?

Background of the measure

- What exactly does the measure entail?
- What are the direct and indirect reasons for the measure?
- What is the justification for the measure, if known?
- Why was this measure chosen?
- If applicable: what other measures have been considered?

Stakeholders

- Who designed the measure?
 - Which parties/persons were involved?
 - What is the role of the (local/national) government?
- Who is the target group of the measure?
- How is the target group of the measure reached (actively/passively)?
- How is the measure received by the target group?

Effects of the measure

- What are the results of the measure so far?
 - If known, are the effects as expected?
- Is the policy measure known to the general public?
- How is the policy measure received by the public?
- How does the public view screen use among children/young people?
- What challenges have you encountered during the implementation of the measure?
- How were these dealt with?
- How is the effect of the measure monitored/measured?
- Is the measure evaluated?
 - How is this done?
 - How often is this done?
 - What are the results of the evaluation?
- What are the points of attention for an interim evaluation of the measure?
- What are the expected or planned future developments regarding the measure? (For example, will the measure be expanded?)

Other

- Are there any additional/other measures being taken in your country?
- Do you have any advice regarding policy-making on growing up healthy in a digital environment?



‘WIJ ZIJN BERENSCHOT, GRONDLEGGER VAN VOORUITGANG’

Nederland is continu in ontwikkeling. Maatschappelijk, economisch en organisatorisch verandert er veel. Al ruim 85 jaar volgen wij als adviesbureau deze ontwikkelingen op de voet en werken we aan een vooruitstrevende samenleving. De behoefte om iets fundamenteels te betekenen voor mens en maatschappij zit in onze genen. Met onze adviezen en oplossingen hebben we dan ook actief meegebouwd aan het Nederland van vandaag. Altijd op zoek naar duurzame vooruitgang.

Alles wat we doen is onderzocht, onderbouwd en vanuit meerdere invalshoeken bekeken. Zo komen we tot gefundeerde adviezen en slimme oplossingen. Die zijn op het eerste gezicht misschien niet altijd de meest voor de hand liggende. Juist deze eigenzinnigheid maakt ons uniek. Daarbij zijn we niet van symptoombestrijding. En gaan pas naar huis als het is opgelost.

Berenschot Groep B.V.

Van Deventerlaan 31-51, 3528 AG Utrecht

Postbus 8039, 3503 RA Utrecht

030 2 916 916

www.berenschot.nl