

DIT VRAGEN JONGEREN VAN SOCIALE MEDIA-PLATFORMS

Wat helpt jongeren om mentaal gezond te zijn en te blijven?

Uit **180 PRAATPOWER-brainstorms** met meer dan **3000 jongeren** blijkt dat jongeren dit nodig hebben van sociale media-platforms:

1. Geef jongeren meer regie over wat zij online zien

Maak contentcontrole mogelijk: laat jongeren zelf instellen welke content zij wel en niet willen zien, bijvoorbeeld via een korte vragenlijst bij het aanmaken van een account. Beperk schadelijke aanbevelingsalgoritmes.

2. Zorg dat melden werkt en serieus wordt genomen

Zorg dat meldingen van pesten, haat, misbruik en schadelijke content worden opgepakt en opgevolgd. Jongeren willen geen automatische antwoorden, maar een échte reactie - en actie. Haal schadelijke juicekanalen en haataccounts actief offline.

3. Maak online hulp zichtbaar en toegankelijk

Integreer laagdrempelige hulpfuncties in apps, zoals chatvensters of doorverwijzingen naar injebol.nl. Zo weten jongeren waar ze terecht kunnen als het niet goed met ze gaat.

4. Zorg voor veilige online ontmoetingsplekken

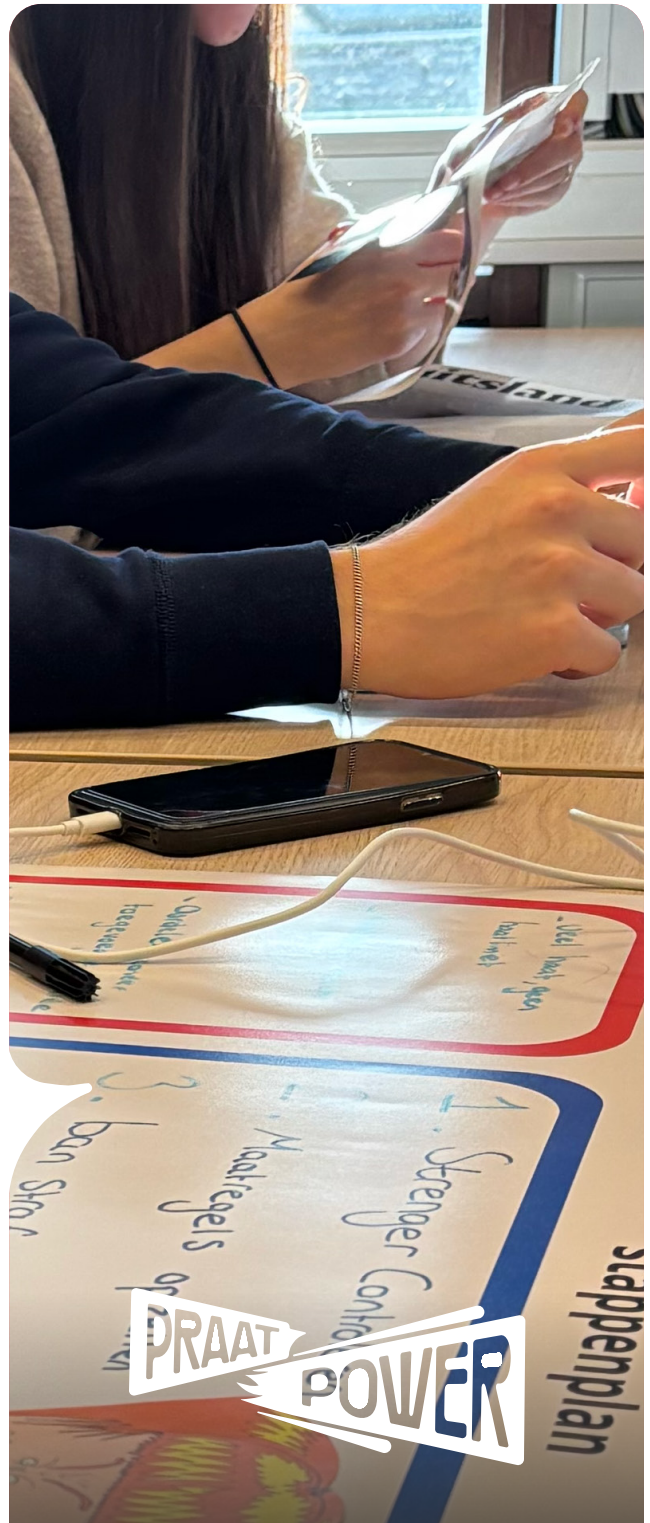
Zorg dat er online plekken zijn waar jongeren met leeftijds- of ervaringsgenoten kunnen praten – op een veilige manier. Betrek jongeren actief bij het ontwerp, zodat deze plekken aansluiten bij hun leefwereld en behoeften.

5. Draag bij aan een respectvolle online cultuur

Pak cyberpesten, haatreacties en uitsluiting actief aan. Help jongeren ook elkaar aan te spreken op online gedrag. Zorg dat ze kunnen meewerken aan een positieve, veilige en respectvolle sfeer – en help zo'n veilige omgeving te creëren.

6. Bescherm jongeren

Beperk of verbied anonieme accounts, handhaaf leeftijdsgrenzen beter en help jongeren hun schermtijd te beperken.



Download het onderzoeksrapport voor meer aanbevelingen en ideeën over de invulling. Of lees verder op praatpower.nl.

