

# Bevindingen uit het vooronderzoek voor PRESS Play. door GEMHlab



GEMH staat voor Games for Emotional and Mental Health Lab. GEMH is verbonden aan de Universiteit van Twente (NL) en McMaster University (Toronto, Canada).

Het onderzoek werd gevoerd door:  
**Nastasia Griffioen**, Postdoc (Universiteit Twente) en **Dr. Hanneke Scholten**, Assistent professor (Universiteit Twente) en Co-directeur GEMH Lab

## “Sociale Media en GSMs, wat vinden jullie daar nu van?”

Je ziet ze bijna overal op straat, die GSMs! Bijna iedereen loopt er mee rond, en misschien heb jij zelf ook wel al een GSM, of krijg je die binnenkort als je naar het middelbare gaat? Je hoort vaak dat mensen die wat ouder zijn zich zorgen maken over wat GSMs doen met kinderen. Ouders, meesters en juffen weten vaak niet wat kinderen doen op hun GSM, en daarom proberen onderzoekers zoals wij dat uit te zoeken: waarom gebruiken kinderen zo graag een GSM of iPad, en wat doen ze er dan op? Sociale media en spelletjes zijn vaak de populairste apps op GSMs en tablets, maar wat vinden jullie daar nu eigenlijk zelf van? En hebben jullie het wel eens met jullie ouders over wat jullie doen op Insta of TikTok, en wat jullie daaraan leuk vinden?

Voor veel ouders is het moeilijk te snappen, omdat zij zelf niet zijn opgegroeid met sociale media. Daarom zouden ouders en leraren vaak wel

mee willen kijken wat jullie aan het doen zijn, denk maar aan die FamilyLink app! Maar dat gaat niet altijd. Daarom zijn wij onderzoekers op zoek gegaan naar antwoorden. We hebben de afgelopen jaren veel kinderen en jongeren gesproken, in Nederland en in België. En we hoorden vaak van jongeren dat sociale media toch wel erg handig zijn om in contact te blijven met vrienden, en om het nieuws te volgen! Kinderen zeiden dan weer vaak dat vrienden inderdaad belangrijk waren op sociale media, maar dat er ook veel leuks te zien was, zoals memes en grappige filmpjes!

Ouders maken zich soms zorgen over wat jullie zien en doen op sociale media, en proberen daarom controle te houden over met wie jullie contact hebben en wie jullie posts kan zien. Dat is begrijpelijk, want er zijn mensen op sociale media die jullie niet kennen en die misschien kwade bedoelingen kunnen hebben. Maar in onze gesprekken met kinderen en jongeren kwamen we er ook achter dat jullie eigenlijk al heel goed weten wat er gevaarlijk kan zijn op sociale media, en dat is super goed! Misschien ben je nog best jong en vind je het niet zo erg dat je ouders meekijken? Fijn, want ze proberen je alleen maar te beschermen! Maar misschien ben je al wat ouder, en vind je eigenlijk dat je ouders je meer je eigen gang moeten laten gaan? Ook dat is helemaal begrijpelijk; naarmate je ouder wordt wil je namelijk steeds meer je eigen identiteit ontwikkelen, los van je ouders. Misschien dat ze daar best begrip voor hebben als je het er met ze over hebt!

Sociale media en spelletjes kunnen dus ook heel leuk zijn als je altijd je gezond verstand blijft gebruiken (en soms is het ook gewoon zo dat je even niet weet wat je anders moet doen!). Maar soms kwam in onze gesprekken met kinderen en jongeren naar voren dat het toch wel moeilijk is om de GSM weg te leggen, of dat de tijd ineens veel sneller gaat dan je dacht! Dat heeft te maken met hoe de apps op een GSM zijn ontworpen: de makers van de app willen graag dat je er zo lang mogelijk op blijft, dus zorgen ze ervoor dat er altijd wel iets nieuws te zien is. Sommige mensen denken misschien dat alle kinderen verslaafd zijn aan sociale media (misschien denk jij ook wel dat je er teveel op zit?). Maar we vonden het erg leuk om te horen dat kinderen het eigenlijk vaak leuker vinden om gewoon met elkaar buiten te gaan spelen als het kan!

De GSM is nu eenmaal niet meer weg te denken uit onze wereld: het brengt ons veel verbondenheid, informatie en gemak, en zolang we er slim mee omgaan hoeft dat niet iets slechts te zijn! Maar wat vinden jullie zelf? Misschien leuk om het daar een keer over te hebben met je ouders!

## Quotes uit de focusgroepen

“Ik zit niet echt veel op mijn GSM, als ik er dan op zit is dat vooral om filmpjes te maken, als ik zo.. als ik een idee heb op school ofzo, opgepikt, en dan kan ik daar iets van maken ofzo, ja. Voor de rest berichtjes doe ik niet echt, ik bel liever, dan kan ik alles zeggen en hoef ik niet alles te typen.”

“Ik volg een Nederlandse YouTubester en zij zit nu in de hogeschool en heeft allemaal tips over studeren en leren en lifestyles en die dingen volg ik. En dan gaf ze ook zo'n tip van 'Als je je slecht voelt ofzo, laat de telefoon met rust en doe iets anders'. Ik merk het bijvoorbeeld als ik zo op mijn iPod zit, dat ik dan

daarna als mijn mama iets vraagt ik zo boos reageer ofzo, terwijl eigenlijk wat ze vraagt heel normaal is maar meteen ben ik zo echt een ander persoon ofzo efkes, en ik schrik daar zelf ook wel een beetje van, zo van 'oeii-ee'.”

“Als ik zoveel berichten heb, heb ik meteen zo stress zo. Dan moet ik dat allemaal kijken. Ik kan niet een bericht zo even ongeopend laten. Dus daarom vind ik dat eigenlijk wel goed als ik geen berichten heb, want dan ik dat ook liggen voor een veel langere tijd.”

“Ik vind Snapchat gewoon.. nutteloze foto's doorsturen {kinderen lachen en beamen} maar je leert daar echt niets bij, daar ga je echt niet de leuke foto's zien. Je stuurt meestal een zwart scherm of je broek door ofzo, dat. En ik chat daar wel veel op met vrienden, dat wel. Snapchat is wel slecht, want alle pesters zitten daarop. Want Snapchat verwijdert. Dus je kunt nooit zeggen van 'jij hebt dat gestuurd', want het is verwijderd. Dus daar moet je wel op letten, want pesters gaan veelal daar. Niet op Instagram of WhatsApp, dat bewaart dat allemaal.”

“Nee, je laat alleen je leuke dingen zien, je gaat nooit een foto posten van jou die huilt, nooit. Da's gewoon, niemand doet dat.”

“Ik heb geen TikTok, maar bij Instagram bijvoorbeeld, ik fotografeer heel graag, dus dan heb ik soms wel mooie foto's en dan denk ik wel, alleez dit is toch de moeite waard om naar iemand te delen, dus dat wil ik daar dan wel op zetten. Da's toch wel iets waar ik trots op ben.”

“Ik post dan zo een foto van mij en mijn vrienden. En mijn oma reageert op alles. {gelach} Ja.. elke foto, stuk of tien reacties. Dus dan zegt ze 'ja leuk met je vrienden', maar ik vind dat leuk om dingen te maken. En ook om dan een inspiratie te zijn voor andere mensen zoals ik, zoals ik ook geïnspireerd word door andere mensen.”

“Ze vinden dat ik nog te jong ben, en dat.. al-  
lez want mijn vriendin die had al heel vroeg  
een GSM, en zij vonden dat een beetje te vroeg,  
omdat.. ik weet niet precies waarom, maar  
dat is gewoon het enigste wat ze mij vertellen,  
dat ze me te jong vinden. Als ik dat vraag, dan  
zeggen ze gewoon ‘ik vind het te jong’ en meer  
zeggen ze daar eigenlijk niet over.”

“Ja, mijn ouders.. mijn mama snapt ook niet  
zo heel veel van Instagram, haar moet ik  
dat ook altijd tien keer uitleggen. Maar mijn  
opa wel, en ik heb.. ze wilden ook niet dat ik  
een smartphone had in het eerste middelbaar,  
toen zat ik eerst op een Nokia, maar toen heb  
ik uiteindelijk toch een smartphone gekocht  
voor mijn verjaardag, want heel de school had  
dat, en dan was het zo wat groepsdruk ofzo.  
Omdat iedereen dat had, en ik was niet mee  
met alles.”

“Mwah ik weet niet ik heb dat soms wel eens  
als ik op TikTok kijk ofzo, dat het dan plots  
veel langer is dan ik dacht, omdat het van die  
korte video's zijn, en dan verlies je zo de tijd  
uit het oog. Dus dan heb ik er geen controle  
over.”

“Ja ik heb dat ook, dan zie ik een foto van  
een vriendin van mij en dan denk ik ‘whaaa  
die staat er leuk op’, en dan probeer ik die zo  
na te maken maar dan met mijn eigen draai,  
dus dan heb het eigenlijk niet echt zelf gedaan  
maar meer gekopieerd van iemand anders.  
Maar dat kan goed zijn en dat kan slecht zijn..  
soms”

“Ja, er zijn wel gevaren op sociale media  
enzo, en.. ja. waar ik snel kan intrappen  
denk ik. En er is ook zo'n spel geweest ofzo,  
waar je aan mee kon doen ofzo. Accounts die  
fake zijn..”

“Maar in het eerste middelbaar was ik echt  
helemaal anders dan nu, en vond ik dat  
eigenlijk ook niet heel belangrijk om sociale  
media te hebben. Terwijl nu vind ik dat wel  
belangrijk. Toen vond ik het ook niet supererg

dat ze me controleerden, maar als dat nu wel  
zo zou zijn dan zou ik daar niet goed tegen  
kunnen denk ik. En ik doe dat wel verstandig  
enzo. Denk niet dat ik gevaarlijk doe op sociale  
media, en ik ga ook niet in die fake accounts  
trappen denk ik. Dus.. ja.”

“Mijn ouders hebben dat zelf, dus, allez, zij  
weten ook wel wat er gebeurt op sociale  
media denk ik, maar ze hebben me nooit zo  
gecontroleerd, omdat zij denk ik allez gewoon  
weten dat ik dat niet zo zou doen. En als ik het  
dan zou doen dat ik het zou vertellen aan hen,  
als er dingen gebeuren ofzo, op sociale media.  
Zij hebben allemaal zelf Pinterest, dus zij we-  
ten ook wat daar gebeurt. Dus op zich zijn ze  
niet zo streng met sociale media.”

“Maar ik denk soms ‘ik ga ‘m even wegdoen’  
maar dan pak je ‘m toch weer, en dan leg je  
‘m weg en dan lukt het weer niet. Is gewoon  
moeilijk als je bezig bent, dan denk je ik moet  
eigenlijk stoppen ben echt al te lang bezig,  
maar dan pak je ‘m later gewoon terug.”

“Ja ik denk dat je op sociale media vooral  
in berichten wel harder kunt overkomen  
omdat je niet direct die reactie hebt van ie-  
mand. Als ik nu recht in uw gezicht iets stouts  
zou zeggen dan zou u slaan misschien (gelach),  
maar op sociale media kun je mij niet slaan.  
Dus je kunt wel verder gaan omdat je geen  
rechtstreekse reactie hebt. Dus misschien dat  
mensen dat automatisch dan gaan doen.”

“Nouja.. ik ben niet iemand anders.. ik ben  
allez.. maar je toont alleen maar de mo-  
menten die wel .. die je wilt. Die wel zo cool  
zijn ofzo. Of dat je blij bent ofzo. Terwijl.. en  
dat zijn dan alleen maar die momenten, dan  
kunnen mensen denken ‘oh die heeft zo'n cool  
leven’. En dat is dan niet altijd zo.”

“Maar op social media ook, heb je zoveel  
dingen die beïnvloedend werken, dat je  
bijvoorbeeld racistisch kan gaan denken,  
en social media is de grootste bron van fake  
news enzo, dus als dat er niet zou zijn dan zou

iedereen beter weten wat wel waar is, door betrouwbare nieuwsbronnen. En dan zouden minder mensen slechte gedachten hebben, die ook minder verspreid zouden worden.”

“Ja bij mij.. klinkt misschien raar, maar iedere game doe ik het liefst nog eigenlijk in het echt, maar als dat niet mogelijk is.. dus ik denk dat ik het liefst zelf zou gaan voetballen met vrienden, maar als het elf uur ‘s avonds is dan gaat dat niet meer, dan kun je wel nog gaan gamen. Maar toch liever in de realiteit.”

“Ik speel games liever online met vrienden, want dan krijg je, net zoals op social media, echt het gevoel dat je in een bewoonde wereld zit. Als je een spel offline speelt in je eentje tegen de computer, dan.. ik weet niet, zo’n raar gevoel.”

“Er zijn twee soorten mensen daarin, in Bitmoji, dus er zijn mensen die echt zo de Bitmoji zo mooi mogelijk maken en zo veel mogelijk op die persoon moeten lijken, en je hebt andere mensen die er echt mee lachen, en de raarste dingen aandoen en rare kleuren voor huid kiezen enzo.”

“Ik denk dat je zo bij Instagram niet per se een futuristisch mannetje wil zijn ofzo als profiel, bij Fortnite wel. Fortnite is creatiever ofzo, met wie je bent, dan op sociale media. Want daar ben je meer jezelf.”

“Mijn ouders zeggen vaak van ‘vroeger waren jullie zo creatief, en nu zien we jullie niet meer, jullie zitten de hele tijd boven op je kamer’. Nee, eigenlijk niet echt. Want bij sommige games krijg ik soms wel inspiratie om te tekenen ofzo, en soms ja.. Sims of Minecraft is echt jouw idee dat je dan helemaal uitwerkt.”

“Ik denk.. dat je dat niet echt beseft op sommige momenten. Want ik heb dat een keer gehad dat ik op Tiktok dacht dat ik misschien vijf minuutjes aan het kijken was, maar er was al een half uur verstreken. Dat ik dacht ‘woow heb ik dat al die tijd gedaan’.”

“Ja, ook wel qua interesses, dat bijvoorbeeld als je nu aan het voetballen bent en dan moet je naar huis, maar je zit daar met je vrienden en dan is het ook moeilijk om te stoppen. En als je niet graag voetbalt dan ga je naar huis sprinten van blijdschap. En op sociale media hetzelfde; als je dat echt tof vindt dan ga je dat niet zo makkelijk weg kunnen leggen, maar als je er niet zo van bent dan wel makkelijker. Ik denk dat bij sociale media door bepaalde technieken wel versterkt wordt, dat je daar toch op blijft zitten.”

“Maar.. dat zou wel leuk zijn zonder sociale media, maar dan.. als er geen GSM zijn, dan wil ik wel dat je magische krachten hebt, dat je met je hoofd berichten kunt sturen naar mensen (gelach)”

“Maar het zou wel leuk zijn, zonder social media enzo, want dan kun je gewoon meer buiten spelen (andere kinderen stemmen in) enzo, meer leuke dingen doen.”