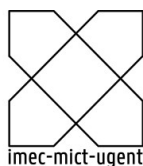


Digirapport

Hoe ervaren jongeren alledaagse digitale problemen?



Dit rapport is onderdeel van een Strategisch Basisonderzoeksproject gefinancierd door het Fonds Wetenschappelijk Onderzoek (Subsidie nr. S005923N).



INHOUDSTABEL

1. inleiding	3
2. digitale problemen	4
3. is er een probleem?	5
4. clustergroepen	6
5. conclusie	19
6. over ons	20

Hoe verwijzen naar dit rapport: Vermeir, W., Van Esbroeck, R., Martens, M., Cocchi, A., Vanden Abeele, M. (2024). *Digirapport, hoe ervaren jongeren alledaagse digitale problemen?*. Universiteit Gent. DOI/URL



1. INLEIDING

Beste Lezer,

Digitale media zoals smartphones, laptops en wearables zijn een integraal onderdeel geworden van het leven van de jeugd. Via deze media zijn jongeren vandaag 24/7 met elkaar en met het internet verbonden. Die verbondenheid brengt allerlei voordelen met zich mee, maar zorgt ook voor nieuwe uitdagingen en problemen. In dit rapport onderzoeken we de alledaagse ervaringen van jongeren met enkele van deze veel voorkomende uitdagingen en problemen.

De resultaten die we in dit rapport presenteren, werden verzameld bij 869 Vlaamse jongeren tussen 12 en 18 jaar, waarvan 37 percent jongens en 63 percent meisjes. De gemiddelde leeftijd van de deelnemers is ongeveer 15 jaar. Het grote deel van de jongeren bevond zich binnen de a-stroom of doorstroomfinaliteit.

Voorafgaand aan dit onderzoek, hebben we 6 mogelijke problemen geïdentificeerd die jongeren kunnen ervaren door hun digitaal gebruik. Dit zijn tijdverlies, focusverlies, grensvervaging tussen de thuisfeer en school, online zelftwijfel door negatieve sociale vergelijking, blootstelling aan online haat en schermvermoeidheid. Deze problemen worden verder toegelicht op de volgende pagina.

We onderzochten eerst en vooral in welke mate jongeren in het algemeen deze problemen ervaren. Daarnaast onderzochten we of er profielen zijn van jongeren die zwaarder lijden onder sommige problemen dan anderen. Dat deden we aan de hand van een clusteranalyse. Deze clusteranalyse gaf ons een betekenisvol inzicht over de verschillende ervaringen van jongeren met betrekking tot deze dagelijkse digitale problemen.

We identificeerden 5 verschillende profielen: de *Sociale Slachtoffers*, de *Slapeloze Scrollers*, de *Stressvrije Surfers*, de *Virtuele Verdwalers* en de *Digitale Doelwitten*. Bij elk van deze profielen onderzochten we verder wat de sociodemografische kenmerken waren, en op welke manier media gebruikt werden.

In dit rapport zullen we de bevindingen van onze clusteranalyse verder uitdiepen.

Met vriendelijke groet,

Wout, Romi, Marijn, Arturo en Mariek
Team Disconnect-To-Reconnect



2. DIGITALE PROBLEMEN

1. Tijdverlies

Jongeren brengen vaak lange tijd door op hun smartphone of computer. Ze scrollen eindeloos door sociale media, spelen online spelletjes of kijken naar video's. Dit schermgebruik neemt soms tijd in beslag die besteed had kunnen worden aan andere belangrijke activiteiten, zoals bijvoorbeeld het maken van huiswerk. Na langdurig gebruik van digitale media kunnen jongeren dan ook het gevoel krijgen dat ze hun tijd hebben verspild.



2. Focusverlies

Jongeren worden overspoeld met meldingen en berichten van verschillende applicaties en platformen. Deze digitale afleidingen zorgen ervoor dat de aandacht van jongeren wordt verstoord. Door deze meldingen raken ze sneller afgeleid en is het moeilijk om hun focus langdurig te behouden.

3. Grensvervaging tussen de thuisfeer en school

Sommige jongeren ervaren vaker druk om voortdurend met school bezig te zijn, zelfs buiten de lesuren. Wanneer ze thuis meldingen van Smartschool ontvangen, kan dit hen stress geven. Als de grenzen tussen school en thuis niet bewaakt worden, hebben deze jongeren het moeilijk om te ontspannen.



4. Online zelftwijfel door negatieve sociale vergelijking

Veel jongeren zijn actief op sociale media, waar ze vaak perfecte plaatjes te zien krijgen. Ze vergelijken deze 'picture perfect'-plaatjes met hun eigen leven en kunnen zich hierdoor minderwaardig voelen. Ze vergelijken zichzelf ook met anderen, wat hun zelfbeeld negatief kan beïnvloeden.



5. Blootstelling aan online haat

Niet alleen wat men ziet op sociale media kan negatieve gevoelens veroorzaken, ook met wie men online interageert, houdt een risico in. Sommige jongeren krijgen te maken met online haat of pesterijen. Deze negatieve interacties kunnen een grote impact hebben op het welzijn van jongeren.



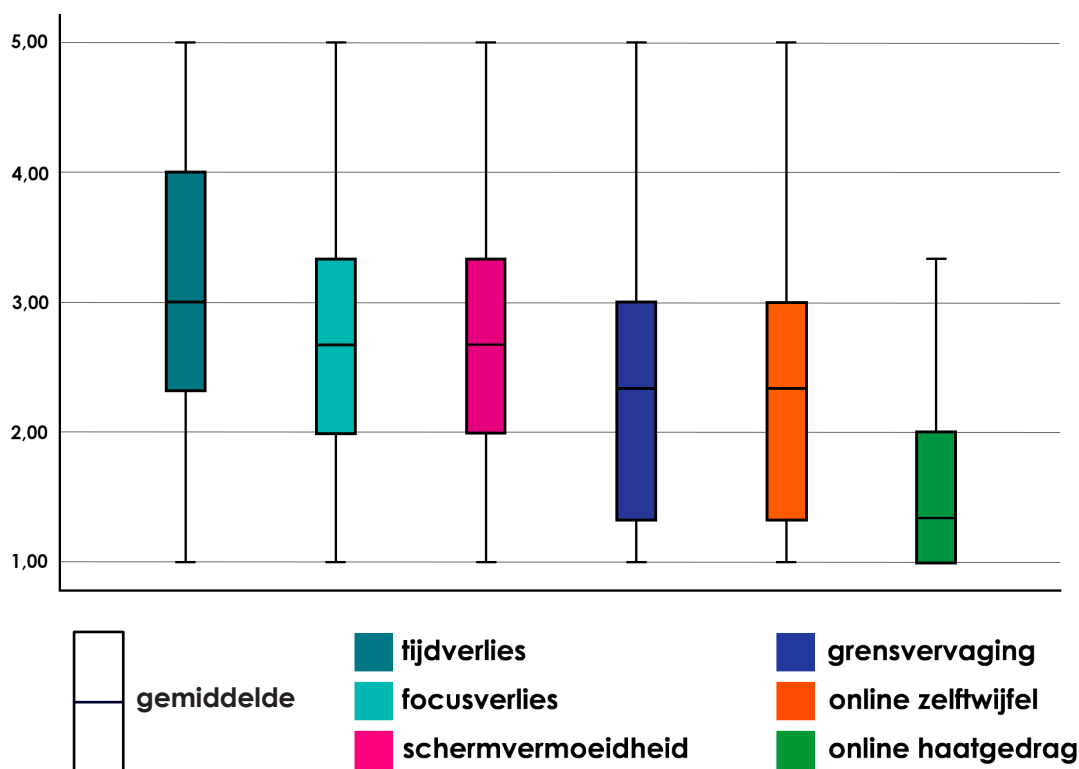
6. Schermvermoeidheid

Jongeren spenderen dagelijks veel tijd achter hun schermen, maar dit vergt 'inspanning'. Na lange periodes van schermgebruik voelen sommige jongeren zich vaker vermoeid. Deze schermvermoeidheid kan leiden tot slaapproblemen.



3. IS ER EEN PROBLEEM?

We onderzochten met 18 stellingen (3 per probleem) in welke mate jongeren akkoord of niet akkoord waren dat ze de voorgaande zes problemen vaak ervaren. In onderstaande grafiek, zien we dat de gemiddelde scores (gemeten op een schaal van 1: *helemaal niet akkoord* tot 5: *helemaal akkoord*) op de zes digitale problemen laag zijn. Deze scores impliceren dat jongeren gemiddeld weinig problemen ervaren door hun digitaal gebruik.



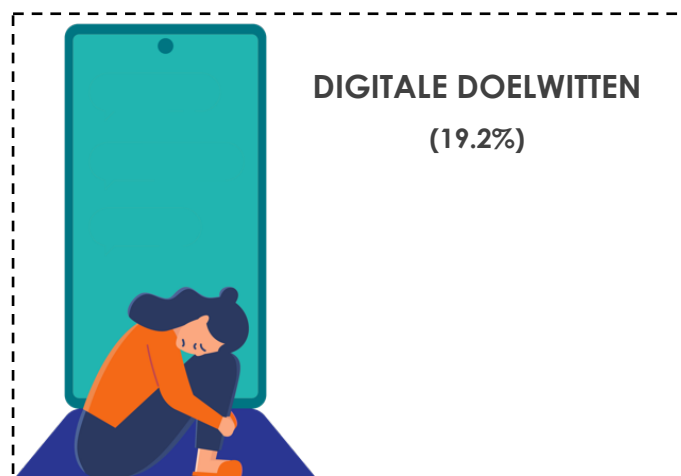
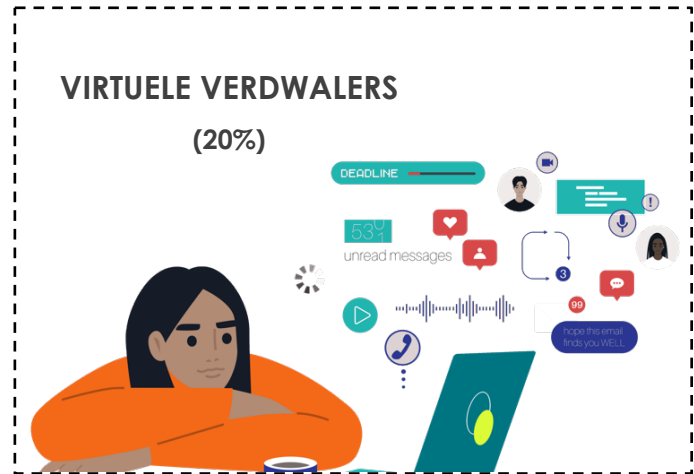
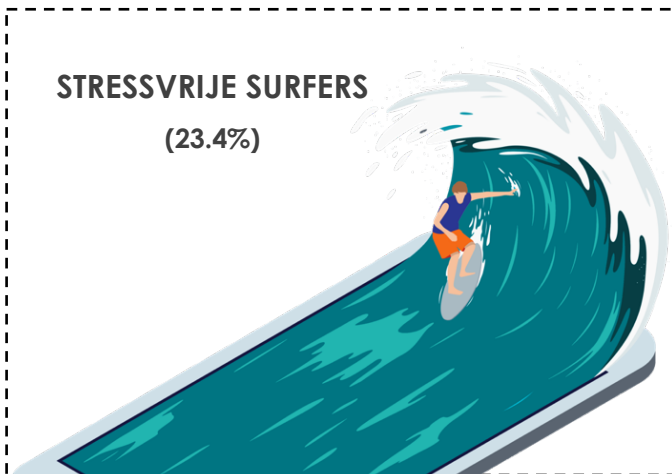
Binnen de zes probleemgebieden wordt te veel tijd online doorbrengen (ten koste van andere activiteiten) gemiddeld genomen als het meest voorkomende probleem ervaren, gevolgd door focusverlies en fysiek vermoeid zijn door de schermblootstelling. Hier moet echter opgemerkt worden dat de scores op deze probleemgebieden gemiddeld eerder neutraal zijn. Met andere woorden: We zien dat jongeren gemiddeld genomen geen uitgesproken zware problematieken ervaren in hun relatie met digitale media en hun inhoud en interacties.

Gemiddelde scores zeggen immers niet alles. Ze kunnen verbergen dat er binnen onze populatie verschillende subgroepen zijn met uiteenlopende niveaus van digitale problemen. Door groepen te clusteren en te vergelijken met elkaar krijgen we daarom een dieper inzicht.

Een clusteranalyse biedt een waardevol instrument om voorbij de beperkingen van gemiddelde scores te kijken en een dieper inzicht te krijgen in de diversiteit en complexiteit van individuele ervaringen. We focussen in dit rapport daarom op het vergelijken van groepen, hun individuele verschillen en hun spreiding.

4. CLUSTERGROEPEN

We hebben binnen onze steekproef **vijf profielen** kunnen vaststellen, elk met een uniek patroon van digitale problemen. We geven ook weer hoeveel procent van onze steekproef zich in elk profiel bevindt.



NOG EVEN KORT: HOE MOET JE DE RESULTATEN INTERPRETEREN?

Op de volgende pagina vind je het resultaat van de clusteranalyse, die een inzicht geeft in de groepering van jongeren op basis van hun ervaring met de zes onderzochte digitale problemen. De kleuren in de visualisatie vertegenwoordigen verschillende problemen, waarbij een positie rechts van de zwarte lijn (= het gemiddelde) aangeeft dat een bepaalde groep deze bedreiging meer dan gemiddeld ervaart. Een positie links van de zwarte lijn geeft aan dat een bepaalde groep deze bedreiging minder dan gemiddeld ervaart.

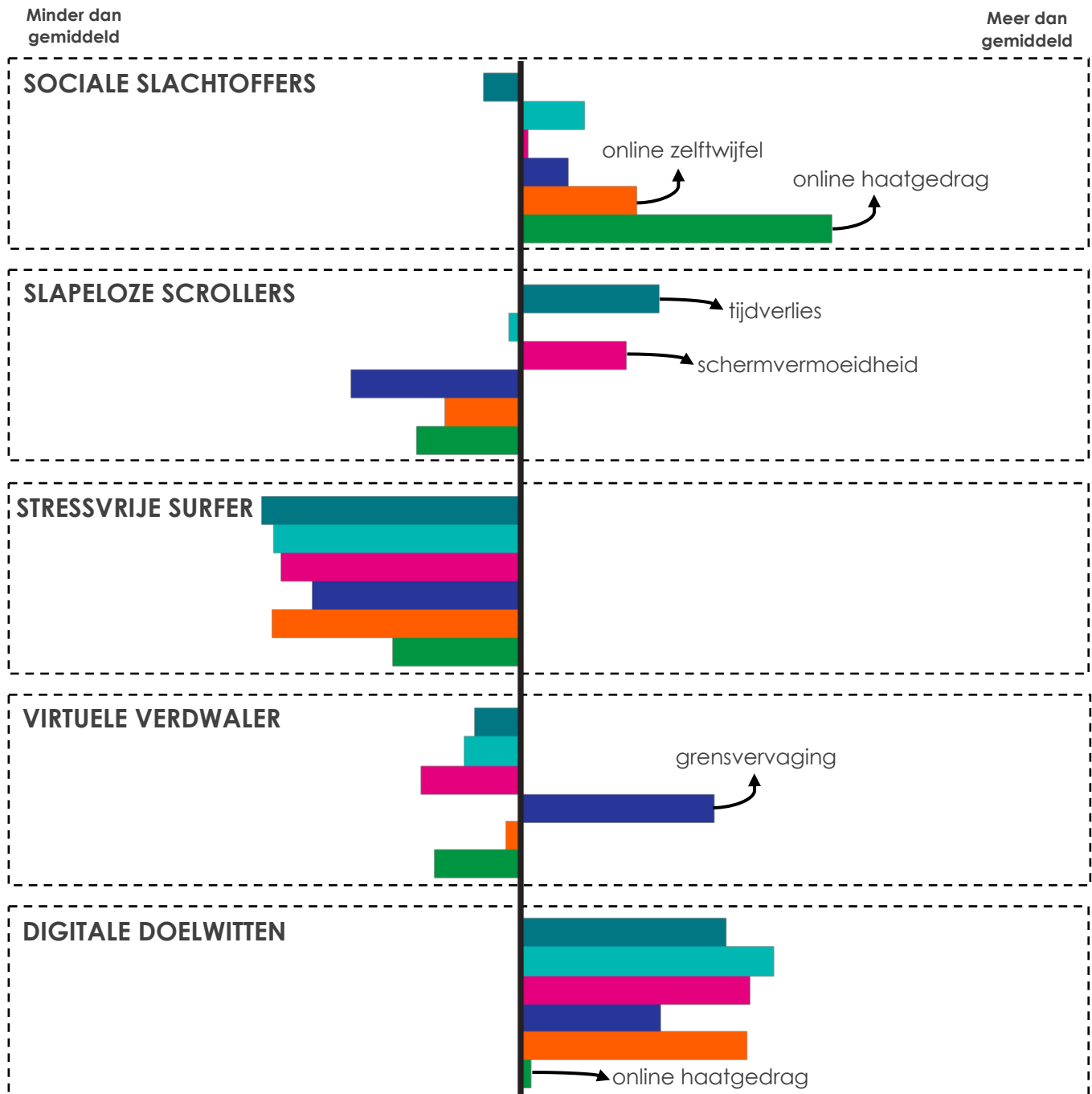
Daarna bespreken we per cluster de belangrijkste kenmerken binnen de groep. Het is belangrijk om op te merken dat hoge scores binnen clusters relatief zijn ten opzichte van andere groepen. Het begrip 'hoger' of 'lager' wordt gebruikt in vergelijking met de gemiddelde scores op een 5-puntenschaal (1 = helemaal oneens, 5 = helemaal eens). Een lagere score duidt op een relatief lagere perceptie van het probleem dan andere profielen, terwijl een hogere score logischerwijs duidt op een relatief hogere perceptie. Maar, zelfs wanneer een profiel *relatief* gezien hoog scoort, kan deze score in *absolute* termen nog steeds eerder laag zijn. Bijvoorbeeld: als vier profielen 'helemaal niet akkoord' antwoorden, en één profiel 'eerder niet akkoord', dan zal dit laatste profiel *relatief* gezien hoog scoren in vergelijking met de andere profielen, maar in *absolute* termen blijft dit uiteraard een eerder lage score.

Omdat naast het gemiddelde ook de spreiding zeer relevant is, tonen we per profiel de spreiding voor elke digitaal probleem aan de hand van een regenwolkplot en een boxplot. De spreiding van de groep wordt geïllustreerd om de variatie in antwoorden binnen profielen te belichten en hoe deze zich verhouden tot alle groepen samen.

De gemiddeldes en spreidingen worden weergegeven door middel van de boxplot, waar het zwarte streepje in het blokje de gemiddelde score weergeeft. De pieken van de regenwolkplot laten zien hoeveel jongeren die specifieke score rapporteerden.

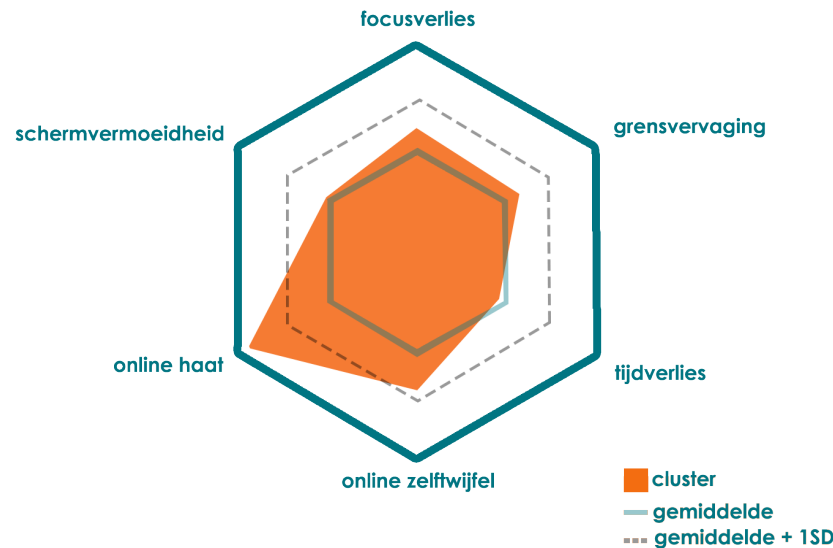


HOE VERHOUDEN DE PROFIELEN ZICH TEN OPZICHTE VAN ELKAAR?



PROFIEL 1 - SOCIALE SLACHTOFFERS

De *Sociale Slachtoffers* verschillen ten opzichte van de andere groepen op twee probleemgebieden: **online zelftwijfel** en **blootstelling aan online haat**. Ze scoren relatief hoog op beide problemen, terwijl ze voor de andere problemen gemiddeld scoren.



De *Sociale Slachtoffers* ervaren vaker onplezierige online situaties, dan de andere groepen. Tijdens het scrollen op sociale media, krijgen ze 'picture perfect'-plaatjes te zien en vergelijken ze zichzelf met anderen. Hierdoor voelen ze zich vaak minderwaardig. Deze online zelftwijfel heeft mogelijks een negatieve impact op hun zelfbeeld. Bovendien worden ze regelmatig geconfronteerd met negatieve interacties met anderen online. Deze interacties kunnen verschillende vormen aannemen, van het lezen van haatdragende comments tot cyberbullying.

Op vlak van geslacht, verschillen de *Sociale Slachtoffers* niet van de andere groepen. Ook hun gemiddelde leeftijd is niet significant verschillend van de andere clusters.

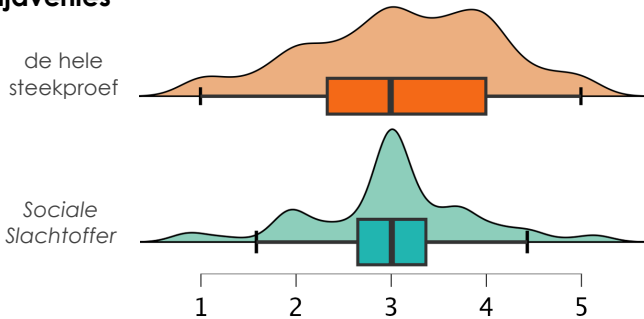
Een opmerkelijk kenmerk van deze groep is hun relatief hoge scores (langer dan 1u30 per dag) op **actief sociaal gsm-gebruik** (vb. chatten met vrienden) en **entertainment gsm-gebruik** (vb. video's kijken). Maar liefst 74.4% van deze groepscoort hoog op actief sociaal gsm-gebruik en 71.2% scoort hoog op entertainment gsm-gebruik.

Dit hoog gebruik gaat hand in hand met een toename van **conflicten**, zowel met ouders als met leerkrachten, met betrekking tot hun gsm-gebruik.



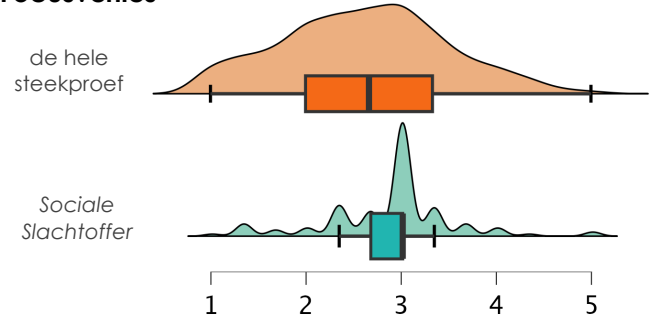
PROFIEL 1 – SOCIALE SLACHTOFFERS

Tijdverlies



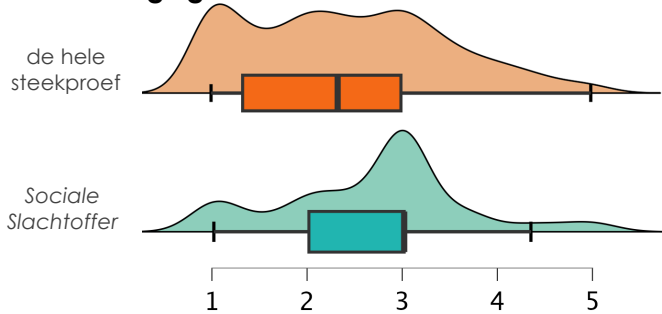
De *Sociale Slachtoffers* scoren **neutraal op vlak van** tijdverlies i.t.t. de hele steekproef waarbij de spreiding groter is.

Focusverlies



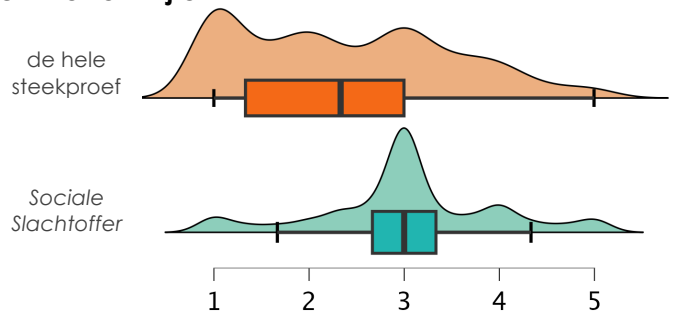
De *Sociale Slachtoffers* scoren **neutraal op vlak van** focusverlies i.t.t. de hele steekproef waarbij de spreiding groter is.

Grensvervaging



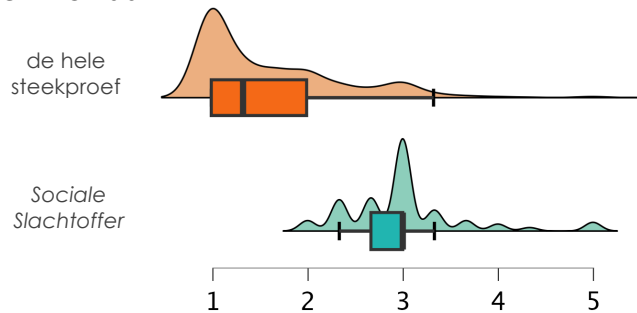
De *Sociale Slachtoffers* scoren **neutraal tot laag op vlak van** grensvervaging, i.t.t. de hele steekproef die voornamelijk lager scoort.

Online zelftwijfel



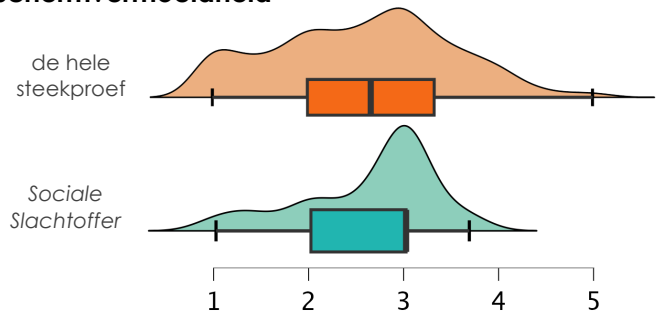
De *Sociale Slachtoffers* scoren **neutraal op vlak van online zelftwijfel**, wat een opvallend hogere score is dan bij de andere profielen.

Online haat



De *Sociale Slachtoffers* scoren **neutraal op vlak online haat**, wat een opvallend hogere score is dan bij de andere profielen.

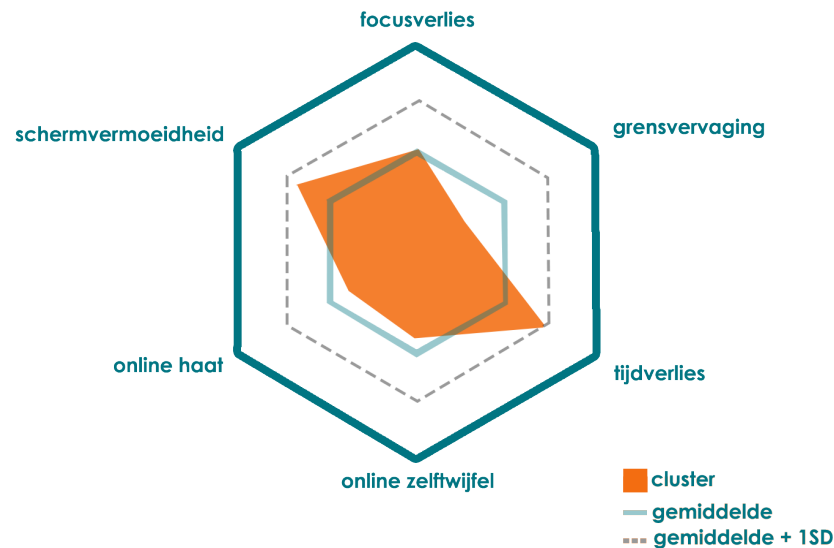
Schermvermoeidheid



De *Sociale Slachtoffers* scoren **neutraal tot laag op vlak van** schermvermoeidheid i.t.t. de hele steekproef die een grotere spreiding heeft.

PROFIEL 2 - SLAPELOZE SCROLLERS

De *Slapeloze Scrollers* verschillen ten opzichte van de andere groepen op twee probleemgebieden: **tijdverlies** en **schermvermoeidheid**. Ze scoren relatief hoog op beide problemen, terwijl ze voor de andere problemen gemiddeld tot laag scoren. Voor tijdverlies scoren ze daarnaast ook *absoluut* hoog.



Wanneer de *Slapeloze Scrollers* voor langere periodes achter hun schermen zitten, hebben ze vaker het gevoel hierdoor kostbare tijd te verliezen. Dit tijdverlies kan soms schuldgevoelens veroorzaken en hun welzijn beïnvloeden. Bovendien zijn ze vaker dan andere jongeren vermoeid als gevolg van hun schermgebruik. De *Slapeloze Scrollers* ervaren hierdoor mogelijk vaker mentale en/of fysieke klachten, zoals moeilijkheden bij het slapen.

Op vlak van geslacht en leeftijd, verschillen de *Slapeloze Scrollers* niet van de andere groepen.

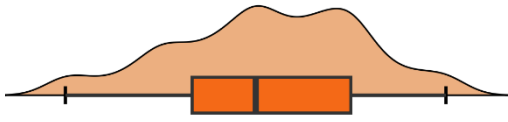
Op vlak van actief sociaal gsm-gebruik, entertainment gsm-gebruik en professioneel laptop-gebruik verschilt deze groep ook niet significant niet van de andere groepen.



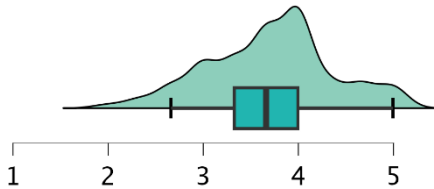
PROFIEL 2 – SLAPELOZE SCROLLERS

Tijdverlies

de hele steekproef



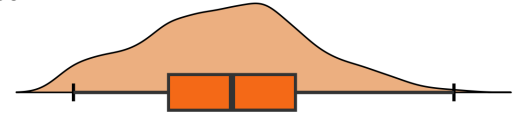
Slapeloze Scrollers



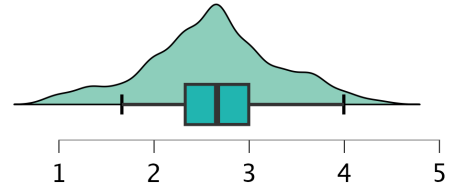
De *Slapeloze Scrollers* scoren **hoog** op vlak van **tijdverlies** i.t.t. de hele steekproef waarbij de spreiding opvallend groter is.

Focusverlies

de hele steekproef



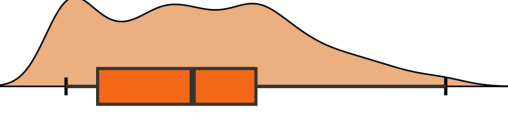
Slapeloze Scrollers



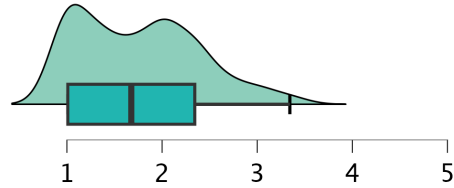
De *Slapeloze Scrollers* scoren **neutraal** op vlak van **focusverlies**, wat in lijn ligt met de hele steekproef.

Grensvervaging

de hele steekproef



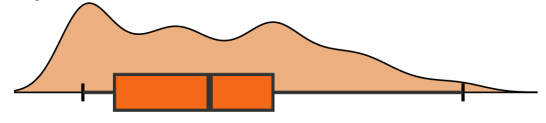
Slapeloze Scrollers



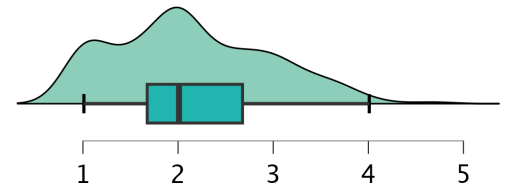
De *Slapeloze Scrollers* scoren **laag tot zeer laag** op vlak van **grensvervaging** i.t.t. de hele steekproef die voornamelijk hoger scoort.

Online zelftwijfel

de hele steekproef



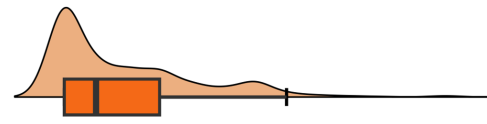
Slapeloze Scrollers



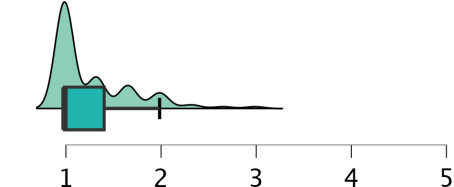
De *Slapeloze Scrollers* scoren **laag** op vlak van **online zelftwijfel**, wat in lijn ligt met de hele steekproef.

Online haat

de hele steekproef



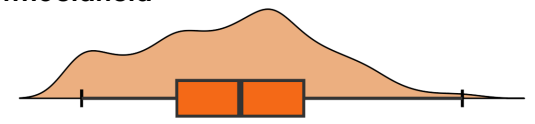
Slapeloze Scrollers



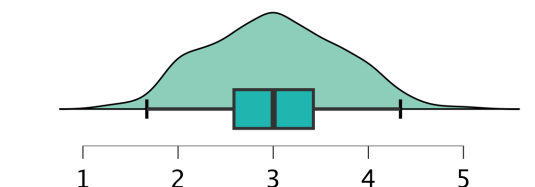
De *Slapeloze Scrollers* scoren **zeer laag** op vlak van **online haat**, wat in lijn ligt met de hele steekproef.

Schermermoeidheid

de hele steekproef



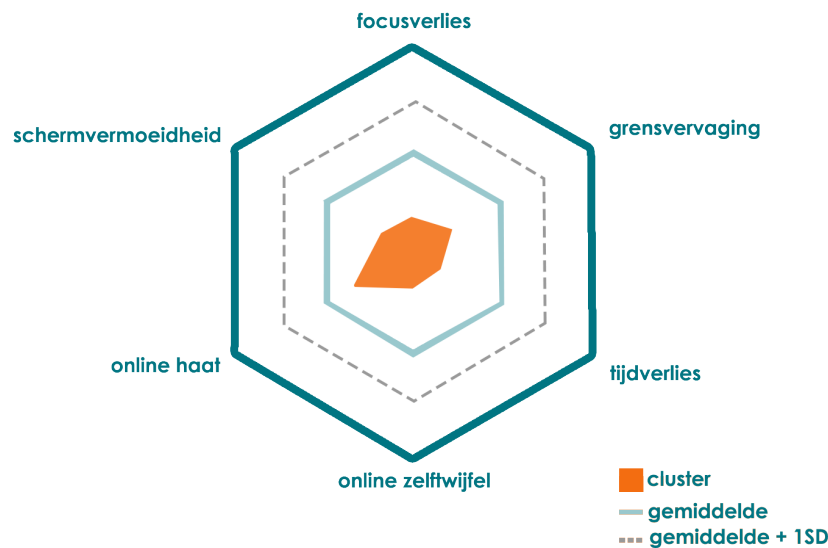
Slapeloze Scrollers



De *Slapeloze Scrollers* scoren **neutraal op vlak van schermvermoeidheid** i.t.t. de hele steekproef die lager scoort en waarbij de spreiding groter is.

PROFIEL 3 - STRESSVRIJE SURFERS

De *Stressvrije Surfers* verschillen van de andere groepen op alle probleemgebieden. Ze scoren **zeer laag op alle digitale problemen**, wat impliceert dat ze minder vatbaar zijn voor digitale risico's.



Dit houdt in dat *De Stressvrije Surfers* over het algemeen minder stress, angst of negatieve gevolgen ervaren in verband met hun digitale activiteiten.

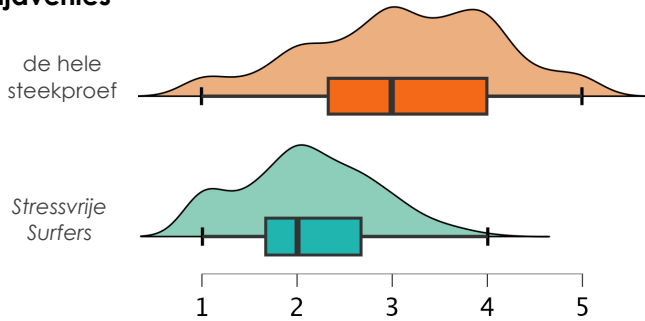
Deze groep bevat 54% jongens en 46% meisjes. Dit is een betekenisvol verschil met de andere groepen, waar de verhouding eerder omgekeerd is (37% jongens, 63% meisjes). Dit houdt een **oververtegenwoordiging van jongens** in. De **gemiddelde leeftijd is 14.5 jaar oud**, wat ook significant jonger is dan de andere groepen.

Een opmerkelijk kenmerk van deze groep is hun relatief lagere scores op **actief sociaal gsm-gebruik**, **entertainment gsm-gebruik** en **professioneel laptop-gebruik**. Maar liefst 54% van deze groep scoort laag of gemiddeld (minder dan 1u30 per dag) op actief sociaal gsm-gebruik en 49.3% scoort laag of gemiddeld op entertainment gsm-gebruik. Tot slot scoort 67.7% laag of gemiddeld op professioneel laptop-gebruik.



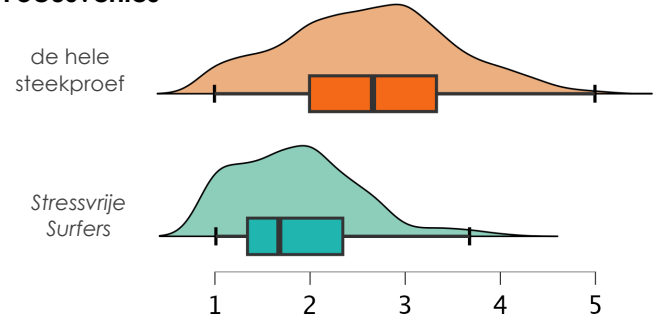
PROFIEL 3 – STRESSVRIJE SURFERS

Tijdverlies



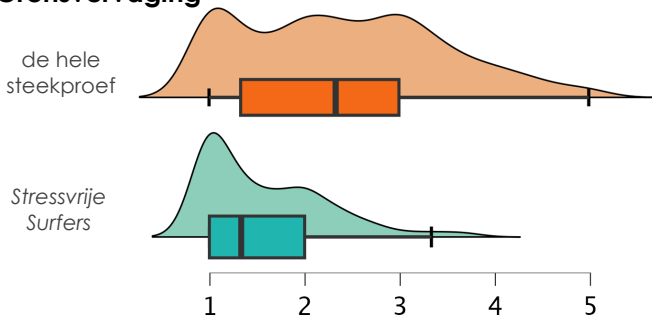
De *Stressvrije Surfers* scoren **laag op vlak van tijdverlies** i.t.t. de hele steekproef die hoger scoort.

Focusverlies



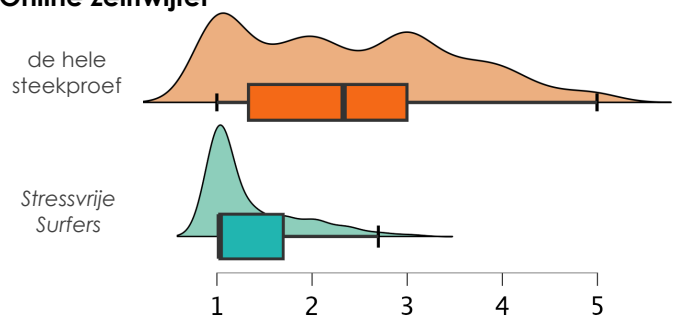
De *Stressvrije Surfers* scoren **laag tot zeer laag op vlak van focusverlies** i.t.t. de hele steekproef die hoger scoort.

Grensvervaging



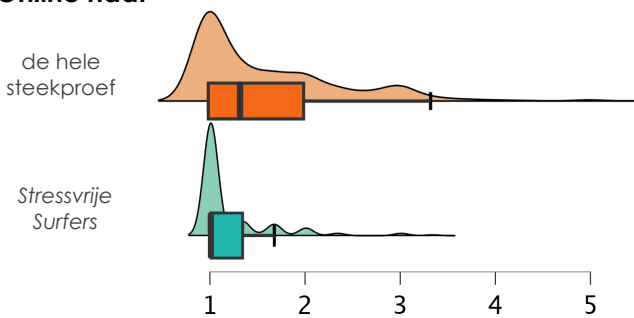
De *Stressvrije Surfers* scoren **laag tot zeer laag op vlak van grensvervaging** i.t.t. de hele steekproef die hoger scoort.

Online zelfwijfel



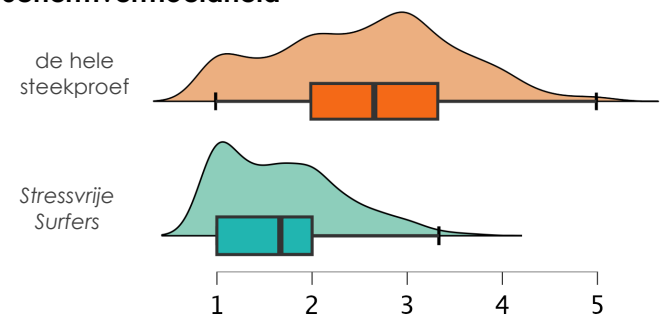
De *Stressvrije Surfers* scoren **zeer laag op vlak van online zelfwijfel** i.t.t. de hele steekproef die hoger scoort.

Online haat



De *Stressvrije Surfers* scoren **zeer laag op vlak van online haat** i.t.t. de hele steekproef waarbij de spreiding opvallend groter is.

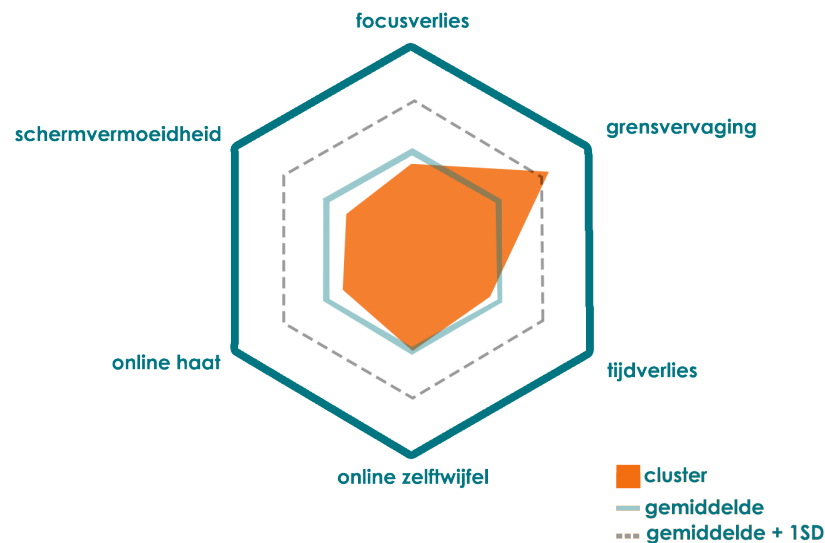
Schermvermoeidheid



De *Stressvrije Surfers* scoren **laag tot zeer laag op vlak van schermvermoeidheid** i.t.t. de hele steekproef die hoger scoort

PROFIEL 4 - VIRTUELE VERDWALERS

De *Virtuele Verdwalers* verschillen van de andere groepen op het ervaren van één specifiek digitaal probleem, namelijk **grensvervaging**. Ze scoren relatief hoger op dit probleem, terwijl ze voor de andere problemen gemiddeld scoren.



De *Virtuele Verdwalers* lijken school-gerelateerde zaken moeilijker los te kunnen laten dan de andere groepen. Ze ervaren vaker stress, wanneer school- en thuiscontext in elkaar overlopen. Dit zorgt ervoor dat deze jongeren zich moeilijker kunnen ontspannen thuis. De grensoverschrijding tussen school en thuis heeft voor hen mogelijks een aanzienlijke impact op hun welzijn. Wat opmerkelijk is, is dat deze jongeren aangeven dat ze enkel negatieve gevolgen ervaren wanneer school gerelateerde zaken thuis aanwezig zijn. Omgekeerd, wanneer ze bijvoorbeeld een bericht ontvangen van familie op school, is de negatieve impact aanzienlijk minder.

Op vlak van geslacht verschillen de *Virtuele Verdwalers* niet van de andere groepen. Leeftijd verschild ook niet significant.

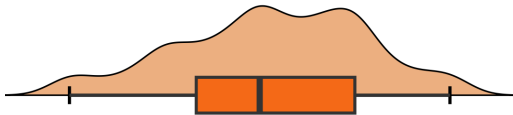
Op vlak van actief sociaal gsm-gebruik, entertainment gsm-gebruik en professioneel laptop-gebruik verschild deze groep niet van de andere groepen.



PROFIEL 4 – VIRTUELE VERDWALER

Tijdverlies

de hele steekproef



Virtuele Verdwalers

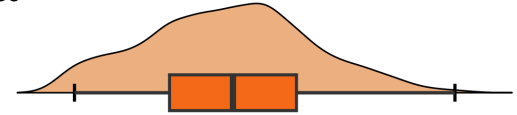


1 2 3 4 5

De *Virtuele Verdwalers* scoren neutraal op vlak van tijdverlies, wat in lijn ligt met de hele steekproef

Focusverlies

de hele steekproef



Virtuele Verdwalers

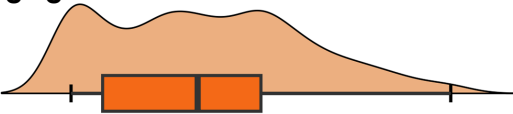


1 2 3 4 5

De *Virtuele Verdwalers* scoren neutraal tot laag op vlak van focusverlies, wat in lijn ligt met de hele steekproef.

Grensvervaging

de hele steekproef



Virtuele Verdwalers

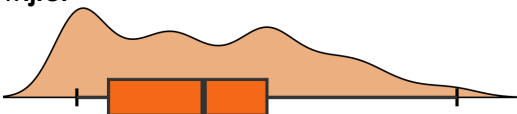


1 2 3 4 5

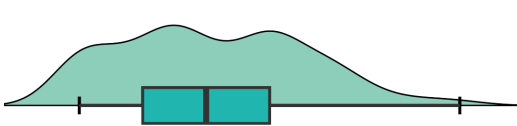
De *Virtuele Verdwalers* scoren **neutraal tot hoog op vlak van grensvervaging**, wat een opvallend hogere score is dan bij andere jongeren

Online zelftwijfel

de hele steekproef



Virtuele Verdwalers

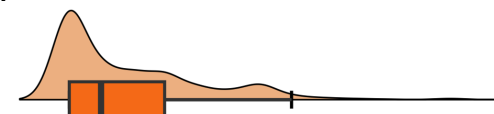


1 2 3 4 5

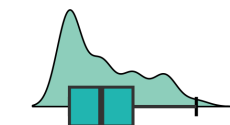
De *Virtuele Verdwalers* scoren neutraal tot laag op vlak van online zelftwijfel, wat in lijn ligt met de hele steekproef.

Online haat

de hele steekproef



Virtuele Verdwalers



1 2 3 4 5

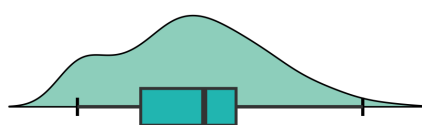
De *Virtuele Verdwalers* scoren zeer laag op vlak online haat, wat in lijn ligt met de hele steekproef.

Schermvermoeidheid

de hele steekproef



Virtuele Verdwalers

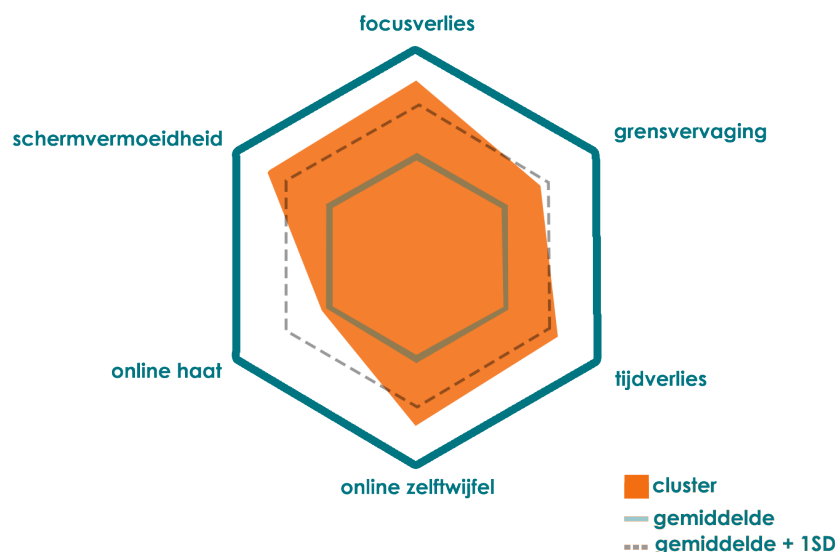


1 2 3 4 5

De *Virtuele Verdwalers* scoren neutraal tot laag op vlak van schermvermoeidheid, wat in lijn ligt met de hele steekproef.

PROFIEL 5 – DIGITALE DOELWITTEN

De *Digitale Doelwitten* verschillen van de andere groepen op alle probleemgebieden. Ze scoren relatief hoog op **alle digitale problemen, met uitzondering van blootstelling aan online haat.**



De *Digitale Doelwitten* scoren significant hoger op tijdverlies, focusverlies, grensvervaging, online zelftwijfel en schermvermoeidheid. Dit houdt in dat de *Digitale Doelwitten* kunnen worden beschouwd als de meest kwetsbare groep binnen de clusteranalyse.

Deze groep bevat 12% jongens en 88% meisjes. Dit is een betekenisvol verschil met de andere groepen en houdt een **oververtegenwoordiging van meisjes** in. De **gemiddelde leeftijd is 15,7 jaar**, wat ook significant ouder is dan alle andere groepen.

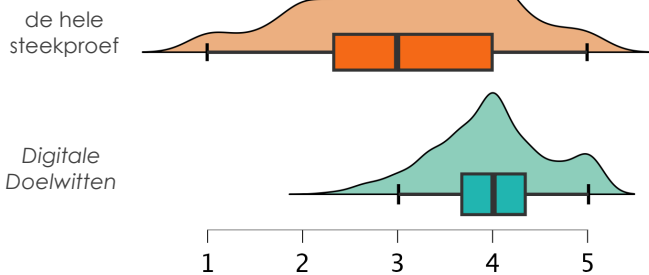
Wat betreft hun digitale gewoonten valt op dat deze jongeren zeer actief zijn op hun smartphone en laptop. Deze groep scoort relatief hoog (langer dan 1u30 per dag) op **sociaal gsm-gebruik** (72.5%), **entertainment gsm-gebruik** (71.3%) en **professioneel laptop-gebruik** (54.5%).

Deze groep ervaart ook meer **conflicten** met zowel ouders als leerkrachten over hun gsm-gebruik dan andere groepen.



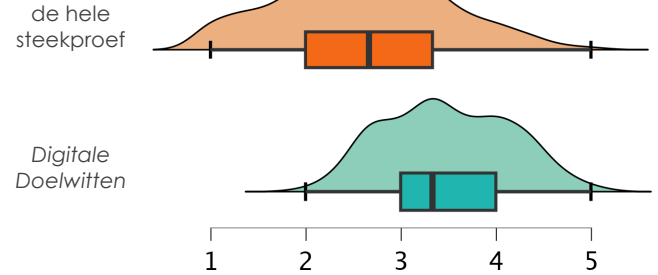
PROFIEL 5 – DIGITALE DOELWITTEN

Tijdverlies



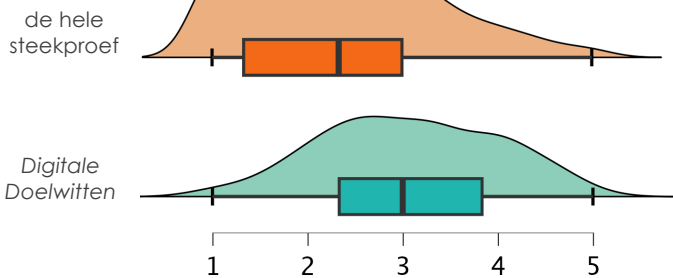
De *Digitale Doelwitten* scoren **hoog op vlak van tijdverlies** i.t.t. de hele steekproef die beduidend lager scoort.

Focusverlies



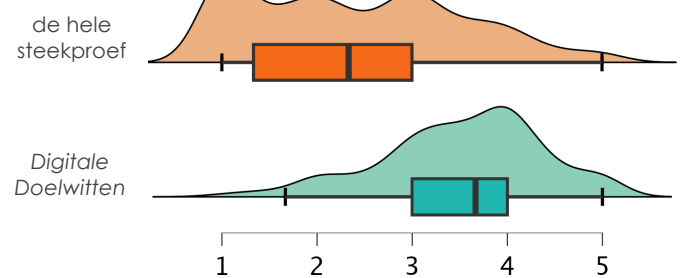
De *Digitale Doelwitten* scoren **neutraal tot hoog op vlak van focusverlies** i.t.t. de hele steekproef die beduidend lager scoort.

Grensvervaging



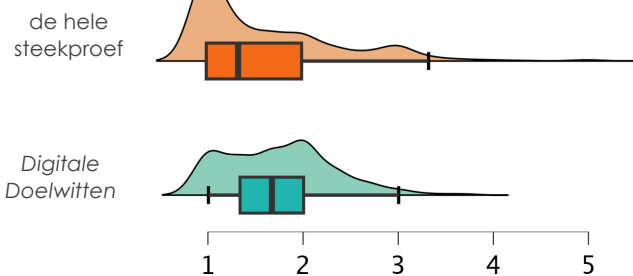
De *Digitale Doelwitten* scoren **neutraal op vlak van tijdverlies** i.t.t. de hele steekproef die voornamelijk lager scoort.

Online zelftwijfel



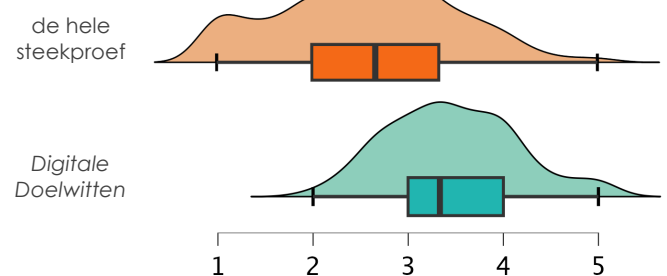
De *Digitale Doelwitten* scoren **neutraal tot hoog op vlak van online zelftwijfel** i.t.t. de hele steekproef die beduidend lager scoort.

Online haat



De *Digitale Doelwitten* scoren laag op vlak van online haat, wat in lijn ligt met de hele steekproef.

Schermvermoeidheid



De *Digitale Doelwitten* scoren **neutraal tot hoog op vlak van schermvermoeidheid** i.t.t. de hele steekproef die opvallend lager scoort.

5. CONCLUSIE

Uit de clusteranalyse hebben wij vijf profielen op basis van hun ervaring met digitale problemen geïdentificeerd en vergeleken.

Ten eerste zien we dat alle jongeren gemiddeld laag scoren op alle probleemgebieden. Deze gemiddelde scores impliceren dat jongeren over het algemeen niet veel digitale problemen ervaren en dat digitaal gebruik in hun eigen beleving dus geen grote risico's inhoudt. Maar zoals eerder besproken in dit rapport zeggen gemiddelde scores niet veel. We kunnen jongeren immers niet allemaal over dezelfde kam scheren. Door verschillende profielen van jongeren te identificeren en te vergelijken met elkaar krijgen we een dieper en betekenisvol inzicht in de ervaringen van verschillende jongeren met digitale problemen. Bijvoorbeeld de *Digitale Doelwitten* die met 19.2% van onze steekproef een aanzienlijke groep zijn die hoog scoort op de meeste digitale problemen en wellicht meer aandacht vergt dan de *Stressvrije Surfers*.

Ten tweede hebben we vastgesteld dat er een samenhang bestaat tussen digitaal gebruik en het ervaren van digitale problemen. Meer digitaal gebruik hangt samen met een grotere kans op het ervaren van digitale problemen, en vice versa. Dit verband is vooral duidelijk bij de profielen van de *Stressvrije Surfers* en *Digitale Doelwitten*, waarvan het digitaal gebruik significant verschilt ten opzichte van de andere groepen. Het is belangrijk om op te merken dat onze resultaten niet toe laten om te concluderen dat dit ook een causaal verband is.

Ten derde merken we dat digitale problemen ook onderling kunnen samenhangen, zoals bij de *Slapeloze Scrollers*, waar de ervaring van tijdverlies door langdurig schermgebruik gepaard gaat met schermvermoeidheid. We zien dat verschillende digitale problemen samen voorkomen of door dezelfde groepen kunnen worden ervaren.

De **belangrijkste conclusie** is dat hoewel jongeren hun smartphone veel gebruiken, niet iedereen evenveel hinder ondervindt van digitale problemen. Sommige groepen worden zwaarder getroffen door de negatieve gevolgen van digitale technologie, dus een one-size-fits-all benadering is niet geschikt als het gaat over het begrijpen en aanpakken van digitale problemen bij jongeren. Interventies en beleidsmaatregelen moeten bijgevolg afgestemd worden op de specifieke problemen waar jongeren mee worden geconfronteerd.

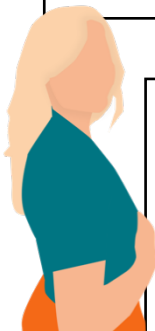


6. OVER ONS

Wout Vermeir is een masterstudent 'Nieuwe Media & Maatschappij' in de richting Communicatiewetenschappen aan de UGent. Hij werkt momenteel als stagiair-onderzoeker binnen het Disconnect-To-Reconnect project over digitaal welzijn. Binnen dit rapport ontfermde hij zich over de data-analyse en visualisatie.



Romi Van Esbroeck is een masterstudent 'Nieuwe Media & Maatschappij' in de richting Communicatiewetenschappen aan de UGent. Ze werkt momenteel als stagiair-onderzoeker binnen het Disconnect-To-Reconnect project over digitaal welzijn. Binnen dit rapport ontfermde zij zich over de interpretatie en communicatie.



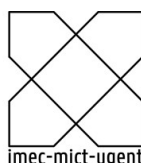
Marijn Martens is een postdoctoraal onderzoeker bij de imec-onderzoeksgroep voor Media, Innovatie en Communicatietechnologieën (imec-mict-UGent) en de coördinator van het SBO project disconnect to reconnect.



Arturo Cocchi is Junior Onderzoeker bij imec-mict UGent. Zijn doctoraatsproject richt zich op het ontwerpen van beleid om het welzijn van individuen verbeteren. Dit project, dat deel uitmaakt van het SBO-initiatief, wil gezondere relaties met digitale technologieën bevorderen in verschillende contexten zoals werk, school en gezin.



Mariek Vanden Abeele is professor Digitale Cultuur aan de UGent, en is leider van het SBO-project. In dat project gaat Mariek samen met haar team op zoek naar hoe het gesteld is met het digitale welzijn van de Vlaming.



Dit project werd ondersteund door het FWO (Subsidie nr. S005923N). De financierende instantie was niet betrokken bij het onderzoeksonderwerp, het verzamelen, analyseren en interpreteren van gegevens, of het schrijven van het rapport.

