



Maak kennis met de Digital Well-Being Index

Bij Snap is niets belangrijker dan de veiligheid en het welzijn van onze Snapchat-community. We hanteren beleidslijnen en regels die aangeven welke content en welk gedrag op Snapchat acceptabel zijn, en handhaven deze stelselmatig. We bieden tools en informatiebronnen om Snapchatters te helpen veilig te blijven. Daarnaast werken we samen met anderen in de sector en in het hele tech-ecosysteem om tieners en jongere gebruikers in het bijzonder beter te beschermen.

Om inzicht te bieden in hoe het tieners en jongeren online vergaat, met name na de wereldwijde COVID-19-pandemie, hebben we in 2022 onderzoek gedaan naar het digitale welzijn van Gen Z. Het onderzoek is gebaseerd op ruim vier decennia aan onderzoek naar subjectief welzijn. Het is aangepast voor de online omgeving, waaruit de Digital Well-Being Index (DWBI) is voortgevloeid. De DWBI meet het online psychologisch welzijn van Gen Z.

We ondervroegen tieners (13-17 jaar), jongeren (18-24 jaar) en ouders van tieners van 13-19 jaar in zes landen: Australië, Duitsland, Frankrijk, India, het Verenigd Koninkrijk en de Verenigde Staten. We vroegen de respondenten naar hun blootstelling aan verschillende online risico's en stelden op basis van deze resultaten en andere gedragsmatige antwoorden voor elk land een DWBI op en een gecombineerde meting voor alle landen samen. Het onderzoek is uitgevoerd tussen 22 april 2022 en 10 mei 2022.

DWBI-metingen voor 2022

De eerste Digital Well-Being Index voor de zes regio's is 62, wat een vrij gemiddelde waarde is op een schaal van 0 tot 100: noch bijzonder gunstig, noch bijzonder zorgwekkend. Per land scoorde India met 68 de hoogste DWBI. Frankrijk en Duitsland bleven met een score van 60 beide onder het gemiddelde van de zes landen. De DWBI van Australië is 63; het Verenigd Koninkrijk komt met een score van 62 overeen met het gemiddelde van de zes landen. De Verenigde Staten scoorden een 64.

De index maakt gebruik van het PERNA-model, een variatie op een bestaand onderzoeksinstrument dat uit 20 sentimentstellingen in vijf categorieën bestaat: **Positive Emotion** (Positieve emotie), **Engagement** (Betrokkenheid), **Relationships** (Relaties), **Negative Emotion** (Negatieve emotie) en **Achievement** (Prestatie). Respondenten werd gevraagd aan te geven in welke mate zij het eens waren met elk van de 20 stellingen, die betrekking hadden op al hun online ervaringen op elk apparaat in de voorafgaande drie maanden. Voor elk van de vijf categorieën volgt een voorbeeldstelling. Ga naar [deze link](#) voor de volledige lijst met alle 20 stellingen.

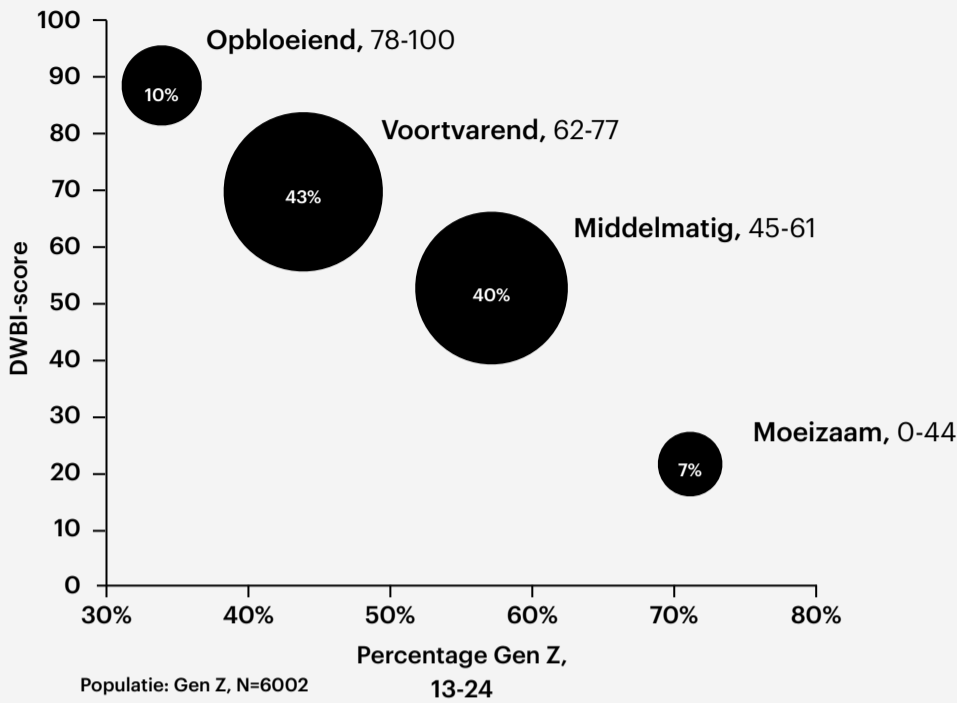
De rol van sociale media

Voor elke respondent is een DWBI-score berekend op basis van de 20 sentimentstellingen. Hun scores zijn vervolgens samengevoegd in vier DWBI-groepen: Opbloeiend (10%); Voortvarend (43%), Middelmatig (40%) en Moeizaam (7%). (Zie de volgende pagina voor details.)

Indexcategorie	Voorbeeld van een sentimentstelling
Positive Emotion (Positieve emotie)	Ik voelde me vaak opgetogen
Engagement (Betrokkenheid)	Ik ben volledig opgegaan in wat ik online aan het doen was
Relationships (Relaties)	Er zijn online mensen in mijn leven die echt om me geven
Negative Emotion (Negatieve emotie)	Ik maak me zorgen om wat mensen online mogelijk over me zeggen
Achievement (Prestatie)	Ik ben in staat geweest om mijn vaardigheden en kunnen te ontwikkelen



DWBI-groepsgrootte en -scorebereik



DWBI-groep	Omschrijving
Opbloeiend (zeer hoog)	Extreem positief - scoort alles hoog in de schaal
Voortvarend (hoog)	Scoort gemiddeld in de twee hoogste twee delen in alle dimensies; scoort misschien niet alles in het hoogste deel, maar de ervaringen zijn over het algemeen zeer positief
Middelmatig (gemiddeld)	Scoort 'gemiddeld' in hun beoordelingen. Een combinatie van positieve en negatieve beoordelingen; niet alles is rooskleurig
Moeizaam (laag)	Scoort in alle dimensies aan de lage kant van de schaal (1-3); stuit voortdurend op negatieve ervaringen en resultaten

V5.Welke van de volgende situaties zijn jou persoonlijk op een elektronisch apparaat in de afgelopen drie maanden ONLINE overkomen? Selecteer alles wat van toepassing is

Het is niet verrassend dat uit het onderzoek is gebleken dat sociale media een grote rol speelt in het digitale welzijn van Gen Z, waarbij ruim driekwart (78%) van de respondenten aangaf dat sociale media een positieve invloed had op de kwaliteit van hun leven. Deze overtuiging speelde een nog grotere rol onder tieners (84%) en mannen (81%) dan bij jongeren (71%) en vrouwen (75%) uit Gen Z. De mening van ouders (73%) over de invloed van sociale media overtrof enigszins die van Gen Z-volwassenen.

Respondenten uit de groep Opbloeiend zagen sociale media als een positieve invloed in hun leven (95%), terwijl degenen uit de groep Moeizaam dat minder vonden (43%). Meer dan een derde (36%) van de respondenten uit de groep Opbloeiend was het eens met de stelling 'Ik kan in mijn leven niet zonder sociale media', terwijl slechts 18% van degenen uit de groep Moeizaam het daarmee eens was. Deze percentages bleken te zijn omgedraaid voor de omgekeerde stelling 'De wereld zou zonder sociale media een betere plek zijn'. (Opbloeiend: 22%, Moeizaam: 33%).

Overige belangrijke resultaten

Ons onderzoek naar digitaal welzijn leverde nog meer interessante bevindingen op. Deze zijn hieronder uitgelicht. Het volledige verslag kan [hier](#) worden bekeken.

- Digitaal welzijn hangt in grotere mate af van de aard en kwaliteit van online interacties en in mindere mate van de hoeveelheid tijd die aan sociale media wordt besteed.
- Op de persoon gerichte risico's (bijvoorbeeld pesten, seksuele risico's) vertonen een sterk verband met digitaal welzijn, terwijl 'genormaliseerde' risico's (bijvoorbeeld zich voordoen als iemand anders, verkeerde informatie) een zwak verband vertonen.
- Ouders zijn grotendeels op de hoogte van het digitale welzijn van hun tieners. Sterker nog, tieners wier ouders regelmatig hun online en socialemedia-activiteiten controleerden, beschikten over een hoger digitaal welzijn en meer vertrouwen van hun ouders. De subgroep van ouders die niet regelmatig de digitale ervaringen van tieners controleerden, bleek de blootstelling van tieners aan risico's aanzienlijk te onderschatten (met bijna 20 punten).
- Het is weinig verrassend dat Gen Z'ers met een uitgebreider sociaal vangnet meer kans hebben om online Opbloeiend of Voortvarend te zijn en dat degenen met minder ondersteuningsmogelijkheden meer kans hadden om hun welzijn als Moeizaam of Middelmatig te ervaren. In het onderzoek werden ondersteuningsmogelijkheden ruim gedefinieerd: mensen in het leven van de jongere, zoals ouders, verzorgers, docenten, andere volwassen vertrouwenspersonen of vrienden, die om hen geven, naar hen luisteren of geloven dat ze succesvol zullen zijn.