Wie is verantwoordelijk voor ons welzijn op sociale media?

We gebruiken bijna allemaal diensten van Big Tech. Maar hoe bewust zijn we eigenlijk van de invloed die deze platforms op ons hebben? Moeten bedrijven ons beschermen tegen mogelijke negatieve gevolgen, of ligt die verantwoordelijkheid bij onszelf?

Stelling: Big Tech is verantwoordelijk voor het welzijn van de gebruikers van sociale mediaplatformen.

Ik vind dat de verantwoordelijkheid bij meerdere partijen ligt. Big Tech bepaalt hoe platforms werken en moet daarom rekening houden met de gevolgen daarvan. Tegelijkertijd hebben gebruikers ook een eigen verantwoordelijkheid. We moeten zelf keuzes kunnen maken, zonder dat bedrijven alles voor ons bepalen.

Big Tech bepaalt de omgeving

Technologiebedrijven bepalen welke meldingen we krijgen, hoe aanbevelingen werken en welke berichten op onze tijdlijn verschijnen. We kiezen zelf om een app te openen, maar komen daarna in een omgeving die door het bedrijf is ontworpen.

Daarom vind ik dat bedrijven rekening moeten houden met de gevolgen van hun ontwerpkeuzes. Dat gebruikers ook verantwoordelijkheid hebben, betekent niet dat bedrijven die van zichzelf kunnen afschuiven. Een gebruiker kan bijvoorbeeld meldingen uitzetten, maar het bedrijf bepaalt welke meldingen standaard aanstaan en hoe makkelijk die instelling te vinden is.

Stikker benadrukt dat bewustwording en alternatieven alleen niet genoeg zijn. Er zijn ook wetten en sterke toezichthouders nodig om burgers te beschermen (Stikker, 2019, pp. 236–237). Voor mij laat dit zien dat gebruikers zichzelf niet overal tegen kunnen beschermen.

In het week van rechten bespraken we bovendien de invloed van technologie op onze vrije wil en grondrechten, zoals privacy en vrijheid van meningsuiting. Ook kwamen regelgeving en toezicht aan bod (slides 8 en 11). Bescherming vraagt dus om meer dan alleen bewust omgaan met je telefoon.

Commerciële belangen en publieke waarden

De belangen van platforms en gebruikers komen niet altijd overeen. Stikker beschrijft hoe publieke waarden ondergeschikt kunnen raken aan winstmaximalisatie (2019, p.

245). Ook vraagt zij zich af of mensen bij het accepteren van cookies echt begrijpen waarvoor ze toestemming geven (2019, p. 237).

Ik vind dat een belangrijk punt. Dat iemand ergens op ‘akkoord’ klikt, betekent voor mij niet automatisch dat die persoon alle gevolgen begrijpt. Toch wordt zo’n keuze vaak gebruikt om de verantwoordelijkheid bij de gebruiker te leggen.

De Public Stack helpt mij om verder te kijken dan de functies van een app. Het gaat om de waarden aan de basis, het ontwerpproces, de technologie en de positie van de burger (Waag, z.d.). Bij sociale media betekent dit voor mij dat privacy, veiligheid en autonomie vanaf het begin moeten meetellen. In het ontwerpproces moet je onderzoeken wat verschillende mensen nodig hebben. De technische keuzes moeten vervolgens bij die waarden passen. Daarbij zie je mensen als burgers met rechten, niet alleen als gebruikers van een product.

Een concreet voorbeeld is het werk van Bits of Freedom. Zenger (2026) beschrijft hoe de organisatie via een rechtszaak afdwong dat gebruikers van Facebook en Instagram makkelijker tussen tijdlijnen kunnen kiezen en dat hun keuze wordt onthouden. De Digital Services Act vormde de basis voor deze zaak.

Voor mij maakt dit duidelijk waarom wetgeving nodig is. Een keuze aanbieden heeft weinig zin als die moeilijk te vinden is of steeds wordt teruggezet. Gebruikers moeten de mogelijkheden ook echt kunnen gebruiken.

Welzijn verschilt per persoon

Aan de andere kant vind ik het te makkelijk om Big Tech verantwoordelijk te maken voor het volledige welzijn van iedere gebruiker. Volgens het Trimbos-instituut hangt de relatie tussen sociale media en welzijn onder andere samen met persoonlijke eigenschappen en de sociale omgeving (Trimbos-instituut, z.d.).

Daarom kun je niet zomaar zeggen dat een platform voor iedereen hetzelfde effect heeft. Gebruikers moeten ruimte houden om zelf te bepalen wat bij hen past. Zij kunnen bijvoorbeeld accounts ontvolgen, meldingen aanpassen of besluiten minder tijd op een platform door te brengen.

Dat betekent niet dat bedrijven minder zorgvuldig hoeven te ontwerpen. Wel zie ik een risico als we hun te veel verantwoordelijkheid geven: dan mogen zij misschien ook bepalen wat voor iedereen ‘gezond’ gebruik is. Daarmee krijgen ze juist meer invloed op ons leven. Bescherming moet daarom samengaan met autonomie.

Stuk, Maken en Delen

Bij **Stuk** zie ik vooral een botsing tussen commerciële belangen en publieke waarden. Platforms bepalen hoe de omgeving werkt, terwijl gebruikers niet altijd begrijpen waarom zij bepaalde berichten zien. Dat maakt het moeilijker om bewust te kiezen.

Bij **Maken** zou ik beginnen met privacy, veiligheid en autonomie. Vanuit de Public Stack moeten die waarden vanaf het begin meetellen. Ik zou samen met verschillende gebruikers onderzoeken welke controle zij missen en of instellingen duidelijk genoeg zijn. Daarna zou ik testen of mijn ontwerp die controle ook echt geeft.

Bij **Delen** vind ik het belangrijk dat mensen kunnen begrijpen hoe deze systemen werken. Ook onderzoekers en toezichthouders moeten de werking kunnen onderzoeken. Zo bepalen technologiebedrijven niet als enige wat verantwoord gebruik is.

Mijn reflectie op het debat

Tijdens het debat over een leeftijdsgrens voor sociale media was ik eerst vooral vóór. Ik dacht aan de bescherming van jonge gebruikers en de risico's die zij online kunnen tegenkomen.

Een tegenargument zette mij aan het denken: sociale media kunnen ook een plek zijn waar jongeren anoniem steun vinden en zichzelf ontdekken. Op jonge leeftijd kan het lastig zijn om over bepaalde gevoelens te praten. Ik begreep daardoor beter dat jongeren ook iets kunnen verliezen door een leeftijdsgrens.

Hier botsen voor mij bescherming en autonomie. Beide waarden zijn belangrijk, maar ze leiden niet altijd tot dezelfde oplossing. Daarom lijkt alleen een leeftijdsgrens mij niet voldoende. We moeten ook kijken hoe platforms veiliger kunnen worden ingericht, terwijl jongeren ruimte houden om zichzelf te uiten.

Conclusie

Big Tech is verantwoordelijk voor de gevolgen van zijn ontwerp, maar niet voor het volledige welzijn van iedere gebruiker. De overheid moet regels stellen en toezicht houden. Gebruikers moeten echte mogelijkheden krijgen om zelf keuzes te maken.

Ik vind gedeelde verantwoordelijkheid daarom het meest passend. Daarbij moeten we rekening houden met hoeveel invloed iedere partij heeft: een gebruiker kan instellingen veranderen, maar het bedrijf bepaalt welke instellingen er überhaupt zijn.

Bronnenlijst

- Stikker, M. (2019). *Het internet is stuk*.
- Trimbos-instituut. (z.d.). *Wederzijdse invloed sociale media en welzijn bij jongeren*. https://www.trimbos.nl/kennis/digitale-media-gokken/expertisecentrum-digitalisering-en-welzijn/sociale-media-en-welzijn/invloed-jongeren/
- Visser, J., & Smit, S. (z.d.). *Het internet is stuk: Zet je juridische bril op…* [slides, Juridische deel — College 2 — Maken]. Hogeschool van Amsterdam. Brightspace.
- Waag. (z.d.). *About — Public Stack*. https://publicstack.net/layers/
- Zenger, R. (2026, 26 augustus). *Vanaf nu is de keuze aan jou, niet aan Meta*. Bits of Freedom. https://www.bitsoffreedom.nl/2026/08/26/vanaf-nu-is-de-keuze-aan-jou-niet-aan-meta/