

Bruxelles, den 24. juni 2025
(OR. en)

10430/1/25
REV 1

SAN 366
SOC 440
JEUN 163
EDUC 274
CULT 76
DIGIT 125
TELECOM 198
DISINFO 56
CYBER 174
JAI 872
RECH 289

RESULTAT AF DRØFTELSENE

fra:	Generalsekretariatet for Rådet
til:	delegationerne
Tidl. dok. nr.:	9069/25
Vedr.:	Rådets konklusioner om fremme og beskyttelse af børns og unges mentale sundhed i den digitale tidsalder

Vedlagt følger til delegationerne Rådets konklusioner om fremme og beskyttelse af børns og unges mentale sundhed i den digitale tidsalder, som EPSCO-Rådet (sundhed) godkendte på samlingen den 20. juni 2025.

Rådets konklusioner om fremme og beskyttelse af børns og unges mentale sundhed i den digitale tidsalder

Indledning

Digitale teknologier¹ har potentiale til at forbedre den mentale sundhed ved at give adgang til information, støttenetværk og fjernbehandlingstjenester og magt til at påvirke den mentale sundhed negativt², navnlig blandt børn og unge³.

Der er derfor et presserende behov for at fremme en sikrere og sundere brug af digitale værktøjer blandt børn og unge, som prioriterer beskyttelse af deres mentale sundhed ved at fremme mediekendskab og digital kunnen sammen med sociale og emotionelle færdigheder og ved at skabe et sundere, sikrere og alderssvarende digitalt miljø gennem tæt samarbejde med centrale interessenter, herunder politiske beslutningstagere, lokale myndigheder og den digitale industri samt familier, omsorgspersoner, undervisere, sundhedspersoner, andre voksne, der arbejder med børn og unge, samt ungdomsrepræsentanter.

¹ "Digital teknologi" anvendes her som et samlebegreb og henviser til digitale enheder (dvs. computere, tablets, mobiltelefoner, smartwatches) samt digitalt formidlede aktiviteter, som børn og unge deltager i via disse enheder (dvs. brug af internettet og sociale netværk eller ved at chatte online eller spille spil). Se mere i: Kardefelt-Winther, D., "How does the time children spend using digital technology impact their mental well-being, social relationships and physical activity? An evidence-focused literature review", Innocenti Discussion Paper, 2017-02, december 2017, UNICEF Office of Research – Innocenti, Florence, <https://www.unicef.org/innocenti/media/8181/file/UNICEF-Innocenti-Time-Using-Digital-Tech-Impact-on-Wellbeing-2017.pdf>.

² Europa-Kommissionen, Meddelelse fra Kommissionen til Europa-Parlamentet, Rådet, Det Europæiske Økonomiske og Sociale Udvalg og Regionsudvalget om en samlet tilgang til mental sundhed, COM(2023) 298 final, af 7. juni 2023, <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/DA/TXT/?uri=COM:2023:298:FIN>.

³ I dette dokument henviser kategorien "børn" til små børn (børn, der ikke har påbegyndt grundskoleuddannelsen) og børn i skolealderen (børn, der går i grundskolen), mens kategorien "unge" henviser til dem, der går på mellemtrinnet, sekundærtrinnet og i gymnasiet.

Personer, der er involveret i digitalt design, skal påtage sig et større ansvar og skal vurdere de potentielle konsekvenser af deres valg, herunder risici og trusler mod børns og unges mentale sundhed. Ved at integrere sikkerhed, privatlivets fred, gennemsigtighed, mangfoldighed og troværdighed af indhold af høj kvalitet og brugernes trivsel i designprocessen helt fra starten kan de, der skaber og udbyder digitale teknologier, bidrage til at mindske negative virkninger på den mentale sundhed og fremme et mere sikkert og afbalanceret onlinemiljø for børn og unge.

Endelig har de seneste globale og regionale udfordringer, herunder covid-19-pandemien, Ruslands angrebskrig mod Ukraine, optrapningen af væbnede konflikter i Mellemøsten og andre steder, den vedvarende klimakrise og uventede krisesituationer, forværret de stressfaktorer, der påvirker den mentale sundhed, navnlig for børn og unge. Disse udfordringer er blevet forstærket yderligere af den stigende indflydelse fra og hurtige udvikling af digitale teknologier og onlinemiljøer, herunder de sociale medier, og af det dermed forbundne tiltagende omfang af problematisk onlinedesignpraksis⁴, som forsøger at påvirke brugerne eller udnytte børns og unges sårbarheder⁵. Denne udvikling nødvendiggør en koordineret indsats på europæisk plan⁶.

⁴ F.eks. mørke mønstre eller afhængighedsskabende design.

⁵ Europa-Kommissionen: Generaldirektoratet for Retlige Anliggender og Forbrugere, Lupiáñez-Villanueva, F., Boluda, A., Bogliacino, F., Liva, G. et al., Behavioural study on unfair commercial practices in the digital environment – Dark patterns and manipulative personalisation – Final report, Den Europæiske Unions Publikationskontor, 2022, <https://data.europa.eu/doi/10.2838/859030>.

⁶ Covid-19-pandemien medførte, at børn brugte betydeligt længere tid online, fordi undervisning og det kulturelle og sociale liv flyttede online. Se mere i: Europa-Kommissionen, Meddelelse fra Kommissionen til Europa-Parlamentet, Rådet, Det Europæiske Økonomiske og Sociale Udvalg og Regionsudvalget: EU-strategi om barnets rettigheder, COM (2021) 142 final af 24. marts 2021, <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/da/TXT/?uri=CELEX%3A52021DC0142>.

RÅDET FOR DEN EUROPÆISKE UNION,

SOM MINDER OM FØLGENDE:

1. At der ingen sundhed er uden mental sundhed, hvilket WHO definerer som en tilstand af mental trivsel, hvor mennesker kan håndtere livets belastninger, udfolde deres potentiale, lære godt og arbejde godt og yde et bidrag til samfundet⁷.
2. Artikel 168, stk. 1, i TEUF, hvoraf det bl.a. fremgår, at Unionens indsats bør være rettet mod forebyggelse af mentale sygdomme⁸.
3. Alle børns og unges ret til sundhed, herunder mental sundhed, som nedfældet i folkeretten, navnlig konventionen om barnets rettigheder fra 1989^{9,10} og EU's charter om grundlæggende rettigheder¹¹.

⁷ Verdenssundhedsorganisationen, "Mental Health", Verdenssundhedsorganisationens websted, tilgået den 20. januar 2025, https://www.who.int/health-topics/mental-health#tab=tab_1.

⁸ Artikel 168 i traktaten om Den Europæiske Unions funktionsmåde, EUT C 326 af 26.10.2012, ELI: http://data.europa.eu/eli/treaty/tfeu_2012/oj.

⁹ Hvori artikel 17 anerkender barnets ret til adgang til information, der fremmer velfærd, men også udtrykkeligt nævner beskyttelse af barnet mod indhold, der skader dets velfærd, hvori artikel 24 fastslår barnets ret til at nyde den højest opnåelige sundhedstilstand, og hvori artikel 27 understreger "ethvert barns ret til den levestandard, der kræves for barnets fysiske, psykiske, åndelige, moralske og sociale udvikling". Se mere i: FN's konvention om barnets rettigheder af 20. september 1989, <https://www.ohchr.org/sites/default/files/crc.pdf>.

¹⁰ Desuden hedder det i generel bemærkning nr. 25 fra Komitéen for Barnets Rettigheder, at alle børns rettigheder bør fremmes, respekteres, beskyttes og overholdes i det digitale miljø, <https://www.unicef.org/bulgaria/en/media/10596/file>.

¹¹ Hvori artikel 24 anerkender, at børn har ret til "den beskyttelse og omsorg, der er nødvendig for deres trivsel", og at barnets tarv skal komme i første række for offentlige myndigheder og private institutioner. Se mere i: EUT C 303 af 14.12.2007, s. 1, ELI: http://data.europa.eu/eli/treaty/char_2007/oj.

4. At Den Europæiske Union i de senere år har prioriteret emnet mental sundhed på sin dagsorden, og at børns og unges mentale sundhed derfor har fået øget opmærksomhed^{12,13,14,15,2,16,17,18}, herunder i det europæiske ungdomsår 2022, EU-strategien for unge (2019-2027)¹⁹, det europæiske uddannelsesområdes flagskibsinitiativ "Veje til succes i skolen"²⁰ og handlingsplanen for digital uddannelse²¹.

-
- ¹² Rådet for Den Europæiske Union, Rådets konklusioner om den europæiske sundhedsunions fremtid: Et Europa, der drager omsorg, bereder sig og beskytter, 11597/24 af 26. juni 2024, <https://data.consilium.europa.eu/doc/document/ST-11597-2024-INIT/da/pdf>.
- ¹³ Rådet for Den Europæiske Union, Rådets konklusioner om mental sundhed, 15971/23 af 30. november 2023, <https://data.consilium.europa.eu/doc/document/ST-15971-2023-INIT/da/pdf>.
- ¹⁴ Konklusioner vedtaget af Rådet og repræsentanterne for medlemsstaternes regeringer om en samlet tilgang til unges mentale sundhed i Den Europæiske Union, EUT C, C/2023/1337, 30.11.2023, ELI: <https://eur-lex.europa.eu/eli/C/2023/1337/oj>.
- ¹⁵ Europa-Parlamentet: Udvalget om Miljø, Folkesundhed og Fødevarerikkerhed, Cerdas, S., "Betænkning om mental sundhed", 2023/2074 (INI), 17.11.2023, https://www.https://www.europarl.europa.eu/doceo/document/A-9-2023-0367_DA.html.
- ¹⁶ Europa-Kommissionen: Generaldirektoratet for Uddannelse, Unge, Idræt og Kultur: Wellbeing and mental health at school – Guidelines for education policymakers, school leaders, teachers and educators, Den Europæiske Unions Publikationskontor, 2024, <https://data.europa.eu/doi/10.2766/590>, <https://education.ec.europa.eu/news/supporting-wellbeing-at-school-new-guidelines-for-policymakers-and-educators>.
- ¹⁷ Rådet for Den Europæiske Union, Rådets konklusioner om styrkelse af kvinders og pigers mentale sundhed ved at fremme kønsligestilling, 16366/24 af 2. december 2024, <https://data.consilium.europa.eu/doc/document/ST-16366-2024-INIT/da/pdf>.
- ¹⁸ Fælles erklæring fra Europa-Parlamentet, Rådet og Kommissionen, Europæisk erklæring om digitale rettigheder og principper for det digitale årti, EUT C 23 af 23.1.2023, https://eur-lex.europa.eu/legal-content/DA/TXT/?uri=OJ:JOC_2023_023_R_0001.
- ¹⁹ Resolution vedtaget af Rådet for Den Europæiske Union og repræsentanterne for medlemsstaternes regeringer, forsamlet i Rådet, om rammerne for det europæiske samarbejde på ungdomsområdet: EU-strategien for unge 2019-2027, EUT C 456 af 18.12.2018, s. 1, <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/DA/TXT/?uri=celex%3A42018Y1218%2801%29>.
- ²⁰ Europa-Kommissionen: Generaldirektoratet for Uddannelse, Unge, Idræt og Kultur: Veje til succes i skolen, Den Europæiske Unions Publikationskontor, 2024, <https://data.europa.eu/doi/10.2766/477763>.
- ²¹ Europa-Kommissionen, Det europæiske uddannelsesområde – Digital uddannelse, "Handlingsplanen for digital uddannelse", Europa-Kommissionens websted, 23. november 2023, tilgængelig den 20. maj 2025, <https://education.ec.europa.eu/focus-topics/digital-education/action-plan>.

5. EU-strategien om barnets rettigheder, der anerkender god mental sundheds betydning for børns udvikling²², og Rådets henstilling om oprettelse af en europæisk børnegaranti, som lægger særlig vægt på mental sundhed²³.
6. Kommissionens meddelelse om en samlet tilgang til mental sundhed, som anerkender barndommen som en afgørende fase i livet og understreger de langvarige konsekvenser af mentale sundhedsudfordringer i barndommen for enkeltpersoner, lokalsamfund og samfund samt den centrale rolle, som familier², deres socioøkonomiske ressourcer og deres miljø generelt spiller.
7. Rådets konklusioner om styrkelse af kvinders og pigers mentale sundhed ved at fremme kønsligestilling, hvori den negative indvirkning af cybermobning, misinformation og desinformation samt udsættelse for urealistiske skønhedsstandarder på børns og unges mentale sundhed fremhæves¹⁷.

²² Europa-Kommissionen, Meddelelse fra Kommissionen til Europa-Parlamentet, Rådet, Det Europæiske Økonomiske og Sociale Udvalg og Regionsudvalget: EU-strategi om barnets rettigheder, COM (2021) 142 final af 24.3.2021, <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/da/TXT/?uri=CELEX%3A52021DC0142>.

²³ Rådets henstilling (EU) 2021/1004 af 14. juni 2021 om oprettelse af en europæisk børnegaranti, EUT L 223 af 22.6.2021, ELI: <https://eur-lex.europa.eu/eli/reco/2021/1004/oj>.

8. Unionens nylige lovgivningsmæssige og ikke-lovgivningsmæssige arbejde med at gøre den digitale verden mere sikker for børn og unge^{24,25,26,27,28,29} og bekæmpe seksuelt misbrug af børn online^{30,31}.

-
- ²⁴ Europa-Parlamentets og Rådets forordning (EU) 2022/2065 af 19. oktober 2022 om et indre marked for digitale tjenester og om ændring af direktiv 2000/31/EF (forordning om digitale tjenester), EUT L 277 af 27.10.2022, s. 1, ELI: <https://eur-lex.europa.eu/eli/reg/2022/2065/oj>.
- ²⁵ Europa-Kommissionen, Meddelelse fra Kommissionen til Europa-Parlamentet, Rådet, Det Europæiske Økonomiske og Sociale Udvalg og Regionsudvalget: Et digitalt årti for børn og unge: den nye europæiske strategi for et bedre internet for børn (BIK+), COM(2022) 212 final af 11. maj 2022, <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/DA/TXT/?uri=celex:52022DC0212>.
- ²⁶ Europa-Parlamentets beslutning af 11. marts 2021 om børns rettigheder i lyset af EU-strategien for børns rettigheder, EUT C 474 af 24.11.2021, s. 146 https://eur-lex.europa.eu/legal-content/DA/TXT/?uri=oj:JOC_2021_474_R_0017.
- ²⁷ Rådet for Den Europæiske Union, Rådets konklusioner om mediekendskab i en foranderlig verden, EUT C, 2020/C 193/06 af 9.6.2020, [https://eur-lex.europa.eu/legal-content/DA/TXT/?uri=CELEX:52020XG0609\(04\)](https://eur-lex.europa.eu/legal-content/DA/TXT/?uri=CELEX:52020XG0609(04)).
- ²⁸ Europa-Parlamentets og Rådets direktiv (EU) 2018/1808 af 14. november 2018 om ændring af direktiv 2010/13/EU om samordning af visse love og administrative bestemmelser i medlemsstaterne om udbud af audiovisuelle medietjenester (direktiv om audiovisuelle medietjenester) i betragtning af de ændrede markedsforhold, EUT L 303, 2018/1808 af 28.11.2018, s. 69, ELI: <http://data.europa.eu/eli/dir/2018/1808/oj>.
- ²⁹ Europa-Parlamentets og Rådets forordning (EU) 2024/1689 af 13. juni 2024 om harmoniserede regler for kunstig intelligens og om ændring af forordning (EF) nr. 300/2008, (EU) nr. 167/2013, (EU) nr. 168/2013, (EU) 2018/858, (EU) 2018/1139 og (EU) 2019/2144 samt direktiv 2014/90/EU, (EU) 2016/797 og (EU) 2020/1828 (forordningen om kunstig intelligens), PE/24/2024/REV/1, EUT L, 2024/1689, 12.7.2024, ELI: <http://data.europa.eu/eli/reg/2024/1689/oj>.
- ³⁰ Europa-Kommissionen, Meddelelse fra Kommissionen til Europa-Parlamentet, Rådet, Det Europæiske Økonomiske og Sociale Udvalg og Regionsudvalget: EU-strategi om en mere effektiv bekæmpelse af seksuelt misbrug af børn, COM (2020) 607 final af 24.7.2020, <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/DA/TXT/?uri=CELEX%3A52020DC0607>.
- ³¹ Europa-Parlamentets og Rådets forordning (EU) 2021/1232 af 14. juli 2021 om en midlertidig undtagelse fra visse bestemmelser i direktiv 2002/58/EF, for så vidt angår den anvendelse af teknologier til behandling af personoplysninger og andre data, der foretages af udbydere af nummeruafhængige interpersonelle kommunikationstjenester med det formål at bekæmpe seksuelt misbrug af børn online, der er ændret ved Europa-Parlamentets og Rådets forordning (EU) 2024/1307 af 29. april 2024, PE/38/2021/REV/1, EUT L 274 af 30.7.2021, ELI: <http://data.europa.eu/eli/reg/2021/1232/oj>.

9. Forordningen om digitale tjenester, som bl.a. pålægger onlineplatforme krav om at sikre et højt niveau af privatlivets fred, tryghed og sikkerhed for mindreårige, der anvender deres tjenester²⁴, og forpligter meget store onlineplatforme til regelmæssigt at foretage risikovurderinger og risikobegrænsning i forbindelse med systemiske risici med hensyn til respekten for børns rettigheder og til beskyttelsen af mindreårige mod negative konsekvenser for deres fysiske og psykiske velbefindende; direktivet om audiovisuelle medietjenester, der bl.a. fastsætter en specifik ramme med forholdsregler mod skadeligt audiovisuelt indhold, herunder indhold, der udbydes på videodelingsplatforme, og som også forpligter medlemsstaterne til at sikre, at udbydere af audiovisuelle medietjenester og udbydere af videodelingsplatforme under deres jurisdiktion træffer passende foranstaltninger til at beskytte mindreårige mod programmer eller brugergenererede videoer og audiovisuel kommerciel kommunikation, der kan skade deres fysiske, psykiske eller moralske udvikling²⁸; den nye europæiske strategi for et bedre internet for børn (BIK+), som omfatter foranstaltninger til støtte for mental trivsel online og alderstilpasset design, har til formål at øge bevidstheden om og opbygge kapacitet med hensyn til onlinerisici såsom cybermobning, misinformation og desinformation og fremmer sund og ansvarlig adfærd online²⁵ samt forordningen om kunstig intelligens, som fastsætter horisontale og risikobaserede regler for, hvordan kunstig intelligens (AI) kan udvikles og anvendes i Unionen inden for alle områder og sektorer, har til formål at sikre et højt niveau af beskyttelse af grundlæggende rettigheder og af sikkerhed, og tager hensyn til børns særlige rettigheder, herunder ved udtrykkeligt at forbyde AI-systemer, der udnytter børns sårbarhed online²⁹, og ved at gennemføre forholdsmæssige og effektive sikkerhedsforanstaltninger for højrisiko-AI-systemer.

10. Rådets konklusioner om støtte til trivsel inden for digital uddannelse, som opfordrer medlemsstaterne til at styrke de lærendes og undervisernes trivsel i forbindelse med udformningen af nationale politikker og strategier inden for digital uddannelse, og til at støtte skoler i udviklingen af passende tidsstyring for så vidt angår digitale og individuelle undervisnings- og læringsaktiviteter³².
11. Rådets konklusioner om uddannelse som bidrag til styrkelse af fælles europæiske værdier og demokratisk medborgerskab, som tilskynder medlemsstaterne til at styrke et effektivt mediekendskab og effektiv digital kunnen i lyset af de stigende udfordringer, som børn og unge står over for i digitale sammenhænge og online, vedrørende spørgsmål såsom digital sikkerhed og privatlivets fred, cybermobning, desinformation, hadefuld tale og radikalisering³³.
12. Kommissionens strategi for en beredskabsunion, som har til formål at integrere beredskab i skolernes pensum, uddanne undervisningspersonale i at bidrage til at udvikle væsentlige færdigheder om beredskab såsom mediekendskab og digital kunnen og øge bevidstheden om risici og trusler, navnlig ved at bekæmpe misinformation³⁴.
13. Rådets konklusioner om fremme af motoriske færdigheder, fysiske aktiviteter og idrætsaktiviteter for børn, hvori forbindelsen mellem fysisk aktivitet og mental trivsel hos børn og unge fremhæves³⁵.

³² Rådet for Den Europæiske Union, Rådets konklusioner om støtte til trivsel inden for digital uddannelse, EUT C, 2022/C 469/04 af 9.12.2022, ELI: [https://eur-lex.europa.eu/legal-content/DA/TXT/?uri=CELEX:52022XG1209\(01\)](https://eur-lex.europa.eu/legal-content/DA/TXT/?uri=CELEX:52022XG1209(01)).

³³ Rådet for Den Europæiske Union, Rådets konklusioner om uddannelse som bidrag til styrkelse af fælles europæiske værdier og demokratisk medborgerskab, EUT C, C/2023/1419, 1.12.2023, ELI: <http://data.europa.eu/eli/C/2023/1419/oj>.

³⁴ Europa-Kommissionen, Fælles meddelelse til Europa-Parlamentet, Det Europæiske Råd, Rådet, Det Europæiske Økonomiske og Sociale Udvalg og Regionsudvalget om EU-strategien for en beredskabsunion, JOIN(2025) 130 final, 26.3.2025, <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/DA/TXT/?uri=celex:52025JC0130>.

³⁵ Rådet for Den Europæiske Union, Rådets konklusioner om fremme af motoriske færdigheder, fysiske aktiviteter og idrætsaktiviteter for børn, EUT C, 2015/C 417/09 af 15.12.2015, <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/DA/TXT/?uri=CELEX%3A52015XG1215%2807%29>.

14. Konklusionerne vedtaget af Rådet og repræsentanterne for medlemsstaternes regeringer, forsamlet i Rådet, om livslang fysisk aktivitet, der understreger indvirkningen af fysisk aktivitet på den mentale sundhed i barndommen³⁶.
15. At disse rådskonklusioner ikke foregriber forhandlingerne om den flerårige finansielle ramme efter 2027,

SOM ANERKENDER FØLGENDE:

16. Børn og unge, der trives mentalt, er i stand til at nå udviklingsmæssige milepæle³⁷, lære måder til at håndtere problemer, styre deres egne følelser, tilegne sig sociale og emotionelle kompetencer, opbygge sikre og omsorgsfulde relationer med jævnaldrende og voksne, få succes i skolen, udvikle en stærk følelse af selvværd og opbygge den selvtillid og selvstændige identitet, de har brug for, for at trives³⁵.
17. Op til 20 % af alle børn verden over oplever mentale sundhedsproblemer²², og ni millioner unge (mellem 10 og 19 år) lever med psykiske lidelser i Europa³⁸, som – hvis de ikke behandles – har alvorlig indvirkning på deres udvikling, uddannelsesniveau og potentiale til at leve et tilfredsstillende liv.

³⁶ Rådet for Den Europæiske Union, Rådets konklusioner om livslang fysisk aktivitet, EUT C, 2021/C 501 I/01 af 13.12.2021,

https://eur-lex.europa.eu/legal-content/DA/TXT/?uri=oj:JOC_2021_501_I_0001.

³⁷ SOS Children's Villages, "A truly comprehensive EU approach to mental health: Putting children and families' wellbeing at the centre", september 2024,
<https://www.sos-childrensvillages.org/getmedia/677b48e5-a312-4454-bc0a-766057acbf30/Briefing-note-mental-health-SOS-CVI>.

³⁸ De Forenede Nationers Børnefond: "The State of the World's Children 2021: On My Mind – Promoting, protecting and caring for children's mental health", UNICEF, New York, oktober 2021,
<https://www.unicef.org/media/114636/file/SOWC-2021-full-report-English.pdf>.

18. Årsagerne til mentale sundhedsudfordringer opstår ofte i den tidlige barndom, og omkring halvdelen af alle psykiske lidelser opstår inden 14-årsalderen, hvilket viser, at denne fase i livet har overordentlig stor betydning for en persons udvikling³⁷. Tilsvarende er ungdomsårene en afgørende periode for udviklingen af sociale og emotionelle vaner, der fremmer mental trivsel. Selv i tilfælde, hvor mentale sundhedsudfordringer opstår senere i livet, er tidlige oplevelser formative, og hvis disse er problemfyldte, kan de bidrage til udviklingen af psykiske lidelser i en hvilken som helst alder.
19. I dag finder børns og unges dagligliv i stigende grad sted i digitale miljøer, og det er derfor afgørende, at deres rettigheder i den digitale verden beskyttes i samme grad som i den fysiske verden.
20. Den hurtige udvikling af digitale teknologier giver mange fordele for børn og unge i forbindelse med uddannelse, underholdning og kommunikation, f.eks. muligheder for individuel læring, udvikling af deres digitale færdigheder og kompetencer eller adgang til virtuelle samfund. Disse fordele bidrager til at skabe sociale forbindelser, navnlig blandt unge, som kan styrke deres mentale sundhed³⁹ og generelle trivsel. De kan også bidrage positivt til forebyggende kampagner rettet mod børn og unge, f.eks. kampagner til forebyggelse af selvmord.

³⁹ Et eksempel på disse fordele er det at spille spil på en ansvarlig måde, som kan gavne den mentale sundhed ved at skærpe reflekser, forbedre humøret og lade spillerne udforske nye identiteter og følelser. Onlinespil kan også bidrage til at opbygge globale forbindelser, navnlig for dem, der har problemer med socialisering. Se mere i: Mental Health Europe, "Report on Digitalisation in Mental Health, Mental health in the digital age: Applying a human rights based, psychosocial approach as compass", december 2022, <https://www.mhe-sme.org/wp-content/uploads/2023/01/Mental-health-in-the-digital-age-Applying-a-human-rights-based-psychosocial-approach-as-compass.pdf>.

21. Samtidig udgør ovennævnte hurtige udvikling af digitale teknologier en trussel, hvis omfang og konsekvenser for børns og unges generelle mentale trivsel stadig er delvist ukendte. Der er derfor behov for mere forskning for at kunne foretage en korrekt vurdering af, hvordan den påvirker udviklingen af hjernen og personligheden, herunder de kognitive evner og færdigheder samt dens potentielle adfærdsmæssige konsekvenser⁴⁰, navnlig hvad angår børn og unge i sårbare situationer.
22. Der kan være store risici for børns og unges mentale sundhed forbundet med den øgede udbredelse af digitale teknologier, og det forekommer derfor hensigtsmæssigt at træffe forebyggende foranstaltninger for at afbøde de potentielle risici på grundlag af den nuværende videnskabelige dokumentation, indtil der er udført tilstrækkelig forskning. Sådanne foranstaltninger kan f.eks. omfatte integration af undervisning i socioemotionelle færdigheder og mekanismer til håndtering af stress i uddannelsessystemet, regulering af praksis, der allerede er kendt for at være afhængighedsskabende og manipulerende, samt støtte til forældre ved at stille relevante oplysninger og værktøjer til rådighed for dem, således at børn og unge lærer at navigere i den digitale verden på en sikker og kompetent måde.
23. Lovgivnings- og uddannelsessystemerne skal imødegå disse udfordringer bedre for at sikre, at børn og unge udnytter deres muligheder, samtidig med at den potentielle negative indvirkning på deres mentale sundhed forebygges og afbødes.
24. I de fleste tilfælde er det ikke selve digitaliseringen eller brugen af digitale teknologier, der er problemet, men snarere en gruppe af digitale determinanter såsom f.eks. bruger, adfærd, miljø, indhold og design, som kan påvirke børns og unges mentale sundhed.

⁴⁰ European Public Health Alliance, Farah, L., "Strengthening countries' cooperation to safeguard children and adolescents from screen addiction and to protect mental health", Den Europæiske Folkesundhedsalliances websted, 24. september 2024, tilgået den 21. januar 2025, <https://epha.org/strengthening-countries-cooperation-to-safeguard-children-and-adolescent-from-screen-addiction-and-protect-mental-health/>.

25. Børn og unge som brugere af digital teknologi udgør en sårbar gruppe, der er særlig udsat for at blive ofre for cyberkriminalitet (f.eks. identitetstyveri, afpresning, seksuelt misbrug af børn), manipulerende og/eller afhængighedsskabende designpraksis, ulovlig brug af personoplysninger eller deltagelse i aktiviteter, der er uhensigtsmæssige eller ulovlige for dem (f.eks. at se voksenindhold, at spille hasardspil online og hasardspil inde i onlinespil (f.eks. såkaldte loot boxes), at købe alkohol, tobak og lignende produkter¹⁴ eller at spille væddemålsspil online). Børn og unge kan også være sårbare over for onlinerekruttering med henblik på yderligere udnyttelse, og piger er særligt udsatte for risikoen for kønsbaseret cybervold, herunder cyberchikane⁴¹, mens børn med handicap er særligt udsatte for cybermobning og -vold⁴².

⁴¹ Sala, A., Porcaro, L. Gomez, E., "Social Media Use and adolescents' mental health and well-being: An umbrella review", Computers in Human Behavior Reports, marts 2024, <https://doi.org/10.1016/j.chbr.2024.100404>.

⁴² Barringer-Brown, Ch., "Cyber bullying among Students with Serious Emotional and Specific Learning Disabilities", Journal of Education and Human Development, juni 2015, Vol. 4, No. 2(1), <https://jehdnet.com/vol-4-no-2-1-june-2015-abstract-4-jehd/>.

26. Med hensyn til adfærd kan det at give små børn adgang til digitale teknologier, enten for tidligt, ikkegradvist eller uden ordentligt tilsyn, skade deres kognitive og mentale udvikling⁴³, mens misbrug eller overdreven brug af digitale teknologier blandt børn og unge i skolealderen kan føre til mentale problemer, f.eks. ved at begrænse sociale interaktioner offline⁴⁴, ved at føre til social isolation⁴⁵ og ensomhed⁴⁶, ved at have en negativ indvirkning på kognitive evner⁴⁷, ved at skabe en spilleforstyrrelse⁴⁸ eller ved at udvikle sig til en adfærdsmæssig afhængighed⁴⁹.

⁴³ World Health Organization, Guidelines on physical activity, sedentary behaviour and sleep for children under 5 years of age, Verdenssundhedsorganisationen, 2019, <https://iris.who.int/handle/10665/311664>.

⁴⁴ Mental Health Europe, "Report on Digitalisation in Mental Health, Mental health in the digital age: Applying a human rights based, psychosocial approach as compass", december 2022, <https://www.mhe-sme.org/wp-content/uploads/2023/01/Mental-health-in-the-digital-age-Applying-a-human-rights-based-psychosocial-approach-as-compass.pdf>.

⁴⁵ World Health Organization, WHO-infografik "Social isolation and loneliness affect people of all ages, worldwide", WHO's websted, 15. november 2023, tilgået den 20. maj 2025. <https://www.who.int/multi-media/details/social-isolation-and-loneliness-affect-people-of-all-ages--worldwide>.

⁴⁶ Europa-Kommissionen, Det Fælles Forskningscenter (JRC) (2024): EU Loneliness Survey. Europa-Kommissionen, Det Fælles Forskningscenter (JRC) [Dataset] PID: <http://data.europa.eu/89h/82e60986-9987-4610-ab4a-84f0f5a9193b>.

⁴⁷ Small, G. W., Lee, J., Kaufman, A., Jalil, J., Siddarth, P. et al., "Brain health consequences of digital technology use", Dialogues in clinical neuroscience, Vol. 22, Issue 2, 2020, s. 179–187, <https://doi.org/10.31887/DCNS.2020.22.2/gsmall>.

⁴⁸ Verdenssundhedsorganisationens websted, tilgået den 15. april 2025, <https://www.who.int/standards/classifications/frequently-asked-questions/gaming-disorder>.

⁴⁹ Misbrug og overdreven brug af digitale teknologier, navnlig sociale medier, minder om et adfærdsmønster, der er kendetegnet ved afhængighedslignende symptomer, herunder manglende evne til at kontrollere brugen, en følelse af abstinenser, når sådanne teknologier ikke anvendes, forsømmelse af andre aktiviteter til fordel for brug af digitale teknologier og negative konsekvenser i dagligdagen som følge af overdreven brug. Se mere i: World Health Organization, "Teens, screens and mental health", Verdenssundhedsorganisationens websted, 25. september 2024, tilgået den 20. januar 2025, <https://www.who.int/europe/news-room/25-09-2024-teens--screens-and-mental-health>.

27. Børns og unges misbrug eller overdrevne brug af digitale teknologier kan også have en negativ indvirkning på deres fysiske sundhed, f.eks. ved at føre til nedsat fysisk aktivitet⁵⁰, der bidrager til dannelse eller forværring af en stillesiddende livsstil samt dårlige spisevaner, hvilket både kan føre til fedme⁵¹, søvnproblemer⁵², synshandicap (navnlig myopi) eller udvikling af muskel- og skeletbesvær⁵³. Alle disse faktorer risikerer også at forværre den mentale sundhed og generelle trivsel.
28. Miljøer, hvor digitalt udstyr anvendes for meget af børns og unges forældre, undervisere eller omsorgspersoner, kan føre til en teknologibaseret afbrydelse i dannelsen af passende interaktioner mellem voksne og børn ("technoferece") og forstyrre udviklingen af livsfærdigheder, som er afgørende for mental trivsel⁵⁴.

⁵⁰ Kardefelt-Winther, D., Rees, G., & Livingstone, S., "Contextualising the link between adolescents' use of digital technology and their mental health: a multi-country study of time spent online and life satisfaction", *Journal of child psychology and psychiatry, and allied disciplines*, Vol. 61, Issue 8, 2020, s. 875–889, <https://doi.org/10.1111/jcpp.13280>.

⁵¹ Dårlige spisevaner kan resultere i udvikling af dyslipidæmi og diabetes samt i udvikling af overvægt og fedme. Se mere i: Aghasi, M., Matinfar, A., Golzarand, M., Salari- Moghaddam, A., & Ebrahimpour-Koujan, S., "Internet Use in Relation to Overweight and Obesity: A Systematic Review and Meta-Analysis of Cross-Sectional Studies", *Advances in nutrition*, Vol. 11, Issue 2, 2020, s. 349-356, <https://doi.org/10.1093/advances/nmz073>.

⁵² Søvn er en afgørende faktor for den mentale sundhed, og en af de primære negative virkninger af brugen af digitale teknologier blandt børn og unge er nedsat søvnlængde og dårligere søvnkvalitet. Se mere i: Stanković, M., Nesic, M., Cicevic, S., & Shi, Z., "Association of smartphone use with depression, anxiety, stress, sleep quality, and internet addiction. Empirical evidence from a smartphone application", *Personality and Individual Differences*, Vol. 168, januar 2021, <https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110342>.

⁵³ Tereshchenko S., Kasparov E., Manchuk V., Evert L., Zaitseva O. et al., "Recurrent pain symptoms among adolescents with generalized and specific problematic internet use: A large-scale cross- sectional study", *Computers in Human Behavior Reports*, Vol. 16, december 2024, <https://doi.org/10.1016/j.chbr.2024.100506>.

⁵⁴ McDaniel, B.T., Radesky, J. S., "Technoferece: Parent Distraction with Technology and Associations with Child Behavior Problems", *Child Development*, Vol. 89(1), maj 2017, <https://doi.org/10.1111/cdev.12822>.

29. Med hensyn til det indhold, som børn og unge ser, kan der skelnes mellem to kategorier. Den første er kvaliteten af det indhold, der præsenteres på sociale medier og lignende platforme, som meget vel kan være alderssvarende, men på grund af, hvordan det rent faktisk leveres (f.eks. den hyppighed, hvormed det vises for brugerne), og på grund af særlige designegenskaber, der har til formål at øge brugernes engagement, kan det have en negativ indvirkning på en persons selvværd⁵⁵ eller selvtillid, øge graden af stress og angst⁵⁵, føre til udvikling eller forværring af psykiske lidelser såsom depression⁵⁶, adfærdsforstyrrelser såsom hyperaktivitet/uopmærksomhed⁵⁷ og bidrage til dannelse af et negativt kropsbillede og udvikling af spiseforstyrrelser⁵⁸.

⁵⁵ Karim, F., Oyewande, A. A., Abdalla, L. F., Chaudhry Ehsanullah, R., & Khan, S., "Social Media Use and Its Connection to Mental Health: A Systematic Review", *Cureus*, Vol. 12, Issue 6, 2020, <https://doi.org/10.7759/cureus.8627>.

⁵⁶ Ma, L., Evans, B., Kleppang, A. L., & Hagquist, C., "The association between screen time and reported depressive symptoms among adolescents in Sweden", *Family practice*, Vol. 38, Issue 6, 2021, s. 773–779, <https://doi.org/10.1093/fampra/cmab029>.

⁵⁷ United Nations Children's Fund, "Child and adolescent mental health. The State of Children in the European Union 2024", Policy Brief no 2, februar 2024, https://www.unicef.org/eu/media/2806/file/Child_and_adolescent_mental_health_policy_brief.pdf.pdf.

⁵⁸ Marks, R. J., De Foe A. & Collett J., "The pursuit of wellness: Social media, body image and eating disorders", *Children and youth services review*, Vol. 119, 2020, <https://doi.org/10.1016/j.chilyouth.2020.105659>.

Den anden type indhold er upassende indhold, som henviser til situationer, hvor børn og unge udsættes for skadeligt indhold såsom vold (cybermobning og cyberchikane)⁵⁹ og ekstrem vold, seksuelt materiale (pornografi)⁶⁰, misinformation og desinformation (herunder AI-genererede billeder, videoer eller lyd eller "deepfakes")⁶¹, hadefuld tale⁶², kommerciel og ikkekommerciel kommunikation om eller fremme af brugen af usunde fødevarer og drikkevarer, alkohol, tobak og lignende produkter¹⁴ eller forbudte stoffer (narkotika)¹³.

30. Designet af et digitalt produkt spiller en afgørende rolle i at forme brugernes oplevelser og adfærd, navnlig for børn og unge. Et velovervejet design kan fremme brugervenlighed, sikkerhed og privatlivets fred, mens problematiske designvalg kan udsætte brugerne for risici, der påvirker deres trivsel og mentale sundhed. Det er navnlig vigtigt at sikre eksponering for en bred vifte af indhold for at forhindre, at brugerne bliver fanget i algoritmiske bobler, der forstærker de samme perspektiver, hvilket potentielt kan forværre angst, isolation eller en skadelig selvopfattelse, navnlig blandt børn og unge. Skadelig, misvisende og vildledende designpraksis såsom mørke mønstre, der udnytter sårbarheder og manipulerer adfærd, afhængighedsskabende og manipulerende design, der fokuserer på at fastholde brugerne og samtidig tilskynde til omfattende interaktion (auto play, uendelig scrolling, streaks, notifikationer, loot boxes og varsler om at være ved at gå glip af noget) og vildledende personaliseringsteknikker (algoritmer), som kan forstærkes af ondsindede forretningsmodeller, dårlig virksomhedsledelse og dårlige forretningsvalg, kan desuden føre til udnyttelse af børn og unge i den digitale verden.

⁵⁹ Herunder døds vold, overgreb, død, selvska de og selvmord.

⁶⁰ Raine, G., Khouja, C., Scott, R., Wright, K., Sowden, A. J., "Pornography use and sexting amongst children and young people: a systematic overview of reviews", *Systematic Reviews*, Vol.9, 2020, <https://doi.org/10.1186/s13643-020-01541-0>.

⁶¹ Pilgrim, J., & Vasinda, S., "Fake News and the "Wild Wide Web": A Study of Elementary Students' Reliability Reasoning", *Societies*, Vol. 11, Issue 4, 2021, <https://doi.org/10.3390/soc11040121>.

⁶² Kansok-Dusche, J., Ballaschk, C., Krause, N., ZeiB, A., Seemann-Herz, L., et al., "A Systematic Review on Hate Speech among Children and Adolescents: Definitions, Prevalence, and Overlap with Related Phenomena. Trauma, Violence, & Abuse", Vol. 24, Issue 4, 2023, s. 2598-2615, <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/15248380221108070>.

31. Børn og unge udgør ikke en homogen befolkningsgruppe. Selv om faktorer som køn⁶³, uddannelsesmæssig baggrund og socioøkonomiske uligheder⁶⁴ spiller en væsentlig rolle for børns og unges mentale sundhed, synes alder⁶⁵ at være den vigtigste faktor, når det gælder planlægning af strategier for indsatser over for den negative indvirkning af misbrug eller overdreven brug af digitale teknologier på deres mentale sundhed,

⁶³ Twenge, J. M., Haidt, J., Lozano, J., & Cummins, K. M., "Specification curve analysis shows that social media use is linked to poor mental health, especially among girls", *Acta Psychologica*, Volume 224, 2022, 103512, <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2022.103512>.

⁶⁴ United Nations Children's Fund, "Digital technologies, child rights and well-being. The state of children in the European Union 2024", Policy Brief no 4, UNICEF, februar 2024, <https://www.unicef.org/eu/media/2586/file/Digital%20technologies%20policy%20brief.pdf>.

⁶⁵ Holly, L., Demaio, S., & Kickbusch, I., "Public health interventions to address digital determinants of children's health and wellbeing", *The Lancet Public Health*, Vol. 9, Issue 9, 2024, s. e700-e704, [https://doi.org/10.1016/S2468-2667\(24\)00180-4](https://doi.org/10.1016/S2468-2667(24)00180-4).

SOM ANERKENDER FØLGENDE:

32. Europa er vidne til en forværring af børns og unges mentale sundhed², og der er derfor et presserende behov for en tydelig, mangesidet og fremadrettet tilgang, der tager fat på de komplekse grundlæggende årsager, er solidt baseret på videnskabelig dokumentation og tværfaglig forskning og styrkes gennem øget samarbejde og udveksling af bedste praksis i hele Europa for at sikre en sundere fremtid for både nuværende og kommende generationer⁶⁶.
33. I forbindelse med børns og unges mentale sundhed bør der lægges lige stor vægt på at fremme en sund livsstil og sunde miljøer⁶⁷, der fremmer generel mental sundhed og trivsel, forebyggende foranstaltninger, der særligt er rettet mod børn og unge i sårbare situationer, og på at yde psykologisk og psykiatrisk hjælp og støtte, hvor der er behov for det.
34. Dokumentation for den positive sammenhæng mellem fysisk aktivitet (herunder udendørs aktiviteter), mental sundhed og kognitive processer⁶⁸ fremhæver, at fysisk aktivitet er en af de vigtigste og mest effektive faktorer til at opretholde både fysisk og mental sundhed gennem hele livet³⁶. Udvikling af børns psykosociale færdigheder fra en tidlig alder er også afgørende for at hjælpe dem med at anlægge en adfærd, der understøtter deres mentale og fysiske sundhed gennem hele livet, og forhindre senere misbrug af digitale værktøjer.

⁶⁶ Det er afgørende at inddrage forskellige interessenter i dette arbejde: forældre, omsorgspersoner, undervisere, politiske beslutningstagere, videnskabsfolk, fagfolk inden for mental sundhed og teknologiudbydere. Se mere i: World Economic Forum, "World Mental Health Day: How to safeguard children's mental wellbeing in the digital era", World Economic Forums websted, 10.10.2023, tilgået den 21. januar 2025, <https://www.weforum.org/stories/2023/10/world-mental-health-day-how-to-safeguard-childrens-mental-well-being-in-the-digital-era/>.

⁶⁷ World Health Organization, "Health Promotion", WHO's websted, tilgået den 20. maj 2025, <https://www.who.int/teams/health-promotion/enhanced-wellbeing/first-global-conference/actions>.

⁶⁸ Cosma A., Abdrakhmanova S., Taut D., Schrijvers K., Catunda C., Schnohr C., A focus on adolescent mental health and wellbeing in Europe, central Asia and Canada. Health Behaviour in School-Aged Children. International report from the 2021/2022 survey. Volume 1, Copenhagen, WHO's regionskontor for Europa (2023), tilgået den 20. februar 2025, <https://iris.who.int/handle/10665/373201>.

35. En sund kost, regelmæssig fysisk aktivitet og søvn af høj kvalitet samt en balance mellem hvile og aktivitet er afgørende for børns fulde fysiske og mentale udvikling. Desuden kan socialisering med jævnaldrende, kulturel deltagelse, kreative aktiviteter, tid til fri leg, nærende miljøer og tid i naturen have en positiv indvirkning på børns og unges mentale sundhed ved at opbygge deres selvagtelse, selvaccept, selvtillid og selvværd²².
36. Børns og unges brug af digitale teknologier er en væsentlig del af et bredere koncept for forebyggelse af risikoadfærd og forebyggelsesstrategier på nationalt plan,

OPFORDRER MEDLEMSSTATERNE TIL AT:

37. UDARBEJDE og FREMME målrettet kommunikation og målrettede kampagner for at øge bevidstheden i hele samfundet med særligt fokus på forældre, omsorgspersoner og undervisere om fordelene ved at udsætte adgangen til digitale teknologier for små børn indtil en bestemt alder og efterfølgende om at tilrettelægge en gradvis, overvåget introduktion til sikker brug, der fremhæver denne tilgangs positive indvirkning på små børns kognitive og psykologiske udvikling^{69,70};

⁶⁹ Alderen, hvor børn begynder at bruge digitale teknologier, er konstant faldende. Svenske statistikker fra 2019 viser, at 16 % af de etårige har set videoer (f.eks. YouTube) i mindst en time om dagen. Se mere i: Swedish Media Council, Nutley, S., & Thorell, L., "Digital media and mental health problems in children and adolescents. A research overview", 2022, https://mediemyndigheten.se/globalassets/rapporter-och-analyser/2022/digital-media-and-mental-health-problems-in-children-and-adolescents_tillganglighetsanpassad.pdf.

⁷⁰ De risici og mulige negative konsekvenser, der er forbundet med at give en sådan adgang for tidligt, ikkegradvist eller uden passende tilsyn, bør også fremlægges.

38. UDVIKLE, FREMME og TILBYDE forskellige offlinemetoder til at passe, uddanne og underholde små børn med vægt på aktiviteter, der fremmer kognitiv, følelsesmæssig og social udvikling, såsom interaktiv leg, udendørs aktiviteter, at tilbringe tid med familie og venner og kreativ udfoldelse gennem engagerende, ikkedigitale alternativer. Disse alternativer kan omfatte udvikling af attraktive offentlige områder i byer og landdistrikter, der er befordrende for skærmfrie aktiviteter, såsom grønne områder og rekreative områder, biblioteker, kulturelle knudepunkter og en inklusiv, tilgængelig infrastruktur for alle børn. Disse bestræbelser kan støtte en afbalanceret tilgang til udviklingen i den tidlige barndom og samtidig mindske afhængigheden af digitale teknologier⁷¹;
39. FREMME evidensbaserede tiltag for at mindske misbrug eller overdreven brug af digitale teknologier blandt børn i skolealderen og støtte deres kognitive og emotionelle trivsel og TILSTRÆBE, at disse tiltag ikke kun er orienteret mod begrænsninger i børns brug af digitale teknologier, men primært mod at lære dem, hvordan de kan bruge digitale teknologier på en ansvarlig måde. Ved udformningen af sådanne tiltag bør betydningen af at opretholde cyberhygiejne⁷² for alle familiemedlemmer desuden understreges i erkendelse af, at det at fremstå som et forbillede for sunde adfærdsmønstre er et stærkt og effektivt undervisningsredskab⁷³;

⁷¹ Raustorp, A., & Fröberg, A., "Comparisons of pedometer-determined weekday physical activity among Swedish school children and adolescents in 2000 and 2017 showed the highest reductions in adolescents", *Acta paediatrica*, Vol. 108, Issue 7, 2019, s. 1303–1310, <https://doi.org/10.1111/apa.14678>.

⁷² Udtrykket "cyberhygiejne" henviser til den sunde balance mellem digitale og ikkedigitale aktiviteter i dagligdagen, primært med fokus på adfærdsmæssig praksis såsom reduktion og effektiv forvaltning af skærmtid samt forbedring af onlinesikkerheden.

⁷³ Konca, A. S., "Digital Technology Usage of Young Children: Screen Time and Families", *Early Childhood Education Journal*, Vol. 50, 2021, s. 1097-1108, <https://doi.org/10.1007/s10643-021-01245-7>.

40. ANERKENDE den afgørende rolle, som tværfaglig skoleuddannelse spiller med hensyn til at fremme en sund livsstil, mentale sundhedskompetencer, mediekendskab, digital kunnen og cyberhygiejne, samtidig med at de lærendes og undervisernes kompetencer opbygges, og OVERVEJE at indføre miljøer inden for uddannelsesmiljøer, der er frie for personligt digitalt udstyr for at understøtte disse mål⁷⁴, eller, når der er behov for personligt digitalt udstyr, GENNEMFØRE regler, der støtter målet om at begrænse digital brug, under hensyntagen til børns ret til at være offline;
41. OVERVEJE at føre forebyggende politikker, der styrer og regulerer skolebørns adgang til digitale teknologier yderligere og derved minimerer risikoen for skade, herunder ved at styrke nøjagtige, pålidelige, robuste og privatlivsbevarende alderskontrolprocesser, der alt efter tilfældet er afpassede og anvendelige⁷⁵, beskytte børn mod afhængighedsskabende designpraksis såsom vildledende design, manipulerende online valgarkitektur, online hasardspil og hasardspil inde i spil samt mod aggressive, personaliserede overtalelseteknikker, og INSISTERE PÅ, at udbydere af digitale platforme og andre digitale virksomheder påtager sig et betydeligt ansvar for deres design og for det indhold, de hoster;

⁷⁴ I 2023 opfordrede UNESCO til et forbud mod smartphones i klasseværelser. Se mere i: Global Education Monitoring Report Team, Global education monitoring report, 2023: technology in education: a tool on whose terms?, UNESCO, Paris, 2023, <https://doi.org/10.54676/UZQV8501>. Desuden er der stigende dokumentation for fordelene ved miljøer, der er frie for digitalt udstyr. Se mere i: South Australia Department of Education, "Behaviour improves as a result of mobile phone ban", 2. marts 2025, tilgået den 20. maj 2025, <https://www.education.sa.gov.au/departments/media-centre/our-news/behaviour-improves-as-a-result-of-mobile-phone-ban>.

⁷⁵ Se f.eks. "zero knowledge proof based age verification processes" eller Europa-Kommissionens initiativ: Age Verification Task Force; <https://digital-strategy.ec.europa.eu/en/news/digital-services-act-task-force-age-verification-0>.

42. BESTRÆBE SIG PÅ at afbøde de negative konsekvenser af misbrug eller overdreven brug af digitale teknologier blandt unge⁷⁶, navnlig ved at øge bevidstheden blandt unge om de regler og love, der har til formål at skabe et sikrere onlinemiljø, og ved at gøre en indsats for at uddanne dem i mediekendskab og digital kunnen og om, hvordan de kan beskytte sig selv, herunder hvordan de beskytter deres mentale sundhed, i den digitale verden ved hjælp af tilgængelige værktøjer såsom markering af skadeligt indhold, indberetning af upassende adfærd og anvendelse af hjælpetjenester;
43. UDFORME eller FREMME, alt efter hvad der er relevant, oplysningskampagner, der fremhæver risici og farer ved den digitale verden og den potentielle negative indvirkning heraf på unges mentale sundhed under hensyntagen til kønsaspektet, og herunder de unge, der risikerer forskelsbehandling, cybermobning, krænkelser af privatlivets fred, misbrug i forbindelse med afhængighedsskabende design og eksponering for skadeligt indhold;
44. TILSKYNDE TIL, UDVIDE eller FORTSÆTTE bevidstgørelseskampagner, skolebaserede aktiviteter, programmer uden for undervisningen og andre eksisterende passende værktøjer, der fremmer en sund livsstil, herunder gennem fysisk aktivitet, en afbalanceret kost og tilstrækkelig søvn, og fremmer udviklingen af interpersonelle, sociale og emotionelle færdigheder og modstandsdygtighed med henblik på effektivt at håndtere stress, angst, vrede og frustration blandt unge;

⁷⁶ 73 % af unge mellem 17 og 18 år svarede, at deres brug af digitale medier får dem til at forsømme aktiviteter, der påviseligt har en positiv indvirkning på den mentale sundhed såsom søvn, motion og skolearbejde på ugentlig basis. Se mere i: Swedish Media Council, Nutley, S., & Thorell, L., "Digital media and mental health problems in children and adolescents. A research overview", 2022, https://medi myndigheten.se/globalassets/rapporter-och-analyser/2022/digital-media-and-mental-health-problems-in-children-and-adolescents_tillgangslighetsanpassad.pdf.

45. UDVIKLE eller STYRKE tilgængelige og attraktive sociale infrastrukturer for børn og unge som et alternativ til skærme med fokus på at reducere eller begrænse de forhold, der forårsager skade, samtidig med at de er strengere med hensyn til at kontrollere de forhold i digitale miljøer, der kan forårsage skade og føre til afhængighed;
46. UDARBEJDE fælles politikker og tiltag til fremme af ansvarlig brug af digitale teknologier, navnlig sociale medier, og SLÅ TIL LYD FOR velafbalanceret brug af spil for at forhindre tvangsmæssig brug og afbøde dets negative indvirkning på dagligdagen blandt børn og unge i skolealderen²;
47. ETABLERE initiativer til bekæmpelse af onlinesystemer med seksuel udnyttelse og prostitution ved at forbedre indberetningsmekanismerne og iværksætte oplysningskampagner for at hjælpe børn, unge, forældre og omsorgspersoner med at genkende og reagere på disse trusler ved at gøre bedst mulig brug af den europæiske tværfaglige platform mod kriminalitetstrusler (EMPACT)⁷⁷;
48. SIKRE, at alle planlagte og udviklede strategier, oplysningskampagner og programmer er alderssvarende, tilgængelige og modtagervenlige, og at de tager hensyn til børn og unge i sårbare situationer for at sikre, at de er effektive og vellykkede⁶⁵, og for at gøre det muligt at overvåge og evaluere deres virkning;

⁷⁷ Den europæiske tværfaglige platform mod kriminalitetstrusler (EMPACT) er et EU-flagskibsinstrument for operationelt samarbejde på tværs af fagområder og agenturer om bekæmpelse af organiseret kriminalitet på EU-plan. Se mere i: Europol, "EU Policy Cycle – EMPACT, EMPACT 2022+ Fighting crime together", tilgået den 20. maj 2025, <https://www.europol.europa.eu/crime-areas-and-statistics/empact>.

49. GENNEMFØRE eller, hvor det er nødvendigt, UDVIKLE og GENNEMFØRE målgruppetilpassede programmer og initiativer vedrørende mediekendskab og digital kunnen, der sikrer, at programmer og initiativer for børn og unge i skolealderen fokuserer på privatlivets fred på internettet, digital sikkerhed, genkendelse og håndtering af cybermobning, seksuelt misbrug, herunder grooming, forståelse af digitale fodaftryk og deres indvirkning på børns fremtid, effektiv forvaltning af skærmtid, identifikation af desinformation og misinformation og opbygning af modstandsdygtighed og beredskab heroverfor, fremme af sociale og emotionelle færdigheder, forståelse af reklamepraksis og forretningsmodellen i den profitdrevne onlineverden samt algoritmemekanismerne og typen af indholdsskabelse på sociale medieplatforme, fremme af kritisk tænkning og interaktion med onlineverdenen og beslutningstagning online på et oplyst grundlag;
50. SIKRE, at programmer og initiativer vedrørende mediekendskab og digital kunnen også øger bevidstheden om de mulige risici, der er forbundet med AI-genereret indhold, virtuelle verdener⁷⁸ og kognitiv manipulation. Disse programmer og initiativer bør informere børn og unge i skolealderen om de forskellige risici i forbindelse med AI, herunder de nye risici i forbindelse med udvikling af relationer med AI-agenter og den følelsesmæssige afhængighed af dem, og give dem den viden og de færdigheder, der er nødvendige for at genkende og kritisk vurdere påvirkningen fra medier, der benytter AI, såsom deepfakes, manipulerede billeder, videoer eller lyd og forudindtagede algoritmer, samt understrege, at misbrug af AI kan fordreje virkeligheden, præge opfattelser, støtte hurtig udbredelse af desinformation, øge modtagelighed for manipulation og påvirke beslutningstagning på skadelige måder. Disse programmer og initiativer bør også være rettet mod etisk og ansvarlig brug af AI-teknologier og uddanne børn og unge i hensigtsmæssig brug af AI til uddannelsesmæssige formål;

⁷⁸ Meddelelse fra Kommissionen til Europa-Parlamentet, Rådet, Det Europæiske Økonomiske og Sociale Udvalg og Regionsudvalget: EU-initiativ om Web 4.0 og virtuelle verdener: et forspring i den næste teknologiske omstilling, COM(2023) 442, 11.7.2023, Strasbourg, <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/DA/TXT/?uri=celex:52023DC0442>.

51. SIKRE, at programmer og initiativer vedrørende mediekendskab og digital kunnen, som er udformet til voksne (f.eks. forældre, omsorgspersoner, undervisere og repræsentanter), er lette at få adgang til for alle, herunder personer i sårbare situationer, og at de omfatter praktiske retningslinjer for digital hygiejne, alderssvarende brug af forskellige typer sociale medier og for anvendelse af eksisterende og ajourførte tekniske funktioner i digitale teknologier såsom forældrekontrol, sporing af brug, håndtering af notifikationer og tidsbegrænsning samt forslag til, hvordan risici kan undgås, og viden om, hvordan tegn på mistrivsel, mentale sundhedsproblemer og symptomer på digital afhængighed kan genkendes hos børn og unge, sammen med rådgivning til hvordan forældre/omsorgspersoner kan håndtere dette. Disse retningslinjer bør også informere voksne om de risici, som børn og unge står over for, når de er online, f.eks. risikoen for seksuelt misbrug af børn online (genkendelse og undgåelse), sammen med de risici, der er forbundet med deres egne aktiviteter, f.eks. overdeling af indhold vedrørende børn i deres omgivelser (sharenting), samt hvordan skadeligt indhold skal indberettes (f.eks. hotlines, politi);
52. SIKRE, at alle former for programmer og initiativer vedrørende mediekendskab og digital kunnen ajourføres regelmæssigt, så de forbliver relevante og effektive i lyset af den hastige digitale omstilling af vores samfund, herunder den løbende udrulning af digitale værktøjer og onlineapplikationer og deres udvikling over tid;
53. SØRGE FOR adgang til professionelle, evidensbaserede tjenesteydelser og behandlinger, herunder psykologisk og psykosocial rådgivning, juridisk bistand, peertjenester, f.eks. erfaringseksperter, og digital sikkerhedsstøtte, for alle børn og unge, navnlig dem i sårbare situationer, som har lidt skade online eller udviser symptomer på tvangsmæssig eller afhængighedslignende brug af digitale medier;

54. OVERVEJE at benytte tværfaglige rådgivende organer, der omfatter forkæmpere for børns rettigheder og eksperter inden for neurobiologi, psykologi, psykiatri, afhængighedsvidenskab, AI-etik, fremme af mental sundhed, børns udvikling og digitale teknologier, med henblik på at yde velinformeret vejledning, støtte beslutningsprocesser og sikre, at beslutninger vedrørende det digitale miljø prioriterer børns og unges interesser, mentale trivsel og sikkerhed;
55. TILSKYNDE TIL indførelse af deltagelsesbaserede processer, der sætter børn og unge i stand til at give udtryk for deres synspunkter om deres digitale vaner;
56. FOKUSERE PÅ at styrke samarbejdet mellem familier, skoler, statslige og ikkestatslige organisationer og andre centrale interessenter, der er involveret i beskyttelse af børns og unges mentale sundhed i den digitale verden, og at fremme en afbalanceret brug af digitale medier,

OPFORDRER EUROPA-KOMMISSIONEN OG MEDLEMSSTATERNE TIL AT:

57. KORTLÆGGE eksisterende lovgivningsmæssige og ikkelovgivningsmæssige foranstaltninger på både EU-plan og nationalt plan med henblik på at udvikle ensartede og høje europæiske standarder for rådgivning til forældre, omsorgspersoner og undervisere om digital hygiejne og for alderssvarende brug af sociale medier for at imødegå den negative indvirkning af misbrug eller overdreven brug af digitale teknologier på børns og unges mentale sundhed;

58. STØTTE udformning og gennemførelse af strukturreformer, der beskytter børns og unges trivsel og mentale sundhed i den digitale verden, og FREMME indsamling og udveksling blandt medlemsstaterne af bedste praksis og indhøstede erfaringer⁷⁹, der bygger videre på de aktiviteter, der muliggøres af instrumentet for teknisk støtte (TSI)⁸⁰, vedrørende effektive foranstaltninger til at forebygge og afbøde den negative indvirkning af misbrug eller overdreven brug af digitale teknologier på børns og unges mentale sundhed;
59. FREMME en sund livsstil i Den Europæiske Unions medlemsstater med vægt på en afbalanceret tilgang, der omfatter både online og offline lærings- og underholdningsmetoder for børn og unge, f.eks. deltagelse i fysiske og kulturelle aktiviteter, læsning af bøger og kvalitetstid med familie og venner;
60. OPFORDRE udbydere af onlineformidlingstjenester TIL at opfylde deres ansvar for at skabe et sikkert onlinemiljø for mindreårige, f.eks. det ansvar, de har i henhold til forordningen om digitale tjenester. Dette omfatter at påtage sig et større virksomhedsansvar for indholdsmoderering og for, hvordan indhold præsenteres i den digitale verden, som børn og unge har adgang til, såsom apps, sociale medier, streamingplatforme, onlinespillewebsteder og pornografi, ved at indføre indbygget beskyttelse af børn og sikre respekt for alle grundlæggende rettigheder;

⁷⁹ Bedste praksis kan udveksles via EU's portal for bedste praksis om folkesundhed. Se mere på <https://webgate.ec.europa.eu/dyna/bp-portal/submission/search>.

⁸⁰ Instrumentet for teknisk støtte er et EU-program, der yder skræddersyet teknisk ekspertise til EU's medlemsstater ved udformningen og gennemførelsen af reformer. For så vidt angår børns og unges mentale sundhed, se f.eks.: "Healthier Youth - Addressing the risks of online gambling and gaming", 2024, https://reform-support.ec.europa.eu/what-we-do/health-and-long-term-care/healthier-youth-addressing-risks-online-gambling-and-gaming_en#:~:text=This%20year%20project%20aims%20to%20reduce%20the%20risks,contributing%20to%20their%20wellbeing%20and%20improved%20mental%20health; og "Supporting mental health and care for the wellbeing of vulnerable children and young people, Child & Youth wellbeing and mental health first", 2023, https://reform-support.ec.europa.eu/what-we-do/labour-market-and-social-protection/supporting-mental-health-and-care-wellbeing-vulnerable-children-and-young-people_en.

61. TILSKYNDE udbydere og idriftsættere af AI-systemer TIL at sikre et højt niveau af beskyttelse af og sikkerhed for grundlæggende rettigheder ved at overholde forordningen om kunstig intelligens, navnlig med hensyn til AI-systemers indvirkning på børn og desuden tilskynde udbydere og idriftsættere af AI-systemer til at træffe foranstaltninger og tage forholdsregler for at imødegå de risici, som udspringer af AI-applikationer, der er tilgængelige for eller påvirker børn, herunder gennem sikker og etisk udformning og anvendelse, og undgå enhver udnyttelse af deres sårbarheder på skadelige måder;
62. HÅNDHÆVE de regler, der er fastsat i direktivet om audiovisuelle medietjenester, forordningen om digitale tjenester, forordningen om kunstig intelligens og andre lovgivningsmæssige rammer, der bl.a. bidrager til at beskytte børn mod manipulerende og afhængighedsskabende designpraksis, cybermobning, seksuelt misbrug af børn, onlinerekrutteringspraksis med henblik på yderligere udnyttelse og krænkelse af privatlivets fred, upassende og vildledende indhold, desinformation, indgribende indsamling af oplysninger, aggressiv onlinemarkedsføring af usunde fødevarer, drikkevarer, skønhedsstandarder og urealistiske kropsbilleder, alkohol, tobak og lignende produkter¹⁴, og FORTSÆTTE MED at gennemføre direktivet om audiovisuelle medietjenester og forordningen om digitale tjenester i overensstemmelse med deres respektive relevante bestemmelser på en måde, der fuldt ud tager hensyn til den potentielle mentale sundhedsskade, der forårsages af overdreven brug af sociale medier og andre digitale teknologier såsom algoritmedrevne videoplatforme, immersive virtuelle miljøer, onlinespilleplatforme og indholdsanbefalingssystemer, hvor det er relevant;

63. OPFORDRE interessenter i digitale virksomheder INDTRÆNGENDE TIL at fastsætte standardindstillingerne for børn til de højeste standarder for sikkerhed og privatlivets fred, som undgår formater og funktioner, der tilskynder til afhængighed, såsom uendelig scrolling eller brug af uigennemsigtige algoritmer, samt TIL at garantere alderssvarende indhold og et sikkert digitalt rum, TIL at tilslutte sig og håndhæve alderskontrolprocesser, der alt efter tilfældet er afpassede og anvendelige, og på en måde, der respekterer brugernes privatliv, og TIL at tage hensyn til, at der i den nuværende situation er en betydelig risiko for, at de fleste brugeres alder er overvurderet. Erhvervslivets interessenter bør i det væsentlige, og særligt hvis det ikke er muligt at skelne mellem børn og voksne, tilskyndes til at anvende disse standardindstillinger på alle brugere for at forebygge, at børn lider skade;
64. OPFORDRE interessenter i digitale virksomheder TIL under reguleringsmæssigt og etisk tilsyn at foretage gennemsigtige og uafhængige vurderinger af digitale teknologiers indvirkning – og navnlig af designegenskaberne, der har til formål at øge brugernes engagement – på børns og unges mentale og fysiske sundhed, herunder børn i sårbare situationer, og TIL at dele data, der er relevante for denne sundhedsmæssige indvirkning, med uafhængige forskere og den brede offentlighed på en måde, der er rettidig og beskytter privatlivets fred;

65. STØTTE og FREMME forskning for bedre at dokumentere og karakterisere forbindelserne mellem mental sundhed og digitale teknologier og de mulige skadelige virkninger af sådanne teknologier;
66. FREMME tilstrækkelig finansieringsstøtte for på bæredygtig vis at støtte både forsknings- og evidensbaserede tiltag på dette område;
67. FREMME en effektiv og virkningsfuld anvendelse af finansieringsprogrammer såsom instrumentet for teknisk støtte, Den Europæiske Socialfond+, EU4Health-programmet, programmet for et digitalt Europa og Horisont Europa. Erasmus+ kan også støtte digital uddannelse og udvikling af digitale færdigheder, herunder mediekendskab og digital kunnen, hos alle lærende med henblik på at støtte deres digitale inklusion og styrkelsen af deres digitale færdigheder;

68. OPRETHOLDE regelmæssige revisioner og FREMME anvendelse af retningslinjer for digital uddannelse (dvs. retningslinjer for lærere og undervisere for at fremme mediekendskab og digital kunnen og bekæmpe desinformation gennem uddannelse og etiske retningslinjer for undervisere om brugen af AI og data i undervisning og læring) og for trivsel og mental sundhed (dvs. retningslinjer for politiske beslutningstagere og undervisere for at fremme trivsel og mental sundhed i skolen) og fremme anvendelse af disse retningslinjer på nationalt plan med henblik på at øge bevidstheden om forskellige aspekter vedrørende digital uddannelse og trivsel såsom digital modstandsdygtighed og digitalt medborgerskab⁸¹,

OPFORDRER EUROPA-KOMMISSIONEN TIL AT:

69. FORTSÆTTE med at gennemføre og fremme den samlede tilgang til mental sundhed, der er skitseret i Kommissionens meddelelse om en samlet tilgang til mental sundhed, herunder de foranstaltninger og flagskibsinitiativer, der fokuserer på forebyggelse af mentale sundhedsproblemer, og dem, der har til formål at skabe et sikrere og sundere digitalt rum for børn og unge²;

⁸¹ Dette punkt henviser til de retningslinjer, der blev offentliggjort i 2022 – indsatsområde 6 og 7 i planen for digital uddannelse (2021-2027). Retningslinjerne er i øjeblikket under revision. Se mere i <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/DA/TXT/?uri=CELEX%3A52020DC0624>.

70. SIKRE, at børns og unges mentale sundhed og trivsel fortsat prioriteres i gennemførelsen af forordningen om digitale tjenester og anden relevant lovgivning, og rettidigt UDARBEJDE de retningslinjer, der er fastsat i artikel 28 i forordningen om digitale tjenester, og understrege nødvendigheden af, at udbydere af onlineplatformstjenester afholder sig fra en bevidst afhængighedsskabende designpraksis rettet mod børn, fremmer en alderssvarende designpraksis og indfører nøjagtige, pålidelige, robuste og privatlivsbevarende alderskontrolløsninger, der alt efter tilfældet er afpassede og anvendelige;
71. TAGE HENSYN TIL børns og unges mentale sundhed og trivsel i den kommende evaluering og eventuelle revision af direktivet om audiovisuelle medietjenester;
72. FORTSÆTTE gennemførelsen af strategien for et bedre internet for børn (BIK+) og skabe balance mellem beskyttelse og styrkelse af børn og unge online;
73. FORTSÆTTE MED at gennemføre handlingsplanen for digital uddannelse (2021-2027) for at sikre, at unge kan træffe informerede og sikre valg, når de er online, og har de digitale færdigheder og kompetencer til at anvende digitale teknologier på en ansvarlig, kritisk og tryk måde;

74. FORTSÆTTE MED at støtte gennemførelsen af Rådets henstilling om veje til succes i skolen^{20,82} ved at udveksle effektiv praksis, retningslinjer og praktiske værktøjer for at hjælpe skoler og undervisere med at fremme trivsel og mental sundhed i overensstemmelse med en tilgang til trivsel og mental sundhed, der omfatter hele systemet og hele skolen⁸³. Dette omfatter en forebyggelses- og oplysningsindsats, hvor der gøres fuld brug af EU's samarbejdsværktøjer, onlineplatforme og uddannelsesfællesskaber – såsom Den Europæiske Skoleuddannelsesplatform, herunder eTwinning⁸⁴;
75. RÅDFØRE SIG med medlemsstaterne om den EU-dækkende undersøgelse af sociale mediers og overdreven skærmtids indvirkning på mental sundhed og trivsel med henblik på at etablere en positiv, kreativ og afbalanceret brug af digitale teknologier⁸⁵;

⁸² Rådets henstilling af 28. november 2022 om veje til succes i skolen og om erstatning af Rådets henstilling af 28. juni 2011 om politikker, som skal mindske skolefrafald (EØS-relevant tekst) 2022/C 469/01, ST/14981/2022/INIT (EUT C 469 af 9.12.2022, s. 1)

<https://eur-lex.europa.eu/legal-content/DA/TXT/?uri=CELEX%3A32022H1209%2801%29>.

⁸³ Europa-Kommissionen, Det europæiske uddannelsesområde – skoleuddannelse, "Trivsel i skolen", den 7. oktober 2024, tilgængeligt den 20. maj 2025,

<https://education.ec.europa.eu/education-levels/school-education/wellbeing-at-school>.

⁸⁴ Den Europæiske Skoleuddannelsesplatform er et mødested for skoleuddannelsessamfundet – skolepersonale, forskere og politiske beslutningstagere – hvor der kan udveksles nyheder, interviews, publikationer, eksempler på praksis, kurser og partnere til deres Erasmus+-projekter. Dens eTwinningområde er rettet mod eTwinners og deres aktiviteter. Se mere på:

<https://school-education.ec.europa.eu/en>.

⁸⁵ Der er en voksende mængde videnskabelig dokumentation, der fremhæver behovet for indgreb for at kontrollere børns og unges skærmb brug. Se mere i: Qi, J., Yan, Y. & Yin, H., "Screen time among school-aged children of age 6–14: a systematic review", Global Health Research and Policy, Volume 8, 12 (2023), <https://doi.org/10.1186/s41256-023-00297-z>; Muppalla S.K., Vuppalapati S., Reddy Pulliahgaru A., Sreenivasulu H., "Effects of Excessive Screen Time on Child Development: An Updated Review and Strategies for Management", Cureus, 18. juni 2023, Volume 15(6), <https://www.cureus.com/articles/162175-effects-of-excessive-screen-time-on-child-development-an-updated-review-and-strategies-for-management#!/>.

76. INDSAMLE data og viden gennem en EU-dækkende undersøgelse af sociale mediers og overdreven skærmtids indvirkning på mental sundhed og trivsel og på grundlag af de opnåede resultater OVERVEJE foranstaltninger såsom udarbejdelse af en handlingsplan eller et andet passende dokument, der indkredser og imødegår udfordringer og risici samt skitserer strategier for forebyggelse, uddannelse og støtte med henblik på at etablere en positiv, kreativ og afbalanceret brug af digitale teknologier og forebygge og afbøde digitale teknologiers negative indvirkning på børns og unges mentale sundhed⁸⁶;
77. TAGER HENSYN TIL dimensionen vedrørende mental sundhed, herunder forebyggende foranstaltninger, ikkeforskelsbehandling, effektive forholdsregler, rapportering og omfattende støtte, i forbindelse med udarbejdelsen af en kommende handlingsplan mod cybermobning;
78. UDVIKLE evidensbaseret vejledning på grundlag af resultaterne af den EU-dækkende undersøgelse af sociale mediers og overdreven skærmtids indvirkning på mental sundhed og trivsel⁸⁷ for politiske beslutningstagere, undervisere, omsorgspersoner og forældre for så vidt angår betydningen af digital hygiejne samt effektive og ansvarlige strategier for forvaltning af skærmtid (dvs. regler vedrørende skærmtid og den type indhold, der ses, skærmfrie perioder, alternative aktiviteter for at mindske afhængigheden af digitale teknologier)⁴⁰ og aldersspecifikke anbefalinger til brug af skærme og sociale medier;

⁸⁶ Denne handlingsplan vil supplere den kommende handlingsplan mod cybermobning. Se mere i:

U. Von Der Leyen – Candidate for the European Commission President, Europe's Choice –Political Guidelines For The Next European Commission 2024-2029, Strasbourg, 18.7.2024, https://commission.europa.eu/document/download/e6cd4328-673c-4e7a-8683-f63ffb2cf648_en?filename=Political%20Guidelines%202024-2029_EN.pdf.

⁸⁷ Mission Letter from Ursula Von Der Leyen, President of the European Commission, to Glenn Micallef, Commissioner-designate for Intergenerational Fairness, Youth, Culture and Sport, Bruxelles, 17.9.2024, https://commission.europa.eu/document/download/c8b8682b-ca47-461b-bc95-c98195919eb0_en?filename=Mission%20letter%20-%20MICALLEF.pdf.
Mission Letter from Ursula Von Der Leyen, President of the European Commission, to Olivér Várhelyi, Commissioner-designate for Health and Animal Welfare, Bruxelles, 17.9.2024, https://commission.europa.eu/document/download/b1817a1b-e62e-4949-bbb8-ebf29b54c8bd_en?filename=Mission%20letter%20-%20VARHELYI.pdf.

79. SIKRE, at europæisk og national lovgivning fungerer effektivt sammen for at forebygge urimelig og skadelig forretningspraksis i onlinemiljøet og håndhæve den eksisterende lovgivning virkningsfuldt;
80. SIKRE aktiv og meningsfuld deltagelse af børn og unge i hele Europa i udviklingen af EU-politikker, -tiltag og -løsninger, der har til formål at styrke dem online og mindske digitale teknologiers negative indvirkning på børns og unges mentale sundhed⁸⁸;
81. ØGE BEVIDSTHEDEN i Den Europæiske Union om de potentielle negative konsekvenser af at give børn og unge adgang til digitale teknologier på et tidligt tidspunkt uden passende tilsyn, vejledning eller begrænsninger;
82. TILSKYNDE TIL forskning i og udvikling af mentale sundhedstjenester, der er skræddersyet til den digitale tidsalder med ressourcer, hjælpelinjer og onlinerådgivning⁸⁹;
83. OVERVÅGE og HÅNDHÆVE digitale erhvervsinteressenters overholdelse af de eksisterende forordninger om beskyttelse af børn og unge i cyberspace, deres fremskridt på dette område og deres proaktive holdning og løbende VURDERE, om vi har de rette værktøjer til at tackle udfordringerne;

⁸⁸ Resolution vedtaget af Rådet for Den Europæiske Union og repræsentanterne for medlemsstaternes regeringer, forsamlet i Rådet, om rammerne for det europæiske samarbejde på ungdomsområdet: EU-strategien for unge 2019-2027 (EUT C 456 af 18.12.2018), https://eur-lex.europa.eu/legal-content/DA/TXT/?uri=oj:JOC_2018_456_R_0001.

⁸⁹ Chen, T., Ou, J., Li, G., Luo, H., "Promoting mental health in children and adolescents through digital technology: a systematic review and meta-analysis", Frontiers In Psychology, 12. marts 2024, Vol. 15, <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1356554>.

84. FINDE eksempler, hvad angår børns og unges behov og sårbarheder, på god og sikker udformning af digital teknologi, navnlig på sociale medieplatforme, og TILSKYNDE TIL initiativer, der fremmer sundt indhold for at modvirke de negative virkninger af digitale teknologier;
 85. TAGE HENSYN TIL mangfoldigheden i den europæiske befolkning ved udformningen af politiske initiativer med henblik på at fremme passende beskyttelse af børn og unge, hvis mentale sundhed potentielt er i fare;
 86. FREMME forskning og innovation med henblik på at generere yderligere videnskabelig dokumentation for, hvordan brugen af digitale teknologier påvirker børns og unges mentale sundhed og trivsel i et stadig mere digitalt samfund, FØLGE OP PÅ og EVALUERE virkningen af strategier og initiativer, der har til formål at fremme en sund og afbalanceret brug af digital teknologi, og VURDERE mulighederne for konsekvent finansiering til støtte for både forsknings- og evidensbaserede foranstaltninger på dette område.
-