



Brüsszel, 2025. június 24.
(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

AZ ELJÁRÁS EREDMÉNYE

Küldi:	a Tanács Főtitkársága
Címzett:	a delegációk
Előző dok. sz.:	9069/25
Tárgy:	A Tanács következtetései a gyermekek és a serdülők mentális egészségének a digitális korszakban való előmozdításáról és védelméről

Mellékelten továbbítjuk a delegációknak a gyermekek és a serdülők mentális egészségének a digitális korszakban való előmozdításáról és védelméről szóló tanácsi következtetéseket, amelyeket az EPSCO Tanács (Egészségügy) a 2025. június 20-i ülésén jóváhagyott.

A Tanács következtetései a gyermekek és a serdülők mentális egészségének a digitális korszakban való előmozdításáról és védelméről

Bevezetés

A digitális technológiák¹ javíthatják a mentális egészséget azáltal, hogy hozzáférést biztosítanak az információkhoz, a támogató hálózatokhoz és a távterápiás szolgáltatásokhoz, ugyanakkor képesek negatív hatást gyakorolni a mentális egészségre², különösen a gyermekek és a serdülők körében³.

Ezért sürgősen elő kell mozdítani a digitális eszközök gyermekek és serdülők általi biztonságosabb és egészségesebb használatát, amelynek keretében prioritásként kell kezelni mentális egészségük védelmét, mégpedig a médiatudatosság és a digitális jártasság, és ezekkel együtt a szociális és érzelmi készségek előmozdításán keresztül, valamint egészségesebb, biztonságosabb és az életkornak megfelelő digitális környezetet létrehozva a kulcsfontosságú érdekelt felekkel – többek között a politikai döntéshozókkal, a helyi hatóságokkal és a digitális iparral, valamint a családokkal, a gondozókkal, az oktatókkal, az egészségügyi szakemberekkel, a gyermekekkel és serdülőkkel dolgozó egyéb felnőttekkel, valamint az ifjúság képviselőivel – való szoros együttműködés révén.

¹ A „digitális technológia” itt egy mindent átfogó fogalomként szerepel, és egyaránt utal a digitális eszközökre (azaz a számítógépekre, a táblagépekre, a mobiltelefonokra, az okosórákra), valamint a gyermekek és a serdülők által ezen eszközökön keresztül, digitális úton végzett tevékenységekre (pl. az internethasználatra, a közösségi hálózatokra, az online csevegésre vagy a játékra). További információk: 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*” (Milyen hatást gyakorol a gyermekek által a digitális technológia használatával töltött idő a mentális jóllétükre, a társas kapcsolataikra és a testmozgásukra? A bizonyítékokra összpontosító szakirodalmi áttekintés), Innocenti Vitaanyag, 2017-02, 2017. december, UNICEF Kutatási Központ – Innocenti, Firenze, <https://www.unicef.org/innocenti/media/8181/file/UNICEF-Innocenti-Time-Using-Digital-Tech-Impact-on-Wellbeing-2017.pdf>.

² Európai Bizottság, A Bizottság közleménye az Európai Parlamentnek, a Tanácsnak, az Európai Gazdasági és Szociális Bizottságnak és a Régiók Bizottságának a mentális egészség átfogó megközelítéséről, COM(2023) 298 final, 2023. június 7., <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/HU/TXT/?uri=COM:2023:298:FIN>.

³ Ebben a dokumentumban a „gyermekek” kategória a kisgyermekekre (az általános iskolai oktatásba még be nem lépett gyermekekre) és az iskoláskorú gyermekekre (az általános iskolába járó gyermekekre) vonatkozik, míg a „serdülők” kategória a középiskola különböző évfolyamaira járó gyermekekre vonatkozik.

A digitális tervezésben részt vevőknek nagyobb felelősséget kell vállalniuk, és értékelniük kell döntéseik lehetséges következményeit, beleértve a gyermekek és a serdülők mentális egészségét érintő kockázatokat és veszélyeket is. Azzal, hogy kezdettől fogva beépítik a tervezési folyamatba a magas színvonalú tartalmak tekintetében a biztonság, az adatvédelem, az átláthatóság, a sokszínűség és a megbízhatóság, valamint a felhasználói jóllét szempontját, a digitális technológiák alkotói és szolgáltatói segíthetnek enyhíteni a mentális egészségre gyakorolt negatív hatásokat, és biztonságosabb és kiegyensúlyozott online környezetet előmozdítani a gyermekek és a serdülők számára.

Végezetül a közelmúltbeli globális és regionális kihívások – többek között a Covid19-világjárvány, Oroszország Ukrajna elleni agressziós háborúja, a fegyveres konfliktusok eszkalációja a Közel-Keleten és máshol, a nem szűnő éghajlati válság és a váratlan vészhelyzetek – súlyosbították a mentális egészséget befolyásoló stresszhatásokat, különösen a gyermekek és a serdülők esetében. Ezeket a kihívásokat tovább erősítette a digitális technológiák és az online környezetek – többek között a közösségi média – növekvő befolyása és gyors fejlődése, valamint a felhasználók befolyásolására vagy a gyermekek és a serdülők sebezhetőségeinek kihasználására törekvő, problémás online tervezési gyakorlatok⁴ ezzel összefüggő terjedése⁵. Ezek a fejlemények koordinált reagálást tesznek szükségessé európai szinten⁶.

⁴ Például a sötét megoldások vagy a függőséget okozó kialakítások.

⁵ Európai Bizottság: Jogérvényesülési és Fogyasztópolitikai Főigazgatóság, 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* (Viselkedési tanulmány a digitális környezetben tapasztalható tisztességtelen kereskedelmi gyakorlatokról: sötét megoldások és manipulatív személyre szabási gyakorlatok – Zárójelentés), az Európai Unió Kiadóhivatala, 2022, <https://data.europa.eu/doi/10.2838/859030>.

⁶ A Covid19-világjárvány jelentősen növelte a gyermekek által online töltött időt, mivel az iskolák, a kulturális és a társas élet az internetre tevődött át. További információk: Európai Bizottság, A Bizottság közleménye az Európai Parlamentnek, a Tanácsnak, az Európai Gazdasági és Szociális Bizottságnak és a Régiók Bizottságának: Az EU gyermekjogi stratégiája, COM(2021) 142 final, 2021. március 24., <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/hu/TXT/?uri=CELEX%3A52021DC0142>.

AZ EURÓPAI UNIÓ TANÁCSA,

EMLÉKEZTETVE

1. arra, hogy nem beszélhetünk egészségről a mentális egészség nélkül, amely a WHO meghatározása szerint „a mentális jóllét olyan állapota, amely lehetővé teszi az emberek számára, hogy megbirkózzanak az életben előforduló stresszhelyzetekkel, kibontakoztassák képességeiket, jól tanuljanak és dolgozzanak, és hozzájáruljanak közösségükhöz”⁷,
2. az EUMSZ 168. cikkének (1) bekezdésére, amely többek között kimondja, hogy az Unió fellépésének a mentális betegségek megelőzésére kell irányulnia⁸,
3. minden gyermek és serdülő egészséghez, többek között mentális egészséghez való jogára, amelyet a nemzetközi jog, különösen a gyermek jogairól szóló 1989. évi egyezmény^{9,10} és az Európai Unió Alapjogi Chartája rögzít¹¹,

⁷ Egészségügyi Világszervezet, „*Mental Health*” (Mentális egészség), az Egészségügyi Világszervezet honlapja, megtekintve: 2025. január 20., https://www.who.int/health-topics/mental-health#tab=tab_1.

⁸ Az Európai Unió működéséről szóló szerződés 168. cikke. HL C 326., 2012.10.26., ELI: http://data.europa.eu/eli/treaty/tfeu_2012/oj.

⁹ Az egyezmény 17. cikke elismeri a gyermek azon jogát, hogy hozzájusson a jóllétet előmozdító tájékoztatáshoz, de kifejezetten megemlíti a gyermeknek a jóllétre ártalmas tartalommal szembeni védelmét is. Az egyezmény 24. cikke kinyilvánítja a gyermeknek a lehető legjobb egészségi állapothoz való jogát, 27. cikke pedig aláhúzza „minden gyermek[...] jogát olyan életszínvonalhoz, amely lehetővé teszi kellő testi, szellemi, lelki, erkölcsi és társadalmi fejlődését”. További információk: Egyesült Nemzetek Szervezete, Egyezmény a gyermek jogairól, 1989. szeptember 20., <https://www.ohchr.org/sites/default/files/crc.pdf>.

¹⁰ Emellett a Gyermekjogi Bizottság 25. sz. átfogó kommentárja kimondja, hogy a digitális környezetben elő kell mozdítani, tiszteletben kell tartani, védeni és érvényesíteni kell minden gyermek jogait, <https://www.unicef.org/bulgaria/en/media/10596/file>.

¹¹ A Charta 24. cikke elismeri, hogy a gyermekeknek joguk van „a jólétükhöz szükséges védelemhez és gondoskodáshoz”, és hogy a hatóságok és a magánintézmények gyermekekkel kapcsolatos tevékenységében a gyermek mindenek fölött álló érdekének kell az elsődleges szempontnak lennie. További információk: HL C 303., 2007.12.14., 1. o. ELI: http://data.europa.eu/eli/treaty/char_2007/oj.

4. arra, hogy az elmúlt években az Európai Unió prioritásként kezelte a mentális egészség témáját, és következőképpen fokozott figyelemben részesült a gyermekek és a serdülők mentális egészsége^{12,13,14,15,2,16,17,18} többek között az ifjúság 2022-es európai évében, az uniós ifjúsági stratégiában (2019–2027)¹⁹, az európai oktatási térség „Utak az iskolai sikerhez” elnevezésű kiemelt kezdeményezésében²⁰, és a digitális oktatási cselekvési tervben²¹,

¹² Az Európai Unió Tanácsa, A Tanács következtetései az európai egészségügyi unió jövőjéről: gondoskodó, felkészült és védelmet nyújtó Európa, 11597/24, 2024. június 26., <https://data.consilium.europa.eu/doc/document/ST-11597-2024-INIT/hu/pdf>.

¹³ Az Európai Unió Tanácsa, A Tanács következtetései a mentális egészségről, 15971/23, 2023. november 30., <https://data.consilium.europa.eu/doc/document/ST-15971-2023-INIT/hu/pdf>.

¹⁴ A Tanács és a tagállamok kormányainak képviselői által elfogadott következtetések az Európai Unióban élő fiatalok mentális egészségének átfogó megközelítéséről, HL C, C/2023/1337, 2023.11.30, ELI: <https://eur-lex.europa.eu/eli/C/2023/1337/oj>.

¹⁵ Európai Parlament: Környezetvédelmi, Közegészségügyi és Élelmiszer-biztonsági Bizottság, Cerdas, S., „Jelentés a mentális egészségről”, 2023/2074(INI), 2023. november 17., https://www.europarl.europa.eu/doceo/document/A-9-2023-0367_HU.html.

¹⁶ Európai Bizottság: Oktatásügyi, Ifjúságpolitikai, Sportügyi és Kulturális Főigazgatóság, *Wellbeing and mental health at school – Guidelines for education policymakers, school leaders, teachers and educators* (Jólét és mentális egészség az iskolában – Iránymutatások az oktatáspolitikai döntéshozók, az iskolavezetők, a tanárok és az oktatók számára), az Európai Unió Kiadóhivatala, 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 Az Európai Unió Tanácsa, A Tanács következtetései a nők és a lányok mentális egészségének a nemek közötti egyenlőség előmozdítása révén történő megerősítéséről, 16366/24, 2024. december 2., <https://data.consilium.europa.eu/doc/document/ST-16366-2024-INIT/hu/pdf>.

¹⁸ Az Európai Parlament, a Tanács és a Bizottság együttes nyilatkozata – Európai nyilatkozat a digitális évtizedben érvényre juttatandó digitális jogokról és elvekről, HL C 23., 2023.1.23., 1. o., https://eur-lex.europa.eu/legal-content/HU/TXT/?uri=OJ:JOC_2023_023_R_0001.

¹⁹ Az Európai Unió Tanácsa és a tagállamok kormányainak a Tanács keretében ülésező képviselői által elfogadott állásfoglalás az ifjúságpolitika terén folytatott európai együttműködés keretéről: A 2019 és 2027 közötti időszakra szóló uniós ifjúsági stratégia, HL C 456., 2018.12.18., 1. o., <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/HU/TXT/?uri=celex%3A42018Y1218%2801%29>.

²⁰ Európai Bizottság: Oktatásügyi, Ifjúságpolitikai, Sportügyi és Kulturális Főigazgatóság, *Pathways to school success* (Utak az iskolai sikerhez), az Európai Unió Kiadóhivatala, 2024, <https://data.europa.eu/doi/10.2766/477763>.

²¹ Európai Bizottság, Európai oktatási térség – Digitális oktatás, „Digitális oktatási cselekvési terv”, az Európai Bizottság honlapja, 2023. november 23., megtekintve: 2025. május 20. <https://education.ec.europa.eu/focus-topics/digital-education/action-plan>.

5. az EU gyermekjogi stratégiájára, amely elismeri a jó mentális egészség fontosságát a gyermekek fejlődése szempontjából²², valamint az európai gyermekgarancia létrehozásáról szóló tanácsi ajánlásra, amely különös hangsúlyt fektet a mentális egészségre²³,
6. a mentális egészség átfogó megközelítéséről szóló bizottsági közleményre, amely a gyermekkort az élet kulcsfontosságú szakaszaként ismeri el, hangsúlyozva a mentális egészséggel kapcsolatos gyermekkori kihívásoknak az egyénekre, a közösségekre és a társadalmakra gyakorolt hosszú távú hatását², valamint a családok, társadalmi-gazdasági erőforrásaik és általában a környezetük kulcsszerepét,
7. a nők és a lányok mentális egészségének a nemek közötti egyenlőség előmozdítása révén történő megerősítéséről szóló tanácsi következtetésekre, amelyek kiemelik az internetes megfélemlítésnek, a félretájékoztatásnak, a dezinformációnak és az irreális szépségideáloknak való kitettség által a gyermekek és a serdülők mentális egészségére gyakorolt negatív hatást¹⁷,

²² Európai Bizottság, A Bizottság közleménye az Európai Parlamentnek, a Tanácsnak, az Európai Gazdasági és Szociális Bizottságnak és a Régiók Bizottságának: Az EU gyermekjogi stratégiája, COM(2021) 142 final, 2021. március 24., <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/hu/TXT/?uri=CELEX%3A52021DC0142>.

²³ A Tanács (EU) 2021/1004 ajánlása (2021. június 14.) az európai gyermekgarancia létrehozásáról, HL L 223., 2021.6.22., ELI: <https://eur-lex.europa.eu/eli/reco/2021/1004/oj>.

8. az Unió által a közelmúltban végzett jogalkotási és nem jogalkotási munkára, amelynek célja egyrészt a digitális világ biztonságosabbá tétele a gyermekek és a serdülők számára^{24,25,26,27,28,29} másrészt a gyermekek online szexuális bántalmazása elleni küzdelem^{30,31},

-
- ²⁴ Az Európai Parlament és a Tanács (EU) 2022/2065 rendelete (2022. október 19.) a digitális szolgáltatások egységes piacáról és a 2000/31/EK irányelv módosításáról (digitális szolgáltatásokról szóló rendelet), HL L 277., 2022.10.27., 1. o., ELI: <https://eur-lex.europa.eu/eli/reg/2022/2065/oj>.
- ²⁵ Európai Bizottság, A Bizottság közleménye az Európai Parlamentnek, a Tanácsnak, az Európai Gazdasági és Szociális Bizottságnak és a Régiók Bizottságának: Digitális évtized a gyermekek és az ifjúság számára: a gyermekbarát internetre (BIK+) vonatkozó új európai stratégia, COM(2022) 212 final, 2022. május 11., <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/HU/TXT/?uri=celex:52022DC0212>.
- ²⁶ Az Európai Parlament állásfoglalása (2021. március 11.) a gyermekek jogairól az EU gyermekjogi stratégiája tekintetében, HL C 474., 2021.11.24., 146. o., https://eur-lex.europa.eu/legal-content/HU/TXT/?uri=oj:JOC_2021_474_R_0017.
- ²⁷ Az Európai Unió Tanácsa, A Tanács következtetései a médiatudatosságról a folyamatosan változó világban, HL C, 2020/C 193/06, 2020.6.9., [https://eur-lex.europa.eu/legal-content/HU/TXT/?uri=CELEX:52020XG0609\(04\)](https://eur-lex.europa.eu/legal-content/HU/TXT/?uri=CELEX:52020XG0609(04)).
- ²⁸ Az Európai Parlament és a Tanács (EU) 2018/1808 irányelve (2018. november 14.) a tagállamok audiovizuális médiaszolgáltatások nyújtására vonatkozó egyes törvényi, rendeleti vagy közigazgatási rendelkezéseinek összehangolásáról szóló 2010/13/EU irányelvnek (Audiovizuális médiaszolgáltatásokról szóló irányelv) a változó piaci körülményekre tekintettel való módosításáról, HL L 303., 2018/1808, 2018.11.28., 69. o., ELI: <http://data.europa.eu/eli/dir/2018/1808/oj>.
- ²⁹ Az Európai Parlament és a Tanács (EU) 2024/1689 rendelete (2024. június 13.) a mesterséges intelligenciára vonatkozó harmonizált szabályok megállapításáról, valamint a 300/2008/EK, a 167/2013/EU, a 168/2013/EU, az (EU) 2018/858, az (EU) 2018/1139 és az (EU) 2019/2144 rendelet, továbbá a 2014/90/EU, az (EU) 2016/797 és az (EU) 2020/1828 irányelv módosításáról (a mesterséges intelligenciáról szóló rendelet), PE/24/2024/REV/1, HL L, 2024/1689, 2024.7.12., ELI: <http://data.europa.eu/eli/reg/2024/1689/oj>.
- ³⁰ Európai Bizottság, A Bizottság közleménye az Európai Parlamentnek, a Tanácsnak, az Európai Gazdasági és Szociális Bizottságnak és a Régiók Bizottságának: A gyermekek szexuális bántalmazása elleni hatékonyabb küzdelmet célzó uniós stratégia, COM(2020) 607 final, 2020. július 24., <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/HU/TXT/?uri=CELEX%3A52020DC0607>.
- ³¹ Az Európai Parlament és a Tanács (EU) 2021/1232 rendelete (2021. július 14.) a 2002/58/EK irányelv bizonyos rendelkezéseitől a technológiáknak a számfüggetlen személyközi hírközlési szolgáltatásokat nyújtó szolgáltatók által a gyermekek online szexuális bántalmazása elleni küzdelem céljából a személyes és egyéb adatok kezelésére történő használata tekintetében való ideiglenes eltérésről, módosította a 2024. április 29-i (EU) 2024/1307 európai parlamenti és tanácsi rendelet, PE/38/2021/REV/1, HL L 274., 2021.7.30., ELI: <http://data.europa.eu/eli/reg/2021/1232/oj>.

9. a digitális szolgáltatásokról szóló rendeletre, amely többek között követelményeket ír elő az online platformok számára a szolgáltatásaikat igénybe vevő kiskorúak tekintetében a magas szintű adatvédelem, biztonság és védelem biztosítása érdekében²⁴, és arra kötelezi az online óriásplatformokat, hogy rendszeres kockázatértékelést és kockázatcsökkentést végezzenek a gyermekek jogainak tiszteletben tartásával és a kiskorúaknak a testi és szellemi jóllétüket érintő negatív következményekkel szembeni védelmével kapcsolatos rendszerszintű kockázatokkal kapcsolatban; az audiovizuális médiaszolgáltatásokról szóló irányelvre, amely többek között külön keretet biztosít a káros audiovizuális tartalmakkal – többek között a videómegosztó platformokon szolgáltatott tartalmakkal – szembeni biztosítékokkal, továbbá kötelezi a tagállamokat annak biztosítására, hogy a joghatóságuk alá tartozó audiovizuális médiaszolgáltatók és videómegosztóplatform-szolgáltatók megfelelő intézkedéseket hozzanak annak érdekében, hogy megvédjék a kiskorúakat minden olyan műsortól, felhasználó által előállított videótól és audiovizuális kereskedelmi közleménytől, amely károsíthatja fizikai, szellemi vagy erkölcsi fejlődésüket²⁸; a gyermekbarát internetre vonatkozó új európai stratégiára (BIK+), amely intézkedéseket tartalmaz az online mentális jóllét és az életkornak megfelelő tervezés támogatására, és amelynek célja az online kockázatokkal – például az internetes megfélemlítéssel, a félretájékoztatással és a dezinformációval – kapcsolatos figyelemfelkeltés és kapacitásépítés, és amely előmozdítja az egészséges és felelős online magatartást²⁵, továbbá emlékeztetve a mesterséges intelligenciáról szóló jogszabályra, amely horizontális és kockázatalapú szabályokat állapít meg arra vonatkozóan, hogy a mesterséges intelligencia hogyan fejleszthető és használható az Unióban valamennyi területen és ágazatban, amelynek célja az alapvető jogok és a biztonság magas szintű védelmének biztosítása, és amely figyelembe veszi a gyermekek sajátos jogait, többek között azáltal, hogy kifejezetten betiltja a gyermekek sebezhetőségét online kihasználó MI-rendszereket²⁹, valamint arányos és hatékony biztosítékokat vezet be a nagy kockázatú MI-rendszerek tekintetében,

10. a jóllétnek a digitális oktatásban való elősegítéséről szóló tanácsi következtetésekre, amelyekben a Tanács felszólítja a tagállamokat, hogy a digitális oktatásra vonatkozó nemzeti szakpolitikák és stratégiák kidolgozása során erősítsék meg a tanulók és a pedagógusok jóllétét, és támogassák az iskolákat abban, hogy megfelelően gazdálkodjanak a digitális és a tantermi tanítási és tanulási tevékenységekre fordított idővel³²;
11. az oktatásnak és a képzésnek a közös európai értékek és a demokratikus állampolgárság megerősítéséhez való hozzájárulásáról szóló tanácsi következtetésekre, amelyek arra ösztönzik a tagállamokat, hogy fokozzák a hatékony médiatudatosságot és digitális jártasságot, tekintettel azokra az egyre növekvő kihívásokra, amelyekkel a gyermekek és a serdülők a digitális környezetben és az interneten szembesülnek olyan kérdésekkel kapcsolatban, mint a digitális biztonság és a magánélet védelme, az internetes megfélemlítés, a dezinformáció, a gyűlöletbeszéd és a radikalizálódás³³,
12. a Bizottságnak a felkészültségi unióra vonatkozó stratégiájára, amelynek célja a felkészültség beépítése az iskolai tantervekbe és a pedagógusképzésbe a felkészültséggel kapcsolatos alapkészségek – például a médiatudatosság és a digitális jártasság – fejlesztésének segítése érdekében, valamint a kockázatokkal és a fenyegetésekkel kapcsolatos tudatosság növelése, különösen a félretájékoztatás elleni fellépés révén³⁴,
13. a gyermekek motoros készségeinek, testmozgásának és sporttevékenységeinek előmozdításáról szóló tanácsi következtetésekre, amelyek hangsúlyozzák a testmozgás, valamint a gyermekek és a serdülők mentális jólléte közötti kapcsolatot³⁵,

³² Az Európai Unió Tanácsa, A Tanács következtetései a jóllétnek a digitális oktatásban való elősegítéséről, 2022/C 469/04, 2022.12.9., [https://eur-lex.europa.eu/legal-content/HU/TXT/?uri=CELEX:52022XG1209\(01\)](https://eur-lex.europa.eu/legal-content/HU/TXT/?uri=CELEX:52022XG1209(01)).

³³ Az Európai Unió Tanácsa, A Tanács következtetései az oktatásnak és a képzésnek a közös európai értékek és a demokratikus állampolgárság megerősítéséhez való hozzájárulásáról, HL C, C/2023/1419, 2023.12.1, ELI: <http://data.europa.eu/eli/C/2023/1419/oj>.

³⁴ Európai Bizottság, A Bizottság közleménye az Európai Parlamentnek, a Tanácsnak, az Európai Gazdasági és Szociális Bizottságnak és a Régiók Bizottságának az európai felkészültségi unióra vonatkozó stratégiáról, JOIN(2025) 130 final, 2025. március 26., <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/HU/TXT/?uri=celex:52025JC0130>.

³⁵ Az Európai Unió Tanácsa, A Tanács következtetései a gyermekek motoros készségeinek, testmozgásának és sporttevékenységeinek előmozdításáról, HL C, 2015/C 417/09, 2015.12.15., <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/HU/TXT/?uri=CELEX%3A52015XG1215%2807%29>.

14. a Tanács és a tagállamok kormányainak a Tanács keretében ülésező képviselői által elfogadott, az egész életen át tartó testmozgásról szóló következtetésekre, amelyek hangsúlyozzák a testmozgásnak a gyermekkori mentális egészségre gyakorolt hatását³⁶.
15. arra, hogy ezek a tanácsi következtetések nem érintik a 2027 utáni többéves pénzügyi keretről folytatandó tárgyalásokat,

TUDATÁBAN ANNAK, HOGY

16. a gyermekek és a serdülők mentális jólléte lehetővé teheti számukra, hogy fejlődési mérföldköveket érjenek el³⁷, megismerkedjenek a problémákkal való megbirkózás módjaival, szabályozzák saját érzelmeiket, szociális és érzelmi kompetenciákat szerezzenek, biztonságos és gondoskodó kapcsolatokat építsenek ki társaikkal és a felnőttekkel, sikeresek legyenek az iskolában, erős önbecsülést fejlesszenek ki, és kialakítsák a boldoguláshoz szükséges önbizalmat és önazonosságot³⁵;
17. világszerte a gyermekek mintegy 20 %-a szembesül a mentális egészséggel kapcsolatos problémákkal²², és 9 millió (10 és 19 év közötti) serdülő él mentális zavarokkal Európában³⁸, amelyek – ha nem kezelik őket – súlyosan befolyásolják fejlődésüket, iskolázottságukat és azt, hogy képesek legyenek teljes életet élni;

³⁶ Az Európai Unió Tanácsa, A Tanács következtetései az egész életen át tartó testmozgásról, HL C, 2021/C 501 I/01, 2021.12.13., https://eur-lex.europa.eu/legal-content/HU/TXT/?uri=oj:JOC_2021_501_I_0001.

³⁷ SOS Gyermekfálvak: „*A truly comprehensive EU approach to mental health: Putting children and families wellbeing at the centre*” (A mentális egészség valóban átfogó uniós megközelítése: A gyermekek és a családok jóllétének középpontba helyezése), 2024. szeptember, <https://www.sos-childrensvillages.org/getmedia/677b48e5-a312-4454-bc0a-766057acbf30/Briefing-note-mental-health-SOS-CVI>.

³⁸ Az Egyesült Nemzetek Gyermekalapja: *The State of the World's Children 2021: On My Mind – Promoting, protecting and caring for children's mental health* (A gyermekek helyzete a világban 2021-ben: Ez jár a fejekben – A gyermekek mentális egészségének előmozdítása, védelme és gondozása), UNICEF, New York, 2021. október, <https://www.unicef.org/media/114636/file/SOWC-2021-full-report-English.pdf>.

18. a mentális egészségügyi kihívások okai gyakran kisgyermekkorban alakulnak ki, és a mentális zavarok mintegy fele 14 éves kor előtt jelentkeznek, ami azt mutatja, hogy ez az életszakasz rendkívül fontos az egyén fejlődésében³⁷. A serdülőkor hasonlóképpen döntő fontosságú időszak a mentális jóllétet előmozdító szociális és érzelmi szokások kialakításában. Még azokban az esetekben is, amikor a mentális egészséggel kapcsolatos kihívások az élet későbbi szakaszában alakulnak ki, a korai tapasztalatok befolyásolják a fejlődést, és ha negatívak, bármely életkorban hozzájárulhatnak mentális zavarok kialakulásához;
19. napjainkban a gyermekek és a serdülők mindennapi élete egyre inkább digitális környezetekben zajlik, ezért döntő fontosságú, hogy jogaik a digitális világban ugyanolyan mértékű védelemben részesüljenek, mint a fizikai világban;
20. a digitális technológiák gyors fejlődése számos előnnyel jár a gyermekek és a serdülők számára az oktatással, a szórakozással és a kommunikációval kapcsolatban, például a személyre szabott tanulás, a digitális készségeik és kompetenciáik fejlesztése vagy a virtuális közösségekhez való hozzáférésük céljából rendelkezésre álló lehetőségek tekintetében. Ezek az előnyök hozzájárulnak – különösen a serdülők körében – a társas kapcsolatok kialakításához, ami erősítheti mentális egészségüket³⁹ és általános jóllétüket. A fentiek pozitívan járulhatnak hozzá a gyermekeket és a serdülőket célzó – például az öngyilkosság megelőzésére irányuló – megelőző kampányokhoz is;

³⁹ Ezen előnyök egyik példája a felelősségteljes játék, amely kedvező lehet a mentális egészség szempontjából a reflexek élesítése, a hangulat javítása és annak lehetővé tétele révén, hogy a játékosok új identitásokat és érzelmeket fedezzenek fel. Az online játékok elősegíthetik globális kapcsolatok kiépítését is, különösen azok esetében, akik számára nehézséget okoz a szocializáció. Lásd még: *Mental Health Europe: „Report on Digitalisation in Mental Health, Mental health in the digital age: Applying a human rights based, psychosocial approach as compass”* (Jelentés a digitalizáció által a mentális egészség terén játszott szerepről, és a mentális egészségről a digitális korban: egy emberi jogokon alapuló, pszichoszociális megközelítés alkalmazása irányításként), 2022. december, <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. ugyanakkor a digitális technológiák fent említett gyors fejlődése a gyermekek és a serdülők általános mentális jóllétére veszélyeket is hordoz, amelyek mértéke és következményei egyelőre részben ismeretlenek. Ezért több kutatásra van szükség a fejlődésben lévő agyra és személyiségre – ezen belül a kognitív képességekre és készségekre – gyakorolt hatásnak, valamint a lehetséges viselkedési következményeknek a megfelelő értékeléséhez⁴⁰, különös tekintettel a kiszolgáltatott helyzetben lévő gyermekekre és serdülőkre;
22. a digitális technológiák terjedésével kapcsolatos, a gyermekek és a serdülők mentális egészségét érintő kockázatok magasak lehetnek, ezért mindaddig, amíg nem kerül sor elegendő kutatásra, indokoltnak tűnik a jelenlegi tudományos bizonyítékok alapján megelőző intézkedéseket hozni a lehetséges kockázatok csökkentése érdekében. Ezek az intézkedések magukban foglalhatják például a szociális és érzelmi készségek és a megküzdési mechanizmusok oktatásának az oktatási rendszerbe való integrálását, az olyan gyakorlatok szabályozását, amelyekről már ismert, hogy függőséget okoznak és manipulatívak, valamint a szülők támogatását azért, hogy megfelelő információkat és eszközöket biztosítsanak a számukra annak érdekében, hogy a gyermekek és a serdülők megtanulják, miként lehet biztonságos és öntudatos módon eligazodni a digitális világban;
23. a szabályozási és oktatási rendszereknek jobban kell kezelniük ezeket a kihívásokat annak biztosítása érdekében, hogy a gyermekek és a serdülők kiaknázhassák a digitalizációban rejlő lehetőségeket, ugyanakkor meg lehessen előzni és enyhíteni lehessen a mentális egészségükre gyakorolt lehetséges káros hatását;
24. a legtöbb esetben nem maga a digitalizáció vagy a digitális technológiák használata jelenti a problémát, hanem a digitális determinánsok egy csoportja – például a felhasználó, a magatartás, a környezet, a tartalom és a tervezés –, amely befolyásolhatja a gyermekek és a serdülők mentális egészségét;

⁴⁰ Európai Közegészségügyi Szövetség, Farah, L.: *"Strengthening countries' cooperation to protect children and adolescents from screen addiction and to protect mental health"* (Az országok együttműködésének megerősítése a gyermekek és a serdülők képernyőfüggőségtől való védelme és a mentális egészség védelme érdekében), az Európai Közegészségügyi Szövetség honlapja, 2024. szeptember 24., megtekintve: 2025. január 21., <https://epha.org/strengthening-countries-cooperation-to-safeguard-children-and-adolescent-from-screen-addiction-and-protect-mental-health/>.

25. a gyermekek és a serdülők mint a digitális technológia felhasználói kiszolgáltatott csoportot alkotnak, és különösen ki vannak téve annak, hogy kiberbűnözésnek (pl. személyazonosságlopás, zsarolás, gyermekek szexuális bántalmazása), manipulatív és/vagy függőséget okozó tervezési gyakorlatoknak, személyes adatok illegális felhasználásának váljanak az áldozataivá, vagy számukra nem megfelelő vagy jogellenes tevékenységeket végezzenek (pl. felnőtt tartalmak megtekintése, szerencsejáték-tevékenység online és online játékok keretében (pl. úgynevezett zsákmánydobozok / *loot boxok*), alkohol, dohány és hasonló termékek vásárlása⁴¹ vagy online fogadások). A gyermekek és a serdülők szintén kiszolgáltatottak lehetnek a további kizsákmányolás céljából történő online toborzással szemben, és a lányok különösen ki vannak téve a nemi alapú online erőszak – többek között az internetes zaklatás – kockázatának⁴¹, míg a fogyatékossgal élő gyermekek főként az internetes megfélemlítésnek és a kibertérben elkövetett erőszaknak vannak kitéve⁴²;

⁴¹ Sala, A., Porcaro, L. Gomez, E.: „*Social Media Use and adolescents’ mental health and well-being: An umbrella review*” (A közösségi média használata és a serdülők mentális egészsége és jólléte: átfogó áttekintés), *Computers in Human Behavior Reports*, 2024. március, <https://doi.org/10.1016/j.chbr.2024.100404>.

⁴² Barringer-Brown, Ch.: „*Cyber bullying among Students with Serious Emotional and Specific Learning Disabilities*” (Internetes megfélemlítés a súlyos érzelmi és tanulási akadályozottsággal élő diákok körében), *Journal of Education and Human Development*, 2015. június, 4. kötet, 2(1). szám, <https://jehdnet.com/vol-4-no-2-1-june-2015-abstract-4-jehd/>.

26. ami a magatartást illeti, a digitális technológiákhoz való hozzáférés biztosítása a kisgyermek számára – akár túl korai, akár nem fokozatos módon, akár megfelelő felügyelet nélkül – károsíthatja kognitív és mentális fejlődésüket⁴³, míg a digitális technológiák iskoláskorú gyermekek és serdülők általi helytelen használata vagy túlzott használata mentális problémákhoz vezethet, például azáltal, hogy korlátozza az offline társas interakciókat⁴⁴, társadalmi elszigetelődéshez⁴⁵ és magányhoz⁴⁶ vezet, negatív hatást gyakorol a kognitív képességekre⁴⁷, videójáték-szenvedélyt okoz⁴⁸ vagy viselkedési függőséggé alakul át⁴⁹;

⁴³ Egészségügyi Világszervezet: *Guidelines on physical activity, sedentary behaviour and sleep for children under 5 years of age* (Iránymutatások az 5 évesnél fiatalabb gyermekek testmozgására, ülő életmódjára és alvási szokásaira vonatkozóan), Egészségügyi Világszervezet, 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”* (Jelentés a digitalizáció által a mentális egészség terén játszott szerepről, és a mentális egészségről a digitális korban: egy emberi jogokon alapuló, pszichoszociális megközelítés alkalmazása irányítúként), 2022. december, <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 Egészségügyi Világszervezet, WHO-infografika: *„Social isolation and loneliness affect people of all ages, worldwide”* (A társadalmi elszigetelődés és a magányosság minden életkorú embert érint, szerte a világban), a WHO honlapja, 2023. november 15., megtekintve: 2025. május 20. <https://www.who.int/multi-media/details/social-isolation-and-loneliness-affect-people-of-all-ages--worldwide>.

⁴⁶ Európai Bizottság, Közös Kutatóközpont (JRC) (2024): Uniós felmérés a magányról. Európai Bizottság, Közös Kutatóközpont (JRC) [Sdatkészlet] 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”* (A digitális technológia használatának az agyat érintő egészségügyi következményei), *Dialogues in clinical neuroscience*, 22. kötet, 2. kiadás, 2020, 179–187. o., <https://doi.org/10.31887/DCNS.2020.22.2/gsmall>.

⁴⁸ Egészségügyi Világszervezet, honlap, megtekintve: 2025. április 15., <https://www.who.int/standards/classifications/frequently-asked-questions/gaming-disorder>.

⁴⁹ A digitális technológiák, különösen a közösségi média helytelen és túlzott használata olyan viselkedési mintához hasonlít, amelyet függőséghez hasonló tünetek jellemeznek, beleértve a használat kontrolljára való képtelenséget, az ilyen technológiák használatának mellőzése esetén az elvonási tüneteket, az egyéb tevékenységek elhanyagolását a digitális technológiák használatának javára, valamint a túlzott használat miatt a mindennapi életben jelentkező negatív következményekkel való szembesülést; További információk: Egészségügyi Világszervezet: *„Teens, screens and mental health”* (Tizenévesek, képernyők és mentális egészség), az Egészségügyi Világszervezet honlapja, 2024. szeptember 25., megtekintve: 2025. január 20., <https://www.who.int/europe/news-room/25-09-2024-teens--screens-and-mental-health>.

27. a digitális technológiák gyermekek és serdülők általi helytelen vagy túlzott használata káros hatással lehet fizikai egészségükre is, például azért, hogy a testmozgás csökkenését eredményezi⁵⁰, hozzájárul az ülő életmód és a rossz étkezési szokások kialakulásához vagy súlyosbodásához: mind az előbbi, mind az utóbbi elhízáshoz⁵¹, alvász problémákhoz⁵², látássérüléshez (különösen rövidlátáshoz) vagy váz- és izomrendszeri megbetegedések kialakulásához⁵³ vezethet. Mindezek a tényezők a mentális egészség és az általános jóllét romlásának kockázatával is járnak;
28. azok a környezetek, ahol a gyermekek és a serdülők szülei, pedagógusai vagy gondozói túlzott mértékben használnak digitális eszközöket, a felnőttek és a gyermekek közötti megfelelő interakciók kialakulásának technológiai alapon történő megszakadását okozhatják (technoferencia), és megzavarhatják a mentális jólléthez elengedhetetlen életviteli készségek fejlődését⁵⁴;

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” (A digitális technológia serdülők általi használata és mentális egészségük közötti kapcsolat kontextusa: több országra kiterjedő tanulmány az online töltött időről és az élettél való elégedettségéről), *Journal of child psychology and psychiatry, and allied disciplines*, 61. kötet, 8. kiadás, 2020, 875–889. o., <https://doi.org/10.1111/jcpp.13280>.

⁵¹ A rossz étkezési szokások zsíryanycsere-zavarok és cukorbetegség, valamint túlsúly és elhízás kialakulásához vezethetnek. Lásd még: 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” (Az internethasználat kapcsolata a túlsúllyal és az elhízással: horizontális tanulmányok szisztematikus áttekintése és metaelemzése), *Advances in nutrition*, 11. kötet, 2. kiadás, 2020, 349–356. o., <https://doi.org/10.1093/advances/nmz073>.

⁵² Az alvás döntő fontosságú tényező a mentális egészség szempontjából, és a digitális technológiák használatának egyik elsődleges káros hatása a gyermekek és a serdülők körében az alvás időtartamának csökkenése és az alvás minőségének romlása. Lásd még: 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” (Az okostelefonok használata és a depresszió, a szorongás, a stressz, az alvásminőség és az internetfüggőség közötti összefüggés: egy okostelefon-alkalmazásból származó empirikus bizonyíték), *Personality and Individual Differences*, 168. kötet, 2021. január, <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” (Visszatérő fájdalomtünetek az általános és konkrét problémás internethasználatl küzdő serdülők körében: nagyszabású keresztmetszeti vizsgálat), *Computers in Human Behavior Reports*, 16. kötet, 2024. december, <https://doi.org/10.1016/j.chbr.2024.100506>.

⁵⁴ McDaniel, B.T., Radesky, J. S.: „Technoference: Parent Distraction with Technology and Associations with Child Behavior Problems” (Technoferencia: a szülői figyelem elterelődése a technológiára és annak összefüggései a gyermekek viselkedésképroblémáival), *Child Development*, 89(1). kötet, 2017. május, <https://doi.org/10.1111/cdev.12822>.

29. ami a gyermekek és a serdülők által megtekintett tartalmakat illeti, két kategória különböztethető meg. Az első a közösségi médiában és hasonló platformokon megjelenő tartalom minősége, amely megfelelhet ugyan az életkornak, de a tényleges szolgáltatás módja (pl. a felhasználók számára történő megjelenítés gyakorisága) és a felhasználók általi alkalmazás fokozását célzó sajátos tervezési jellemzők miatt negatív hatással lehet az egyén önbecsülésére³² vagy önbizalmára, növelheti a stressz és a szorongás szintjét⁵⁵, mentális zavarok, például depresszió kialakulásához vagy súlyosbodásához vezethet⁵⁶, viselkedési zavarokat, például hiperaktivitást/figyelmetlenséget okozhat⁵⁷, és hozzájárulhat a negatív testkép és az evészavarok kialakulásához⁵⁸.

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*”(A közösségi média használata és annak kapcsolata a mentális egészséggel: szisztematikus áttekintés), *Cureus*, 12. kötet, 6. szám, 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*” (A svédországi serdülők körében a képernyő előtt töltött idő és a bejelentett depressziós tünetek közötti összefüggés), *Family practice*, 38. kötet, 6. szám, 2021, 773–779. o., <https://doi.org/10.1093/fampra/cmab029>.

⁵⁷ Az Egyesült Nemzetek Gyermekalapja: „*Child and adolescent mental health. The State of Children in the European Union 2024*” (A gyermekek és a serdülők mentális egészsége. A gyermekek helyzete az Európai Unióban, 2024), 2. sz. szakpolitikai tájékoztató, 2024. február, 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*” (A jóllét hajhászása: közösségi média, testkép és étkezési zavarok), *Children and youth services review*, 119. kötet, 2020, <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2020.105659>.

A második típusú tartalom a nem megfelelő tartalom, amely olyan helyzetekre vonatkozik, amikor a gyermekek és a serdülők olyan káros tartalmaknak vannak kitéve, mint az erőszak (internetes megfélemlítés és internetes zaklatás)⁵⁹ és a szélsőséges erőszak, a szexuális anyagok (pornográfia)⁶⁰, a félretájékoztatás és a dezinformáció (beleértve a mesterséges intelligencia által generált képeket, videókat vagy hangot vagy „deepfake” anyagokat)⁶¹, a gyűlöletbeszéd⁶², a kereskedelmi és nem kereskedelmi közlemények vagy az egészségtelen élelmiszerek és italok, az alkohol, a dohánytermékek és hasonló termékek¹⁴, illetve a tiltott anyagok (kábitószer) használatának előmozdítása¹³;

30. a digitális termékek tervezése döntő szerepet játszik a felhasználói élmények és magatartások alakításában, különösen a gyermekek és a serdülők esetében. A megfontolt tervezés elősegítheti a könnyű használatot, a biztonságot és az adatvédelmet, míg a problémás tervezési döntések olyan kockázatoknak tehetik ki a felhasználókat, amelyek hatással vannak jóllétükre és mentális egészségükre. Különösen a sokféle tartalomnak való kitettség biztosítása alapvető fontosságú annak megelőzéséhez, hogy a felhasználók olyan algoritmus buborékokban rekedjenek, amelyek ugyanazokat a nézőpontokat erősítik meg, potenciálisan súlyosbítva a szorongást, az elszigeteltséget vagy a káros önérzékelést, különösen a gyermekek és a serdülők körében. Ráadásul az olyan káros, félrevezető és megtévesztő tervezési gyakorlatok, mint a sötét megoldások, amelyek kihasználják a sebezhetőségeket és manipulálják a viselkedést, a függőséget okozó és manipulatív kialakítások, amelyek a felhasználók megtartására összpontosítanak, miközben ösztönzik a kiterjedt interakciót (automatikus lejátszás, végtelenített görgetés, streaks, értesítések, zsákmánydobozok és az „elmulasztásra” utaló felugró közlemények), valamint a megtévesztő személyreszabási technikák (algoritmusok), amelyeket a rosszindulatú üzleti modellek, a rossz vállalatirányítás és a rossz üzleti döntések tovább súlyosbíthatnak, és amelyek a gyermekek és a serdülők kizsákmányolásához vezetnek a digitális világban;

⁵⁹ Ideértve a halálos kimenetelű erőszakot, a bántalmazást, a halált, az önkárosítást és az öngyilkosságot.

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 review*” (Pornográfia használata és szexting a gyermekek és a fiatalok körében: a felülvizsgálatok szisztematikus áttekintése), *Systematic Reviews*, 9. kötet, 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*” (Álhírek és a „vad internet”: tanulmány az általános iskolás tanulók megbízhatósági érveléséről), *Societies*, 11. kötet, 4. kiadás, 2021, <https://doi.org/10.3390/soc11040121>.

⁶² Kansok-Dusche, J., Ballaschk, C., Krause, N., Zeißig, 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*” (A gyermekek és a serdülők közötti gyűlöletbeszéd szisztematikus áttekintése: fogalom meghatározások, prevalencia és átfedés kapcsolódó jelenségekkel. Trauma, erőszak és bántalmazás). *Trauma, Violence, Abuse*, 24. kötet, 4. kiadás, 2023, 2598–2615. o., <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/15248380221108070>.

31. a gyermek- és a serdülő népesség nem alkot homogén csoportot. Míg az olyan tényezők, mint a nem⁶³, az oktatási háttér és a társadalmi-gazdasági egyenlőtlenségek⁶⁴ jelentős szerepet játszanak a gyermekek és a serdülők mentális egészségében, úgy tűnik, hogy az életkor⁶⁵ a legfontosabb tényező az olyan beavatkozási stratégiák tervezése szempontjából, amelyek a digitális technológiák helytelen vagy túlzott használata által a gyermekek és a serdülők mentális egészségére gyakorolt negatív hatások elleni fellépésre irányulnak;

⁶³ Twenge, J. M., Haidt, J., Lozano, J., & Cummins, K. M.: „*Specification curve analysis shown of the social media use is linked to poor mental health, especially among girls*” (Specifikációsgörbe-elemzés kimutatta a közösségi média használatának a rossz mentális egészséggel való kapcsolatát, különösen a lányok körében), *Acta Psychologica*, 224. kötet, 2022, 103512, <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2022.103512>.

⁶⁴ Az Egyesült Nemzetek Gyermekalapja: „*Digital technologies, child rights and well-being. The State of Children in the European Union 2024*” (Digitális technológiák, gyermekjogok és jóllét. A gyermekek helyzete az Európai Unióban, 2024), 4. sz. szakpolitikai tájékoztató, UNICEF, 2024. február, <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*” (Népegészségügyi beavatkozások a gyermekek egészségét és jóllétét érintő digitális determinánsok kezelésére), *The Lancet Public Health*, 9. kötet, 9. kiadás, 2024., e700-e704. o., [https://doi.org/10.1016/S2468-2667\(24\)00180-4](https://doi.org/10.1016/S2468-2667(24)00180-4).

FELISMERVE, HOGY

32. Európában a gyermekek és a serdülők mentális egészségének romlása tapasztalható², ezért sürgősen olyan elszánt, sokrétű és előrettekintő megközelítésre van szükség, amely kezeli a komplex kiváltó okokat, szilárdan tudományos bizonyítékokon nyugszik, és multidiszciplináris kutatáson alapul, továbbá amelyet fokozott együttműködés és a legjobb gyakorlatok Európa-szerte történő megosztása erősít annak érdekében, hogy mind a jelenlegi, mind a jövőbeli generációk számára egészségesebb jövőt biztosíthassunk⁶⁶.
33. a gyermekek és a serdülők mentális egészségének javítása során egyenlő hangsúlyt kell fektetni egyrészt az egészséges életmód, valamint az olyan egészséges környezetek népszerűsítésére, amelyek előmozdítják az általános mentális egészséget és jóllétet,⁶⁷ másrészt a különösen a kiszolgáltatott helyzetben lévő gyermekekre és serdülőkire irányuló megelőző intézkedésekre, továbbá szükség esetén pszichológiai és pszichiátriai segítség és támogatás nyújtására,
34. a testmozgás (beleértve a szabadtéri tevékenységeket is), a mentális egészség és a kognitív folyamatok⁶⁸ közötti pozitív összefüggésre utaló bizonyítékok rávilágítanak arra, hogy a testmozgás az egyik legfontosabb és leghatékonyabb tényezője mind a testi, mind a mentális egészség egész életen át tartó megőrzésének³⁶. Ezenkívül a gyermekek pszichoszociális készségeinek korai életkortól kezdődő fejlesztése szintén elengedhetetlen ahhoz, hogy segítsük őket olyan magatartásformák elsajátításában, amelyek egész életük során támogatják mentális és testi egészségüket, megelőzve a digitális eszközök későbbiekben való helytelen használatát,

⁶⁶ Elengedhetetlen, hogy a különböző érdekelt feleket – szülőket, gondozókat, pedagógusokat, politikai döntéshozókat, tudósokat, mentális egészségügyi szakembereket és technológiaszolgáltatókat – bevonjuk ebbe a munkába. További információkért lásd: Világgazdasági Fórum, „*World Mental Health Day: How to safeguard children’s mental wellbeing in the digital era*” (A mentális egészség világnapja: Hogyan óvjuk meg a gyermekek mentális jóllétét a digitális korban?), a Világgazdasági Fórum honlapja, 2023.10.10., megtekintve: 2025. január 21., <https://www.weforum.org/stories/2023/10/world-mental-health-day-how-to-safeguard-childrens-mental-well-being-in-the-digital-era/>.

⁶⁷ Egészségügyi Világszervezet, a WHO honlapjának „Egészségfejlesztés” című aloldala, megtekintve: 2025. május 20., <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*. (Középpontban az európai, a közép-ázsiai és a kanadai serdülők mentális egészsége és jólléte – Az iskoláskorú gyermekek egészség-magatartása). Nemzetközi jelentés a 2021/2022-es felmérésből. 1. kötet, Koppenhága, a WHO Európai Regionális Irodája (2023), megtekintve: 2025. február 20., <https://iris.who.int/handle/10665/373201>.

35. az egészséges étrend, a rendszeres testmozgás és a jó minőségű alvás, a pihenés és az aktivitás közötti egyensúllyal együtt létfontosságú a gyermekek teljes körű testi és szellemi fejlődéséhez; ezenkívül a társaikkal való szocializáció, a kulturális részvétel, a kreatív tevékenységek, a szabad játék számára fenntartott idő, a gondoskodó környezet és a természetben töltött idő pozitív hatással lehet a gyermekek és a serdülők mentális egészségére azáltal, hogy erősíti önbecsülésüket, önfogadásukat, önbizalmukat és önértékelésüket²²,
36. a digitális technológiák gyermekek és serdülők általi használata alapvető részét képezi a kockázati magatartások megelőzésére vonatkozó tágabb koncepciónak és a nemzeti szintű megelőzési stratégiáknak,

FELKÉRI A TAGÁLLAMOKAT, HOGY:

37. DOLGOZZANAK KI és NÉPSZERŰSÍTSENEK célzott tájékoztatást és kampányokat annak érdekében, hogy a társadalom egészében – különös tekintettel a szülőkre, a gondozókra és a pedagógusokra – felhívják a figyelmet azokra az előnyökre, amelyek a kisgyermekek digitális technológiákhoz való hozzáféréseinek meghatározott életkorig történő elhalasztásából származnak, valamint ezt követően a biztonságos használat fokozatos, felügyelt bevezetésének megszervezésére, kiemelve e megközelítésnek a kisgyermekek kognitív és pszichológiai fejlődésére gyakorolt pozitív hatását⁶⁹⁷⁰;

⁶⁹ Az az életkor, amelyben a gyermekek elkezdnek digitális technológiákat használni, folyamatosan csökken. -2019-es svéd statisztikák azt mutatják, hogy az egyévesek 16 %-a legalább napi egy órán keresztül néz videoklipeket (pl. YouTube). További információkért lásd: Svéd Médiatanács, Nutley, S., & Thorell, L., „*Digital media and mental health problems in children and adolescents. A research overview*” (Digitális média és mentális egészségügyi problémák a gyermekek és a serdülők körében – Kutatási áttekintés), 2022, https://mediamyndigheten.se/globalassets/rapporter-och-analyser/2022/digital-media-and-mental-health-problems-in-children-and-adolescents_tillganglighetsanpassad.pdf.

⁷⁰ Emellett ismertetni kell a hozzáférés túl korai, nem fokozatos vagy megfelelő felügyelet nélküli biztosításával kapcsolatos kockázatokat és a lehetséges negatív következményeket is.

38. DOLGOZZANAK KI, MOZDÍTSANAK ELŐ és KÍNÁLJANAK különböző offline módszereket a kisgyermek gondozására, nevelésére és szórakoztatására, nagy hangsúlyt fektetve a kognitív, érzelmi és szociális fejlődést elősegítő tevékenységekre, például az interaktív játékokra, a szabadtéri tevékenységekre, a családdal és barátokkal töltött időre, valamint a kreatív kifejezőmódra a figyelmet lekötő, nem digitális alternatívák révén. Ezek az alternatívák magukban foglalhatnák olyan vonzó városi és vidéki nyilvános terek kialakítását, amelyek kedveznek a képernyőmentes tevékenységek végzésének, ideértve például a zöldterületeket és a szabadidős területeket, a könyvtárakat, a kulturális központokat, valamint az inkluzív, hozzáférhető infrastruktúrát minden gyermek számára. Ezek az erőfeszítések támogathatják a kisgyermekkorú fejlődés kiegyensúlyozott megközelítését, miközben csökkentik a digitális technológiáktól való függést⁷¹;
39. MOZDÍTSANAK ELŐ bizonyítékokon alapuló intézkedéseket a digitális technológiák iskoláskorú gyermekek körében történő helytelen vagy túlzott használatának mérséklése érdekében, támogatva a gyermekek kognitív és érzelmi jóllétét, továbbá arra TÖREKEDJENEK, hogy ezek az intézkedések ne csak a digitális technológiák gyermekek általi használatára vonatkozó korlátozásokat kezeljék, hanem elsősorban tanítsák meg a gyermekeket a digitális technológiák felelősségteljes használatára. Továbbá az ilyen intézkedések megtervezésekor hangsúlyozni kell annak fontosságát, hogy valamennyi családtag alkalmazza a kiberhigiénit⁷², elismerve, hogy az egészséges viselkedésminták modellezése erőteljes és hatékony oktatási eszköz⁷³;

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” (A svéd iskolások és serdülők körében 2000-ben és 2017-ben lépésszámlálóval megállapított hétköznapi testmozgás összehasonlítása a serdülők körében mutatta a legnagyobb csökkenést), *Acta paediatrica*, 108. kötet, 7. kiadás, 2019, 1303–1310. o., <https://doi.org/10.1111/apa.14678>.

⁷² A „kiberhigiénia” kifejezés a mindennapi életben végzett digitális és nem digitális tevékenységek egészséges egyensúlyát jelenti, és elsősorban az olyan viselkedési gyakorlatokat foglalja magában, mint a képernyő előtt töltött idő csökkentése és hatékony kezelése, valamint az online biztonság javítása.

⁷³ Konca, A. S., „Digital Technology Usage of Young Children: Screen Time and Families” (A kisgyermek digitálistechnológia-használata: a képernyő előtt töltött idő és a családok), *Early Childhood Education Journal*, 50. kötet, 2021, 1097–1108. o., <https://doi.org/10.1007/s10643-021-01245-7>.

40. ISMERJÉK EL, hogy az interdiszciplináris iskolai oktatás kritikus szerepet játszik az egészséges életmód, a mentális egészséggel kapcsolatos ismeretek, a médiatudatosság és a digitális jártasság, valamint a kiberhigiénia előmozdításában, miközben fejleszti a tanulók és a pedagógusok kompetenciáit, továbbá FONTOLJÁK MEG az oktatási környezeteken belüli, személyes digitális eszközöktől mentes környezetek kialakítását e célkitűzések támogatása érdekében⁷⁴, vagy – amennyiben személyes digitális eszközre szükség van – VEZESSENEK BE olyan szabályokat, amelyek támogatják a digitális eszköz-használat korlátozásának célkitűzését, szem előtt tartva a gyermekek lecsatlakozáshoz való jogát;
41. MÉRLEGELJÉK olyan megelőző politikák folytatását, amelyek tovább kezelik és szabályozzák az iskoláskorú gyermekek digitális technológiákhoz való hozzáférését, ezáltal minimalizálva az ártalom kockázatát, többek között pontos, megbízható, robusztus és az adatvédelmet biztosító életkor-ellenőrző folyamatok megerősítése révén, ahol ez helyénvaló, arányos és alkalmazható⁷⁵, védve a gyermekeket a függőséget okozó tervezési gyakorlatokkal, például a megtévesztő tervezésekkel, a manipulatív online választási architektúrával, az online szerencsejátékokkal és a játékokon belüli szerencsejátékokkal, valamint az agresszív, személyre szabott meggyőzési technikákkal szemben, továbbá RAGASZKODJANAK ahhoz, hogy a digitális platformok szolgáltatói és más digitális vállalkozások jelentős mértékű felelősséget vállaljanak az általuk alkalmazott tervezésért és az általuk tárolt tartalmakért;

⁷⁴ 2023-ban az UNESCO az okostelefonok osztálytermekben való használatának betiltására szólított fel. További információkért lásd: *Global Education Monitoring Report Team, Global education monitoring report, 2023: technology in education: a tool on whose terms?* (Globális oktatási nyomonkövetési jelentéstevő csoport: Globális oktatási nyomonkövetési jelentés, 2023: technológia az oktatásban: ki határozza meg a szabályokat?) UNESCO, Párizs, 2023, <https://doi.org/10.54676/UZQV8501>. Emellett egyre több bizonyíték támasztja alá a digitális eszközöktől mentes környezet előnyeit. További információkért lásd: *South Australia Department of Education, „Behaviour improves as a result of mobile phone ban”* (Dél-Ausztráliai Oktatási Minisztérium: A mobiltelefonok betiltása következtében javul a magatartás), 2025. március 2., megtekintve: 2025. május 20., <https://www.education.sa.gov.au/departments/media-centre/our-news/behaviour-improves-as-a-result-of-mobile-phone-ban>.

⁷⁵ Lásd például a nem feltáró bizonyításon alapuló életkor-ellenőrző folyamatokat vagy az Európai Bizottság kezdeményezését: az életkor-ellenőrzéssel foglalkozó munkacsoport. <https://digital-strategy.ec.europa.eu/en/news/digital-services-act-task-force-age-verification-0>.

42. TÖREKEDJENEK a digitális technológiáknak a serdülónépesség⁷⁶ körében történő helytelen vagy túlzott használatából fakadó negatív következmények enyhítésére, különösen azáltal, hogy felhívják a serdülők figyelmét a biztonságosabb online környezet megteremtését célzó szabályozásra és jogszabályokra, valamint azáltal, hogy erőfeszítéseket tesznek annak érdekében, hogy a médiatudatossággal és a digitális jártassággal, valamint azzal kapcsolatos oktatásra kerüljön sor a serdülők körében, hogy miként védjék magukat – és mentális egészségüket – a digitális világban, olyan rendelkezésre álló eszközök révén, mint a káros tartalmak megjelölése, a nem megfelelő magatartás bejelentése és a segélyvonalak használata;
43. adott esetben TERVEZZENEK MEG vagy MOZDÍTSANAK ELŐ olyan tájékoztató kampányokat, amelyek – a nemi dimenziót figyelembe véve – felhívják a figyelmet a digitális világ kockázataira és veszélyeire, valamint ezeknek a serdülők mentális egészségére gyakorolt lehetséges negatív hatására, ideértve az olyan serdülőket is, akik a megkülönböztetés, az internetes megfélemlítés, az adatvédelmi jogsértések, a függőséget okozó tervezésekkel kapcsolatos visszaélések és a káros tartalmaknak való kitettség kockázatával szembesülnek;
44. ÖSZTÖNÖZZENEK, TERJESSZENEK KI vagy FOLYTASSANAK olyan figyelemfelkeltő kampányokat, iskolai tevékenységeket, tanórán kívüli programokat és egyéb meglévő megfelelő eszközöket, amelyek előmozdítják az egészséges életmódot, többek között a testmozgás, a kiegyensúlyozott étrend és az elegendő alvás révén, valamint elősegítik az interperszonális, szociális, érzelmi és ellenállási készségek fejlesztését a stressz, a szorongás, a düh és a frusztráció serdülők körében történő hatékony kezelése érdekében;

⁷⁶ A 17 és 18 év közötti serdülők 73 %-a számolt be arról, hogy a digitálismédia-használatuk következtében heti szinten elhanyagolnak olyan tevékenységeket, amelyekről bebizonyosodott, hogy pozitív hatással vannak a mentális egészségre, ideértve például az alvást, a testmozgást és a tanulmányokat. További információkért lásd: Svéd Médiatanács, Nutley, S., & Thorell, L., „*Digital media and mental health problems in children and adolescents. A research overview*” (Digitális média és mentális egészségügyi problémák a gyermekek és a serdülők körében – Kutatási áttekintés), 2022, https://mediemyndigheten.se/globalassets/rapporter-och-analyser/2022/digital-media-and-mental-health-problems-in-children-and-adolescents_tillganglighetsanpassad.pdf.

45. a képernyők alternatívájaként FEJLESSZENEK KI a gyermekek és a serdülők számára hozzáférhető és vonzó szociális infrastruktúrákat vagy FEJLESSZÉK TOVÁBB azokat, az ártalmat okozó körülmények visszaszorítására vagy korlátozására összpontosítva, ugyanakkor szigorúbban kontrollálva a digitális környezet azon körülményeit, amelyek ártalmat okozhatnak és függőséghez vezethetnek;
46. DOLGOZZANAK KI közös szakpolitikákat és fellépéseket a digitális technológiák – különösen a közösségi média – felelősségteljes használatának előmozdítása érdekében, és TÁMOGASSÁK a videojátékok kiegyensúlyozott használatát a kényszeres használat megelőzése és az iskoláskorú gyermekek és a serdülők mindennapi életére gyakorolt negatív hatásuk enyhítése érdekében²;
47. DOLGOZZANAK KI kezdeményezéseket az online szexuális kizsákmányolás és prostitúciós rendszerek elleni küzdelem érdekében a jelentéstételi mechanizmusok javítása és figyelemfelkeltő kampányok indítása révén, hogy segítsék a gyermekeket, a serdülőket, a szülőket és a gondozókat e fenyegetések felismerésében és az azokra való reagálásban, a lehető legjobban kihasználva a Bűnügyi Fenyegetettség Elleni Európai Multidiszciplináris Platformot (EMPACT)⁷⁷;
48. BIZTOSÍTSÁK, hogy valamennyi tervezett és kidolgozott stratégia, tájékoztató kampány és program életkornak megfelelő, hozzáférhető és a befogadó fél számára közérthető legyen, valamint figyelembe vegye a kiszolgáltatott helyzetben lévő gyermekeket és serdülőket, annak érdekében, hogy garantálni lehessen e stratégiák, tájékoztató kampányok és programok hatékonyságát és sikerét⁶⁵, valamint hogy lehetővé váljon a hatásuk nyomon követése és értékelése;

⁷⁷ A Bűnügyi Fenyegetettség Elleni Európai Multidiszciplináris Platform (EMPACT) a szervezett bűnözés elleni küzdelem uniós szintű multidiszciplináris és többszereplős operatív együttműködésének kiemelt uniós eszköze. További információkért lásd: Europol, „*EU Policy Cycle - EMPACT, EMPACT 2022+ Fighting crime together*” (Uniós szakpolitikai ciklus – EMPACT, EMPACT 2022+: közösen a bűnözés ellen), megtekintve: 2025. május 20., <https://www.europol.europa.eu/crime-areas-and-statistics/empact>.

49. HAJTSANAK VÉGRE vagy szükség esetén FEJLESSZENEK KI és HAJTSANAK VÉGRE a közönségre szabott médiatudatossági és digitális jártassági programokat és kezdeményezéseket, biztosítva, hogy az iskoláskorú gyermekeknek és a serdülőknek szóló programok és kezdeményezések az online adatvédelemre, a digitális biztonságra, az internetes megfélemlítés, a szexuális zaklatás – többek között a gyermekcsábítás – felismerésére és kezelésére, a digitális lábnyomnak és az általa a gyermekek jövőjére gyakorolt hatásnak a megértésére, a képernyő előtt töltött idő hatékony kezelésére, a dezinformáció és a félretájékoztatás azonosítására, valamint az ezekkel szembeni reziliencia és az ezekre való felkészültség kiépítésére, a szociális és érzelmi készségek előmozdítására, a hirdetési gyakorlatoknak és a profitorientált online világ üzleti modelljének, valamint az algoritmusok mechanizmusainak és a közösségimédia-platformokon történő tartalom-létrehozás természetének megértésére, a kritikai gondolkodás és az online világgal való interakció előmozdítására, valamint megalapozott online döntések meghozatalára összpontosítsanak;
50. BIZTOSÍTSÁK, hogy a médiatudatossági és a digitális jártassági programok és kezdeményezések felhívják a figyelmet a mesterséges intelligencia által létrehozott tartalmakkal, a virtuális világokkal⁷⁸ és a kognitív manipulációval kapcsolatos lehetséges kockázatokra is. Ezeknek a programoknak és kezdeményezéseknek tájékoztatást kell nyújtaniuk az iskoláskorú gyermekek és a serdülők részére a mesterséges intelligenciával kapcsolatos szerteágazó kockázatokról – többek között az MI-ügynökökkel való kapcsolatok kialakításával és a tőlük való érzelmi függőséggel kapcsolatban felmerülő kockázatokról –, és biztosítaniuk kell számukra a mesterséges intelligencián alapuló média – például a deepfake, a manipulált képek, videók vagy hangok és az elfogult algoritmusok – hatásának felismeréséhez és kritikai értékeléséhez szükséges ismereteket és készségeket, valamint hangsúlyozniuk kell, hogy a mesterséges intelligencia helytelen használata torzíthatja a valóságot, befolyásolhatja a percepciót, támogathatja a dezinformáció gyors terjedését, növelheti a manipulációra való fogékonyságot, és káros módon befolyásolhatja a döntéshozatalt. Ezeknek a programoknak és kezdeményezéseknek az MI-technológiák etikus és felelősségteljes használatára is ki kell terjedniük, és fel kell világosítaniuk a gyermekeket és a serdülőket a mesterséges intelligencia oktatási célokra való megfelelő használatáról;

⁷⁸ A Bizottság közleménye az Európai Parlamentnek, a Tanácsnak, az Európai Gazdasági és Szociális Bizottságnak és a Régiók Bizottságának: A web 4.0-áról és a virtuális világokról szóló uniós kezdeményezés: kezdeti versenyelőny a következő technológiai átmenetben, COM(2023) 442, 2023.7.11., Strasbourg, <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/HU/TXT/?uri=celex:52023DC0442>.

51. BIZTOSÍTSÁK, hogy a felnőttek (pl. szülők, gondozók, oktatók és aktivisták) számára kidolgozott médiatudatossági és digitális jártassági programok és kezdeményezések mindenki számára könnyen hozzáférhetők legyenek, beleértve a kiszolgáltatott helyzetben lévő személyeket is, és gyakorlati iránymutatásokat tartalmazzanak a kiberhigiénára, a közösségi média különböző típusainak életkornak megfelelő használatára, valamint a digitális technológiák meglévő és naprakész technikai jellemzőinek – például a szülői felügyeletnek, a használat nyomon követésének, az értesítéskezelésnek és az időkorlátok beállításának – a használatára vonatkozóan, továbbá javaslatokat tegyenek a kockázatok elkerülésére és az azzal kapcsolatos ismeretekre, hogy miként kell felismerni a szorongás jeleit, a mentális egészségügyi problémákat és a digitális függőség tüneteit a gyermekek és a serdülők körében, tanácsot adva arra vonatkozóan, hogy ezt hogyan kezeljék szülőként/gondozóként. Ezeknek az iránymutatásoknak továbbá tájékoztatást kell nyújtaniuk a felnőttek számára azokról a kockázatokról is, amelyekkel a gyermekek és a serdülők szembesülnek online, például a gyermekek online szexuális bántalmazásának kockázatáról (felismerés és elkerülés), valamint a saját cselekvéseikhez kapcsolódó kockázatokról, például a környezetükben élő gyermekeket érintő tartalmak túlzott posztolásáról (*sharenting* – a gyermekkel kapcsolatos képek és információk szülő általi megosztása), valamint arról, hogy hogyan kell bejelenteni a káros tartalmakat (pl. forródrót-szolgálatok, rendőrség);
52. BIZTOSÍTSÁK, hogy a médiatudatossággal és a digitális jártassággal kapcsolatos valamennyi program és kezdeményezés rendszeresen frissítésre kerüljön annak érdekében, hogy társadalmaink digitális átalakulásának gyors üteme fényében relevánsak és hatékonyak maradjanak, ideértve a digitális eszközök és online alkalmazások folyamatos bevezetését és azok fejlődését is az idő múlásával;
53. BIZTOSÍTSÁK, hogy hozzáférést professzionális, tényeken alapuló szolgáltatásokhoz és kezelésekhez, beleértve a pszichológiai és pszichoszociális tanácsadást, a jogi segítségnyújtást, a sorstársak általi szolgáltatásokat – például a tapasztalati szakértőkhöz való hozzáférést – és a digitális biztonsági támogatást minden olyan gyermek és serdülő – különösen a kiszolgáltatott helyzetben lévők – számára, akiket valamilyen ártalom ért online, vagy akik a digitális média kényszeres vagy függőséghez hasonló használatának tüneteit mutatják;

54. MÉRLEGELJÉK olyan interdiszciplináris tanácsadó szervek igénybevételét, amelyek a neurobiológia, a pszichológia, a pszichiátria, a függőségstudomány, a mesterséges intelligencia etikája, a mentális egészség előmozdítása, a gyermekfejlődés vagy a digitális technológiák területével foglalkozó gyermekjogi aktivistákat és szakértőket foglalnak magukban, hogy megalapozott iránymutatást nyújtsanak, támogassák a döntéshozatali folyamatokat, és biztosítsák, hogy a digitális környezettel kapcsolatos döntések során elsőbbséget élvezzenek a gyermekek és a serdülők érdekei, mentális jólléte és biztonsága;
55. ÖSZTÖNÖZZÉK olyan részvételi folyamatok bevezetését, amelyek lehetővé teszik a gyermekek és a serdülők számára, hogy kifejtsék véleményüket digitális szokásaikról;
56. ÖSSZPONTOSÍTSANAK a családok, az iskolák, a kormányzati és nem kormányzati szervezetek és azon egyéb kulcsfontosságú érdekelt felek közötti együttműködés megerősítésére, akik vagy amelyek szerepet játszanak a gyermekek és a serdülők mentális egészségének a digitális világban való védelmében, valamint a digitális média kiegyensúlyozott használatát mozdíjtják elő;

FELKÉRI AZ EURÓPAI BIZOTTSÁGOT ÉS A TAGÁLLAMOKAT, HOGY:

57. TÉRKÉPEZZÉK FEL a meglévő jogalkotási és nem jogalkotási intézkedéseket mind uniós, mind nemzeti szinten annak érdekében, hogy egységes és magas szintű európai normákat dolgozzanak ki a szülőknek, a gondozóknak és a pedagógusoknak a kiberhigiénéjével kapcsolatban nyújtott tanácsadásra, valamint a közösségi média életkornak megfelelő használatára vonatkozóan annak érdekében, hogy mérsékeljék a digitális technológiák helytelen vagy túlzott használatának a gyermekek és a serdülők mentális egészségére gyakorolt káros hatásait;

58. TÁMOGASSÁK a digitális világban a gyermekek és a serdülők jóllétét és mentális egészségét védő strukturális reformok tervezését és végrehajtását, és a Technikai Támogatási Eszköz (TSI)⁷⁹ által lehetővé tett tevékenységekre építve MOZDÍTSÁK ELŐ azon bevált gyakorlatok és levont tanulságok tagállamok közötti összegyűjtését és cseréjét⁸⁰, amelyek a digitális technológiák helytelen vagy túlzott használata által a gyermekek és a serdülők mentális egészségére gyakorolt káros hatás megelőzését és enyhítését célzó, hatékony intézkedésekkel kapcsolatosak;
59. MOZDÍTSÁK ELŐ az egészséges életmódokat az Európai Unió tagállamaiban, hangsúlyozva a kiegyensúlyozott megközelítést, amely a gyermekek és a serdülők számára kínált online és offline tanulási és szórakozási módszereket – például a fizikai és kulturális tevékenységekben való részvételt, a könyvolvasást, valamint a családdal és barátokkal töltött minőségi időt – egyaránt magában foglal;
60. SZÓLÍTSÁK FEL az online közvetítő szolgáltatókat, hogy tegyenek eleget azzal kapcsolatos – például a digitális szolgáltatásokról szóló rendelet szerinti – kötelezettségeiknek, hogy a kiskorúak számára biztonságos online környezetet hozzanak létre. Ez magában foglalja a tartalommoderálással és az azzal kapcsolatos fokozottabb vállalati társadalmi felelősségvállalást, hogy a tartalmakat milyen módon mutatják be a gyermekek és a serdülők által igénybe vett digitális világban, ideértve például az alkalmazásokat, a közösségi médiát, a streaming platformokat, az online játékokat kínáló weboldalakat és a pornográfiát, mégpedig beépített gyermekvédelem kialakítása és valamennyi alapvető jog tiszteletben tartásának biztosítása révén;

⁷⁹ A Technikai Támogatási Eszköz (TSI) olyan uniós program, amelynek keretében az uniós tagállamok számára testre szabott technikai szakértelmet biztosítanak reformok kidolgozásához és végrehajtásához. A gyermekek és a serdülők mentális egészségével kapcsolatban lásd például: „*Healthier Youth - Addressing the risks of online gambling and gaming*” (Egészségesebb ifjúság – Az online szerencsejátékok kockázatainak kezelése), 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; valamint „*Supporting mental health and care for the wellbeing of vulnerable children and young people, Child & Youth wellbeing and mental health first*” (A mentális egészség és a mentális egészségügyi ellátás támogatása a kiszolgáltatott gyermekek és fiatalok jólléte érdekében: a gyermekek és fiatalok jóllétének és mentális egészségének elsődlegessége), 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.

⁸⁰ A bevált gyakorlatok cseréje a népegészségüggyel kapcsolatos bevált gyakorlatok uniós portálján keresztül folytatható. További információkért lásd: <https://webgate.ec.europa.eu/dyna/bp-portal/submission/search>.

61. SZÓLÍTSÁK FEL az MI-rendszerek szolgáltatóit és alkalmazóit, hogy a mesterséges intelligenciáról szóló rendeletnek való megfelelés révén biztosítsák az alapvető jogok és a biztonság magas szintű védelmét, különösen szem előtt tartva az MI-rendszerek gyermekekre gyakorolt hatását. Szólítsák fel továbbá az MI-rendszerek szolgáltatóit és alkalmazóit, hogy hozzanak intézkedéseket és vezessenek be biztosítékokat a gyermekek számára hozzáférhető vagy rájuk hatást gyakorló MI-alkalmazásokból eredő kockázatok kezelése érdekében, többek között biztonságos és etikus tervezés és használat révén, és kerüljék sebezhetőségeik káros módon történő kihasználását;
62. ÉRVÉNYESÍTSEK az audiovizuális médiaszolgáltatásokról szóló irányelvben, a digitális szolgáltatásokról szóló rendeletben, a mesterséges intelligenciáról szóló rendeletben és más olyan jogszabályi keretekben megállapított szabályokat, amelyek hozzájárulnak többek között a gyermekeknek a manipulatív és függőséget okozó tervezési gyakorlatokkal, az internetes megfélemlítéssel, a gyermekek szexuális bántalmazásával, a további kizsákmányolás és adatvédelmi jogsértések céljából folytatott online toborzási gyakorlatokkal, a nem megfelelő és megtévesztő tartalmakkal, a dezinformációval, a tolakodó információszerzéssel, továbbá az egészségtelen élelmiszerek, italok, szépségideálok és irreális testképek, alkohol, dohány- és hasonló termékek agresszív online marketingjével szembeni védelméhez¹⁴, valamint FOLYTASSÁK az audiovizuális médiaszolgáltatásokról szóló irányelv és a digitális szolgáltatásokról szóló rendelet végrehajtását azok vonatkozó rendelkezéseivel összhangban, mégpedig oly módon, amely teljes mértékben figyelembe veszi a közösségi média és más digitális technológiák – például az algoritmusvezérelt videoplatformok, az immerzív virtuális környezetek, az online játékokat kínáló platformok és adott esetben a tartalomajánlási rendszerek – túlzott használata által a mentális egészség tekintetében okozott potenciális ártalmakat;

63. SÜRGESSÉK a digitális üzleti világ érdekelt feleit, hogy az alapértelmezett beállításokat a gyermekek esetében a legszigorúbb biztonsági és adatvédelmi standardoknak megfelelően állítsák be, kerülve a függőséget ösztönző formátumokat és funkciókat, például a végtelenített görgetést vagy az átláthatatlan algoritmusok használatát, továbbá garantáljanak életkornak megfelelő tartalmakat és biztonságos digitális teret, tartsák be és érvényesítsék az életkor-ellenőrző folyamatokat, ahol ez helyénvaló, arányos és alkalmazható, a felhasználók magánéletét tiszteletben tartó módon, valamint vegyék figyelembe annak jelentős kockázatát, hogy a jelenlegi állás szerint a legtöbb felhasználó életkorát túlbecsülik. Alapvetően és különösen abban az esetben, ha nem lehetséges különbséget tenni a gyermekek és a felnőtt felhasználók között, az üzleti világ érdekelt feleit ösztönözni kell arra, hogy az említett alapértelmezett beállításokat minden felhasználóra alkalmazzák a gyermekeknek okozott ártalmak megelőzése érdekében;
64. a szabályozási és etikai felügyelet keretében SZÓLÍTSÁK FEL a digitális üzleti világ érdekelt feleit, hogy végezzenek átlátható és független értékeléseket a digitális technológiáknak – és különösen a felhasználók aktivitásának fokozását célzó tervezési jellemzőknek – a gyermekek és a serdülők – köztük a kiszolgáltatott helyzetben lévők – mentális és testi egészségére gyakorolt hatásairól, valamint időben és a magánélet védelmét biztosító módon osszák meg az említett egészségügyi hatások szempontjából releváns adatokat független kutatókkal és a nyilvánossággal;

65. TÁMOGASSÁK és MOZDÍTSÁK ELŐ a mentális egészség és a digitális technológiák közötti kapcsolatok, valamint az ilyen technológiák lehetséges káros hatásainak jobb dokumentálására és jellemzésére irányuló kutatást;
66. SEGÍTSENEK ELŐ megfelelő finanszírozási támogatást, hogy fenntartható támogatást lehessen nyújtani mind a kutatás, mind a tényeken alapuló fellépések számára ezen a területen;
67. KÖNNYÍTSEK MEG a finanszírozási programok – például a Technikai Támogatási Eszköz, az Európai Szociális Alap Plusz, „az EU az egészségért” program, a Digitális Európa és a Horizont Európa – hatékony és eredményes felhasználását. Az Erasmus+ támogathatja továbbá valamennyi tanuló digitális oktatását és digitális készségeinek – köztük a médiatudatosságnak és a digitális jártasságnak – azzal a céllal történő fejlesztését, hogy elősegítse digitális társadalmi befogadásukat és digitális autonómiájuk előmozdítását;

68. rendszeresen VIZSGÁLJÁK FELÜL a digitális oktatásra vonatkozó iránymutatásokat (azaz a tanárok és pedagógusok számára készített iránymutatásokat a médiatudatosság és a digitális jártasság előmozdításáról, valamint a dezinformáció oktatás és képzés révén történő kezeléséről, továbbá a pedagógusok számára készített etikai iránymutatásokat a mesterséges intelligencia és az adatok oktatási és tanulási célú felhasználásáról) és a jóllétre és a mentális egészségre vonatkozó iránymutatásokat (azaz a politikai döntéshozók és a pedagógusok számára készített iránymutatásokat a jóllét és a mentális egészség iskolákban történő előmozdításáról), és TÁMOGASSÁK e területeken iránymutatások alkalmazását, továbbá segítsék elő ezen iránymutatások nemzeti szintű használatát annak érdekében, hogy felhívják a figyelmet a digitális oktatással és jólléttel kapcsolatos különböző szempontokra, például a digitális rezilienciára és a digitális állampolgárságra⁸¹;

FELKÉRI AZ EURÓPAI BIZOTTSÁGOT, HOGY:

69. FOLYTASSA a mentális egészség átfogó megközelítéséről szóló bizottsági közleményben felvázolt, a mentális egészségre vonatkozó átfogó megközelítés végrehajtását és előmozdítását, beleértve a mentális egészségügyi problémák megelőzésére, valamint a gyermekek és a serdülők számára biztonságosabb és egészségesebb digitális tér létrehozására irányuló intézkedéseket és kiemelt kezdeményezéseket²;

⁸¹ Ez a pont a digitális oktatási terv (2021–2027) 2022-ben közzétett 6. és 7. intézkedésére hivatkozik. Ezek az iránymutatások jelenleg felülvizsgálat alatt állnak. További információkért lásd: <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/HU/TXT/?uri=CELEX%3A52020DC0624>.

70. BIZTOSÍTSA, hogy a digitális szolgáltatásokról szóló rendelet és más vonatkozó jogszabályok végrehajtása során továbbra is prioritásként kezeljék a gyermekek és a serdülők mentális egészségét és jóllétét, és időben DOLGOZZA KI kellő időben a digitális szolgáltatásokról szóló rendelet 28. cikkében előírt iránymutatásokat, hangsúlyozva, hogy az onlineplatform-szolgáltatóknak tartózkodniuk kell a gyermekeket célzó, szándékosan függőséget okozó tervezési gyakorlatoktól, az életkornak megfelelő tervezési gyakorlatokat kell előmozdítaniuk, továbbá pontos, megbízható, robusztus és a magánélet védelmét biztosító megoldásokat kell alkalmazniuk az életkor ellenőrzésére, ahol ez helyénvaló, arányos és alkalmazható;
71. VEGYE TEKINTETBE az audiovizuális médiaszolgáltatásokról szóló irányelv közelgő értékelése és esetleges felülvizsgálata során a gyermekek és a serdülők mentális egészségét és jóllétét;
72. FOLYTASSA a gyermekbarát internetre vonatkozó stratégia (BIK+) végrehajtását, egyensúlyt teremtve a gyermekek és a fiatalok online védelme és autonómiájának előmozdítása között;
73. FOLYTASSA a digitális oktatási cselekvési terv (2021–2027) végrehajtását annak biztosítása érdekében, hogy a fiatalok tájékozott és biztonságos döntéseket hozhassanak online, és rendelkezzenek a digitális technológiák felelős, kritikus és magabiztos használatához szükséges digitális készségekkel és kompetenciákkal;

74. TOVÁBBRA IS támogassa az „Utak az iskolai sikerhez⁸²” című tanácsi ajánlás⁸² végrehajtását azáltal, hogy megosztja azokat a hatékony gyakorlatokat, iránymutatásokat és gyakorlati eszközöket, amelyek segítik az iskolákat és a pedagógusokat a jóllét és a mentális egészség előmozdításában, összhangban a jóllét és a mentális egészség egész rendszerre, illetve egész iskolára kiterjedő, közösségi megközelítésével⁸³. Ez magában foglalja a megelőzésre és a figyelemfelkeltésre irányuló erőfeszítéseket, valamint az uniós együttműködési eszközök, online platformok és oktatási közösségek – például az Európai Iskolai Oktatási Platform, többek között az eTwinning⁸⁴ közösség – teljes körű kiaknázását;
75. KONZULTÁLJON a tagállamokkal a közösségi média és a túl sok, képernyő előtt töltött idő mentális egészségre és jóllétre gyakorolt hatásáról szóló uniós szintű vizsgálatról a digitális technológiák pozitív, kreatív és kiegyensúlyozott használatának megteremtése érdekében⁸⁵;

⁸² A Tanács ajánlása (2022. november 28.) az „Utak az iskolai sikerhez” kezdeményezéséről és a korai iskolaelhagyás csökkentését célzó szakpolitikákról szóló, 2011. június 28-i tanácsi ajánlás felváltásáról (EGT-vonatkozású szöveg), 2022/C 469/01, ST/14981/2022/INIT, HL C 469., 2022.12.9., 1. o.,

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

⁸³ Európai Bizottság, Európai oktatási térség – Iskolai oktatás, „Jóllét az iskolában”, 2024. október 7., megtekintve: 2025. május 20.,

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

⁸⁴ Az Európai Iskolai Oktatási Platform az iskolai oktatási közösség – vagyis az iskolai személyzet, a kutatók és a politikai döntéshozók – találkozóhelye, ahol híreket, interjúkat, kiadványokat, gyakorlati példákat és tanfolyamokat oszthatnak meg egymással, és partnereket kereshetnek Erasmus+ projektjeikhez. A honlap eTwinning szekciója az eTwinnerek és tevékenységeik számára van fenntartva. További információkért lásd: <https://school-education.ec.europa.eu/en>.

⁸⁵ Egyre több tudományos bizonyíték támasztja alá, hogy szükség van a gyermekek és a serdülők képernyőhasználatának ellenőrzésére irányuló beavatkozásokra. További információkért lásd: Qi, J., Yan, Y. & Yin, H., „Screen time among school-aged children of age 6–14: a systematic review” (Képernyő előtt töltött idő a 6–14 éves iskoláskorú gyermekek körében: szisztematikus felülvizsgálat), *Global Health Research and Policy*, 8. kötet, 12. cikk (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” (A túl sok, képernyő előtt töltött idő hatásai a gyermek fejlődésére: naprakész felülvizsgálat és kezelési stratégiák), *Cureus*, 2023. június 18., 15(6). kötet, <https://www.cureus.com/articles/162175-effects-of-excessive-screen-time-on-child-development-an-updated-review-and-strategies-for-management#!/>.

76. GYŰJTÖN adatokat és ismereteket a közösségi média és a túl sok, képernyő előtt töltött idő mentális egészségre és jóllétre gyakorolt hatásáról szóló uniós szintű vizsgálat révén, és az összegyűjtött eredmények alapján VEGYEN FONTOLÓRA olyan intézkedéseket, mint például egy olyan cselekvési terv vagy más megfelelő dokumentum elkészítése, amely azonosítja és kezeli a megelőzésre, az oktatásra és a támogatásra vonatkozó kihívásokat és kockázatokat, valamint felvázolja az ezekre irányuló stratégiákat a digitális technológiák pozitív, kreatív és kiegyensúlyozott használatának megteremtése, valamint a digitális technológiák által a gyermekek és serdülők mentális egészségére gyakorolt káros hatások megelőzése és enyhítése érdekében⁸⁶;
77. VEGYE FIGYELEMBE az internetes megfélemlítés elleni jövőbeli cselekvési terv kidolgozása során a mentális egészség dimenzióját, ideértve a megelőző intézkedéseket, a megkülönböztetésmentességet, a hatékony biztosítékokat, a jelentéstételt és az átfogó támogatást;
78. DOLGOZZON KI a közösségi média és a túl sok, képernyő előtt töltött idő által a mentális egészségre és jóllétre gyakorolt hatásról szóló uniós szintű vizsgálat eredményein nyugvó, tényeken alapuló iránymutatást⁸⁷ a politikai döntéshozók, a pedagógusok, a gondozók és a szülők számára a kiberhigiénia, valamint a hatékony és felelős képernyőidő-gazdálkodási stratégiák (azaz a képernyő előtt töltött időre és a megtekintett tartalom típusára, a képernyőmentes időszakokra, valamint a digitális technológiáktól való függés csökkentésére irányuló alternatív tevékenységekre vonatkozó szabályok)⁴⁰ fontosságáról, továbbá dolgozzon ki életkor-specifikus ajánlásokat a képernyők és a közösségi média használatára vonatkozóan;

⁸⁶ Ez a cselekvési terv kiegészíti majd az internetes zaklatás elleni, küszöbön álló cselekvési tervet. További információkért lásd: U. Von Der Leyen – Az Európai Bizottság elnökjelöltje: Európa választása – Politikai iránymutatás a hivatalba lépő következő Európai Bizottság számára (2024–2029), Strasbourg, 2024.7.18., https://commission.europa.eu/document/download/e6cd4328-673c-4e7a-8683-f63ffb2cf648_hu?filename=Political%20Guidelines%202024-2029_HU.pdf.

⁸⁷ Az Ursula Von Der Leyen, az Európai Bizottság elnöke által Glenn Micallefnek, a generációk közötti méltányosságért, az ifjúságért, a kultúráért és a sportért felelős biztosjelöltnek címzett megbízólevél, Brüsszel, 2024.9.17., https://commission.europa.eu/document/download/c8b8682b-ca47-461b-bc95-c98195919eb0_en?filename=Mission%20letter%20-%20MICALLEF.pdf. Az Ursula Von Der Leyen, az Európai Bizottság elnöke által Várhelyi Olivérnek, az egészségügyért és az állatjólétért felelős biztosjelöltnek címzett megbízólevél, Brüsszel, 2024.9.17., https://commission.europa.eu/document/download/b1817a1b-e62e-4949-bbb8-ebf29b54c8bd_en?filename=Mission%20letter%20-%20VARHELYI.pdf.

79. BIZTOSÍTSA, hogy az európai és a nemzeti jog hatékonyan működjön vállvetve az online környezetben előforduló tisztességtelen és káros üzleti gyakorlatok megelőzése és a meglévő szabályozás hatékony érvényesítése érdekében;
80. BIZTOSÍTSA, hogy a gyermekek és a fiatalok Európa-szerte aktívan és érdemben részt vegyenek olyan uniós szakpolitikák, fellépések és megoldások kidolgozásában, amelyek célja öntudatos online szerepvállalásuk biztosítása, valamint a digitális technológiák által a gyermekek és a serdülők mentális egészségére gyakorolt negatív hatások mérséklése⁸⁸;
81. HÍVJA FEL A FIGYELMET az Európai Unión belül azokra a lehetséges káros következményekre, amelyek a gyermekek és a serdülők digitális technológiákhoz való hozzáféréseinek korai szakaszban, megfelelő felügyelet, iránymutatás vagy korlátok nélkül történő biztosításából erednek;
82. ÖSZTÖNÖZZE a digitális korhoz igazított mentális egészségügyi szolgáltatásokról szóló kutatásokat és e szolgáltatások fejlesztését erőforrások, segélyvonalak és online tanácsadás révén⁸⁹;
83. KÖVESSE NYOMON és ÉRVÉNYESÍTSE a digitális üzleti világ érdekelt feleinek megfelelését a gyermekek és a serdülők kibertérben történő védelmére vonatkozó hatályos rendeleteknek, valamint kövesse nyomon az e területen elért eredményeiket és proaktív hozzáállásukat, és folyamatosan ÉRTÉKELJE, hogy rendelkezünk-e a megfelelő eszközökkel a kihívások kezeléséhez;

⁸⁸ Az Európai Unió Tanácsa és a tagállamok kormányainak a Tanács keretében ülésező képviselői által elfogadott állásfoglalás az ifjúságpolitika terén folytatott európai együttműködés keretéről: A 2019 és 2027 közötti időszakra szóló uniós ifjúsági stratégia, HL C 456., 2018.12.18., https://eur-lex.europa.eu/legal-content/HU/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*” (A gyermekek és a serdülők mentális egészségének előmozdítása a digitális technológia révén: szisztematikus áttekintés és metaelemzés), *Frontiers In Psychology*, 2024. március 12., 15. kötet, <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1356554>.

84. AZONOSÍTSON példákat a gyermekek és a serdülők igényei és sebezhetősége tekintetében a digitális technológia – különösen a közösségimédia-platformok – jó és biztonságos tervezésére, és ÖSZTÖNÖZZE azokat a kezdeményezéseket, amelyek egészséges tartalmakat mozdítanak elő a digitális technológiák negatív hatásainak ellensúlyozása céljából;
85. VEGYE FIGYELEMBE az európai népesség sokféleségét a szakpolitikai kezdeményezések kialakítása során azon gyermekek és serdülők megfelelő védelmének az előmozdítása érdekében, akiknek potenciálisan veszélyben van a mentális egészsége;
86. MOZDÍTSA ELŐ a kutatást és az innovációt annak érdekében, hogy további tudományos bizonyítékok álljanak rendelkezésre arra vonatkozóan, hogy a digitális technológiák használata miként befolyásolja a gyermekek és a serdülők mentális egészségét és jóllétét az egyre digitálisabbá váló társadalomban, KÖVESSE NYOMON ÉS MÉRJE FEL a digitális technológia egészséges és kiegyensúlyozott használatának előmozdítását célzó stratégiák és kezdeményezések hatásait, valamint ÉRTÉKELJE mind a kutatás, mind a tényeken alapuló intézkedések támogatására szolgáló, következetes finanszírozási lehetőségeket ezen a területen.
-