

Tracking Teens: hoe zetten ouders digitale surveillance in tijdens de opvoeding van hun tieners?

Publieksrapport met resultaten uit het PARADOx onderzoek

Dr. Savannah Boele



Onderzoeksproject: Dit rapport is gebaseerd op wetenschappelijk onderzoek uitgevoerd binnen het PARADOx project (www.paradoxscience.nl). PARADOx onderzoekt hoe ouderlijke steun samenhangt met het welzijn van jongeren. Centraal staat de vraag of te veel steun averechts kan werken en de mentale gezondheid van jongeren onder druk zet, doordat zij minder leren omgaan met tegenslagen. Prof. dr. Loes Keijsers is de hoofdonderzoeker van project PARADOx.

Ethische verantwoording: Dit onderzoek is goedgekeurd door de ethische commissie van Erasmus School of Social and Behavioural Sciences van Erasmus University Rotterdam (ETH2324-0156).

Financiering: Het PARADOx project is gefinancierd door de Europese Unie (European Research Council, PARADOx, 101043536), toegekend aan prof. dr. Loes Keijsers. De geuite opvattingen en meningen zijn uitsluitend die van de auteur(s) en vertegenwoordigen niet noodzakelijkerwijs die van de Europese Unie of het European Research Council Executive Agency. De Europese Unie en de subsidieverstrekker kunnen niet verantwoordelijk worden gehouden voor deze inhoud.



European Research Council
Established by the European Commission

Colofon

Tracking Teens: hoe zetten ouders digitale surveillance in tijdens de opvoeding van hun tieners?

Auteur: Dr. Savannah Boele

Redactie: Thoughtful Stories, dr. Renée Verdiesen

Betrokken onderzoekers: Dr. Savannah Boele, dr. Anne Bülow en prof. dr. Loes Keijsers

Uitgave: Erasmus School of Social and Behavioral Sciences, Erasmus Universiteit Rotterdam, september 2025

Vormgeving: Dr. Renée Verdiesen en dr. Savannah Boele (vormgeving rapport), Céline Henneveld (ontwerp huisstijl PARADOx)

Beeldmateriaal: Geselecteerd door Thoughtful Stories, afkomstig van Freepik (www.freepik.com)

Verwijzing naar dit rapport: Overname of verspreiding van deze publicatie is toegestaan onder vermelding van deze bronvermelding: **Boele, Bülow, & Keijsers (2025). Tracking Teens: hoe zetten ouders digitale surveillance in tijdens de opvoeding van hun tieners? Erasmus University Rotterdam.** De inhoud van dit rapport valt onder de verantwoordelijkheid van de auteur en vertegenwoordigt niet noodzakelijkerwijs de standpunten van eventuele betrokken instellingen.

Bijbehorende wetenschappelijke publicatie: Boele, S., Bülow, A., & Keijsers, L. (2025, August 8). Tracking Teens: Parental Overprotection Going Digital. https://doi.org/10.31234/osf.io/mzry3_v1 [deze wetenschappelijke studie ondergaat momenteel peer review]



“Hoewel jongeren, ouders en scholen steeds vaker hun zorgen uitspreken over het gebruik van online schoolportalen door ouders, is er nauwelijks onderzoek naar gedaan. Dit onderzoek toont aan dat maar liefst **42% van de ouders meerdere keren per week** digitaal meekijkt met school.”



dr. Savannah Boele

Heeft u vragen over de inhoud van dit rapport en/of interesse in een samenwerking?
Stuur mij dan gerust een e-mail op s.boele@essb.eur.nl

Inhoud

Highlights	5
Inleiding	7
Het onderzoek	9
De cijfers	
Hoe vaak kijken ouders digitaal mee?	12
Hoe vaak denken tieners dat ouders digitaal meekijken?	14
Wat vinden tieners ervan dat ouders digitaal meekijken?	15
Wanneer kijken ouders vaker mee?	18
Waar staan we nu en hoe gaan we verder?	19
Dankwoord	22
Referenties	23

Highlights

Ouders kunnen tegenwoordig op verschillende manieren een digitaal oogje in het zeil houden tijdens de opvoeding van hun kinderen. In dit rapport noemen we deze vorm van digitaal meekijken: **digitale surveillance**. Binnen het PARADOx onderzoeksproject hebben we informatie verzameld, om beter in kaart te brengen hoe vaak ouders in Nederland digitale surveillance inzetten om mee te kijken naar de **schoolprestaties, gelduitgaven en locatie** van hun tieners (11 tot 18 jaar). De belangrijkste punten vatten we hieronder voor u samen:

- De resultaten in dit rapport zijn gebaseerd op gegevens van een grote groep ouder-tiener paren uit Zuid- en Midden-Nederland; maar liefst **525 ouders en hun tiener** deden mee.
- Bijna alle ouders kijken digitaal met hun tieners mee (99,6% in dit onderzoek), vooral naar **schoolprestaties** en **gelduitgaven**. Hoewel de meerderheid van de ouders ook wel eens meekijkt naar de **locatie** van hun tiener, is deze groep duidelijk kleiner (66% in dit onderzoek).
- Veel tieners weten goed hoe vaak hun ouders digitaal meekijken (ongeveer 50% van de tieners in dit onderzoek). Tieners die dit anders inschatten, denken over het algemeen dat hun ouders vaker digitaal meekijken dan dat ouders werkelijk doen.
- De meeste tieners vinden het oké tot heel erg oké dat hun ouders digitaal meekijken naar hun **schoolprestaties** en **gelduitgaven** (95% in dit onderzoek). Dit ligt iets anders voor digitale surveillance naar hun **locatie**; 26% van de tieners in dit onderzoek vindt het niet oké dat hun ouders meekijken naar hun locatie.
- Tieners lijken geen duidelijke voorkeur te hebben voor de regelmaat waarmee hun ouders met hen meekijken naar hun **schoolprestaties, gelduitgaven en locatie**. Hoewel slechts 10% van de tieners in dit onderzoek het oké vindt als ouders dat meerdere keren per dag doen.
- Een overbeschermende opvoedstijl en onzekerheid onder ouders lijken samen te hangen met de regelmaat waarmee zij digitale surveillance inzetten.
- De regelmaat waarmee ouders digitale surveillance inzetten lijkt niet samen te hangen met de persoonlijkheid en het mentale welzijn van hun tiener.

- De resultaten in dit rapport laten zien dat digitale surveillance door ouders een vanzelfsprekend onderdeel is geworden van het digitale gezinsleven in Nederland. Deze ontwikkeling onderstreept het belang van vervolgonderzoek naar de gevolgen van digitale surveillance op zowel het welzijn van tieners als dat van hun ouders.
- Andere belangrijke thema's voor toekomstig onderzoek naar digitale surveillance zijn: gevolgen op de ouder-kind relatie, privacy en de ontwikkeling van jongere tot volwassene.
- Wilt u meer weten over het PARADOx onderzoek? Op de website **www.paradoxscience.nl** vindt u meer informatie over het project en ons onderzoeksteam, en kunt u zich inschrijven voor onze nieuwsbrief zodat u op de hoogte blijft van onze toekomstige resultaten.

Inleiding

Tegenwoordig heeft vrijwel iedereen één of meerdere digitale hulpmiddelen, zoals een smartphone, tablet en/of computer. Ouders van opgroeiende kinderen kunnen daardoor regelmatig een digitaal oogje in het zeil houden, en op de hoogte blijven van hoe het met hun kinderen gaat en wat ze aan het doen zijn. In dit rapport noemen we deze vorm van digitaal meekijken: **digitale surveillance**. Met de kennis die ouders verkrijgen via digitale surveillance, kunnen zij hun kinderen passende steun bieden en grenzen stellen wanneer dat nodig is.

Het snelle tempo waarin technologische ontwikkelingen elkaar opvolgen, maakt het voor ouders mogelijk om op steeds meer verschillende fronten met hun kind mee te kijken. Zo geven online schoolportalen als Magister en Somtoday ouders direct inzage in de cijfers en aanwezigheid, en dus **schoolprestaties**, van hun kind. Via bank apps kunnen ouders ook meekijken naar de **financiële uitgaven** die hun kind doet. En door GPS-gebaseerde apps, zoals Find My iPhone en Life360, en bluetooth-trackers, zoals de AirTag, kunnen ouders zelfs de **locatie** van hun kind op de voet volgen of nauwkeurig terugkijken.

Veel ouders lijken deze manieren van digitale surveillance te gebruiken, en dat roept vragen op over de gevolgen hiervan. In de media spreken professionals, maar ook ouders én jongeren zelf, zich steeds vaker uit¹⁻³. Zo waarschuwen zij bijvoorbeeld dat constante toegang van ouders tot schoolportalen stress kan veroorzaken bij jongeren. Ook uit deze groepen hun zorgen over de gevolgen van regelmatige digitale surveillance op de ouder-kindrelatie, omdat jongeren zich daardoor minder vrij kunnen voelen om zelf te bepalen wanneer, en hoe, zij bepaalde informatie met hun ouders delen. Naast deze inperking van autonomie, kan digitale surveillance door ouders ook de zelfstandigheid van jongeren onder druk zetten, terwijl dit juist een cruciaal onderdeel is van het opgroeien tot veerkrachtige volwassenen^{4,5}.

Aan de andere kant zijn er ook zorgen over de gevolgen van digitale surveillance op de ouders zelf. Hoewel veel surveillance technologieën zijn ontwikkeld om ouders gerust te stellen, is het de vraag of deze in de praktijk niet juist hun gevoelens van angst, onrust en wantrouwen versterken⁵. Kortom, digitale surveillance door ouders roept belangrijke vragen op over angst, vertrouwen, controle en de balans tussen bescherming en loslaten binnen hedendaagse gezinnen.

Op dit moment is er nog maar weinig wetenschappelijk onderzoek dat deze vragen probeert te beantwoorden. Een paar buitenlandse studies laten zien dat 33% tot 69% van de ouders digitaal meekijkt naar de **locatie** van hun kind⁶. Onderzoek naar digitale surveillance van **schoolprestaties** en **geldzaken** ontbrak tot voor kort nog, zowel in het buitenland als in Nederland.

Binnen het PARADOx project hebben we daarom gegevens verzameld om het gebruik van digitale surveillance door ouders in Nederland beter in kaart te brengen. Dit publieksrapport vat de belangrijkste conclusies en inzichten van dit onderzoek samen. In het bijzonder laten we zien hoe vaak ouders in Nederland digitale surveillance inzetten om hun kinderen van 11 tot 18 jaar te volgen, en wat tieners ervan vinden dat hun ouders digitaal meekijken. Verder laten we zien onder welke omstandigheden ouders vaker digitaal met hun tiener meekijken.

Door deze resultaten op een toegankelijke manier te presenteren, hopen we dat zowel ouders als opvoedprofessionals een beter beeld krijgen van het digitale leven van gezinnen in Nederland. Tenslotte willen we op deze manier gesprekken tussen ouders en jongeren stimuleren, maar ook binnen scholen en de wetenschap, zodat we **samen een gezonde balans kunnen vinden tussen digitaal betrokken zijn en loslaten**.

Dr. Savannah Boele

Dr. Anne Bülow

Prof. Dr. Loes Keijsers

Het onderzoek

Om het gebruik van digitale surveillance door ouders in kaart te kunnen brengen, nodigde het PARADOx onderzoeksteam **gezinnen uit Zuid- en Midden-Nederland** uit om mee te doen aan dit onderzoek. Het team benaderde hiervoor vijf middelbare scholen in deze regio's, in de periode augustus 2024 tot oktober 2024. Per gezin dat mee wilde doen, vulde één ouder en één tiener de vragenlijst voor dit onderzoek in. In totaal gaven 548 ouder-tiener paren aan mee te willen doen.

Deze 548 ouder-tiener paren ontvingen op 13 oktober 2024 de eerste vragenlijst via een e-mail. Het grootste deel van de cijfers en conclusies in dit rapport zijn gebaseerd op die eerste vragenlijst. Een half jaar later, op 24 april 2025, ontvingen de ouder-tiener paren een tweede vragenlijst met vervolgvragen voor dit onderzoek. Enkele resultaten op basis van deze tweede vragenlijst leest u terug in de hoofdstukken "Hoe vaak denken tieners dat ouders digitaal meekijken?" (blz 14) en "Wat vinden tieners ervan dat ouders digitaal meekijken?" (blz 16).

Alleen de antwoorden van ouder-tiener paren die alle vragen over digitale surveillance invulden, zijn meegenomen in het huidige onderzoek. Deze vragen gingen over het digitaal meekijken door ouders binnen drie verschillende domeinen:



schoolprestaties



gelduitgaven



locatie

Van de 548 ouder-tiener paren, vulden **525 ouder-tiener paren** (oftewel 96%) deze vragen in. De resultaten uit dit rapport zijn daarom gebaseerd op de gegevens van deze 525 ouder-tiener paren. Op de volgende twee pagina's geven we een aantal kenmerken van de deelnemende ouders en tieners weer. Deze informatie is belangrijk om onze resultaten in de juiste context te kunnen plaatsen.

Kenmerken van de 525 ouders in dit onderzoek

Ouders waren tussen de 31 en 61 jaar oud

Hun gemiddelde leeftijd was 46,7 jaar

Vooral biologische ouders deden mee (81% moeders, 18% vaders)

Daarnaast was 0.6% adoptieouder en 0.4% stiefouder

Vooral ouders in een gelijkwaardige opvoedverdeling deden mee (67%)

32% van de ouders zag zichzelf als belangrijkste verzorger

De meeste ouders woonden samen met de andere biologische ouder (bijna 80%)

Daarnaast had 12% een nieuwe partner, was 7% alleenstaand en 1,5% weduwe of weduwnaar

De meeste ouders zijn geboren in Nederland en hadden de Nederlandse nationaliteit (97%)

De rest van de ouders kwamen uit verschillende landen binnen en buiten Europa

De meeste ouders hadden een vervolgopleiding afgerond (97%)

Waarvan 19% een mbo-opleiding, 44% een hbo-opleiding en 33% een wo-opleiding



Kenmerken van de 525 tieners in dit onderzoek

Tieners waren tussen de 11 en 18 jaar oud

Hun gemiddelde leeftijd was 14,1 jaar

De meeste tieners identificeerden als meisje (52%) of als jongen (46%)

Daarnaast identificeerde 0,2% als non-binair

De meeste tieners hadden broers of zussen (90%)

Waarvan 53% een broer óf zus had en 28% twee broers/zussen

Bijna de helft van deze tieners was het oudste kind binnen het gezin (48%)

Ongeveer de helft van de tieners woonde in een landelijke omgeving (52%)

De andere helft woonde in een stedelijke omgeving

De meeste tieners zijn geboren in Nederland en hadden de Nederlandse nationaliteit (95%)

De rest van de tieners kwamen uit verschillende landen binnen en buiten Europa

Bijna alle tieners gingen naar de middelbare school (90%)

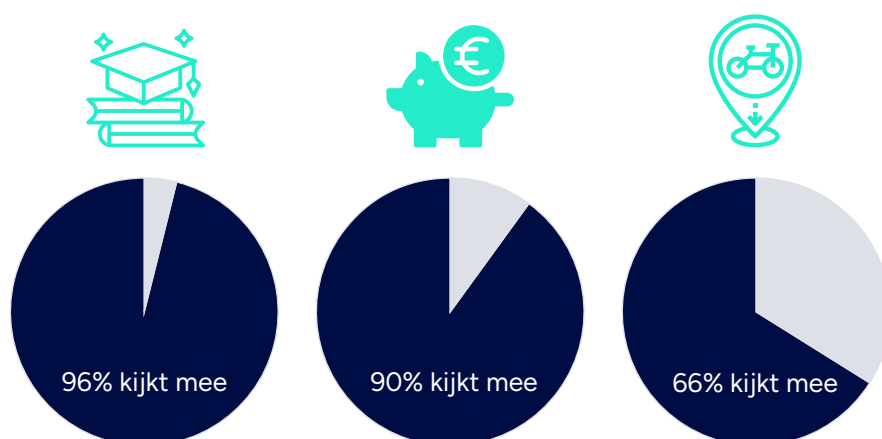
14% zat op het vmbo, 33% op de havo, 43% op het vwo, 3% volgde een gemengde route



Hoe vaak kijken ouders digitaal mee?

99,6% van de ouders kijkt digitaal mee, hoe vaak verschilt per domein.




- Bijna alle ouders in dit onderzoek gaven aan dat ze digitaal met hun tiener meekijken naar tenminste één van de drie domeinen (**school, gelduitgaven en locatie**). Om precies te zijn, keken 523 van de 525 ouders digitaal mee, dat is 99,6%.
- Of, en hoe vaak, ouders meekijken verschilde per domein. Wat opvalt is dat ouders vooral meekijken naar **schoolprestaties en gelduitgaven**, maar dat het percentage ouders dat de **locatie** van hun tiener volgt een stuk lager ligt:



- Ouders gaven aan dat zij schoolportalen zoals Magister of Somtoday gebruiken om digitaal mee te kijken naar de **schoolprestaties** van hun tiener. Veel ouders kijken via deze weg wekelijks (42%) of maandelijks (33%) digitaal mee naar de aanwezigheid en/of het huiswerk en cijfers van hun tiener (Tabel 1, blz 13).
- Daarnaast kijken bijna alle ouders wel eens mee naar de **gelduitgaven** van hun tieners, dit doen ze via online bankieren. De regelmaat waarmee ouders meekijken naar de bankrekening van hun tiener ligt lager dan voor schoolprestaties; 43% van de ouders kijkt maandelijks mee en 34% van de ouders doet dat jaarlijks.

- Hoewel een kleinere groep ouders de **locatie** van hun tiener blijkt te volgen, gaf 26% van de ouders aan dat ze wekelijks meekijken via apps zoals Find My iPhone, 37% van de ouders doet dit maandelijks of jaarlijks.
- Voor alle drie de domeinen is er maar een kleine groep ouders die hun tiener meerdere keren per dag volgt.

Tabel 1: Ouders kijken vooral digitaal mee naar schoolprestaties en gelduitgaven.

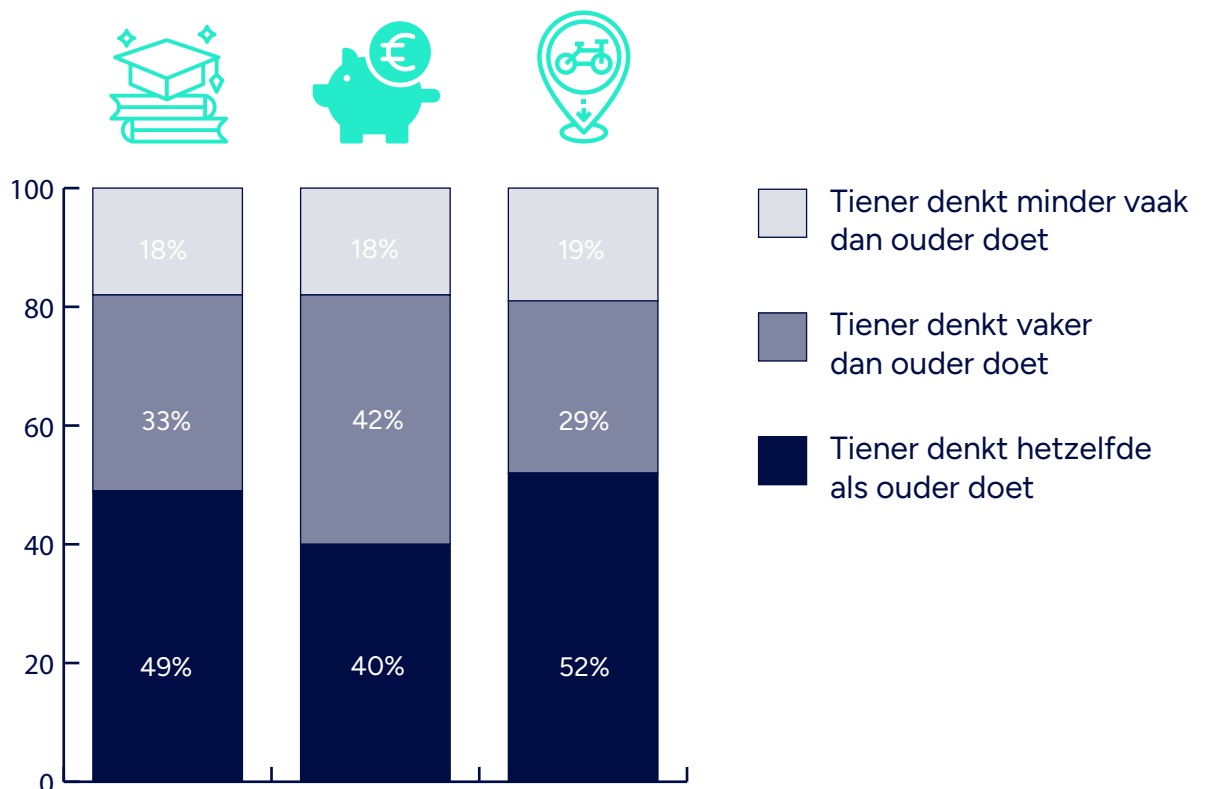
			
Nooit	4%	10%	34%
Jaarlijks	16%	34%	21%
Maandelijks	33%	43%	16%
Wekelijks	42%	12%	26%
Dagelijks	6%	1%	3%

- Deze cijfers laten zien dat digitale surveillance een vast onderdeel is geworden van het moderne ouderschap.

Hoe vaak denken tieners dat ouders digitaal meekijken?

Ongeveer 50% van de tieners schat de regelmaat waarmee hun ouders meekijken goed in.

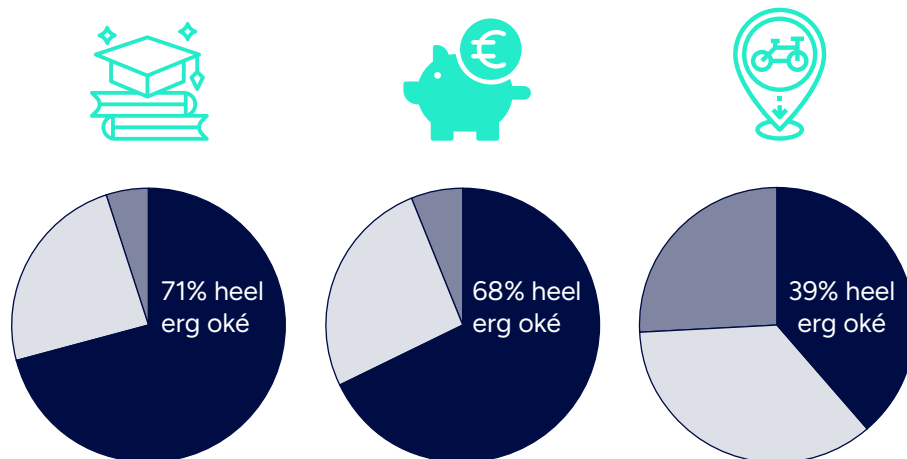
- We vroegen aan de deelnemende tieners hoe vaak zij dachten dat hun ouders meekijken naar hun **schoolprestaties, gelduitgaven en locatie**. Deze vraag stelden we in de tweede vragenlijst van dit onderzoek (in april 2025), en werd door 271 van de ouder-tiener paren beantwoord.
- Ongeveer de helft van de tieners en ouders schatten de regelmaat waarmee ouders digitaal meekijken hetzelfde in voor **schoolprestaties** (49%) en **locatie** (52%), voor **gelduitgaven** was deze groep wat kleiner (40%).
- In de gevallen dat tieners een andere inschatting maakten dan hun ouder, dachten de meeste tieners dat hun ouder vaker meekijkte dan dat de ouder daadwerkelijk deed.
- Ongeveer 20% van de tieners dacht dat hun ouder minder vaak meekijkte dan dat ouder daadwerkelijk deed.



Wat vinden tieners ervan dat ouders digitaal meekijken?

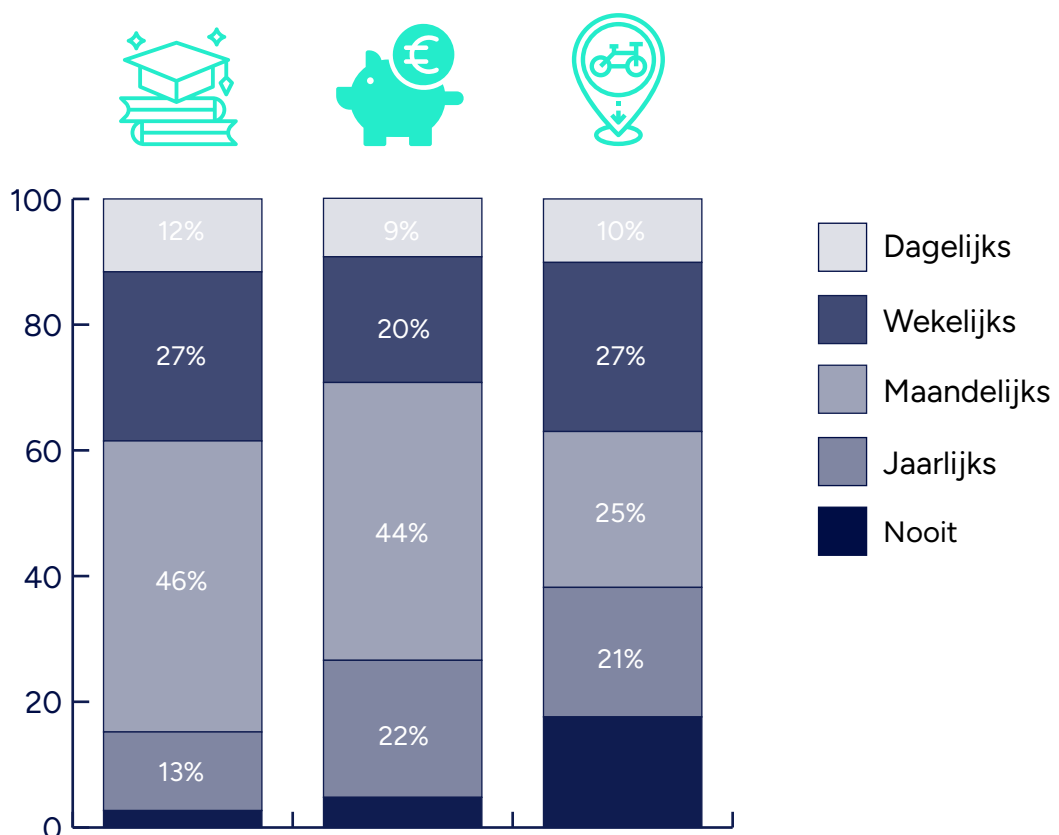
Tussen de 74% en 95% van de tieners vindt het oké dat hun ouders digitaal meekijkt.

- We vroegen tieners in de eerste vragenlijst in hoeverre zij het legitiem vinden dan hun ouders digitaal met hen meekijken.
- Een duidelijke meerderheid van de tieners in dit onderzoek vindt dat voor alle drie de domeinen oké, hoewel tieners het minder oké vinden dat hun ouders hun **locatie** volgen in vergelijking met hun **schoolprestaties** en **gelduitgaven**.
- Maar liefst 71% van de tieners vindt het zelfs heel erg oké dat hun ouders hun **schoolprestaties** volgt, tegenover 5% die dat niet oké vindt:



- Voor het meekijken naar **gelduitgaven** zijn deze cijfers erg vergelijkbaar; 68% van de tieners vindt het heel erg oké dat hun ouders meekijken via online bankieren, tegenover 6% die dat niet oké vindt.
- Wat betreft het meekijken naar **locatie** ligt dat anders. Waar 39% van de tieners het heel erg oké vindt dat hun ouders hun locatie volgen, vindt 26% het niet oké dat hun ouders dat doen.

- Een half jaar later, in april 2025, vroegen we dit verder uit onder de tieners, door te vragen welke regelmaat van meekijken per domein zij oké vinden. In totaal beantwoordden 335 tieners deze vraag.
- Wat opvalt, is dat de tieners in dit onderzoek geen eenduidig antwoord gaven op deze vraag; de regelmaat van digitaal meekijken die de tieners oké vinden loopt uiteen van jaarlijks tot wekelijks. Wel zien we dat tieners voor de domeinen **school** en **gelduitgaven** de voorkeur lijken te geven aan maandelijkse surveillance door hun ouders. Iets minder dan de helft van de tieners vindt het oké als hun ouders maandelijks digitaal meekijken naar hun schoolprestaties (46%) en uitgaven (44%).
- Ongeveer 10% van de tieners vindt het oké als hun ouders dagelijks meekijken naar hun **schoolprestaties, gelduitgaven en locatie**.



- Ook deze resultaten laten zien dat tieners het minder vaak oké vinden dat hun ouders meekijken naar hun **locatie**, dan met hun **schoolprestaties en uitgaven**.

Digitale surveillance door ouders lijkt een vast onderdeel geworden van het digitale leven van gezinnen, en veel tieners vinden het oké dat hun ouders op deze manier een oogje in het zeil houden.

Toch is het goed om meer onderzoek te doen naar eventuele korte- en langetermijnevolgen hiervan, zowel op de tieners als op de ouders zelf.

Op basis van de huidige PARADOx gegevens kunnen we hier nog geen uitspraken over doen.

Wel hebben we een begin gemaakt met het in kaart brengen van wanneer ouders digitale surveillance vaker inzetten, door te kijken naar de samenhang met verschillende ouder- en tienerkenmerken.

Wanneer kijken ouders vaker mee?

Bijna alle ouders in dit onderzoek gaven aan dat ze in meer of mindere mate digitaal meekijken met hun tiener op het gebied van **school, gelduitgaven en locatie**. Een vraag die hier logischerwijs uit volgt is: wat voor gevolgen heeft deze vorm van digitale surveillance op het welzijn van zowel tieners als ouders? De gegevens die we voor dit onderzoek hebben verzameld, kunnen ons daar helaas nog geen antwoord op geven. Wel kunnen we met de huidige onderzoeksgegevens in kaart brengen wat ouders die vaker digitaal meekijken, zeggen over hun eigen opvoedstijl, welzijn en persoonlijkheid. En wat hun tieners zeggen over de opvoedstijl van hun ouders en hun eigen welzijn en persoonlijkheid. De voorlopige conclusies die hieruit volgen, zijn belangrijke aanknopingspunten voor vervolgonderzoek.

Digitaal meekijken & opvoedstijl

- Ouders die hun tiener veel emotionele steun geven door affectie te tonen, hun tiener te helpen en samen tijd door te brengen, keken vaker digitaal mee met **schoolprestaties**.
- Ouders die een meer beschermende opvoedstijl hanteren, omdat ze snel gevaar zien en de tiener behandelen alsof het een jong kind is en onnodig veel helpen, keken vaker mee op alle drie de gebieden. Gegevens van de tieners bevestigen dit; tieners die vaker digitaal gevolgd worden, vinden hun ouders meer overbeschermend.

Digitaal meekijken & welzijn en persoonlijkheid van ouders

- Perfectionistische ouders keken vaker mee naar de **schoolprestaties** van hun tiener.
- Ouders met verlatingsangst keken vaker mee naar de **locatie** van hun tiener.
- Ouders die aangaven moeite te hebben met onzekerheid keken vaker mee op alle drie de gebieden.
- Ouders die de wereld als een gevaarlijke en/of oneerlijke plek zien, keken vaker mee op alle drie de gebieden.

Digitaal meekijken & welzijn en persoonlijkheid van tieners

- De regelmaat waarmee ouders digitaal meekijken lijkt niet samen te hangen met mentale gezondheid en persoonlijkheidstreken van hun tieners. Op basis van onze onderzoeksgegevens zien wij geen samenhang tussen vaker digitaal meekijken en mentale klachten, schooldruk, perfectionisme, verlatingsangst en de mate waarin tieners om kunnen gaan met onzekerheid.

Waar staan we nu en hoe gaan we verder?

De cijfers in dit rapport bevestigen dat digitale surveillance door ouders een vast onderdeel is geworden van het ouderschap. Ouders lijken vooral regelmatig mee te kijken naar de schoolprestaties van hun tieners; bijna de helft van de ouders zei dit wekelijks of vaker te doen. Dit resultaat is niet verrassend gezien het feit dat middelbare scholen steeds meer met ouders communiceren via schoolportalen, zoals Magister en Somtoday.

Een groot deel van de tieners heeft een goed beeld van hoe vaak hun ouders digitaal meekijken naar hun schoolprestaties, geldzaken en locatie, en geeft aan het oké te vinden dat hun ouders dat doen. Hoewel tieners duidelijk aangeven dat ze het minder op prijs stellen wanneer hun ouder meekijkt naar hun locatie.

Dat veel ouders digitale surveillance inzetten, en hun tieners dit lijken te accepteren, betekent niet dat digitaal meekijken geen negatieve gevolgen heeft. **Op dit moment beschikken we alleen nog niet over de juiste gegevens om de gevolgen van digitale surveillance op tieners en ouders te onderzoeken.** Wel weten we door vorig onderzoek dat een overbeschermd opvoeding een gezonde ontwikkeling van tieners in de weg kan staan^{7,8}. Omdat in onze voorlopige resultaten een overbeschermd opvoeding ook samenhang met een hogere mate van digitale surveillance, is dit zeker een onderwerp waarnaar meer onderzoek gedaan moet worden.

Bovendien moeten de gevolgen van digitale surveillance op de ouders zelf hoog op de onderzoeksagenda staan. **Ouders die vaker digitaal meekijken met hun tiener zeiden namelijk relatief vaker angstig en onzeker te zijn.** Hierdoor ontstaat de vraag of digitale hulpmiddelen die oorspronkelijk bedoeld waren om onzekerheid bij ouders weg te nemen, juist hun onzekere en angstige gevoelens versterken. Andere thema's voor toekomstig onderzoek zijn de gevolgen van digitale surveillance op de ouder-kind relatie, privacy van tieners en de ontwikkeling van jongere tot volwassene. Een belangrijke vraag die speelt, is of tieners nog wel voldoende vrijheid krijgen om zelf keuzes en fouten te maken waarvan ze van kunnen leren.

Het is belangrijk om de cijfers in dit rapport in de juiste context te plaatsen, en ons bewust te zijn van wat we nu nog niet weten. Onder de ouder-tiener paren die meededen aan dit onderzoek, waren relatief veel ouders met een hbo- of wo-opleiding, en tieners die het vwo volgden. Op basis van onze onderzoeksgegevens weten we dat deze groep ouders minder vaak digitaal meekijkt, en dat er met deze groep tieners minder vaak wordt meegekeken,

vergeleken met ouders en tieners die meer praktisch opgeleid zijn. Het is daardoor mogelijk dat het percentage ouders dat digitale surveillance inzet tijdens de opvoeding onder alle ouders in Nederland hoger ligt, dan dat onze cijfers nu zeggen. Daarnaast bestond de groep ouders die meedeed aan dit onderzoek grotendeels uit gezinnen met een Nederlandse nationaliteit en deden vooral moeders mee. Dit betekent dat de cijfers in dit rapport niet per definitie door te trekken zijn naar vaders of naar andere landen. Tenslotte is dit rapport gebaseerd op gegevens uit vragenlijsten die eenmalig zijn ingevuld, waardoor we op dit moment niets kunnen zeggen over oorzaak-gevolg relaties of over veranderingen in digitale surveillance over de tijd.

We hopen dat de conclusies in dit rapport ouders aanmoedigen om samen met hun tieners over digitale surveillance te praten, en afspraken te maken over de situaties waarin zij digitaal meekijken. **Het maken van zulke afspraken zorgt ervoor dat digitale surveillance en de privacy en autonomie van tieners naast elkaar kunnen bestaan.** Ook hopen we dat dit rapport het beginpunt is van een dialoog tussen ouders, tieners, scholen en de wetenschap over hoe we samen een gezonde balans vinden tussen digitaal betrokken zijn en loslaten, in een samenleving waarin digitale verbinding niet meer weg te denken is.

Heeft u vragen over de inhoud van dit rapport en/of interesse in een samenwerking? Stuur dr. Savannah Boele dan gerust een e-mail (s.boele@essb.eur.nl), zij staat u graag te woord!

“Je maakt kinderen alleen levenswijs door ze, afhankelijk van hun leeftijd en de omstandigheden, gecontroleerd los te laten. Het is belangrijk dat ze hun eigen problemen leren oplossen. Dat geeft zelfvertrouwen. Door de confrontatie met de angst te vermijden, wordt die erger.”



Prof. dr. Loes Keijsers

Dankwoord

Wij willen **alle ouders en tieners** hartelijk bedanken voor hun deelname aan dit onderzoek en voor hun openheid en het delen van hun ervaringen.

Ook spreken wij onze dank uit aan de **schoolbesturen en leraren** van de middelbare scholen die ons de gelegenheid hebben geboden om tieners en ouders te benaderen en te interesseren voor deelname. Zonder hun steun was dit onderzoek niet mogelijk geweest.

Tenslotte willen we onze **PARADOx-collega's** Rick van Logchem en Asli Gulmus bedanken voor hun inzet en ondersteuning bij de dataverzameling.

Hartelijke groet,
Het PARADOx onderzoeksteam



dr. Savannah Boele



prof. dr. Loes Keijsers



dr. Anne Bülow



Rick van Logchem



Asli Gulmus



Blijf op de hoogte van nieuwe PARADOx resultaten via www.paradoxscience.nl en via de PARADOx Science en onze persoonlijke LinkedIn accounts!

Referenties

1. RTV Utrecht. (2024, 17 november). Meer scholen merken Magister-stress: Leerlingen moeten zelf meer verantwoordelijkheid nemen. NOS.
<https://nos.nl/regio/utrecht/artikel/576124-meer-scholen-merken-magister-stress-leerling-en-moeten-zelf-meer-verantwoordelijkheid-nemen>
2. NPO Radio 1. (2025, 19 mei). De gevolgen van GPS-tracking van je kind via smartwatches en apps. NPO Radio 1.
<https://www.nporadio1.nl/nieuws/cultuur-media/f496b77b-22ef-4cdd-a32c-5075470931ef/de-gevolgen-van-gps-tracking-van-je-kind-via-smartwatches-en-apps>
3. Pardoën, J. (2024, 9 december). Geef je je kind een smartwatch?. Bureau Jeugd & Media.
<https://www.bureaujeugdenmedia.nl/ouders/geef-je-je-kind-een-smartwatch/>
4. Gabriëls, K. (2016). 'I keep a close watch on this child of mine': a moral critique of other-tracking apps. *Ethics and Information Technology*, 18(3), 175-184.
5. Beyers, W., Soenens, B., & Vansteenkiste, M. (2025). Autonomy in adolescence: a conceptual, developmental and cross-cultural perspective. *European Journal of Developmental Psychology*, 22(2), 121-141.
6. Davis, I. S., Thornburg, M. A., Patel, H., & Pelham III, W. E. (2024). Digital location tracking of children and adolescents: a theoretical framework and review. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 27(4), 943-965.
7. Zhang, Q., & Ji, W. (2024). Overparenting and offspring depression, anxiety, and internalizing symptoms: A meta-analysis. *Development and Psychopathology*, 36(3), 1307–1322. doi:10.1017/S095457942300055X
8. Bruysters, N. Y. F., & Pilkington, P. D. (2023). Overprotective parenting experiences and early maladaptive schemas in adolescence and adulthood: A systematic review and meta-analysis. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 30(1), 10-23.