



European Liberal
Forum

PUBLICATIONS

Januari 2025

Welke maatschappij hebben jongeren nodig?

Het mentaal welzijn van jonge mensen in Europa staat onder druk. Maar waar bestaat beleid vooral individuele veerkracht benadrukt, liggen hieraan veel structurele factoren ten grondslag, zoals economische onzekerheid en digitale verslaving. In dit essay stellen we dat werkelijke verbetering daarom vraagt om maatschappelijke verantwoordelijkheid en om het actief betrekken van jonge mensen bij hun omgeving.

Afke Groen

Directeur Mr. Hans
van Mierlo Stichting



Evert Manders

Bestuurslid Jonge
Democraten
(2023-2024)



Welke maatschappij hebben jonge mensen nodig?

Het mentaal welzijn van jonge mensen in onze Europese samenlevingen heeft veel meer aandacht nodig. In 2020 was zelfdoding de op één na belangrijkste doodsoorzaak onder 15- tot 29-jarigen in de Europese Unie.¹ Tijdens de pandemie, in de lente van 2021 en 2022, gaf ongeveer de helft van de jongvolwassenen tussen de 18 en 29 jaar aan dat hun behoefte aan geestelijke gezondheidszorg on vervuld bleef. In dezelfde periode verdubbelden symptomen van depressie en angst in verschillende landen², wat bestaande, zorgwekkende trends versterkte.³ Ondertussen zal de bestaande onrust en stress rondom klimaatverandering onder kinderen en jonge mensen in de komende jaren waarschijnlijk alleen maar verder toenemen⁴.

Ondanks de duidelijke noodzaak voor een brede aanpak, richt het maatschappelijke en politieke debat over het mentaal welzijn van jonge mensen zich vaak op wat individuen zelf kunnen en zouden moeten doen om hun leven weer “op de rails” te krijgen – waarbij we dat laatste meestal zien als een terugkeer naar werk of studie. Jonge mensen krijgen het advies om zowel preventieve als proactieve stappen te zetten, zoals voldoende slapen, een actieve levensstijl aanhouden, gezond eten en, indien nodig, professionele hulp te zoeken. Overheden richten zich voornamelijk op voorlichtingscampagnes en de verstrekking van informatie, vanuit de overtuiging: “een gewaarschuwd mens telt voor twee”. Deze nadruk op individuele veerkracht is geworteld in een beperkte opvatting van wat het betekent om een individu te zijn en persoonlijke keuzes te maken binnen de context van de moderne samenleving. En achter deze ideeën ligt het idee dat vrijheid en autonomie in de eerste plaats gaan over het vermogen om eigen keuzes te maken, zonder inmenging van buitenaf.⁵

Hoewel individuele acties van belang zijn, verwaarloost deze beperkte kijk op mentaal welzijn de grote invloed van externe factoren – economisch, sociaal en cultureel – op de mentale gezondheid van jonge mensen. Voortdurende

1 Europese Commissie (2023) *State of health in the EU synthesis report 2023*. Luxemburg: Publications Office of the European Union, p. 11.

2 OEO/Europese Unie (2022) *Health at a glance: Europe 2022: State of health in the EU cycle*. Parijs: OECD Publishing, p. 16.

3 A. Cosma e.a. (2023) *A focus on adolescent mental health and wellbeing in Europe, Central Asia and Canada: Health behaviour in school-aged children international report from the 2021/2022 survey*, Volume 1. Kopenhagen: Wereldgezondheidsorganisatie.

4 Zie bijvoorbeeld C. Hickman e.a. (2021) Climate anxiety in children and young people and their beliefs about government responses to climate change: A global survey. *The Lancet Planetary Health*, 5(12), e863-e873.

5 Zie bijvoorbeeld I. Carter (2022) Positive and Negative Liberty. *The Stanford Encyclopedia of Philosophy*. <https://plato.stanford.edu/archives/spr2022/entries/liberty-positive-negative/>

discriminatie op basis van ras, gender en LHBTIQ+-identiteit, de verslavende algoritmes van Big Tech, de aanhoudende wooncrisis en het risico op armoede zijn slechts enkele voorbeelden van zulke factoren. Het is dan ook tijd om het perspectief te verschuiven en de vraag te stellen welke maatschappelijke veranderingen nodig zijn om het mentaal welzijn van jonge mensen te verbeteren. Daarbij is het essentieel om jonge mensen de ruimte te geven om zelf hun eigen omgeving vorm te geven en te veranderen. Welke maatschappij hebben jonge mensen nodig?

In dit essay verleggen we de liberale kijk van individuele naar gedeelde, maatschappelijke verantwoordelijkheid en actie als het gaat om het mentaal welzijn van jonge mensen. Dat vraagt om een rijke invulling van liberale begrippen als vrijheid en autonomie. In de volgende secties verkennen we een andere kijk op de mentale gezondheid van jonge mensen, gericht op drie belangrijke uitdagingen: eenzaamheid, prestatiedruk en verslaving. Deze drie problemen zijn vandaag het urgentst en komen veel voor onder jonge mensen, vaak in combinatie met diagnoses als depressie of angst.⁶ We sluiten af met de aanbeveling om jonge mensen te ondersteunen in hun vermogen om zelf vorm te geven aan de maatschappij.

1| We moeten het standaardperspectief op de geestelijke gezondheid van jonge mensen herzien.

Het dominante perspectief op het mentaal welzijn van jonge mensen richt zich vooral op wat jonge mensen en hun ouders zelf kunnen doen. Oftewel, op het *microniveau* van de samenleving. Hierbij ligt de nadruk op persoonlijke verantwoordelijkheid, autonomie en het “managen” van de eigen geestelijke gezondheid. In dit kader worden zelfzorg, preventie en veerkracht gezien als belangrijke manieren om beter met stress en uitdagingen om te gaan, met gewoontes als regelmatig bewegen, voldoende slapen en de ontwikkeling van vaardigheden om negatieve gedachten en emoties beter onder controle te houden. Het doel is om jonge mensen in staat te stellen positieve veranderingen door te voeren in hun dagelijks leven.

Een keerzijde van deze benadering is dat de geestelijke gezondheid van jonge mensen zo wordt teruggedrongen naar de privésfeer en veelal wordt overgelaten aan de (semi)geprivatiseerde markt. De geestelijke gezondheid van jonge mensen wordt een “probleem”, waarvoor vooral binnen de muren van de spreekkamer van de psycholoog een oplossing moet worden gevonden.⁷

6 Over eenzaamheid, zie bijvoorbeeld J. Holt-Lunstad e.a. (2015) Loneliness and social isolation as risk factors for mortality: A meta-analytic review. *Perspectives on Psychological Science*, 10(2), 227–237. Over prestatiedruk, zie bijvoorbeeld G.L. Flett e.a. (2022) The destructiveness and public health significance of socially prescribed perfectionism: A review, analysis, and conceptual extension. *Clinical Psychology Review*, 93, 102130. Over verslaving, zie bijvoorbeeld F.M. Gore, P.J. Bloem e.a. (2011). Global burden of disease in young people aged 10–24 years: A systematic analysis. *The Lancet*, 377(9783), 2093–2102; A.H. Mokdad, M.H. Forouzanfar e.a. (2016) Global burden of diseases, injuries, and risk factors for young people’s health during 1990–2013: A systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2013. *The Lancet*, 387(10036), 2383–2401.

7 B. Wienen (2021) Nieuw kinderrecht: *Het recht om te falen. Hedendaagse kinderarbeid in Nederland – en hoe we die afschaffen*, Mulock Houwer-lezing 2021. Utrecht: Nederlands Jeugdinstituut, p. 21.

Zoals de Europese Commissie in 2023 erkende⁸, heeft geestelijke gezondheid echter niet alleen betrekking op persoonlijke, maar ook – en in toenemende mate⁹ – op externe factoren zoals de economie, klimaatverandering¹⁰ en andere externe bedreigingen. De OESO heeft eveneens aangegeven dat sociaaleconomische ongelijkheden leiden tot ongelijke toegang tot essentiële voorzieningen zoals gezondheidszorg, onderwijs en veilige leefomstandigheden, wat zorgt voor meer stress, angst en depressie onder gemarginaliseerde groepen.¹¹ De sterke toename van het gebruik van digitale technologie, vooral onder jonge mensen, samen met de toenemende problemen in mentaal welzijn, heeft tevens een publiek en wetenschappelijk debat doen ontbranden over de vraag of schermtijd de boosdoener is.¹²

Volgens het Nederlands Jeugdinstituut kunnen de toenemende problemen van jonge mensen niet allemaal worden gezien als ‘individuele “aandoeningen” die vragen om een individueel aanbod’.¹³ Een benadering die beter aansluit bij de behoeften van jonge mensen moet zich daarom richten op twee belangrijke doelen: waarborging van toegankelijke jeugd-ggz met kortere wachttijden én verbetering van collectieve omstandigheden voor jonge mensen om zich te kunnen ontplooiën. Dit betekent enerzijds de versterking van organisaties en instellingen op *mesoniveau* die een directe rol spelen in het dagelijks leven van jongeren, zoals scholen, werkplekken, gemeenschapsorganisaties en de (geestelijke) gezondheidszorg. Anderzijds gaat het om de grotere onzekerheden op *macroniveau* waarop jonge mensen logischerwijs reageren, zoals ongelijkheid, klimaatverandering en de invloed van digitale technologie.¹⁴

Deze verandering in perspectief vraagt om een rijke interpretatie van fundamentele liberale waarden. Daarvoor kunnen we ons laten inspireren door een rijke liberale traditie. Dit begint met een opvatting van vrijheid die niet alleen draait om de *afwezigheid* van inmenging door anderen of de overheid, maar ook om de *aanwezigheid* van voorwaarden die mensen nodig hebben om in het leven tot bloei te komen. Historicus Michael Ignatieff herinnerde liberalen er in 1984 al aan dat dit expliciet gaat om behoeftes om te floreren in het leven, wat anders is dan de taal van individuele rechten op bepaalde basisvoorwaarden om te overleven – zoals een dak boven je hoofd en toegang

8 Europese Commissie (2023) Communication from the Commission to the European Parliament, the Council, the European Economic and Social Committee and the Committee of the Regions on a comprehensive approach to mental health, COM(2023) 298 final.

9 P. Verhaeghe: ‘Steeds meer mensen met permanente stress. Sociale Vraagstukken. <https://www.socialevraagstukken.nl/author/hadjira-hussain-khan/>

10 Zie bijvoorbeeld T. Ma, J. Moore, A. Cleary (2022) Climate change impacts on the mental health and wellbeing of young people: A scoping review of risk and protective factors. *Social Science & Medicine*, 301, 114888.

11 OESO (2021) A new benchmark for mental health systems: Tackling the social and economic costs of mental ill-health. Parijs: OECD Publishing; F. Reiss, (2013) Socioeconomic inequalities and mental health problems in children and adolescents: A systematic review. *Social Science & Medicine*, 90, 24-31.

12 C. Odgers (2024) The great rewiring, unplugged: Is social media really behind an epidemic of teenage mental illness? *Nature*, 628, p. 29. Zie ook het publieke en wetenschappelijke debat over J. Haidt (2024) The anxious generation: How the great rewiring of childhood is causing an epidemic of mental illness. New York: Random House, en de reactie van onder meer M. Lebedíková e.a. (15 mei 2024) Do smartphones really cause mental illness among adolescents? Ten problems with Jonathan Haidt’s book. LSE Blogs. <https://blogs.lse.ac.uk/parenting4digitalfuture/2024/05/15/haidt/>

13 T. van Yperen e.a. (2023) Andere kijk op groeiend jeugdzorggebruik: Voor een hoopvolle wereld om in op te groeien. Utrecht: Nederlands Jeugdinstituut, p. 14.

14 T. Launspach (2022). Je bent al genoeg mentaal gezond in een toenemend gestoorde wereld. Amsterdam: Spectrum. P. Verhaeghe (2023). Onbehagen. Amsterdam: De Bezige Bij.

tot gezondheidszorg. In de woorden van Ignatieff: *'When we talk about needs we mean something more than just the basic necessities of human survival. We also use the word to describe what a person needs in order to live to their full potential.'*¹⁵

2 | Drie mentale gezondheidsuitdagingen herzien

Wat voor maatschappij hebben jonge mensen nodig? Om een nieuw perspectief te verkennen – weg van een puur individuele benadering en richting een aanpak die ook de invloed van maatschappelijke en structurele factoren op de geestelijke gezondheid van jonge mensen meeneemt – richten we ons op drie belangrijke thema's: eenzaamheid, prestatiedruk en verslaving. Door deze thema's te onderzoeken, kunnen we kritisch kijken naar bestaande opvattingen over het mentaal welzijn van jonge mensen en de liberale benaderingen op dit gebied verder verrijken.

Het mag duidelijk zijn dat de drie thema's met elkaar samenhangen: eenzaamheid kan verslaving verergeren¹⁶ en prestatiedruk kan bijdragen aan zowel verslaving¹⁷ als gevoelens van eenzaamheid. Daarom zijn de bevindingen in de bespreking van elk van de drie uitdagingen ook relevant voor de andere. Desalniettemin vinden we het waardevol om elke discussie te richten op het meest gangbare discours dat specifiek bij die uitdaging hoort.

Eenzaamheid: Investeer in sociale verbondenheid en saamhorigheid

Mensen zijn sociale wezens. We hebben behoefte aan contact met anderen, aan verbondenheid met de wereld om ons heen en aan het gevoel ergens bij te horen. Eenzaamheid wordt daarom vaak gezien als een onvervulde behoefte aan sociaal contact, zowel in termen van hoeveelheid als – misschien nog wel belangrijker – in kwaliteit.¹⁸

Gevoelens van eenzaamheid bereiken vaak een hoogtepunt tijdens de adolescentie, een cruciale periode vol veranderingen in identiteit en sociale relaties. Als jongeren steeds meer onafhankelijkheid van hun ouders zoeken, worden relaties met leeftijdsgenoten steeds belangrijker.¹⁹ Zulke sociale verbindingen veranderen bovendien van aard: in de toekomst zal menig jongere zich, gevraagd naar het afgelopen weekend, misschien wel eerder een digitaal gesprek met vrienden herinneren dan een fysiek moment met familie.

Hoewel gevoelens van eenzaamheid onder jonge mensen al vóór de pandemie leken toe te nemen, heeft de COVID-19-crisis deze trend aanzienlijk versterkt.²⁰

15 M. Ignatieff (1984) *The needs of strangers: On solidarity and the politics of being human*. Londen: Pushkin Press, p. 5. Vrij vertaald: 'Wanneer we spreken over behoeften, bedoelen we meer dan alleen de basisbehoeften voor menselijk overleven. We gebruiken het woord ook om te beschrijven wat een persoon nodig heeft om zijn volledige potentieel te bereiken.'

16 Zie bijvoorbeeld I. Savolainen, A. Oksanen, M. Kaakinen, A. Sirola & H.J. Paek (2020) The role of perceived loneliness in youth addictive behaviors: Cross-national survey study. *JMIR Mental Health*, 7(1), e14035.

17 R. Sinha (2008). Chronic stress, drug use, and vulnerability to addiction. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1141(1), 105-130.

18 L.M. Heinrich & E. Gullone (2006). The clinical significance of loneliness: A literature review. *Clinical Psychology Review*, p. 698-699.

19 Ibidem.

20 J. Baarck, B. d'Hombres & G. Tintori (2022) 'Loneliness in Europe before and during the COVID-19

Lockdowns en sociale afstandsmaatregelen verstoorden sociale interacties en versterkten gevoelens van isolatie. Zelfs nu de beperkingen zijn opgeheven, ervaren veel jonge mensen blijvende eenzaamheid, wat erop wijst dat de pandemie een langdurige impact heeft op hun geestelijk welzijn.²¹

Eenzaamheid wordt vaak individueel ervaren, maar is eigenlijk een sociaal probleem. Voor liberalen roept dit een schijnbaar dilemma op: hoe vinden we een balans tussen individuele vrijheid en de behoefte aan sociale verbondenheid? Liberale denkers hebben zich historisch ingezet voor de emancipatie van het individu door persoonlijke vrijheid en autonomie te verdedigen, en door traditionele autoriteiten als de kerk, de monarchie en het gezin kritisch te benaderen. In West-Europa ging de opkomst van het kapitalisme verder samen met een groeiende nadruk op individualisering, waarbij economische competitie en persoonlijke prestaties steeds vaker boven gemeenschappelijke banden werden gesteld. Hoewel deze focus op competitie de economie stimuleerde, verzwakte het ook sociale relaties en het gemeenschapsgevoel. Dit komt onder andere tot uiting in toenemende mobiliteitseisen en de stress die ontstaat bij de combinatie van werk en gezinsleven.²²

Zoals Ignatieff opmerkt, *'[liberals] draw a line between the needs which can be made a matter of public entitlement and those which must be left to the private self to satisfy'*.²³ Met de toenemende secularisatie en de opkomst van een maatschappij waarin de markt en economische belangen een steeds grotere rol spelen, is de behoefte aan verbondenheid verplaatst naar het private domein.²⁴ Vandaag ontbreekt het liberalen echter aan een taal die naast vrijheid ook de waarde van verbondenheid en sociale samenhang uitdrukt.²⁵ Vrijheid en autonomie worden vaak gezien als de mogelijkheid om zelf keuzes te maken zonder inmenging van anderen, maar in de praktijk wordt autonomie altijd gevormd binnen een sociale context. Autonomie is in ons dagelijks leven een sociale ervaring: we hebben anderen nodig, niet alleen om onze eigen behoeften te begrijpen, maar ook om om te gaan met de twijfels en onzekerheden die horen bij het maken van keuzes.²⁶

In Europa lijken maatregelen om eenzaamheid tegen te gaan momenteel vooral gericht op volwassenen, en onderzoek kijkt doorgaans naar de effecten op deze groep.²⁷ Het is hard nodig om dit te veranderen. Huidige interventies zijn bovendien vaak gericht op verbinding van individuen, de organisatie van groepsactiviteiten, meer bewustwording, digitale of telefonische hulplijnen

pandemic', Health Policy, 126(11), 1127; S. Buecker & K.T. Horstmann (2022) Loneliness and social isolation during the COVID-19 pandemic. European Psychologist, 26, 251-397; L.Z. Li & S. Wang (2020) Prevalence and predictors of general psychiatric disorders and loneliness during COVID-19 in the United Kingdom. Psychiatry Research, 291, 113267.

21 OESO (2021) COVID-19 and Wellbeing: Life in the Pandemic. Parijs: OECD Publishing), p. 165.

22 D. Matthews (2019) 'Capitalism and mental health'. Monthly Review, 70(8), 49-62; R.D. Putnam (2000) Bowling alone: The collapse and revival of American community. New York: Simon & Schuster.

23 Ignatieff (1984) The needs of strangers, p. 141. Vrij vertaald: liberalen 'trekken een grens tussen de behoeften die als publieke rechten kunnen worden beschouwd en die welke aan het individu moeten worden overgelaten om zelf te vervullen'.

24 Ibidem.

25 A. Honneth (1996). The struggle for recognition: The moral grammar of social conflicts. Cambridge: MIT Press.

26 B. Roessler (2021). Autonomy: An essay on the life well-lived. Hoboken: John Wiley & Sons.

27 A. Eccles & P. Qualter (2021) Review: Alleviating loneliness in young people – a meta-analysis of interventions. Child and Adolescent Mental Health, 26(1), 17-33.

en psychologische ondersteuning.²⁸

Als we de behoefte aan verbondenheid en het gevoel van erbij horen onder jonge mensen serieus nemen, moeten we ook investeren in openbare voorzieningen en de toegankelijkheid hiervan verbeteren. Het is daarbij essentieel dat jonge mensen zelf een stem krijgen in de ontwikkeling van deze maatregelen. Belangrijke stappen hierbij kunnen zijn: maak ondersteuning van jonge schoolverlaters een prioriteit, zodat zij kunnen terugkeren naar school – zij zijn immers extra kwetsbaar voor isolatie. Richt meer speciale plekken voor jongeren in, bijvoorbeeld in openbare bibliotheken, en bemens deze met jongerenwerkers. Maak betaalbare en geschikte huisvesting voor jongvolwassenen toegankelijk, vooral voor degenen die dakloos zijn, couchsurfen of in onzekere situaties wonen bij familie of ex-partners. Zo krijgen zij de kans om een gevoel van zelfstandigheid op te bouwen. En tot slot, geef op scholen de ruimte aan sociale en emotionele verbondenheid, in plaats van bovenal de nadruk te leggen op academische of carrièregerichte prestaties.

Prestatiedruk: Maak ruimte voor vallen en opstaan

Opgroeien, je persoonlijkheid, talenten en ideeën ontwikkelen is een proces vol ups en downs, van grenzen verkennen en soms ook overschrijden. Dit vraagt om een omgeving waarin ruimte is om te experimenteren, nieuwe dingen te proberen en fouten maken. In deze context kan prestatiedruk worden opgevat als de stress om aan alle verwachtingen te voldoen.

Uit onderzoek blijkt dat jonge mensen, en in het bijzonder meisjes en jonge vrouwen, prestatiedruk vooral ervaren door de hoge verwachtingen die ze aan zichzelf stellen. Ze voelen ook druk vanuit hun ouders en de samenleving.²⁹ Veel jonge mensen benoemen de constante stroom van meldingen op hun smartphone – van vrienden, nieuwsupdates of school – als een bron van stress. Tegelijkertijd geven jonge mensen aan dat sociale media voor hen relatief weinig stress opleveren en vaak ook een vorm van sociale steun bieden.³⁰ De invloed van smartphones en sociale media op de geestelijke gezondheid van jonge mensen is dan ook nog niet eenduidig.

Hoewel jonge mensen van alle leeftijden prestatiedruk ervaren, neemt deze druk toe in de adolescentie. In de meeste Europese landen neemt zowel het aantal toetsen als de aandacht voor toekomstige carrièrekeuzes toe zodra jongeren naar de middelbare school gaan of in hogere leerjaren komen.³¹ Door de verdere digitalisering van de maatschappij worden digitale systemen steeds vaker gebruikt om schoolresultaten bij te houden, waardoor leerlingen voortdurend met nieuwe cijfers worden geconfronteerd.³² Vooral in de overgangen van middelbare school naar vervolgopleidingen – of dit nu beroepsgericht, professioneel of academisch is – en van onderwijs naar werk, voelen jongvolwassenen prestatiedruk, bijvoorbeeld door de financiële

28 Joint Research Centre (2023). Mapping of loneliness intervention in the EU. Fairness Policy Brief, 3.

29 CBS (2021). Meisjes voelen meer prestatiedruk dan jongens. <https://www.cbs.nl/nl-nl/nieuws/2021/50/meisjes-voelen-meer-prestatiedruk-dan-jongens>.

30 UNICEF (2020) Geluk onder druk? (Happiness under pressure): Research into the mental wellbeing of young people in the Netherlands. Den Haag: UNICEF.

31 D.A. Klinger e.a. (2015) Cross-national trends in perceived school pressure by gender and age from 1994 to 2010. *European Journal of Public Health*, 25(2), p. 55.

32 J. Visser (2024) Smartphones zijn de klas uit: Nu het 'leerlingvolgsysteem' nog. *De Correspondent*.

noodzaak om naast hun studie te werken.³³ “Falen” wordt hierdoor kostbaar.

De druk die jonge mensen ervaren vanuit school, ouders, de samenleving en hun eigen verwachtingen, zou liberalen moeten aanzetten om na te denken over de ideeën die ten grondslag liggen aan ons onderwijssysteem en de verwachtingen die we hebben van jonge mensen om succesvol te zijn. In de meritocratische visie is succes te bereiken door persoonlijke inzet: individuen verkrijgen erkenning en status op basis van hun talenten, vaardigheden en harde werk, vaak afgemeten aan academische en professionele prestaties. Tegenwoordig zijn opleidingsniveau en inkomen dan ook belangrijke indicatoren van sociaaleconomische status, met grote invloed op werkgelegenheid, gezondheid en politieke betrokkenheid.

Zoals een groep internationale onderzoekers opmerkt: *‘Economic shifts and trends have resulted in educational structures that are subjected to more competitive and pluralised post-secondary admissions processes.’* De dominante verwachting van onderwijs is geworden dat het jongeren helpt om de kennis en vaardigheden te ontwikkelen, *‘to be productive members of rapidly changing societies.’*³⁴ In de woorden van de Nederlandse overheid: *‘Goed onderwijs is het kapitaal van onze samenleving.’* Een investering in wat jonge mensen *‘nodig hebben om in de samenleving en op de arbeidsmarkt mee te kunnen draaien’*.³⁵

Toch groeit het bewijs dat iemands talenten en prestaties niet alleen maar afhangen van eigen inzet. Ook je afkomst, sociaaleconomische achtergrond, maatschappelijke kansen en simpelweg geluk spelen een grote rol.³⁶ Het meritocratische systeem negeert deze factoren vaak, en de prestatiedruk onder jonge mensen wordt alleen maar groter door de suggestie dat falen een gevolg is van een gebrek aan eigen inspanning of talent.

Liberalen staan in een rijke traditie die veel waarde hecht aan ontplooiing en de vrijheid om het leven naar eigen inzicht vorm te geven. Een maatschappij die verschillende ideeën over succes omarmt, zou rechtvaardiger en vitaler zijn. Als we willen bouwen aan een maatschappij die prestatiedruk vermindert en ruimte biedt om dingen uit te proberen en hiervan te leren, zou dat kunnen omvatten: waardeer creatieve vakken in het onderwijs evenveel als wiskunde en taal, en beperk het aantal examens.³⁷ Verminder het aantal tijdelijke contracten en bied jonge mensen meer zekerheid, bijvoorbeeld door het minimumjeugdloon te verhogen, sociale bescherming tegen de risico’s van onzeker werk te versterken, en de kloof in arbeidsvoorwaarden en inkomens tussen jongere en oudere

33 L. Chisholm & K. Hurrelmann (1995) Adolescence in modern Europe. Pluralized transition patterns and their implications for personal and social risks. *Journal of Adolescence*, 18(2), 129-158.

34 D.A. Klinger e.a. (2015) Cross-national trends, p. 51. Vrij vertaald: ‘Economische verschuivingen hebben geleid tot onderwijssystemen die steeds competitiever worden, met complexere toelatingsprocedures voor vervolgopleidingen’; en ‘de kennis, vaardigheden en capaciteiten te ontwikkelen om productieve leden te worden van snel veranderende samenlevingen.’

35 Ministerie van Onderwijs, Cultuur en Wetenschap (2024). Beleidsreactie Staat van het onderwijs 2024, 45050031, p. 1. <https://www.rijksoverheid.nl/documenten/kamerstukken/2024/04/17/aan-de-tweede-kamer-beleidsreactie-staat-van-het-onderwijs-2024>

36 M. Sandel (2020) *The tyranny of merit: What’s become of the common good?* Londen: Penguin. J. Hamer (2021) *Waarom schurken pech hebben en helden geluk: Een nieuwe filosofie van de vrije wil.* Amsterdam: De Bezige Bij.

37 E. Saner (2024) Free lunches, brain breaks and happy teachers: Why Estonia has the best schools in Europe. *The Guardian*. <https://www.theguardian.com/lifeandstyle/2024/mar/27/free-lunches-brain-breaks-and-happy-teachers-why-estonia-has-the-best-schools-in-europe>.

werknemers te verkleinen.³⁸ Verklein inkomens- en vermogensongelijkheid³⁹, en bied jonge mensen een startkapitaal aan om de overgang naar volwassenheid te vergemakkelijken.⁴⁰ Uiteindelijk moeten we streven naar een maatschappij die niet georganiseerd is volgens de maatstaf van professionele prestaties – via studie of werk – maar volgens de maatstaf van een goed leven voor iedereen.

Verslaving: Plak grote pleisters op grote wonden

Motivatie speelt een grote rol in ons dagelijks leven en beïnvloedt voortdurend onze acties. De vraag waarom we doen wat we doen, is vaak terug te voeren op onze onderliggende motieven. Verslaving houdt in dit verband een verlies van controle over deze motieven in, wat leidt tot gedrag dat moeilijk te beheersen is.⁴¹

Jonge mensen, vooral adolescenten, zijn kwetsbaarder voor verslaving dan volwassenen, wat vooral komt door hun neiging om grotere risico's te nemen.⁴² Deze kwetsbaarheid geldt voor verschillende vormen van verslaving, zoals middelenmisbruik, gokverslaving en het roken van tabak of e-sigaretten. Wat middelenverslaving betreft, zijn vooral verslaving aan cannabis en alcohol veelvoorkomende problemen waarvoor jonge mensen hulp zoeken⁴³. Toch is er weinig gedetailleerde data over hoe vaak verschillende verslavingen onder jonge mensen voorkomen.

In onze steeds digitaliserende maatschappij groeit eveneens de bezorgdheid over de negatieve effecten van sociale media en smartphonegebruik op mentaal welzijn. Zo startte de Europese Commissie in het voorjaar van 2024 een onderzoek naar de verslavende effecten van digitale platforms als Instagram en Facebook, in reactie op de toenemende mentale gezondheidsproblemen onder jonge mensen en onderzoek dat aantoonde dat een groot deel van de adolescenten tekenen van verslaving aan sociale media vertoont.⁴⁴

De oorzaken van verslaving zijn veelzijdig. Ze omvatten genetische of biologische kwetsbaarheden, omdat verslaving als mentale stoornis erfelijk kan zijn⁴⁵; psychologische factoren als persoonlijkheidskenmerken en emotionele

38 Commissie Regulering van Werk (2020). Weten is nog geen doen: Naar een toekomstbestendig arbeidsmarktsysteem. Den Haag: Ministerie van Sociale Zaken en Werkgelegenheid.

39 Ibidem

40 S. Schimmelpenninck (2022). Sander en de brug: Hoe we de kloof tussen rijk en arm kunnen dichten. Amsterdam: De Bezige Bij.

41 T. Gladwin e.a. (2011). Addiction, adolescence, and the integration of control and motivation: Developmental cognitive neuroscience. *Developmental Cognitive Neuroscience*, 1(4), 364-376.

42 Ibidem.

43 Office for Health Improvement & Disparities (2024). Young people's substance misuse treatment statistics 2022 to 2023: Report [accredited official statistics]. <https://www.gov.uk/government/statistics/substance-misuse-treatment-for-young-people-2022-to-2023/young-peoples-substance-misuse-treatment-statistics-2022-to-2023-report>. Nederlands Jeugdinstituut (2019). Cijfers over middelenmisbruik en afhankelijkheid. <https://www.nji.nl/cijfers/middelenmisbruik-en-afhankelijkheid>. N. Arnaud, N.L. Wartberg, K. Simon-Kutscher, R. Thomasius & IMAC-Mind Consortium (2024) Prevalence of substance use disorders and associations with mindfulness, impulsive personality traits and psychopathological symptoms in a representative sample of adolescents in Germany. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 33(2), 451-465.

44 Een Nederlandse studie vond een prevalentie van 9,1 procent. S. Mérelle e.a. (2017) Which health-related problems are associated with problematic video-gaming or social media use in adolescents? A large-scale cross-sectional public health study. *Clinical Neuropsychiatry*, 14(1), 11-19.

45 National Institute on Drug Abuse (2023). New NIH study reveals shared genetic markers underlying substance use disorders. <https://nida.nih.gov/news-events/news-releases/2023/03/new-nih-study->

gevoeligheid; en omgevingsfactoren, waaronder sociaaleconomische status en de directe leefomgeving.⁴⁶ Deze laatste, maatschappelijke factoren vormen in het bijzonder een dilemma voor liberalen. De invloedrijke filosoof Isaiah Berlin stelde dat het nastreven van 'positieve vrijheid' – de mogelijkheid voor een individu om diens volledige potentieel te verwezenlijken – kan leiden tot betutteling en zelfs autoritarisme wanneer de overheid bepaalt wat mensen nodig hebben om hun 'ware' zelf te realiseren. In naam van een groter collectief goed, zoals het uitbannen van verslaving, zou de overheid op deze manier pluraliteit en individuele vrijheid kunnen ondermijnen.⁴⁷

Tegelijkertijd staan liberalen in een traditie waarin zij machtsverschillen binnen democratische samenlevingen willen aanpakken.⁴⁸ Overheden zouden moeten optreden tegen economische machten die de kernwaarden van individuele en morele vrijheid, pluraliteit en diversiteit ondermijnen. Dit vraagt van liberalen om verder te kijken dan het neoliberale idee dat de staat zich vooral zou moeten richten op het aanjagen van de markt. In plaats daarvan zouden zij moeten streven naar een balans tussen economische machten binnen een liberale democratie.

Dit heeft belangrijke gevolgen voor de rol van de overheid in het aanpakken van verslavingsproblematiek. We kunnen niet beweren dat 18-jarigen echt vrij zijn in hun keuze om wel of niet te gokken of te vaperen wanneer de gok- en tabaksindustrie hen via sociale media voortdurend bestookt met verleidelijke, verslavende advertenties. Economische winstengaan zo ten koste van het welzijn van mensen die verslavingen ontwikkelen. Jonge mensen alleen informeren over de risico's van verslaving, zonder de invloed van deze industrieën aan te pakken, is dan ook slechts een 'kleine pleister op een grote wond'.⁴⁹

Effectieve stappen omvatten onder meer een verbod op gerichte advertenties op sociale media en een verbod op producten en advertenties van de gok-, rook- en vape-industrie die zich specifiek op jonge mensen richten. Stel deze industrieën financieel aansprakelijk voor de maatschappelijke kosten die zij veroorzaken. Investeer in toegankelijke verslavingszorg voor jonge mensen en verkort wachtlijsten, zodat hulp direct beschikbaar is. Legalisering, regulering en belasting van cannabis zou kunnen zorgen voor kwaliteitscontrole en een gecontroleerde distributie, waarbij de opbrengsten worden ingezet voor maatschappelijke programma's voor jonge mensen.

reveals-shared-genetic-markers-underlying-substance-use-disorders

46 D.R. Ewald, R.W. Strack, M.M. Orsini (2019). Rethinking addiction. *Global Pediatric Health*, 6.

47 I. Berlin (1969) Two concepts of liberty. In Berlin, I. *Four essays on liberty*. Oxford: Oxford University Press, 118-172

48 J. Gray (2000). *Two faces of liberalism*. Cambridge: Polity Press; J. Rawls (1971). *A theory of justice*. Cambridge, MA: Harvard University Press.

49 S. Vermaning (10 juli 2024). Opvoeden in een winstgedreven samenleving is kansloos. NRC.

3| Jonge mensen als democratische burgers

De toenemende mentale gezondheidsproblemen onder jonge mensen kunnen niet los worden gezien van bredere maatschappelijke, economische en culturele ontwikkelingen. Deze problemen zijn immers diep verweven met de manier waarop we onze maatschappij hebben ingericht. Als liberalen dus daadwerkelijk willen bijdragen aan het mentaal welzijn van jonge mensen en een maatschappij willen creëren die aansluit bij hun behoeften, moeten we ambitie tonen en gericht werken aan fundamentele veranderingen in onze maatschappij.

In dit essay hebben we een aantal belangrijke stappen uiteengezet. Daarbij is het cruciaal dat we jonge mensen niet alleen uitnodigen om te “participeren” in beleid, maar hen als volwaardige democratische burgers een stem geven in hun eigen toekomst. Zoals filosoof en antropoloog Femke Kaulingfreks stelt, is echte inspraak voor jonge mensen niet gebaat bij participatievormen waarin volwassenen de spelregels bepalen en jonge mensen slechts mogen meedoen binnen deze voorwaarden.⁵⁰ Volwassenen in publieke instellingen – van overheid tot scholen en de zorg – zouden jonge mensen de ruimte moeten geven om hun leefomgeving zowel letterlijk als symbolisch zelf vorm te geven. Daarbij is het aan volwassenen om vooral te luisteren naar wat jonge mensen zelf aangeven nodig te hebben.

De overheid kan niet voorzien in fundamentele menselijke behoeften zoals liefde, waardigheid, respect of vriendschap. Wel kunnen politici samen met jonge mensen werken aan een omgeving waarin zij zich optimaal kunnen ontwikkelen en hun behoeften op hun eigen manier kunnen vervullen. Vanuit onze liberale traditie dragen we de verantwoordelijkheid om jonge mensen deze ruimte te bieden.

50 F. Kaulingfreks (2023) Participatielezing 2023: Geen participatie maar ruimte voor eigenwijsheid. Movisie. <https://www.movisie.nl/artikel/er-radicaal-engagement-nodig-om-ruimte-te-maken-jongeren>.

Over de auteurs

Dr. Afke Groen is directeur van de Mr. Hans van Mierlo Stichting. Als politicoloog publiceert ze regelmatig over de Europese Unie en de Nederlandse politiek. Haar missie is om met politicologisch onderzoek bij te dragen aan het beter functioneren van onze democratie en democratische instituties.

Evert Manders is promovendus aan de UvA. Hij was bestuurslid van de Jonge Democraten (2023-2024), de jongerenorganisatie van D66. Hij heeft een sterke interesse in de ontwikkelingen in de biomedische wereld en de beleidsvorming die daarmee samenhangt.

Over ELF

Het European Liberal Forum (ELF) is de officiële politieke stichting van de Europese Liberale Partij, ALDE Party. Samen met onze 59 leden werken we door heel Europa om nieuwe ideeën in het politieke debat te brengen, een platform voor discussie te bieden en burgers in staat te stellen hun stem te laten horen. We laten ons in ons werk leiden door liberale idealen en een geloof in de waarde van vrijheid. We staan voor een toekomstgericht Europa dat kansen biedt voor iedere burger. ELF is actief op alle politieke niveaus, van lokaal tot Europees. We brengen een divers netwerk van nationale stichtingen, denktanks en experts samen. Zo is ons forum een ruimte voor een open en geïnformeerde uitwisseling van standpunten tussen verschillende stakeholders in de EU.

Over de Mr. Hans van Mierlo Stichting

De **Mr. Hans van Mierlo Stichting** is het onafhankelijke wetenschappelijk bureau van D66. Wij zorgen ervoor dat het denken binnen D66 altijd doorgaat. De Van Mierlo Stichting heeft tot doel om het sociaal-liberale gedachtegoed verder te ontwikkelen en te verspreiden binnen en buiten D66.

Disclaimer

Uitgegeven door het **European Liberal Forum** in samenwerking met **Mr. Hans van Mierlo Stichting**. Deze publicatie is mede gefinancierd door het Europees Parlement. De hierin geuite opvattingen zijn uitsluitend die van de auteur(s). Het Europees Parlement is niet verantwoordelijk voor enig gebruik van de hierin opgenomen informatie.

A liberal future in a united Europe

liberalforum.eu

in /europeanliberalforum

f /europeanliberalforum

X @eurliberalforum

@ eurliberalforum

Copyright 2024 / European Liberal Forum EUPF.

This publication was co-financed by the European Parliament. The European Parliament is not responsible for the content of this publication, or for any use that may be made of it.

ISBN 978-2-39067-081-0 9782390670810