

Persbericht

27 mei 2024 - Brussel

De toename en ernst van eetstoornissen gaat hand in hand met het toenemend gebruik van sociale media onder jongeren.

Hoe snel kun je verstrikt raken in de verwoestende wereld van sociale media? En hoe schadelijk is dit? Het antwoord is verontrustend: heel snel én zeer schadelijk. Uit het onderzoek van Manon Brasseur en Valérie-Sophie Briers, studenten aan de Vrije Universiteit Brussel (VUB) blijkt dat jongeren razendsnel en ernstig worden beïnvloed door de schadelijke aspecten van sociale media.

Het onderzoek toont aan dat sociale media een grote rol spelen bij het ontstaan en verergeren van eetstoornissen. Platforms zoals Instagram, TikTok en Facebook verspreiden vaak onrealistische schoonheidsnormen en moedigen ongezonde eetgewoonten aan. Dit is gevaarlijk voor de mentale en fysieke gezondheid van jongeren.

Ondanks de regels van deze platforms blijven er veel accounts actief die eetstoornissen aanmoedigen. Dit heeft een negatieve invloed op jongeren die al kwetsbaar zijn. Mirthe, een (ex)-anorexiapatiënt zegt: *“Het herhaaldelijk blootgesteld worden aan deze 'triggerende' content is niet alleen moeilijk, maar ook schadelijk voor mijn herstel.”*

Influencers spelen een dubbele rol, terwijl sommigen positieve boodschappen verspreiden over gezondheid en lichaamspositiviteit, kunnen anderen schadelijke ideeën bevorderen. Daarover zegt een voormalige boulimia patiënt Svenja het volgende: *“Ik volgde verkeerde voorbeelden die hun foto's bewerkten en ongezonde eetgewoonten aanmoedigden.”* Het algoritme van sociale media promoot (on)bewust schadelijke inhoud. Daardoor kunnen gebruikers vast komen te zitten in een spiraal van negatieve gedachten en gedragingen. *“Na mijn eetstoornis was mijn profiel gewoonweg ‘vervuild’, het is dan moeilijk om positieve video's te verkrijgen”*, aldus een van de vele getuigen.

TikTok blijkt het meest extreme platform te zijn waar eetstoornissen worden verheerlijkt. Dit kan leiden tot steeds extremer gedrag bij jongeren die deze video's bekijken. De eigen studie op TikTok illustreert de snelheid en het gemak waarmee gebruikers worden blootgesteld aan schadelijke inhoud.

Er zijn oplossingen nodig om dit probleem aan te pakken, zoals educatie, bewustwording en beperkingen op het gebruik van sociale media. Jongeren moeten leren hoe ze op een gezonde manier met sociale media kunnen omgaan. Het onderzoek benadrukt dat er geen standaard oplossing is. Elke jongere heeft een andere aanpak nodig. De onderzoekers hopen dat hun bevindingen bijdragen aan meer bewustzijn en betere oplossingen voor dit groeiende probleem.

Voor meer informatie kan u contact opnemen met de auteurs.

Manon Brasseur

manon.brasseur@vub.be

Valérie-Sophie Briers

valerie-sophie.briers@vub.be

VUB, Vakgroep Toegepaste Taalkunde, Master Journalistiek