

Hjernerådet er en paraplyorganisasjon for 78 fag- og forskningsmiljøer og brukerorganisasjoner som jobber med hjernen og hjernesykdom. Vi arbeider for bedre hjernehelse i befolkningen gjennom mer forskning på hjernen, og bedre forebygging og behandling av hjernesykdom.

Hjernerådets høringssvar til NOU 2024: 20 Det digitale (i) livet

Utredningen er ment å gi et bedre kunnskapsgrunnlag om hvordan skjermbruk påvirker helse, livskvalitet, læring og oppvekst hos barn og unge. Hjernerådet vil anbefale regjeringen å se dette arbeidet og utvalgets anbefalinger i sammenheng med regjeringens oppfølging hjernehelseområdet og det øvrige folkehelsearbeidet. Den pågående oppdateringen av *Nasjonale hjernehelsestrategi* bør sees i sammenheng med tiltak og politiske virkemidler som utvalget anbefaler, spesielt det som angår mål 1 om *God hjernehelse hele livet – forebygging og livskvalitet*.

Hjernerådet støtter utvalgets vurdering om å ha en nyansert tilnærming med kunnskapsinnhenting og forskningsperspektiver fra ulike fagfelt og perspektiver. Vi deler målsettingen om at skjermbruken skal være trygg og helsefremmende og være balansert opp mot andre behov og aktiviteter som er relevant for helse og oppvekst.

Det er bra at utvalget har lagt vekt på barns rettigheter gjennom Barnekonvensjonen og tilhørende regelverk med tanke på tiltakene som forslås. Her følger noen kommentarer til enkelte av utvalgets anbefalinger.

- Mange plattformer for spill og sosial medier som barn og unge bruker i dag har egenskaper ved seg som bidrar til at de har vanskelig for å avslutte og legge fra seg skjermaktiviteter. Det er positivt at utvalget peker på at «Myndighetene må derfor sette rammer for, føre effektivt tilsyn med og ansvarlig-gjøre de digitale plattformene og selskapene som eier dem».
- Det er behov for reguleringer av «avhengighetsskapende design» av plattformer som brukes av barn og unge, slik utvalget påpeker. Internasjonalt arbeid for å få til felles nasjonale løsninger er viktig, og vi støtter anbefalingen om at norske myndigheter må prioritere å gjennomføre EU-forordningen for digitale tjenester i norsk rett.
- Det må legges til rette for mer kunnskapsinnhenting og forskning på barn- og unges bruk av digitale plattformer. Vi støtter anbefalingene om at datatilgjengeligheten fra spill og andre digitale plattformer må gjøres tilgjengelig for dette formålet.
- Det visest til at teknologiutviklingen går raskt, og at et utvalg og NOU-formatet jobber langsomt i forhold til dette. Vi støtter forslaget om at det bør etableres en mer varig struktur for å sikre kunnskapsbaserte beslutninger knyttet til digitalisering av samfunnet.

- Tiltak for å begrense skjermbruk og regulere skadevirkninger må sees i sammenheng med dagens kunnskapsgrunnlag, men må også være begrunnet ut fra et føre-var-prinsipp der forskningen er mangelfull.
- Utvalget presenterer aldersrettede anbefalinger og råd for skjermbruk. Dette er bra, men vi viser til høringssvar fra Norsk Barnelegeforening og forslagene til endringer. Rådene bør tas inn myndighetenes kampanjer og informasjonsarbeid rettet mot skole/hjem og som del av folkehelsearbeidet i kommunene.