

SocialdepartementetFolkhälsomyndigheten
171 82 Solna

Uppdrag till Folkhälsomyndigheten att sammanställa kunskap om skillnader mellan fysiska respektive digitala umgängesformer för barns och ungas psykiska hälsa

Regeringens beslut

Regeringen ger Folkhälsomyndigheten i uppdrag att inhämta och sammanställa kunskap om hur fysiska respektive digitala umgängesformer påverkar barns och ungas psykiska hälsa och välmående samt jämföra och analysera eventuella skillnader. Med utgångspunkt i kunskapssammanställningen ska Folkhälsomyndigheten komplettera befintliga vägledningar och rekommendationer om barns och ungas digitala medieanvändning.

Folkhälsomyndigheten ska när uppdraget utförs föra dialog med och inhämta kunskap från berörda myndigheter och andra aktörer som är relevanta för uppdragets genomförande, såsom organisationer i det civila samhället. Folkhälsomyndigheten ska när uppdraget utförs också beakta ett jämställdhetsperspektiv, inom ramen för vilket myndigheten ska analysera och redovisa eventuella skillnader mellan pojkar och flickor, samt ett funktionshinders- och ett barnrättsperspektiv.

Folkhälsomyndigheten ska senast den 20 december 2026 lämna en redovisning av uppdraget till Regeringskansliet (Socialdepartementet).

För uppdraget får Folkhälsomyndigheten under 2026 använda 1 000 000 kronor som ska redovisas mot det under utgiftsområde 9 Hälsovård, sjukvård och social omsorg för budgetåret 2026 uppförda anslaget 1:8 Bidrag till psykiatri, anslagsposten 3 Till Kammarkollegiets disposition.

Medlen betalas ut engångsvis efter rekvisition till Kammarkollegiet senast den 1 december 2026.

Medel som inte har använts för avsett ändamål ska återbetalas senast den 31 mars 2027 till Kammarkollegiet. Vid samma tidpunkt ska en ekonomisk redovisning av använda medel lämnas till Kammarkollegiet.

Redovisning, rekvisition och återbetalning ska hänvisa till diarienumret för detta beslut.

Skälen för regeringens beslut

Den digitala utvecklingen har förändrat hur barn och unga skapar och upprätthåller sociala relationer. En allt större del av barns och ungas umgänge med varandra sker i dag genom digitala kanaler såsom sociala medier, spelplattformar och meddelandetjänster. Även när barn och unga träffas fysiskt kan digitala medier ta stort utrymme, exempelvis om umgänget består i att titta på videoklipp tillsammans eller spela ett tv-spel.

Olika former av social interaktion erbjuder olika möjligheter till kontakt, gemenskap och social utveckling. Exempelvis ger fysiskt umgänge tydligare möjligheter till icke-verbal kommunikation och social träning som är svårare att fullt ut ersätta digitalt, samtidigt som digitalt umgänge kan underlätta relationer över geografiska avstånd samt för barn och unga som kan ha svårare att delta i fysiska umgängesformer. Forskning visar emellertid att det finns tydliga kopplingar mellan obalanserad eller omfattande användning av digitala medier och ökad psykisk ohälsa hos barn och unga (Folkhälsomyndigheten).

I sammanhanget kan också konstateras att parallellt med den ökade digitaliseringen av barns och ungas sociala liv, som tog fart i början av 2000-talet när sociala medieplattformar såsom Facebook, YouTube och Twitter introducerades, har det skett en ökning av psykisk ohälsa i dessa åldersgrupper. Av Folkhälsomyndighetens rapport Psykisk hälsa och suicid i Sverige 2024 framgår att andelen skolbarn (11-, 13- och 15-åringar) som rapporterar olika former av psykiska besvär ökat tydligt under 2000-talet. Exempelvis har andelen flickor som dagligen har svårt att somna dubblats i alla tre åldersgrupper mellan mätperioderna 2001–2002 till 2021–2022, från cirka 10 till 20 procent. Därtill har andelen 13- och 15-åriga flickor med dagliga besvär av irritation eller dåligt humör ökat från runt 10 procent

2001–2002, till 25 procent för 13-åringar och 32 procent för 15-åringar 2021–2022. Bland 13- och 15-åriga pojkar har andelen med dagliga besvär av irritation eller dåligt humör ökat från 6 till 12 procent under samma period.

Folkhälsomyndigheten har sedan tidigare, på uppdrag av regeringen, tagit fram rekommendationer för en balanserad skärmanvändning bland barn och unga i åldrarna 0–18 år (S2023/01669). Det är första gången i historien som svenska barn och vårdnadshavare har så tydliga myndighetsrekommendationer att luta sig mot när det gäller medieanvändning. Befintliga vägledningar och rekommendationer om barns och ungas digitala medieanvändning behandlar dock inte frågan om hur barn och unga samt deras vårdnadshavare bör tänka kring fysiska respektive digitala umgängesformer för att främja barnets eller den unges psykiska hälsa och välmående.

Genom att sammanställa kunskap om skillnader mellan hur fysiska respektive digitala umgängesformer påverkar barns och ungas psykiska hälsa och välmående, samt komplettera befintliga vägledningar och rekommendationer om barns och ungas digitala medieanvändning med sådan kunskap, kan förutsättningarna för en god psykisk hälsa och välmående bland barn och unga stärkas.

På regeringens vägnar

Jakob Forssmed

Hampus Lindqvist

Kopia till

Socialdepartementet/SAM, SOF

Finansdepartementet/BA, DIS, SFÖ

Utbildningsdepartementet/S

Kulturdepartementet/MD

Förvaltningsavdelningen/EKA

Riksdagens socialutskott

Kammarkollegiet