



2026- 10-08

Svenska skolläkarförbundets remissvar på SOU 2026:35 En åldersgräns för barns tillgång till sociala medier

Diarienummer S2026/01273

Synpunkter från Svenska skolläkarförbundet SSLF

Svenska skolläkarförbundet SSLF, som grundades 1921, företräder läkare verksamma inom skolhälsovården/elevhälsans medicinska insats EMI. Förbundet ingår i såväl Sveriges läkarförbund som i Svenska läkaresällskapet. SSLF lämnar följande synpunkter på SOU 2026:35 En åldersgräns för barns tillgång till sociala medier.

Sammanfattning

Svenska skolläkarförbundet SSLF tillstyrker delbetänkandets förslag om att det införs en ny lag som innehåller en åldersgräns för tillgång till sociala medier. SSLF ser positivt på att delbetänkandet betonar skolans kompensatoriska och utjämnande uppdrag, utöver det pedagogiska uppdraget. Förslaget utgör ett viktigt signalvärde, men SSLF skulle önska ett tydligt mål om fortsatt arbete med information, föräldraskapsstöd och en plan för uppföljning av direktiven ur ett barn- och ungdomshälsoperspektiv.

1.1 Förslag till lag om åldersgräns för tillgång till vissa onlineplattformar

I delbetänkandet föreslås en åldersgräns det år ett barn fyller 15 år, vilket i praktiken är i januari i årskurs 8 i grundskolan. Spel som Fortnite, Roblox och Minecraft har undantagits. Folkhälsomyndigheten har redovisat siffror om att 7–9% av barn i åldern 12–18 år har dataspelsberoende. Globala siffror visar att 22% av unga har överdriven användning av dataspel. Dataspel som Fortnite, Roblox och Minecraft har ingen dokumenterad gynnsam effekt för barns eller ungas utveckling. Barn och unga exponeras genom dessa och liknande spel för risker som kriminell rekrytering, trakasserier och spelberoende.

Svenska skolläkarföreningen vill därför rekommendera att som ett nästa steg utreda främjande arbete gällande överdrivet dataspelande.

WhatsApp är en online-plattform med kanaler som kan likställas med sociala medier.

Forskare har följt över 5000 elever i norra Italien och sett ett orsakssamband där elever som tidigt får tillgång till sociala medier presterar sämre i italienska och matematik än elever som får tillgång till sociala medier senare. ([Longitudinal effect of early social media use on standardized learning outcomes during school career | Nature Human Behaviour](#))

Svenska skolläkarföreningen vill uppmärksamma detta och rekommenderar en omvärdering gällande undantag av WhatsApp.

4.3.7 Särskild sårbarhet och kontext av användning:

En betydande andel av barn och unga har olika former av neuropsykiatriska funktionsnedsättningar NPF (ca 10%). Hos individer med NPF mognar hjärnans exekutiva funktioner (bl a konsekvenstänk, impulskontroll, känsloreglering) flera år senare än hos neurotypiska individer. Detta innebär i praktiken att ett 15-årigt barn med NPF kan ha en social mognad som en 11–12-åring. NPF innebär därför en påtagligt ökad sårbarhet för att utveckla spelberoende, hamna i kriminella kretsar, mm. Att inte ta hänsyn till denna betydande grupp är att utsätta dem för en ökad risk gällande deras hälsa och utveckling. Andra sårbara grupper är barn och unga med psykisk ohälsa och barn och unga som lever i socialt utsatta situationer. Många barn och unga saknar föräldrar som har både kraft och förmåga att sätta gränser för spel och sociala medier eller tid att delta i sina barns spelande. Något högre åldersgräns och en lagstiftning som även omfattar spel skulle därför ha en ökad kompensatorisk skyddande effekt för de barn som inte skyddas av sina föräldrar. En åldersgräns på 16 år hade därför varit bättre ur ett barnsäkerhets- och ett barnhälsoperspektiv. En tydlig åldersgräns utgör dock ett viktigt signalvärde och välkomnas därför.

Universella insatser på samhällsnivå, där samhället tar ansvar för sina svagare individer, har dokumenterat bättre skyddseffekt än insatser på individnivå. Exempelvis kan nämnas lagstiftning kring åldersgränser och reklam för alkohol och tobak.

Det är även viktigt att fortsätta sprida kunskap till barn och unga om fördelarna med att lägga undan mobilen. Folkhälsomyndigheten ("Hur pratar ni om skärmar hemma?") har visat att ungdomar gör sina läxor upp till fyra gånger snabbare om mobilen ligger i ett annat rum; att ungdomar som sover med mobilen utanför sovrummet sover bättre och längre samt att fysisk aktivitet minskar risken för att ungdomar mår dåligt av skärmar.

SSLF önskar, ur ett barn- och ungdomshälsoperspektiv, ett tydligt mål om fortsatt arbete med information, föräldraskapsstöd och en plan för täta uppföljningar av åldersgränserna i direktiven, med möjlighet att justera direktiven. Barn och unga behöver skyddas av samhället, både från att bli offer och från att bli förövare.

För Svenska skolläkarföreningen SSLF:

Pernilla Gudmundsson

ordförande SSLF

Helka Widengren

vice ordförande SSLF

