

INTERNET 
STIFTELSEN

Barnen och internet



2025

Barnen och internet

2025

Innehåll

Förord	4-5
Om undersökningen, Internetstiftelsen och metod ↗	
Kapitel 1:	6-33
Skärmtid ↗	
Kapitel 2:	34-73
Oro över skärminnehåll ↗	
Kapitel 3:	74-86
Skydd mot dåligt skärminnehåll ↗	
Kapitel 4:	87-111
Skärmar i skolan ↗	
Bilaga från Svenskarna och internet 2025:	112-147
Barn och ungdomars användning av AI-verktyg ↗	
Bilaga från Svenskarna och internet 2025:	148-177
Barn och ungdomars användning av sociala medier ↗	



Förord



Många föräldrar oroar sig för barns liv på nätet och vet inte hur de ska skydda barnen från riskerna. Barnen omfamnar det digitala livet och är flitiga användare av AI i både skolan och i hemmet.

Barnens digitala liv är en central del av deras vardag – fylld av både möjligheter och utmaningar. Årets upplaga av undersökningen *Barnen och internet* visar att oron bland föräldrar är utbredd. Många upplever att det är svårt att veta hur de bäst kan skydda sina barn från farorna på nätet.

Samtidigt ser vi tecken på att diskussionen om skärmtid och innehåll har fått genomslag i samhället. De allra flesta känner till Folkhälsomyndighetens rekommendationer kring skärmtid, även om bara var fjärde förälder uppger att rekommendationerna har påverkat dem. Bland lågstadbarn minskar dessutom den dagliga skärmanvändningen, vilket tyder på en ökad medvetenhet och reflektion i familjerna.

Barnen flitiga användare av AI

Barn och ungas digitala upplevelser innehåller både positiva och negativa delar. Många umgås med varandra, lär sig, skapar och utvecklas genom sin tid online. I årets rapport ser vi också tydligt hur barn och unga omfamnat användningen av AI både i skolan och hemma.

Att värna barn och ungas trygghet på nätet handlar inte bara om skydd och begränsningar, utan också om kunskap och delaktighet. När vuxna engagerar sig i barnens digitala liv, pratar om innehåll och lär sig tillsammans, skapar vi bättre förutsättningar för både trygghet och utveckling.

Vi är Internetstiftelsen

Vi verkar för ett internet som bidrar positivt till både människa och samhälle. Genom att bidra med insikter och förståelse för hur internet påverkar individ och samhälle, hoppas vi kunna vara en del av den positiva utvecklingen. Vår vision är att alla i Sverige vill, vågar och kan använda internet.

Information om undersökningen

På uppdrag av Internetstiftelsen har undersökningsföretaget Novus under januari 2025 genomfört 629 webbintervjuer med föräldrar till barn 8–19 år i sin slumpmässigt rekryterade Sverigepanel, samt 625 webbintervjuer med barn 8–19 år, efter godkännande från deras föräldrar. Datainsamlingen för föräldrar och barn är en del av undersökningen *Svenskarna och internet 2025*.

Läs mer om metod och urval på vår webbplats svenskarnaochinternet.se.

På flera ställen i rapporten hänvisar vi till tabellbilagan för mer information. Dessa är markerade i texten med *. [Du hittar tabellbilagan på vår webbplats svenskarnaochinternet.se](https://svenskarnaochinternet.se).

Författare

Barnen och internet 2025 är skriven av Jenny Andersson, Insight Manager på Internetstiftelsen, och Tobias Wranker, Insight Manager på Internetstiftelsen med hjälp av Jakob Bäck, Digital Content Specialist, på Internetstiftelsen.

Upphovsrätt

Texten och bilderna i *Barnen och internet 2025* skyddas enligt lag om upphovsrätt och tillhandahålls med licensen Creative Commons, Erkännande 4.0 Internationell.

Graferna i rapporten tillhandahålls med Creative Commons licensen CC0 1.0 Universiell.

Kapitel 1: Skärmtid



Alla tonåringar är på internet varje dag

Folkhälsomyndighetens skärmtidsrekommendationer är välkända bland föräldrar. Barn och föräldrar har olika bild av hur mycket de bråkar om skärmtid med varandra. Fler akademiker än de med lägre utbildning bråkar med sina barn om skärmtid.

Innehåll

- 7 Kort sammanfattning [↗](#)
- 10 Hur ofta är barnen på internet? [↗](#)
- 12 Folkhälsomyndighetens skärmtidsrekommendationer [↗](#)
- 22 Bråk om skärmtid [↗](#)

I det här kapitlet visar vi hur många barn som använder internet och om de är på nätet varje dag eller ej. Vi tar också reda på hur många som har hört talas om Folkhälsomyndighetens skärmtidsrekommendationer, samt om de har underlättat eller försvårat för föräldrarna – och i så fall på vilka sätt? Vidare undersöker vi om föräldrar och barn har samma uppfattning om hur mycket de bråkar om skärmtid med varandra. Både föräldrar och barn får också i fritext ge sina tips om hur man kan slippa skärmtidsbråk.

Daglig internetanvändning tenderar minska bland lågstadiebarn

År 2025 använder i princip alla barn 8–19 år internet och 96 procent är på nätet dagligen. Internetanvändningen bland barn har totalt sett inte förändrats de senaste åren. Bland barn i lågstadieåldern använder 8 av 10 internet dagligen och endast 4 procent använder inte internet alls. Det tenderar vara färre lågstadiebarn som använder internet dagligen år 2025 sedan år 2023, men skillnaden är inom felmarginalen. Från mellanstadiet och uppåt använder praktiskt taget alla barn och ungdomar internet dagligen.

Nästan alla föräldrar har hört talas om Folkhälsomyndighetens skärmtidsrekommendationer

Hela 92 procent av föräldrarna till barn 8–19 år har hört talas om Folkhälsomyndighetens rekommendationer för en balanserad skärmanvändning bland barn. Mest behjälpta av rekommendationerna har föräldrar till lågstadiebarn blivit. Endast få föräldrar anser att rekommendationerna har försvårat för dem. Den största andelen föräldrar anser dock att rekommendationerna inte har haft någon påverkan alls på hur de hanterar sitt barns skärmtid.

Det skiljer dock stort mellan föräldrar med olika utbildningsbakgrund. Dubbelt så många med högskoleutbildning uppger att rekommendationerna har haft någon form av påverkan för dem jämfört med föräldrar med en lägre utbildning.

“Rekommendationerna har startat välbehövliga diskussioner i hemmet, i skolan och i samhället i stort”

Föräldrar anser att skärmtidsrekommendationerna från Folkhälsomyndigheten har hjälpt dem att förklara för barnen varför skärmtiden behöver begränsas. Att det inte bara är föräldern “som är dum” utan att argumenten har vetenskapligt stöd från “de som hanterade pandemin” vilket får barnen att lyssna. Rekommendationerna har inte bara underlättat att få igång diskussionen med barnen utan också med andra “oliktänkande vuxna”, samt i skolan och samhället i stort. De som anser att rekommendationerna försvårar talar framför allt om skam när de som föräldrar inte lyckas följa dem.

Fler föräldrar än barn upplever att de bråkar om skärmtid

Fler föräldrar – nära 4 av 10 – än barn – 3 av 10 – svarar att de har skärmtidsbråk. Störst är skillnaden mellan föräldrar och barn på mellanstadiet. Föräldrar till barn på mellanstadiet uppger i högre utsträckning år 2025 att de bråkar om skärmtid jämfört med föregående år. Föräldrarnas utbildningsbakgrund påverkar också andelen som har skärmtidsbråk. Fler föräldrar med högskoleutbildning än grundskole- eller gymnasieutbildning bråkar med sina barn om skärmtid.

“Var en förälder, inte en kompis till ditt barn”

Föräldrar som inte bråkar om skärmtid tipsar andra föräldrar om att uppmuntra sitt barn till aktiviteter utanför nätet, så reduceras skärmtiden automatiskt. Likaså att introducera skärmar så sent som möjligt – och med tydliga regler från start som följs konsekvent. Vidare tipsar de om att involvera barnen i regelutformningen samt att själva vara goda förebilder med sina skärmar. Några ger barnen vetenskapligt underlag för att motivera dem att själva dra ned på sin skärmtid. Andra tips är IT-stöd för schemalagd skärmtid samt gränssättningar av olika slag – från bestraffningar till frihet under ansvar. Några betonar vikten av att ta ansvar och att “vara en förälder, inte bara en kompis” till barnet.

“Lyssna på dina föräldrar även om det är tråkigt för de kan ha rätt”

Barn som inte bråkar om skärmtid med sina föräldrar tipsar andra barn om att ägna sig åt fritidsaktiviteter utomhus, göra sina läxor och sluta tjata – både för att minimera bråk och för att få mer skärmtid av föräldrarna. De rekommenderar också andra barn att lyssna på sina föräldrar som faktiskt bestämmer och kan ha rätt om skärmtid – även om det kan vara tråkigt att höra. Barn tipsar också om att förklara varför skärmtiden är viktig för föräldrarna och hjälpa de vuxna att förstå vad de gör och hur de använder nätet. Några tipsar också om att argumentera smart eller att använda mobilen i smyg så att föräldrarna inte förstår vilken skärmtid de egentligen har.

Ser vi en skiftning bland föräldrar till barn på lågstadiet?

I år tenderar det att vara färre lågstadiebarn som använder internet dagligen, även om minskningen är inom felmarginalen. Det sammanfaller även med en minskning i användning av sociala medier bland lågstadiebarn och speciellt på daglig basis. Kanske är det färre föräldrar som tillåter sina lågstadiebarn att använda internet och sociala medier dagligen? Det kan vi endast spekulera kring.

Skärmtidsbråken tenderar också att minska enligt föräldrar till barn på lågstadiet, även om också den skillnaden inte fullt ut är signifikant. Även om den dagliga användningen av internet och sociala medier bland lågstadiebarn tycks ha minskat

sedan 2023, kan kanske Folkhälsomyndighetens skärmtidsrekommendationer ha bidragit? Det är i alla fall föräldrar till lågstadiebarn som har blivit mest behjälpta av dem.

Hur ofta är barnen på internet?

Andelen lågstadiebarn som använder internet dagligen tenderar minska

Fråga till föräldrar: Använder barnet internet?

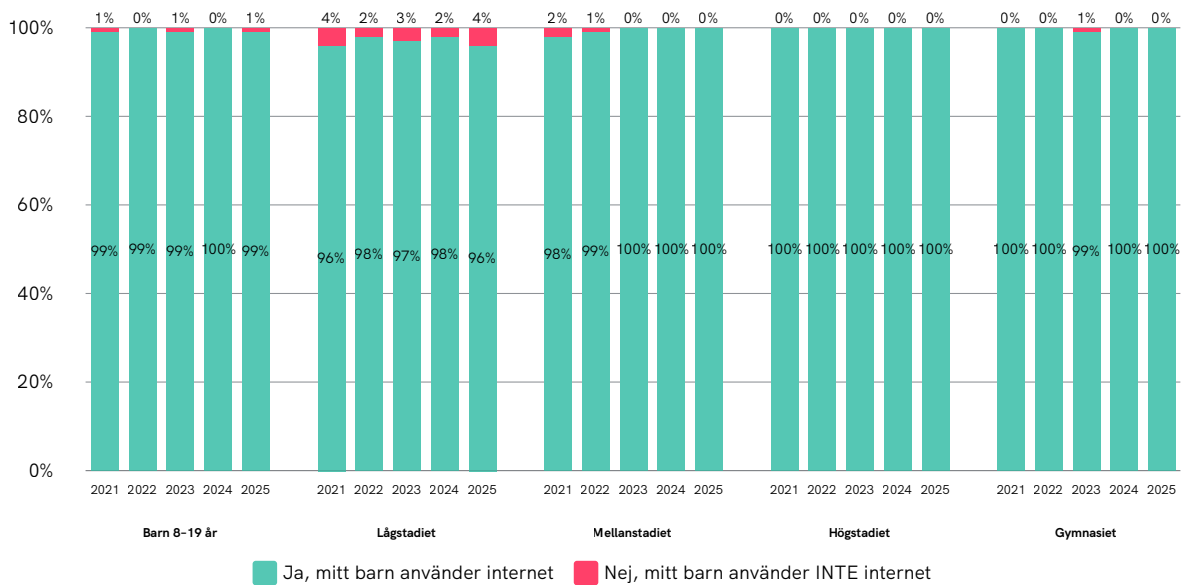


Diagram 1.1a, Bas: Föräldrar till barn 8-19 år, År 2021-2025 (FOI)

Fråga till barn: Hur ofta använder du internet?

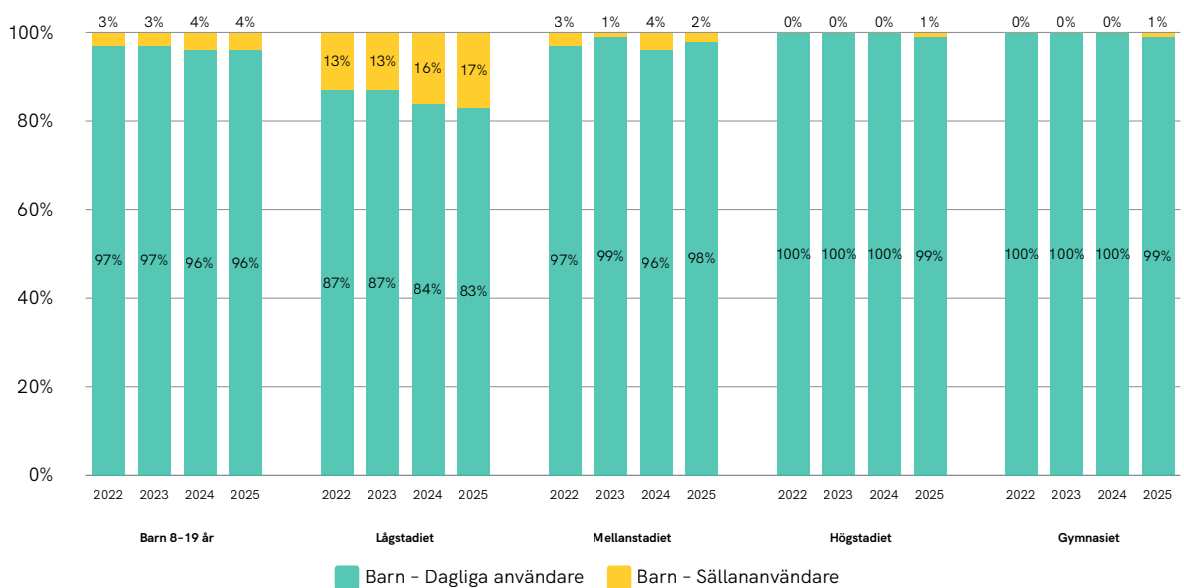


Diagram 1.1b, Bas: Barn 8-19 år, År 2022-2025 (BOI) Frågan ställdes inte 2021.
Med sällananvändare avses de som inte använder internet dagligen.

Hur många barn använder internet?

- I princip alla barn i åldern 8–19 år använder internet och nästan alla (96%) är på nätet dagligen.
- Bland barn i lågstadieåldern är det endast 4 procent som inte använder internet. Runt 8 av 10 är också på nätet dagligen.
- På mellanstadiet, högstadiet och gymnasiet använder alla barn och ungdomar internet och i princip alla gör det dagligen.
- Det finns ingen skillnad i internetanvändningen mellan pojkar och flickor. Inte heller mellan barn till föräldrar med olika utbildningsbakgrund eller hushållsinkomst. *

Ökar eller minskar internetanvändandet totalt sett bland barn år 2025?

- Internetanvändningen bland barn 8–19 år har totalt sett inte förändrats signifikant mellan år 2024 och 2025, inte heller under år 2021–2025.
- Det kan se ut som att andelen lågstadiebarn som använder internet är något lägre år 2025 än år 2024, skillnaden är dock inom felmarginalen. Likaså har den inte förändrats signifikant någon gång mellan år 2021–2025.

Ökar eller minskar det dagliga internetanvändandet bland barn år 2025?

- Den dagliga internetanvändningen bland barn 8–19 år har totalt sett inte förändrats signifikant under åren 2021–2025, inte heller mellan år 2024 och år 2025.
- Den dagliga internetanvändningen tenderar att minska bland barn på lågstadiet sedan år 2023, men skillnaden är inom felmarginalen. Tendensen av fallande daglig internetanvändning bland barn i lågstadieåldern sammanfaller också med en större minskning av den dagliga användningen av sociala medier bland lågstadiebarn. Läs mer om detta i [*Barn och ungdomars användning av sociala medier från Svenskarna och internet 2025*](#).
- För barn i mellanstadiet, högstadiet och gymnasiet är de små fluktuationerna i den dagliga användningen av internet över tid inom felmarginalen.

Internetanvändning i Sveriges befolkning år 2025

I befolkningen som är 16 år eller äldre använder 97 procent internet och 93 procent gör det dagligen. Vill du veta mer om internetanvändandet i Sveriges befolkning år 2025 så kan du läsa mer om det i vår huvudrapport [*Svenskarna och internet 2025*](#) i kapitlet [*Användning av internet och e-tjänster*](#).

Folkhälsomyndighetens skärmtidsrekommendationer

9 av 10 föräldrar har hört talas om Folkhälsomyndighetens skärmtidsrekommendationer

Fråga till föräldrar: I september 2024 kom Folkhälsomyndigheten med rekommendationer för en balanserad skärmanvändning bland barn. Har du hört talas om dessa skärmtidsrekommendationer?

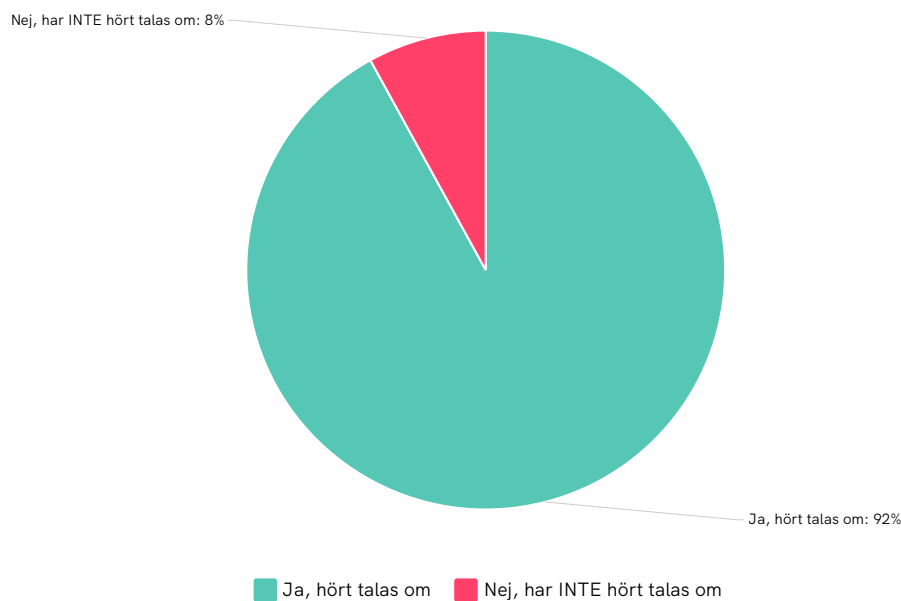


Diagram 1.2a, Bas: Föräldrar till barn 8–19 år, År 2025 (FOI)

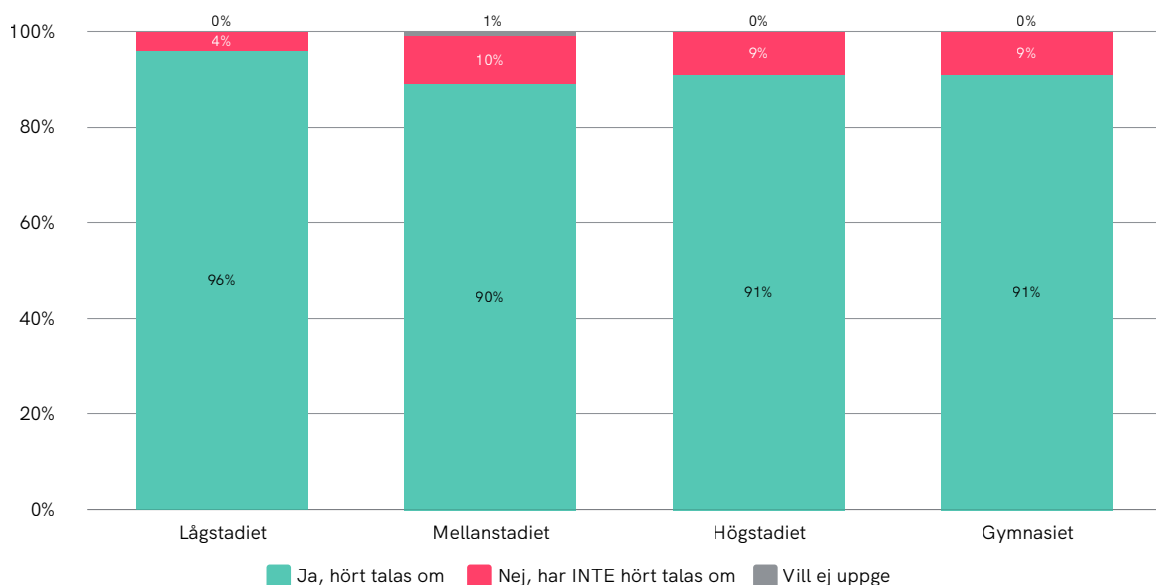


Diagram 1.2b, Bas: Föräldrar till barn 8–19 år, År 2025 (FOI)

Hur många föräldrar har hört talas om Folkhälsomyndighetens skärmtidsrekommendationer?

- Nästan alla föräldrar till barn 8–19 år, hela 92 procent, har hört talas om Folkhälsomyndighetens rekommendationer för en balanserad skärmanvändning bland barn.
- Kännedomen om rekommendationerna är hög bland föräldrar till barn i alla åldrar. Föräldrar till barn på lågstadiet tenderar att ha något högre kännedom, skillnaden är dock inom felmarginalen.
- Det är något fler mammor (95%) än pappor (89%) som har hört talas om Folkhälsomyndighetens skärmtidsrekommendationer. *
- Det finns ingen skillnad i kännedom vad gäller föräldrar med olika hushållsinkomst eller utbildningsbakgrund. *

Vilka föräldrar har inte hört talas om Folkhälsomyndighetens skärmtidsrekommendationer?

- Färre än var tionde (8%) av föräldrarna har inte hört talas om Folkhälsomyndighetens skärmtidsrekommendationer.
- Pappor till pojkar har lägre kännedom än mammor till pojkar. *

Tips!

Vill du ta del av Folkhälsomyndighetens rekommendationer för skärmtid finner du dem på deras webbplats under *"Hjälp ditt barn på nätet"*.

Folkhälsomyndighetens skärmtidsrekommendationer har främst underlättat för föräldrar till lågstadiebarn

Fråga till föräldrar: Har Folkhälsomyndighetens skärmtidsrekommendationer underlättat eller försvårat för dig vad gäller att hantera ditt barns skärmanvändning?

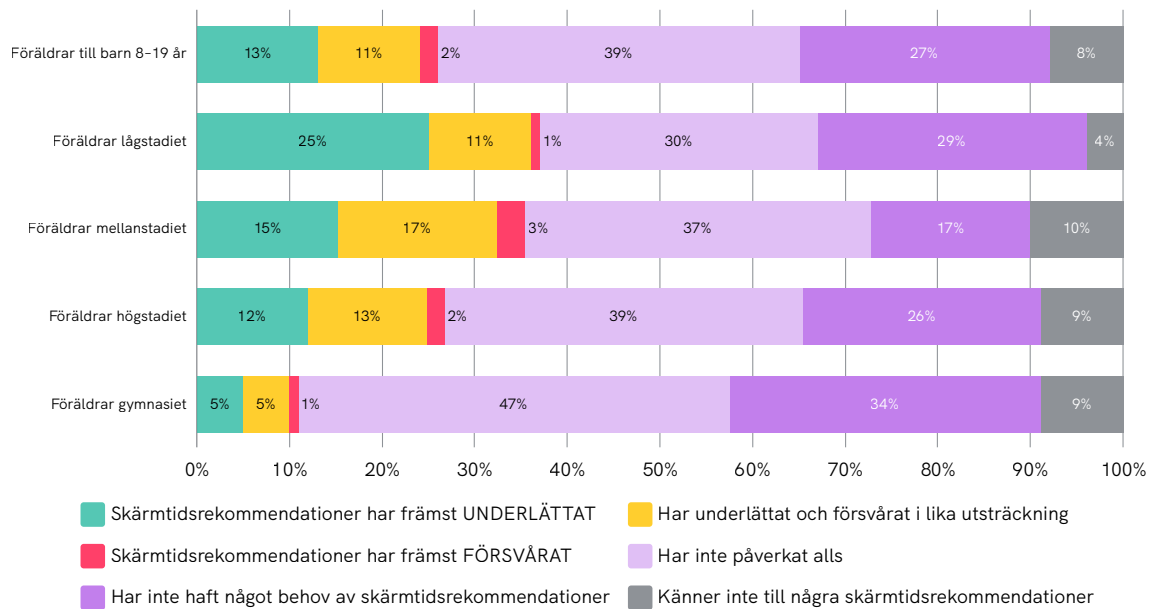


Diagram 1.3a, Bas: Föräldrar till barn 8-19 år, År 2025 (FOI)

FÖRÄLDRAR MED LÄGRE RESPEKTIVE HÖGRE UTBILDNING

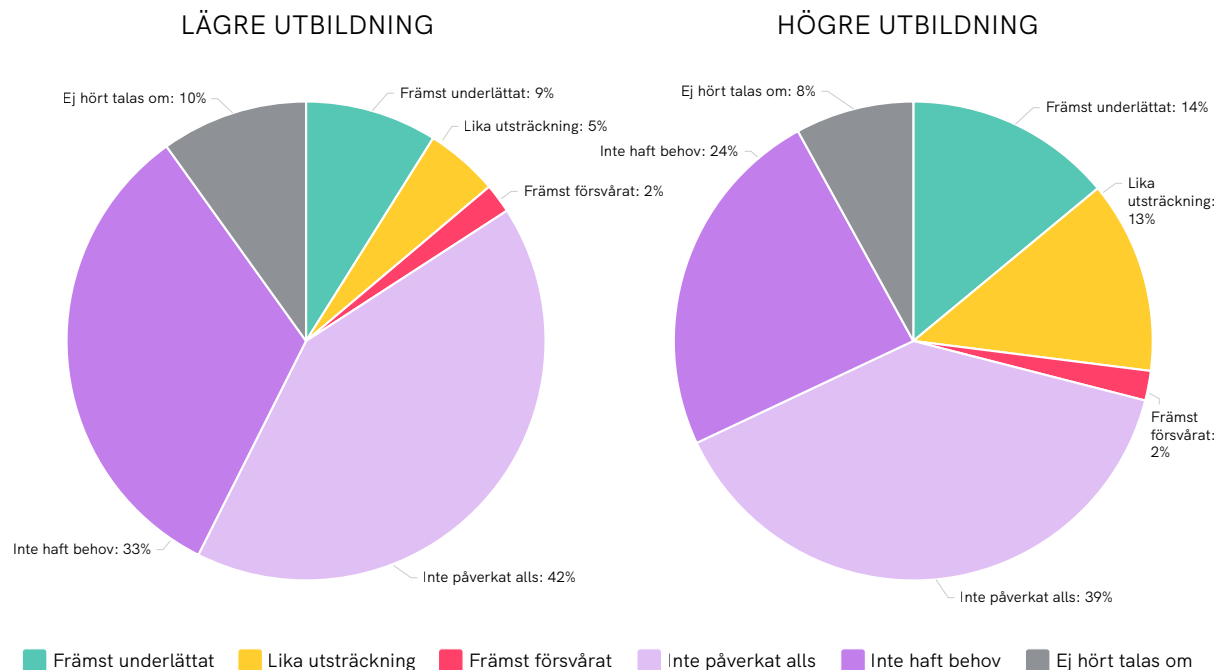


Diagram 1.3b, Bas: Föräldrar till barn 8-19 år, År 2025 (FOI)

Lägre utbildning = Endast en grundskole-/gymnasieutbildning, Högre utbildning = Högskoleutbildning

Vilken effekt har Folkhälsomyndighetens skärmtidsrekommendationer haft på föräldrar?

Den största andelen föräldrar, 4 av 10, tycker inte att skärmtidsrekommendationerna har påverkat deras hantering av sitt barns skärmtid alls. Följt av knappt 3 av 10 föräldrar som svarar att de inte har haft något behov av skärmtidsrekommendationer överhuvudtaget.

Det är endast var fjärde förälder som anser att skärmtidsrekommendationerna har haft en påverkan, det vill säga att de underlättat, försvårat, eller underlättat och försvårat för dem i lika hög grad. Bland dessa är det betydligt fler som anser att skärmtidsrekommendationerna underlättat än försvårat deras hantering av sitt barns skärmanvändning.

Hur många föräldrar anser att Folkhälsomyndighetens skärmtidsrekommendationer har påverkat deras sätt att hantera sitt barns skärmtidsanvändning?

Med påverkan avses om föräldrarna har svarat att Folkhälsomyndighetens rekommendationer antingen har underlättat, försvårat, eller underlättat och försvårat för dem i lika hög grad vad gäller att hantera sitt barns skärmanvändning.

- Endast var fjärde förälder uppger att skärmtidsrekommendationerna från Folkhälsomyndigheten har påverkat dem på något sätt.
- Det är framförallt föräldrar till yngre barn som tycker att rekommendationerna har haft en påverkan. Drygt var tredje förälder med barn på låg- och mellanstadiet jämfört med drygt var fjärde förälder till högstadieungdomar och drygt var tionde till gymnasieungdomar.
- Skillnaden är stor mellan föräldrar med olika utbildningsnivå. Dubbelt så många föräldrar med en högskoleutbildning (29%) jämfört med föräldrar med endast en grundskole- eller gymnasieutbildning (15%) anser att skärmtidsrekommendationerna har påverkat dem.

Hur många föräldrar anser att Folkhälsomyndighetens skärmtidsrekommendationer underlättar för dem att hantera sitt barns skärmtidsanvändning?

- Mer än var tionde, 13 procent, av föräldrarna till barn 8–19 år anser att skärmtidsrekommendationerna från Folkhälsomyndigheten har underlättat för dem.
- Ju yngre barnet är, desto fler föräldrar anser att skärmtidsrekommendationerna har underlättat för dem. Det gör var fjärde (25%) lågstadieförälder, var sjunde (15%) mellanstadieförälder, var åttonde högstadieförälder (12%) och var tjugonde (5%) gymnasieförälder.
- Föräldrar med högskoleutbildning tenderar i högre grad tycka att rekommendationerna underlättar jämfört med föräldrar med endast en grundskole- och gymnasieutbildning, men skillnaden är inom felmarginalen.

Hur många föräldrar anser att Folkhälsomyndighetens skärmtidsrekommendationer försvårar för dem att hantera sitt barns skärmtidsanvändning?

- Endast 2 procent av föräldrarna anser att Folkhälsomyndighetens skärmtidsrekommendationer har försvårat vad gäller att hantera sitt barns skärmtidsanvändning.
- Det finns ingen grupp bland föräldrarna som sticker ut. Föräldrar till barn på mellanstadiet tenderar dock i något högre grad anse att skärmtidsrekommendationerna har försvårat för dem, men skillnaden är inom felmarginalen.

Vilka föräldrar anser att Folkhälsomyndighetens skärmtidsrekommendationer INTE alls har påverkat deras sätt att hantera sitt barns skärmtidsanvändning?

- 4 av 10 föräldrar till barn 8–19 år anser att skärmtidsrekommendationerna inte alls har påverkat hur de hanterar sitt barns skärmtid.
- Det är främst föräldrar till gymnasieungdomar som uppger att de inte alls har påverkats av skärmtidsrekommendationerna, jämfört med föräldrar till yngre skolbarn.
- Det är fler föräldrar till pojkar än flickor som inte alls tycker att rekommendationerna har påverkat dem. *

Vilka föräldrar anser att de INTE har behov av Folkhälsomyndighetens skärmtidsrekommendationer?

- Knappt var tredje förälder, 27 procent, till barn 8–19 år uppger att de inte har något behov av Folkhälsomyndighetens skärmtidsrekommendationer.
- Det är främst föräldrar till gymnasieungdomar som uppger att de inte har något behov av skärmtidsrekommendationerna, jämfört med föräldrar till yngre skolbarn.
- Det är fler föräldrar till flickor än pojkar som inte anser sig ha något behov av skärmtidsrekommendationer. *
- Det är fler föräldrar med endast en grundskole-/gymnasieutbildning än föräldrar med högskoleutbildning som inte har något behov av skärmtidsrekommendationer.

“Enorm hjälp att ge barnet en bild av vad som är normal skärmtid”

Fråga till föräldrar: På vilka sätt har du blivit hjälpt av Folkhälsomyndighetens skärmtidsrekommendationer, alltså hur har de underlättat för dig vad gäller att hantera ditt barns skärmtidsanvändning?

FÖRÄLDRAR OM HUR SKÄRMTIDSREKOMMENDATIONER UNDERLÄTTAR



Diagram 1.4, Bas: Föräldrar till barn 8–19 år som anser att skärmtidsrekommendationer har UNDERLÄTTAT, År 2025 (FOI)

På vilka sätt upplever föräldrar att Folkhälsomyndighetens skärmtidsrekommendationer har underlättat för dem?

Det är 13 procent av föräldrarna till barn 8–19 år som anser att Folkhälsomyndighetens skärmtidsrekommendationer har underlättat för dem (se *diagram 1.3a*). Här låter vi föräldrarna i fritext berätta på vilka sätt som skärmtidsrekommendationerna har gjort det lättare för dem att hantera sitt barns skärmanvändning.

Föräldrar som anser att Folkhälsomyndighetens rekommendationer om skärmtid främst har underlättat för dem har endast små nyansskillnader i sina svar. De ger i stort en gemensam bild av hur livet blivit lättare för dem och deras barn.

Föräldrarna berättar att de tack vare skärmtidsrekommendationerna har fått hjälp att förklara för sina barn varför de behöver begränsa deras skärmtid. Rekommendationerna har givit dem nya argument som har vetenskapligt stöd och är myndighetsförankrade. De gör det lättare för dem att hävda sig och ger dem mer tyngd i samtalen med barnen, vilket både kan förebygga och minimera skärmtidsbråk.

Några nämner även fördelen med att rekommendationerna kommer just från “Folkhälsomyndigheten”, eftersom myndigheten både är välkänd och trovärdig bland många barn sedan covid-19-pandemin. Föräldrarna menar att det kan få barnen att lyssna och förstå att det “inte bara är föräldern som är elak” utan att det är fakta.

Därtill upplever föräldrarna också att rekommendationerna kan bekräfta och stärka deras egna åsikter i skärmtidsdiskussionen och motivera dem att stå på sig både mot barnet och andra “oliktänkande vuxna”. Många föräldrar menar

att skärmtidsrekommendationerna också underlättar att få igång en diskussion överhuvudtaget, såväl i hemmet som skolan och samhället i stort.

Nedan följer föräldrarnas egna ord om hur skärmtidsrekommendationerna från Folkhälsomyndigheten har underlättat för dem, fördelat på de olika skolstadierna.

Fyra föräldrar till barn på lågstadiet om hur Folkhälsomyndighetens skärmtidsrekommendationer har underlättat för dem

”Jag känner att vi blivit stärkta i argumentationen gällande att minska skärmtid med hjälp av riktlinjerna. Annars känner man sig ganska ensam i att hantera både viljan från barnet och skuldkänslorna.”

Mamma till flicka på lågstadiet

”Skönt att det finns vetenskapligt stöd att luta sig mot. Fått mitt egna sunda förnuft bekräftat. Helt enkelt bra underlag att diskutera kring och hänvisa till både i diskussioner med andra föräldrar och eget barn.”

Mamma till pojke på lågstadiet

”Andra föräldrar och skolan pratar om det i mycket högre utsträckning. Har blivit enklare att sätta gränser när fler gör det. Har infört två skärmfria dagar utan någon protest från vår son för att kompisarnas föräldrar gör samma sak.”

Pappa till pojke på lågstadiet

”Något att luta sig emot när vi diskuterar skärmtid hemma. Jag får stöd och nya argument som stärker mig. Dels lättare att förklara VARFÖR för barnet när det finns en färsk undersökning och konkreta tider. Dels lättare att stå sig mot barnets andra förälder som är mer frikostig.”

Mamma till flicka på lågstadiet

Tre föräldrar till barn på mellanstadiet om hur Folkhälsomyndighetens skärmtidsrekommendationer har underlättat för dem

”Barnet har sett om rekommendationerna på Lilla Aktuellt och vi har ibland refererat till detta under diskussioner om skärmtid. Barnet förstår bättre när man kan hänvisa till myndighetsrekommendation. Även tagits upp på skolan.”

Pappa till flicka på mellanstadiet

”Det blir lättare att förklara för sonen varför han inte får ha sin surfplatta mer än max 2h per dag, och vissa dagar inte alls. Det är inte för att vi ska vara tråkiga utan för hans bästa.”

Mamma till pojke på mellanstadiet

”En bra start till att överhuvudtaget samtala om ämnet. Att mina tankar kring skärmtid får en bekräftelse. Det är svårt för henne att argumentera mot Folkhälsomyndigheten.”

Pappa till flicka på mellanstadiet

Tre föräldrar till ungdomar på högstadiet om hur Folkhälsomyndighetens skärmtidsrekommendationer har underlättat för dem

"De hade läst om rekommendationerna i skolan och min dotter som haft ett skärmberoende blev själv inspirerad att minska sin tid till det som angavs som normalt. Enorm hjälp att ge barnet en bild av vad som är normalt."

Mamma till flicka på högstadiet

"Har hjälpt att få igång diskussionen med barnet och debatten i samhället. Bra vetenskapliga motiveringar och argument för att begränsa skärmtid, att ha något att hänvisa till. Att det inte bara är mitt tyckande."

Pappa till pojke på högstadiet

"Har kunnat prata om skärmtid med min dotter och om vad Folkhälsomyndigheten har bestämt. Att det inte är jag som säger det utan de som bestämde under pandemin och det rättade vi oss ju efter. Då behöver vi göra det nu med."

Mamma till pojke på högstadiet

Tre föräldrar till ungdomar på gymnasiet om hur Folkhälsomyndighetens skärmtidsrekommendationer har underlättat för dem

"Helt enkelt på så sätt att det finns myndighetsförankrad evidens att "lagom är bäst", vilket den naturvetenskapligt inriktade gymnasistdottern inte kan med att säga emot..."

Pappa till flicka på gymnasiet

"Gör det lättare för mig att hävda mig och ger liksom mer tyngd i det jag säger till tonåringen som jag kanske får att lyssna åtminstone med ena örat."

Mamma till pojke på gymnasiet

"Alltid när myndigheter ger rekommendationer, forskning visar eller ungdomarna själva har erfarenhet av negativa följder av något så är det mycket enklare att ta upp en diskussion och därefter göra någon begränsning."

Mamma till pojke på gymnasiet

“Skärmtidsrekommendationerna är skambeläggande, meningslösa pekpinnar”

Fråga till föräldrar: Vad i Folkhälsomyndighetens skärmtidsrekommendationer är det som saknas eller som har försvårat för dig vad gäller att hantera ditt barns skärmtidsanvändning?

FÖRÄLDRAR OM HUR SKÄRMTIDSREKOMMENDATIONER FÖRSVÅRAR

Ger mer bråk
Omöjligt
Dåligt samvete
Lättmanipulerat
Skambelägger
Tandlöst
Pekpinnar
Meningslösa
Lyssnar ej

Diagram 1.5, Bas: Föräldrar till barn 8–19 år som anser att skärmtidsrekommendationer har FÖRSVÅRAT, År 2025 (FOI)

På vilka sätt upplever föräldrar att Folkhälsomyndighetens skärmtidsrekommendationer har försvårat för dem?

Det är få föräldrar, endast 2 procent, som anser att skärmtidsrekommendationerna har försvårat för dem att hantera sitt barns skärmtid (se *diagram 1.3a*). Föräldrarna har i fritext fått berätta vad de anser är försvårande.

Obs! Ha i åtanke att basen är låg på denna fråga vilket ger en mer kortfattad och mycket förenklad analys.

Flera föräldrar anser i detta fall att Folkhälsomyndighetens skärmtidsrekommendationer får dem att känna skam för att de inte mäktar med att följa dem. De menar att rekommendationerna istället orsakar mer bråk med barnen som hävdar att “alla andra får”, “vägrar lyssna” eller “ljuger och låtsas göra läxor”. Några föräldrar ser rekommendationerna som omöjliga att följa för att barnen har sina sociala liv på skärmen och att det vore fel att begränsa skärmtiden på grund av det.

Nu ska vi få ta del av några föräldrars egna ord om hur skärmtidsrekommendationerna försvårar för dem.

Fem föräldrar till skolbarn om hur Folkhälsomyndighetens skärmtidsrekommendationer har försvårat för dem

“Rekommendationer är meningslöst. Det enda som funkar är lagändringar och förbud mot app-företagens (alltså sociala medier) förgiftningsmarknadsföring och gravt beroendeframkallande algoritmer som förstör våra barns hjärnor inifrån och ut...”

Pappa till pojke på lågstadiet

“Tiden ser annorlunda ut idag, en tid där rekommendationer ger upphov till mer bråk istället för mindre. Barnet anser att rekommendationerna inte gäller, då alla andra får använda hur mycket de vill.”

Pappa till flicka på mellanstadiet

“Tandlösa pekpinnar. Mycket av skärmtid kan ibland räknas in som skolarbete. I princip alla läxor görs med hjälp av skärm. Barnen blir bättre och bättre på att manipulera systemet. De kan säga att de gör läxor och så gör de något helt annat.”

Pappa till pojke på högstadiet

“Rekommendationerna skambelägger oss föräldrar bara. Det är omöjligt att begränsa skärmbilden för en 15-åring. Hon lever mycket av sitt sociala liv via skärmen. Att begränsa skärmtiden vore att begränsa hennes sociala liv.”

Mamma till flicka på högstadiet

“Mitt barn lyssnar ej på rekommendationer vilket gör att jag känner mig som en dålig förälder och jag får dåligt samvete att ungen är beroende av sin telefon.”

Mamma till pojke på gymnasiet

Bråk om skärmtid

Fler föräldrar än barn upplever att de bråkar om skärmtid

Fråga till föräldrar: Brukar du och ditt barn bråka om barnets skärmtid?

Fråga till barn: Brukar du och dina föräldrar bråka om din skärmtid?

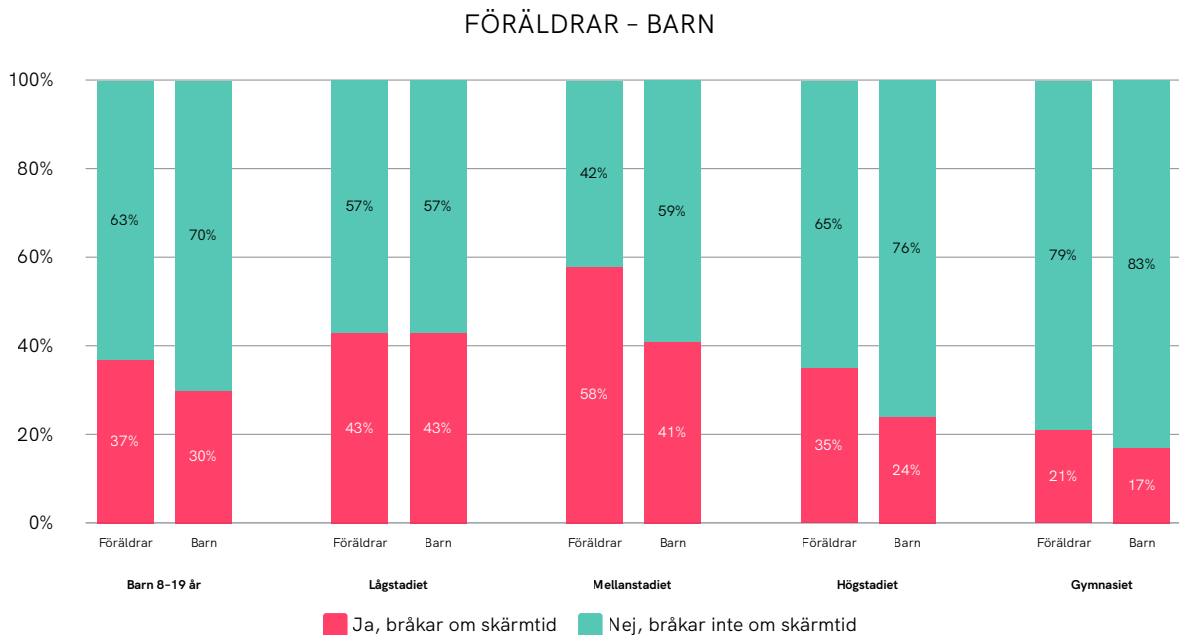


Diagram 1.6, Bas: Föräldrar till barn 8–19 år / Barn 8–19 år, År 2025 (FOI/BOI)

Har föräldrar och barn samma bild av skärmtidsbråken med varandra?

- Fler föräldrar än barn upplever att de bråkar om skärmtid med varandra. Närmare bestämt nära 4 av 10 föräldrar, jämfört med 3 av 10 barn.
- Föräldrar till barn på mellanstadiet och högstadiet upplever i högre utsträckning än barnen att de bråkar om skärmtid. Störst är skillnaden mellan föräldrar (58%) och barn (41%) på mellanstadienivå.
- Föräldrar till de yngsta och äldsta barnen, det vill säga barn på lågstadiet respektive gymnasiet, har samsyn med sina barn vad gäller huruvida de bråkar om skärmtid med varandra eller ej. För gymnasiet är den lilla skillnaden inom felmarginalen.

Hur många föräldrar bråkar med sina barn om skärmtid år 2025?

- Uppemot 4 av 10 föräldrar (37%) uppger att de brukar bråka med sitt barn 8–19 år om skärmtid år 2025.

- Föräldrar till barn på mellanstadiet är de som i högst grad bråkar om skärmtid med sina barn. 6 av 10 mellanstadieföräldrar uppger detta, följt av drygt 4 av 10 lågstadieföräldrar. När barnen når tonåren minskar skärmtidsbråken och de fortsätter minska ju äldre barnen blir.
- Föräldrar bråkar lika mycket med sina pojkar som flickor och mammor och pappor bråkar lika mycket med sina barn om skärmtid. Döttrar tycks dock ha färre bråk med sina pappor än mammor. *
- Fler föräldrar med högskoleutbildning (40%) än med en grundskole- eller gymnasieutbildning (29%) bråkar med sina barn om skärmtid. Hushållsinkomsten påverkar dock inte andelen skärmtidsbråk. *

Hur många barn bråkar med sina föräldrar om skärmtid år 2025?

- 3 av 10 barn 8-19 år uppger att de bråkar med sina föräldrar om skärmtid.
- Ju yngre barnen är, desto fler är det som upplever att de har skärmtidsbråk med föräldrarna. Det är mer än dubbelt så många lågstadiebarn – drygt 4 av 10 – jämfört med inte ens 2 av 10 av gymnasieungdomarna.
- Det är ungefär lika många pojkar som flickor som uppger att de har skärmtidsbråk med sina föräldrar. *
- Barn till föräldrar med högskoleutbildning (32%) upplever i något högre grad än barn till föräldrar med en grundskole- eller gymnasieutbildning (25%) att föräldrarna bråkar med dem om skärmtid. Hushållsinkomsten påverkar däremot inte bilden av andelen skärmtidsbråk. *

Fler föräldrar bråkar med sina mellanstadiebarn om skärmtid år 2025

Fråga till föräldrar: Brukar du och ditt barn bråka om barnets skärmtid?

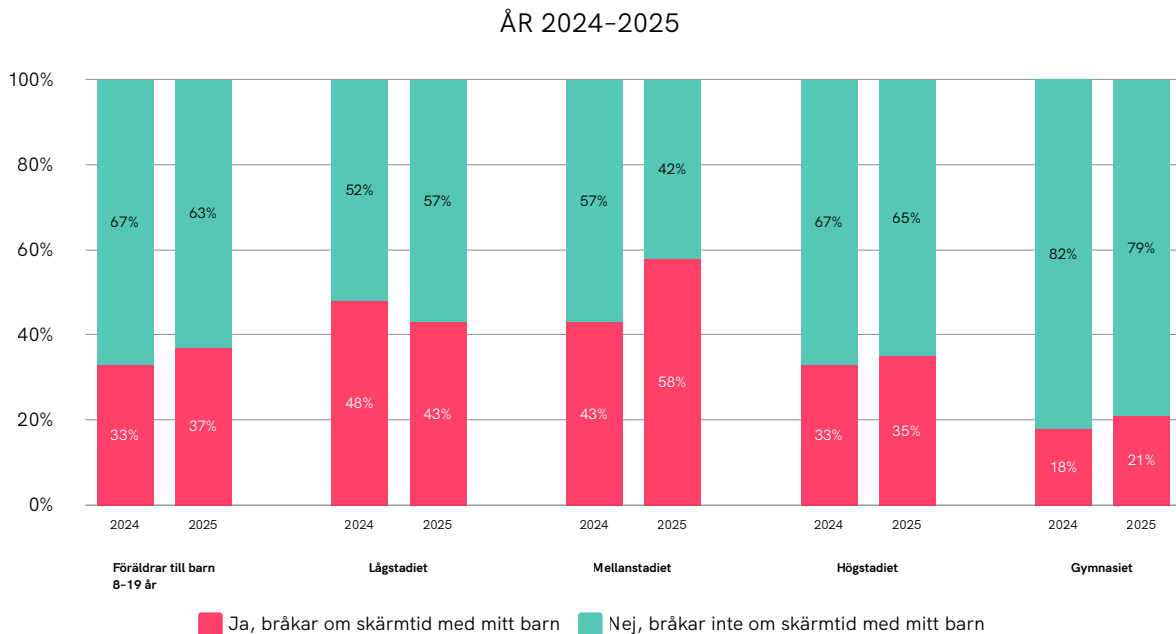


Diagram 1.7, Bas: Föräldrar till barn 8–19 år, År 2024–2025 (FOI) Frågan ställdes ej till barn år 2024.

Är det fler eller färre föräldrar som bråkar om skärmtid med sina barn år 2025 jämfört med år 2024?

- Totalt sett ligger skärmtidsbråken på ungefär samma nivå år 2024 som 2025, då skillnaden är inom felmarginalen.
- På mellanstadiet uppger dock fler föräldrar år 2025 (58%) att de bråkar med sina barn jämfört med år 2024 (43%). Det betyder också att högst andel bråk om skärmtid år 2025 sker bland föräldrar och barn på mellanstadiet – enligt föräldrarna.
- Färre föräldrar till lågstadiebarn tenderar att bråka om skärmtid år 2025 jämfört med år 2024, skillnaden är dock inom felmarginalen. Kan den eventuella minskningen i så fall hänga samman med att lågstadieföräldrar även i högre utsträckning uppger att de har blivit hjälpta av Folkhälsomyndighetens skärmtidsrekommendationer? (Se [diagram 1.3a.](#)) Det kan vi endast spekulera kring.
- Föräldrar till ungdomar på högstadiet och gymnasiet bråkar om skärmtid i samma utsträckning år 2024 som 2025. De små skillnaderna är inom felmarginalen.

Tips!

Vill du veta vad bråken om skärmtid handlar om enligt föräldrarna? Se då gärna avsnittet [Bråk om skärmtid](#) i rapporten [Barnen och internet 2024](#).

“Utforma tydliga riktlinjer för skärmtid för HELA familjen tillsammans med ditt barn”

Fråga till föräldrar: Vilka är dina tips till andra föräldrar för att de ska slippa bråka om skärmtid med sina barn?

FÖRÄLDRARS TIPS FÖR ATT SLIPPA SKÄRMTIDSBRÅK

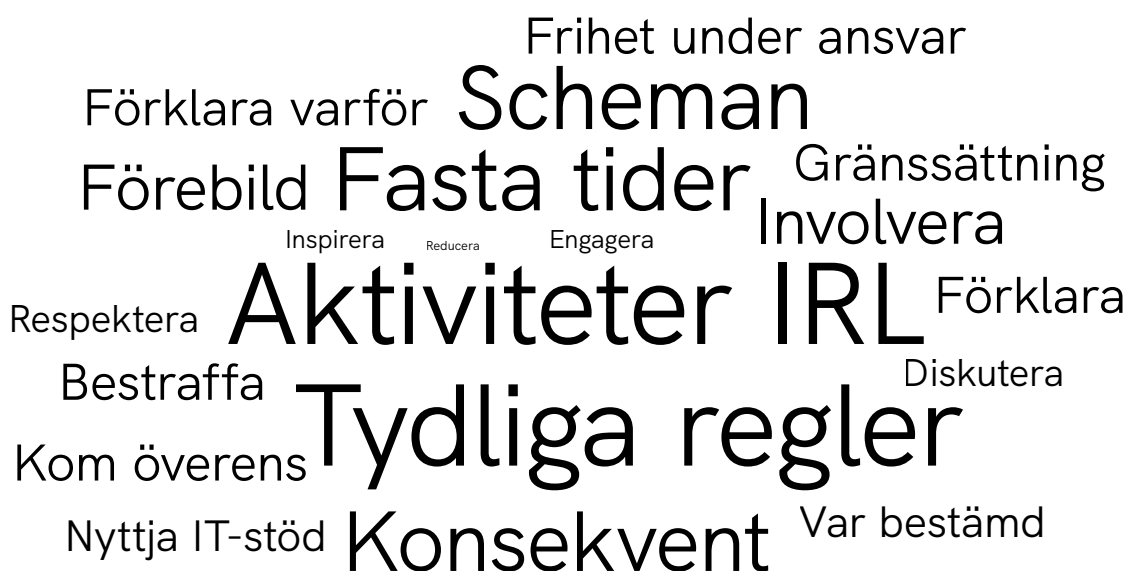


Diagram 1.8, Bas: Föräldrar till barn 8–19 år som INTE bråkar om skärmtid, År 2025 (FOI)

Vilka tips har föräldrar till andra föräldrar för att slippa skärmtidsbråk med sina barn?

Drygt 6 av 10 föräldrar uppger att de inte bråkar om skärmtid med sitt barn 8–19 år (se *diagram 1.6*). Föräldrarna har i fritext fått ge råd till andra föräldrar om hur de kan undvika skärmtidsbråk med sina barn.

Många föräldrar tipsar om att uppmuntra och inspirera barnet till andra aktiviteter IRL, alltså i livet utanför nätet. Det kan exempelvis handla om lek med kompisar “i friska luften”, fritidsaktiviteter och bokläsning, men också att umgås med familjen – som att tillsammans laga mat eller spela brädspel. Rekommendationen till andra föräldrar är att engagera sig i barnens liv och visa intresse för “den verklighet de lever i” för att få barnen att lyssna. Men framför allt för att andra aktiviteter, tillsammans med läxor och skolarbete, automatiskt minskar skärmtiden.

Tydlighet och konsekvens är andra nyckelord i föräldrarnas tips. Som att ha tydliga regler, helst från första gången skärmar introduceras för barnet, att ha fasta tider eller att sätta upp scheman för skärmtid. Många föräldrar betonar här vikten av att involvera barnet i beslutet. Att låta dem tycka till och kompromissa så att det blir “hela familjens regler”. I många fall nämns även att ta fram regler för de vuxnas skärmtid, eftersom de behöver vara goda förebilder för barnen. Exempel på regler som kan gälla för både barn och föräldrar är att inte ha mobiler vid matbordet eller innan sänggåendet.

En del föräldrar, främst till yngre barn, tipsar också om att använda sig av olika IT-lösningar inbyggda i de digitala enheterna som stöd för att skapa rutin och schemalagd skärmtid.

Föräldrar rekommenderar även att grundligt försöka förklara för barnet varför för mycket skärmtid är dåligt, som vilka konsekvenserna och symptomen på skärmb beroende kan vara. Exempelvis att låta framför allt de äldre barnen läsa forskningsrapporter och sedan diskutera dessa med barnet. Detta för att ta del av barnens perspektiv och uppmuntra dem att själva vilja minska sin skärmtid. Ett annat föräldratips är att fokusera på och befästa det som är bra med skärmtid, för att inte bara prata om de negativa konsekvenserna och för att motivera barnet att ta bra beslut om sin egen skärmtid.

Gränsdragning är något som föräldrar tipsar om och det kan handla om att "vara en förälder, inte en kompis". Alltså att inte bara vara "lattjolajban", utan istället vara ansvarstagande och skapa trygghet genom att sätta gränser som barnet själv ännu inte kan sätta.

Det finns en stor bredd i tipsen om gränssättning från föräldrar som spänner från en auktoritär uppfostran till en mer "låt-gå-mentalitet". Några menar att missbruk av skärmtid ska bestraffas eller användas som påtryckningsmedel om barnen inte uppför sig. Till exempel att barnet "blir av med telefonen" eller får minskad skärmtid om de inte lyder föräldrarna eller gör sina läxor eller hushållssysslor. Andra pekar på motsatsen, att släppa skärmtiden fri, med argument som att "den blir mindre begärlig då" eller vikten av att "visa barnet tillit".

Även om bredden är stor kan vi se vissa tendenser till att pappor respektive mammor, framförallt till yngre barn, i sina svar lutar åt olika håll. Pappor tenderar att ge mer auktoritära tips medan mammornas tips istället är mer icke-auktoritära, alltså mer tillåtande.

För att belysa denna nyansskillnad har vi delat upp fritextsvaren mellan mammor och pappor till barn på lågstadiet. Det är dock viktigt att betona att det såklart inte gäller alla mammor och pappor och att det mer handlar om tendenser och nyanser i svarsmonster.

Nu ska vi få ta del av föräldrarnas tips i fritext om hur man ska slippa skärmtidsbråk med sina barn.

Fem tips från pappor till barn på lågstadiet om hur man slipper skärmtidsbråk

"Vi har fasta tider. Om läxor har de företräde. Om något missköts blir det ingen skärmtid. Att nyttja enhet med skärm för musik är ok även när det ej är skärmtid."

Pappa till pojke på lågstadiet

"Lär dig det tekniska och se till att administrera alla IT-enheterna som barnen får tillgång till. Sätt upp föräldrakontroller med schemalagda skärmtider. Det skapar tydlighet och rutin. Detta är stödfunktionalitet som erbjuds av google/android, apple, windows, playstation m.m."

Pappa till pojke på lågstadiet

"Lägga undan telefon/padda när det blir för mycket för barnet. Eller att just tillgången till internet är det första som försvinner som straff vid olika typer av oaccepterat beteende."

Pappa till pojke på lågstadiet

"Ha tydliga rutiner för veckan. Skriva ett schema med hur många timmar och vilka dagar man får använda skärmen."

Pappa till pojke på lågstadiet

"Säg åt dom att göra något annat och se till att det följs. Sätt tydliga regler. Stå på dig! Va ingen lättkränkt mes till förälder!"

Pappa till flicka på lågstadiet

Fem tips från mammor till barn på lågstadiet om hur man slipper skärmtidsbråk

"Ha inga regler, det som barn inte får vill de ha mer av. Fokusera inte heller på tiden utan vad de gör på nätet. Frihet under ansvar."

Mamma till flicka på lågstadiet

"Prata med barnen om VARFÖR man behöver variera sina aktiviteter mellan stillasittande, rörelse, använda hjärnan, ha paus, osv. Kom överens tillsammans om när barnet behöver stänga av. Snälltolka om barnet inte stängt av inom överenskommelse. Barn i lågstadieålder lyssnar och tror på sina föräldrar."

Mamma till flicka på lågstadiet

"Tydliga regler och att man förklarar för och nackdelar samt vilka tecken som finns på dåligt mående. Och att man respekterar och litat på att barnen allt som oftast själva kan ta eget ansvar. Hitta på annat roligt med barnet."

Mamma till pojke på lågstadiet

"Ge barnet fri tillgång under ansvar, så att man slipper göra det till en konflikt. Om det gnälls när det ska stängas av så är det dags begränsa användandet. Roblox, YouTube samt de populärare gratis spelen är satta under tidsgräns."

Mamma till pojke på lågstadiet

"Ha tydliga regler för vad som gäller och inte rucka på dem och att alla vårdnadshavare kör samma linje. För barnets bästa, ha bra relation med ditt ex om ni är skilda och bygg en bra relation mellan eventuella nya partners=bonusföräldrar, för ni behöver vara en enad front i alla viktiga frågor."

Mamma till pojke på lågstadiet

Sex tips från föräldrar till barn på mellanstadiet om hur man slipper skärmtidsbråk

"Håll inte på med din egen telefon framför barnet så blir det enklare att få dem att inte sitta med sin egen. Erbjud andra aktiviteter till barnet som ni gör tillsammans. Laga mat, ut och lek, etc. Barnet ska också ta ansvar för läxor, städa sitt rum mm."

Pappa till flicka på mellanstadiet

“Ge ditt barn trygga ramar, vägledning och var en ansvarstagande vuxen – var inte bara en kompis som är lattjolajban att hänga med. Som förälder har du en särskild roll att skydda, vägleda och sätta gränser som ditt barn ännu inte kan sätta själv.”

Pappa till pojke på mellanstadiet

“Introducera skärmar sent, inte före 10 år, och använd som belöning, t.ex. läs bok 15 minuter så får du 15 minuter skärmtid.”

Mamma till pojke på mellanstadiet

“Göra annat som inte involverar en device av något slag. Uppmuntra läsning av bok varje kväll innan läggdags. Sätta tekniska gränser för användartid. Inte trixa med åldersgränser för sociala medier – det är på så vis “alla andra” har tillgång till beroendeframkallande appar, som man måste ha för att inte hamna utanför den sociala gemenskapen.”

Mamma till flicka på mellanstadiet

“Det finns flera tjänster som hjälper till att sätta till exempel sovtider, då fungerar inte barnets enheter. Det har hjälpt oss mycket.”

Pappa till flicka på mellanstadiet

“Va en förälder, inte en kompis!!! Släpp din egen mob, engagera dig, prata o va med ditt barn! Tydliga o konsekventa gränser gör ditt barn tryggt! Det motsatta tvärtom!”

Mamma till flicka på mellanstadiet

Sex tips från föräldrar till ungdomar på högstadiet om hur man slipper skärmtidsbråk

“Att från att barnet är mycket litet vara tydlig med gränssättning. Att uppmuntra till andra lustfyllda fritidsaktiviteter. Inte påtvingat, utan inspirera på olika sätt att våga testa något nytt. Men grunden är att visa barnet kärlek, kärlek, kärlek och förtroende.”

Pappa till pojke på högstadiet

“Sätt regler när barnen är små och håll dem. Samt föregå med gott exempel - det är minst lika ofta föräldrarnas skärmtid som är problemet. Inga skärmar vid matbordet är självklart.”

Mamma till pojke på högstadiet

“Involvera barnet! Be barnet ge förslag på vad den tycker är rimligt (t ex antal timmar). Fråga vad vi föräldrar kan göra för att det ska bli lättare att hålla sig till de “reglerna”. Erbjud annat, hos oss funkar brädspel som ersättare.”

Mamma till pojke på högstadiet

“Prata om vad forskningen kommit fram till om skärmberoende och dess konsekvenser. Reducera skärmtiden stegvis. Att få barnet delaktig i hur den reduktionen ska gå till, när skärm ska användas och inte. Inledningsvis ge alternativ till skärm att sysselsätta sig med.”

Mamma till flicka på högstadiet

“Var tydlig med vad som gäller när att du som förälder står för kostnad för abonnemang och telefon. Följs inte det får det konsekvenser för användandet.”
Pappa till flicka på högstadiet

“Prata om, dra nytta av och lyft fördelarna med nätet, och inte bara prata skärmbroende. Så det blir en drivkraft att göra rätt och bra. Min son har högsta betyg i engelska pga spel och poddar, och högt betyg i naturämnen pga coola förebilder på nätet som inspirerar honom.”
Pappa till pojke på högstadiet

Fem tips från föräldrar till ungdomar på gymnasiet om hur man slipper skärmtidsbråk

“Var en god förebild själv, lev som du lär! Ha en tydlig skärmstrategi och inled användandet sent, inte före 10-årsålder (och INGEN skärm oavsett sort, eller TV innan 2 år). Rutiner för övriga aktiviteter såsom idrott, middagar, lunch, frukost, familjetid (inga skärmar). Var förälder till ditt barn, inte kompis!”
Pappa till pojke på gymnasiet

“Samtala och göra gemensamma överenskommelser som gäller för ALLA i hushållet, även den vuxna. Om barnet ofta är rastlös och fyller den tomheten med skärmtid, hitta då på något med barnet.”
Mamma till flicka på gymnasiet

“Se till att vara saklig i informationen man ger och be barnen själva läsa information från myndigheter och forskning. Diskutera och respektera ditt barn. Visa intresse för vad ditt barn är intresserad av.”
Pappa till pojke på gymnasiet

“Ta del av dina barns intressen både online och offline, dvs aktivt visa intresse och försöka lära sig och förstå. Och om de stöter på något online du inte uppskattar, så diskutera och förklara hellre än förbjuda. Att avstå måste komma från barnet självt.”
Mamma till pojke på gymnasiet

“Se till att barnet har fritidsaktiviteter och fasta sovtider samt sköter skolan så behövs inte skärmtid för det finns inte överdrivet med tid kvar till det.”
Pappa till flicka på gymnasiet

Tips!

Vill du veta vad föräldrar gör för att skydda sina barn mot olika faror på nätet? Se då [kapitel 3 Skydd mot dåligt skärminnehåll](#).

“Var ute och lek så får du glada föräldrar och mer skärmtid sen”

Fråga till barn: Vilka är dina tips till andra barn för att de ska slippa bråka om skärmtid med sina föräldrar?

BARNS TIPS FÖR ATT SLIPPA SKÄRMTIDSRÅK



Diagram 1.9, Bas: Barn 8–19 år som INTE bråkar om skärmtid, År 2025 (BOI)

Vilka tips har barn till andra barn för att slippa skärmtidsbråk med sina föräldrar?

7 av 10 barn i åldern 8–19 år uppger att de inte bråkar om skärmtid med sina föräldrar (se *diagram 1.6*). Barnen har i fritext fått ge råd till andra barn om hur de kan undvika skärmtidsbråk med sina föräldrar.

Ett av de vanligaste tipsen från barn för att slippa bråk om skärmtid är att göra annat IRL, alltså i verkliga livet utanför nätet. Barnen menar att om de är utomhus, leker, ägnar sig åt fritidsaktiviteter och umgås med vänner offline så blir föräldrarna “lugna, slutar noja och bråka” om skärmtid. Dessutom kan de få mer skärmtid av föräldrarna därefter. Samma effekt kan de få “om de bara sköter sig och gör sina läxor”.

Många barn tipsar också andra barn om att lyssna på föräldrarna för att slippa skärmtidsbråk. Att acceptera vad de säger “även om det är tråkigt”, att inse att det är de som bestämmer och att de kanske till och med har rätt – att för mycket skärmtid kan vara skadligt. Att tillsammans sätta upp bestämda tider för skärmtid är något som framförallt de yngre barnen tipsar om.

Barnen rekommenderar också andra barn om att “sluta tjata” och att det är bättre att förklara för föräldrarna varför det är viktigt att ha mer skärmtid. Eller till och med försöka “utbilda dem” både rent tekniskt och om hur livet online fungerar så att de vuxna inte “oroar sig hela tiden”.

Ett annat tips från barnen är att förhandla med föräldrarna om skärmtid, att argumentera smart och “känna in” när föräldrarna är på bra humör. Fungerar

inte det så är tipset att använda mobilen i smyg. Framförallt högstadieungdomar rekommenderar att gömma mobilen så att föräldrarna inte ser hur mycket skärmtid de egentligen har.

Nu ska vi få ta del av barnens tips till andra barn i fritext om hur de ska slippa bråka om skärmtid med sina föräldrar, fördelat på de olika skolstadierna.

Fem tips från barn på lågstadiet om hur man slipper skärmtidsbråk

“Bestäm en tid innan du börjar använda skärm. Gärna två timmar.”

Pojke på lågstadiet

“Att leka och vara ute. Då brukar jag sen få ha skärmtid.”

Pojke på lågstadiet

“Att man ska tänka att det är bra att sluta vid en gräns så att man inte får ont i huvudet.”

Flicka på lågstadiet

“Att man har en bestämd tid man får titta, morgon och kväll. Och att det måste gå flera timmar mellan det att man tittar.”

Pojke på lågstadiet

“Lyssna på vad de säger. De kan va hopplösa men säg inte det högt. Strunta i skärmen ibland och lek istället.”

Flicka på lågstadiet

Fem tips från barn på mellanstadiet om hur man slipper skärmtidsbråk

“Mina tips till föräldrar är att ge normala gränser. Till andra barn är tipset att fatta ett nej för då kan man få ja någon annan gång.”

Pojke på mellanstadiet

“Att man gör en plan för hur tiden framför skärmen ska spenderas som ALLA kommer överens om och som gäller även vuxna. Gör andra saker och vara utomhus ibland. Om jag ritar på telefonen så räknas inte det säger pappa.”

Flicka på mellanstadiet

“Prata med föräldrar om vad som är viktigt så att om du är mitt i en grej så kan du få göra klart. Inte göra så mycket digitalt, var irl. Don't try to do weird stuff i spel.”

Flicka på mellanstadiet

“Lyssna även om det är tråkigt. Bara acceptera att det faktiskt inte är bra med mycket skärm, så dina föräldrar har nog rätt med att du inte ska använda skärm så mycket.”

Flicka på mellanstadiet

“Låt barnen göra sina affärer klart som dem vuxna brukar säga – slutför din uppgift. Låt inte föräldrarna köra över dig men lyssna på dem och uppför dig. Få dem inte att skämmas inför andra vuxna för då är du körd.”

Pojke på mellanstadiet

Fem tips från ungdomar på högstadiet om hur man slipper skärmtidsbråk

"Att lyssna på sina föräldrar eller att inte låta de veta hur mycket man kollar på sin telefon. Typ göm mobilen under kudden när dom kommer in och låtsas läsa en bok eller nåt."

Flicka på högstadiet

"Häng med dina föräldrar så blir de glada och mindre tjatiga. Titta på film med dem! Lyssna in om de inte vill att du spelar eller gör vissa saker på nätet. Var smart. Gör inga dumma grejer."

Pojke på högstadiet

"Att inte ta upp ämnet hela tiden, att man väntar till att de är på lite bättre humör och argumenterar för sin sak med argument man har skrivit upp sedan innan."

Flicka på högstadiet

"Det är bara att acceptera vad dina föräldrar har sagt. Eftersom det är de som är över 18 år."

Flicka på högstadiet

"Använd skärmen mindre och försök hitta på något annat. Om du inte vill sluta får du försöka förklara varför till dina föräldrar. Om du anser att det dina föräldrar tycker är orimligt, och absolut inte vill använda skärmen mindre, får du försöka gömma den från dina föräldrar. Efter att de fyllt 40 är de trötta och ser illa så det brukar funka. (Du borde troligen lyssna på dina föräldrar, men jag vet inte allas situation)."

Pojke på högstadiet

Fem tips från ungdomar på gymnasiet om hur man slipper skärmtidsbråk

"Var inte alldeles för fast vid skärmen. Lär dig att ha kul utanför internet. Sysselsätt dig med andra aktiviteter, såsom träning eller umgås med vänner och familj i verkligheten."

Pojke på gymnasiet

"Gör annat som inte är skärm, om du aktivt visat att du har andra intressen kommer de i dom flesta fallen inte bry sig."

Pojke på gymnasiet

"Lyssna på dina föräldrar, de är förmodligen smartare än dig. Få kunskap om att det inte är bra i längden att vara mobilberoende. Skapa rutiner att hålla sig mobilfritt vid tex middag."

Flicka på gymnasiet

"Om man sköter skolan och läxor så blir det inget bråk om skärmtid."

Pojke på gymnasiet

“Det handlar om att vissa föräldrar ser tekniken som ett problem och en fiende till människor. Mitt tips är att utbilda dina föräldrar både rent tekniskt och förklara vad du gör online som är bra som skolan och vänner så slutar de flippa ut för ingenting.”

Flicka på gymnasiet

Kapitel 2: Oro över skärminnehåll

ÅK 9 v. 34-51

Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Freitag
AM: MATH	AM: MATH	AM: MATH	AM: MATH	AM: MATH
PM: BIO	PM: BIO	PM: BIO	PM: BIO	PM: BIO
LUNCH	LUNCH	LUNCH	LUNCH	LUNCH
AM: MATH	AM: MATH	AM: MATH	AM: MATH	AM: MATH
PM: BIO	PM: BIO	PM: BIO	PM: BIO	PM: BIO
LUNCH	LUNCH	LUNCH	LUNCH	LUNCH
AM: MATH	AM: MATH	AM: MATH	AM: MATH	AM: MATH
PM: BIO	PM: BIO	PM: BIO	PM: BIO	PM: BIO
LUNCH	LUNCH	LUNCH	LUNCH	LUNCH
AM: MATH	AM: MATH	AM: MATH	AM: MATH	AM: MATH
PM: BIO	PM: BIO	PM: BIO	PM: BIO	PM: BIO
LUNCH	LUNCH	LUNCH	LUNCH	LUNCH
AM: MATH	AM: MATH	AM: MATH	AM: MATH	AM: MATH
PM: BIO	PM: BIO	PM: BIO	PM: BIO	PM: BIO
LUNCH	LUNCH	LUNCH	LUNCH	LUNCH



Stor oro bland föräldrar för att inte kunna skydda sitt barn på nätet



De flesta föräldrar oroar sig för att inte kunna skydda sitt barn i den digitala världen. Den största källan till oro är innehåll på nätet som barnet kan må dåligt av. Oron är mer utbredd bland högskoleutbildade och bland mammor.



Innehåll

- 35 Kort sammanfattning [↗](#)
- 38 Hur många oroar sig för att inte kunna skydda sitt barn på nätet? [↗](#)
- 40 Vad på skärmen oroar föräldrar? [↗](#)
Fokus på respektive oroskälla:
- 60 Innehåll konstruerat för skärmberoende [↗](#)
- 61 Fejkade nyheter [↗](#)
- 62 Skeva utseende-/kroppsideal [↗](#)
- 63 Våldsamt innehåll [↗](#)
- 64 Grovt pornografiskt innehåll [↗](#)
- 65 Bedrägerier på nätet [↗](#)
- 66 Utpressning på nätet [↗](#)
- 67 Näthat/grova kränkningar på nätet [↗](#)
- 68 Grooming/sexuella övergrepp på nätet [↗](#)
- 69 Lockas dela sexuella bilder [↗](#)
- 70 Lockas köpa alkohol [↗](#)
- 71 Lockas köpa droger [↗](#)
- 72 Lockas in i gängkriminalitet [↗](#)
- 73 Lockas in i radikaliserande våldsbejakande extremism [↗](#)

I det här kapitlet fokuserar vi på vad föräldrar oroar sig för att inte kunna skydda sitt barn mot på nätet. Hur många oroar sig överhuvudtaget och vad oroar man sig för? Skiljer oron sig åt beroende på barnets ålder? Och skiljer den sig åt beroende på föräldrarnas eller barnets kön? Spelar föräldrarnas utbildningsbakgrund någon roll? Vi får dessutom ta del av hur ett antal föräldrar själva beskriver vad de oroar sig för.

Föräldrar till unga flickor oroar sig mest av alla

Hela 85 procent av föräldrarna till barn 8–19 år känner oro för att inte kunna skydda sitt barn på nätet. Oron är som störst bland föräldrar till grundskolebarn där 9 av 10 föräldrar oroar sig för något. Framförallt oroar sig föräldrar till lågstadiebarn, och i synnerhet föräldrar till unga flickor. Oron är också generellt sett mer utbredd bland föräldrar med en högskoleutbildning och bland mammor.

Oron är störst för innehåll som skapar skärmberoende

Övergripande så oroar sig föräldrar för innehåll på nätet av olika slag som barnet kan må dåligt av, följt av att barnet ska utsättas för någon form av övergrepp eller brottslig handling och därefter att barnet ska lockas in i något som är farligt eller destruktivt på nätet.

När vi gräver djupare och tittar mer konkret på vilket innehåll och vilka typer av brott, övergrepp samt lockelser på nätet som föräldrar oroar sig att inte kunna skydda sitt barn från, så är det mer än hälften av föräldrarna som oroar sig för följande: innehåll som är konstruerat för att skapa skärmberoende, fejkade nyheter, näthat samt skeva utseende- och kroppsideal som kan ge barnet sämre självkänsla.

Runt 4 av 10 föräldrar oroar sig för bedrägerier, våldsam innehåll, grovt pornografiskt innehåll samt sexuella övergrepp på nätet. Detta följt av cirka 3 av 10 föräldrar som oroar sig för utpressning och att barnet ska lockas att dela sexuella bilder online.

Var sjunde förälder oroar sig för att barnet ska lockas att köpa droger och var tionde för att barnet ska lockas att köpa alkohol online. Var tionde förälder oroar sig också för att barnet ska dras in i gängkriminalitet och var tjugonde för att barnet ska lockas in i våldsbejakande extremism.

Föräldrar till tonåringar oroar sig för fejkade nyheter på nätet

Bland föräldrar till låg- och mellanstadiebarn är oron som störst för skärmberoende och näthat. Det är också fler föräldrar till unga barn som oroar sig för att barnet ska utsättas för sexuella övergrepp, lockas att dela sexuella bilder eller se våldsam innehåll på nätet jämfört med tonårsföräldrar. Den största oroskällan bland tonårsföräldrar är fejkade nyheter på nätet som kan ge barnet en snedvriden verklighetsuppfattning.

DE FEM STÖRSTA OROSMOMENTEN BLAND FÖRÄLDRAR TILL BARN I OLIKA SKOLSTADIER

Lågstadiet	%	Mellanstadiet	%	Högstadiet	%	Gymnasiet	%
Skärmberoende	68	Skärmberoende	68	Fejkade nyheter	60	Fejkade nyheter	45
Näthat	62	Näthat	66	Skärmberoende	58	Utseendeideal	44
Utseendeideal	57	Fejkade nyheter	61	Utseendeideal	58	Skärmberoende	41
Fejkade nyheter	52	Utseendeideal	58	Näthat	52	Näthat	41
Sexuella övergrepp	48	Våldsam innehåll	48	Bedrägerier	47	Bedrägerier	41

Föräldrar till flickor oroar sig för skeva utseendeideal på nätet

Föräldrar till flickor i alla åldrar oroar sig främst för skeva utseendeideal på nätet som kan ge deras döttrar sämre självkänsla. Denna oro är betydligt större hos dem än bland föräldrar till pojkar. Föräldrar till unga flickor oroar sig dessutom i högre grad än genomsnittet för näthat, grooming och sexuella övergrepp, lockelsen att dela sexuella bilder samt för beroendeframkallande innehåll på nätet.

Föräldrar till tonårspojkar oroar sig för att barnet lockas in i gängkriminalitet eller extremism

Oron är lika stor bland föräldrar till unga pojkar och flickor vad gäller beroendeframkallande innehåll, men för föräldrar till unga pojkar är detta deras främsta orsak till oro. Föräldrarna till unga pojkar oroar sig också för våldsamt innehåll och denna oro är betydligt större hos dem än bland alla andra föräldrar. Föräldrar till tonårspojkar oroar sig främst för fejkade nyheter som kan ge deras söner en snedvriden verklighetsuppfattning. De oroar sig också i högre grad än genomsnittet för att barnet ska lockas att köpa droger – eller lockas in i gängkriminalitet eller radikaliserande våldbejakande extremism.

DE FEM STÖRSTA OROSMOMENTEN BLAND FÖRÄLDRAR TILL POJKAR OCH FLICKOR I OLIKA ÅLDAR

Pojkar Låg-/Mellanstadiet	%	Pojkar Högstadiet /Gymnasiet	%	Flickor Låg-/Mellanstadiet	%	Flickor Högstadiet /Gymnasiet	%
Skärmberoende	67	Fejkade nyheter	49	Skeva utseendeideal	78	Skeva utseendeideal	69
Fejkade nyheter	55	Bedrägerier	44	Näthat	75	Skärmberoende	55
Näthat	53	Skärmberoende	44	Skärmberoende	69	Fejkade nyheter	55
Våldsamt innehåll	52	Näthat	39	Sexuella övergrepp	61	Näthat	55
Bedrägerier	45	Grov pornografi	35	Fejkade nyheter	58	Bedrägerier	43

Akademiker oroliga för att barnet ska bli skärmberoende

Föräldrar med en högskoleutbildning är generellt sett mer oroliga för att inte kunna skydda sitt barn på nätet jämfört med föräldrar med en grundskole- eller gymnasieutbildning. De oroar sig i betydligt högre grad för innehåll som är konstruerat för att skapa skärmberoende, samt för näthat, skeva utseendeideal eller för sexuella övergrepp på nätet. Det finns dock några lockelser på nätet som föräldrar med en lägre utbildning oroar sig mer för än högutbildade. Nämligen att deras barn ska lockas in i gängkriminalitet, lockas att köpa alkohol eller lockas in i radikaliserande våldbejakande extremism.

Fler mammor än pappor oroar sig för att barnet ska utsättas för våldsamt innehåll på nätet

Fler mammor än pappor är oroliga för att inte kunna skydda sitt barn på nätet, och det gäller i stort sett alla orosmoment. Skillnaderna är särskilt tydliga när det handlar om näthat, skeva utseendeideal, våldsamt innehåll, sexuella övergrepp, att barnet ska lockas att dela sexuella bilder samt oro för att barnet ska se grovt pornografiskt innehåll online.

Hur många oroar sig för att inte kunna skydda sitt barn på nätet?

Majoriteten av alla föräldrar oroar sig för att inte kunna skydda sitt barn på nätet

Fråga till föräldrar: Oroar du dig för att du inte kan skydda ditt barn på nätet?

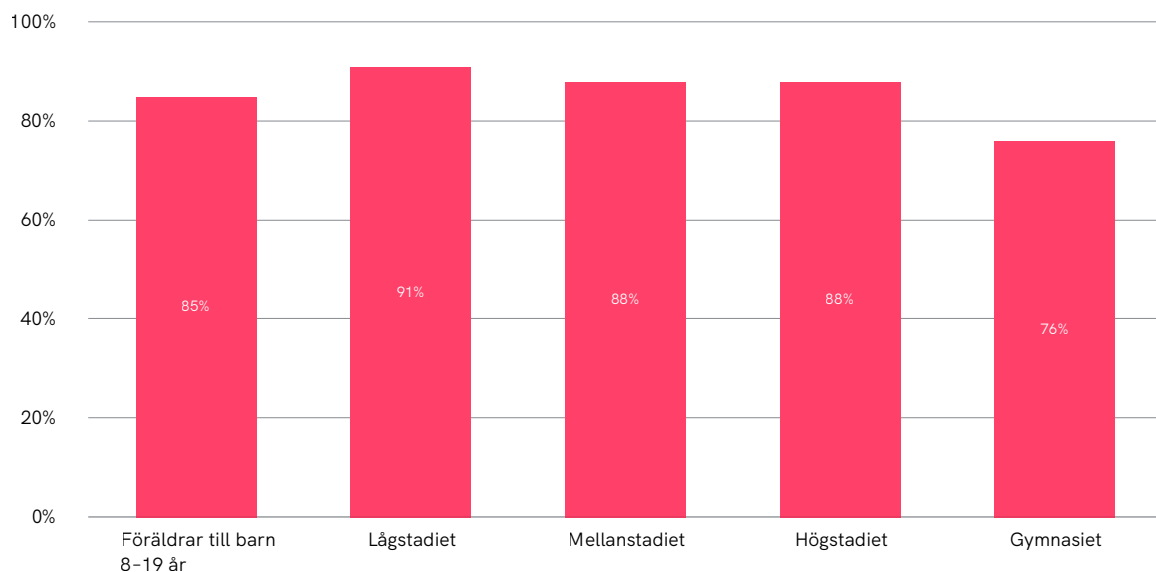


Diagram 2.1a, Bas: Föräldrar till barn 8-19 år, År 2025 (FOI) För exakt frågeformulering, se frågeformulär.

FÖRÄLDRAR MED LÄGRE RESPEKTIVE HÖGRE UTBILDNING

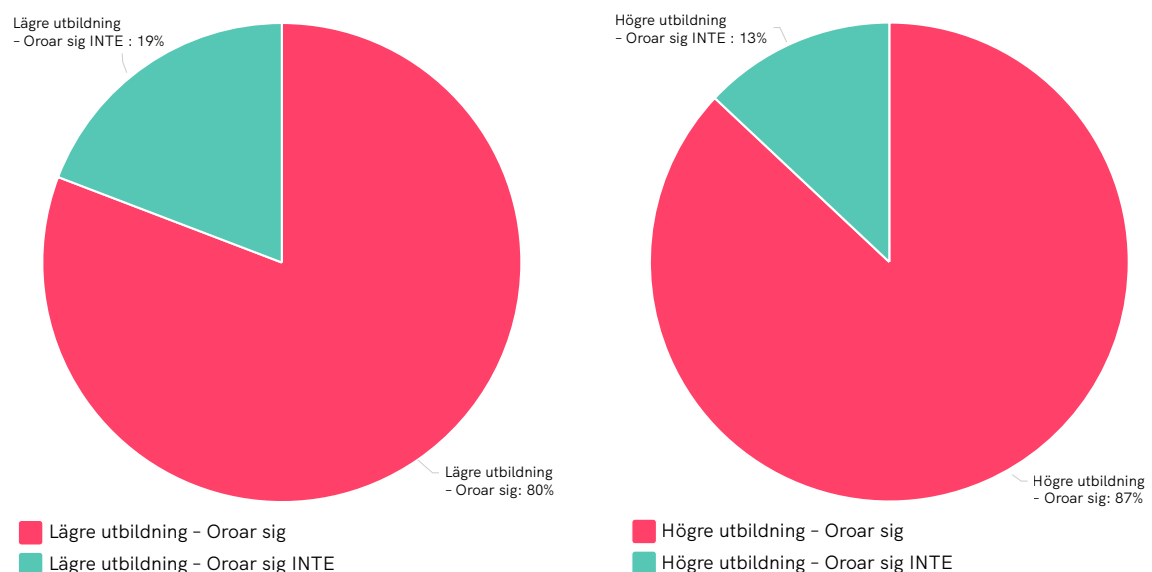


Diagram 2.1b, Bas: Föräldrar till barn 8-19 år, År 2025 (FOI) För exakt frågeformulering, se frågeformulär.

Lägre utbildning = Endast grundskole-/gymnasieutbildning, Högre utbildning = Högskoleutbildning

Hur många föräldrar oroar sig för att inte kunna skydda sitt barn på nätet?

- En majoritet av föräldrar till barn 8–19 år, fler än 8 av 10, oroar sig för att inte kunna skydda sitt barn på nätet.
- Oron är som störst bland föräldrar till barn i grundskolan, framförallt på lågstadiet. Föräldrar oroar sig alltså mest för de yngsta och minst för de äldsta barnen 8–19 år.
- Bland föräldrar med högskoleutbildning (87%) är det fler som oroar sig för att inte kunna skydda sitt barn på nätet än bland de med endast en grundskole- eller gymnasieutbildning (80%).
- Det är fler mammor (92%) än pappor (78%) som är oroliga för att inte kunna skydda sitt barn på nätet. *
- Föräldrar tenderar att oroa sig något mer för sina flickor (87%) än sina pojkar (82%), men skillnaden är inom felmarginalen. *

Denna fråga är baserad på föräldrars oro uppdelad på tre olika områden:

...att barnet ska se innehåll på nätet som barnet sedan mår dåligt av

...att barnet ska utsättas för något övergrepp eller annan brottslig handling på nätet

...att barnet ska lockas in i något farligt eller destruktivt på nätet

Nu ska vi undersöka föräldrarnas oro uppdelat på dessa tre områden.

Vad på skärmen oroar föräldrar?

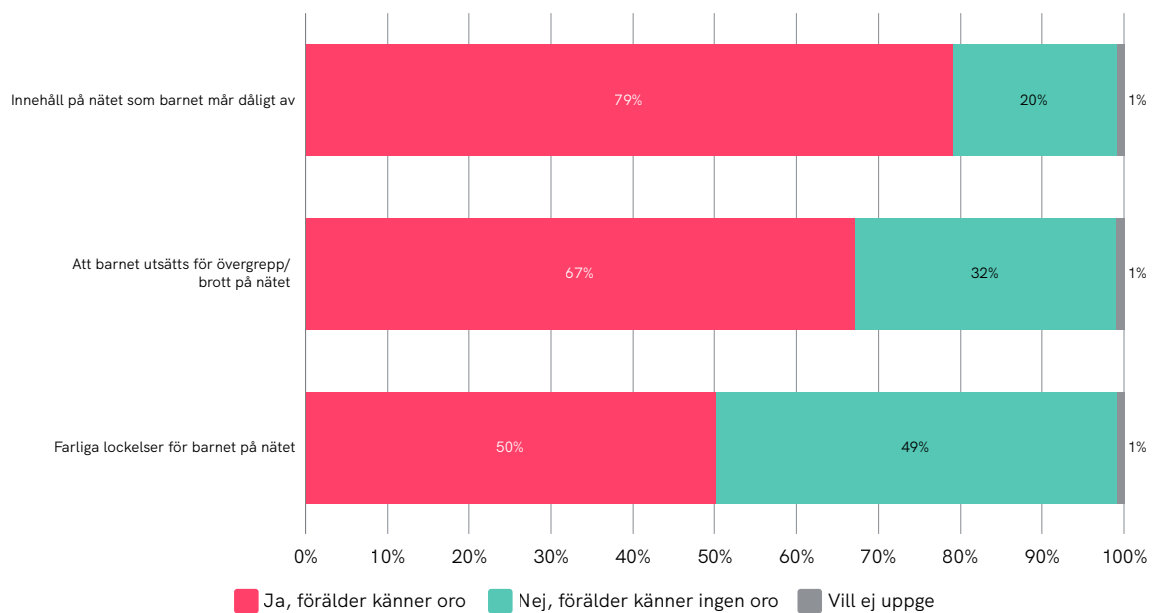
2 av 3 föräldrar oroar sig för att barnet ska utsättas för övergrepp eller brott på nätet

Fråga till föräldrar: Oroar du dig för att du inte kan skydda ditt barn från...

...att se innehåll på nätet som barnet sedan mår dåligt av?

...att utsättas för något övergrepp eller annan brottslig handling på nätet?

...att lockas in i något farligt eller destruktivt på nätet?



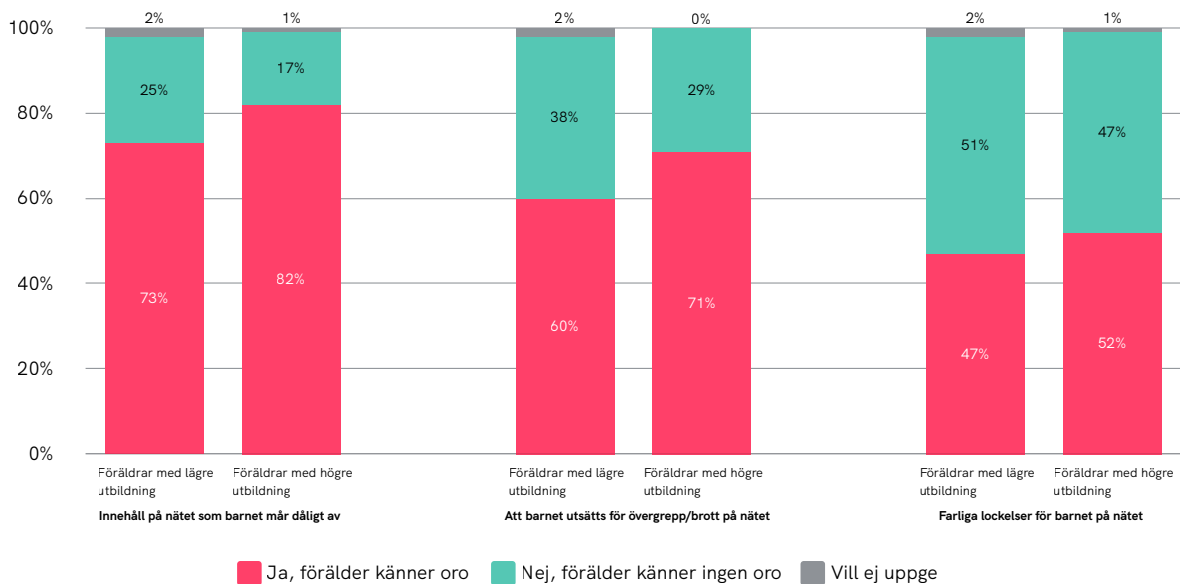


Diagram 2.2a-c, Bas: Föräldrar till barn 8-19 år, År 2025 (FOI)

Lägre utbildning = Endast grundskole-/gymnasieutbildning, Högre utbildning = Högskoleutbildning

Vad oroar sig föräldrar för att inte kunna skydda sitt barn mot på nätet?

Det som allra flest föräldrar, 8 av 10, känner oro för att inte kunna skydda sitt barn från på nätet är innehåll som barnet mår dåligt av. Därefter följer oro för att barnet ska utsättas för något övergrepp eller brottslig handling vilket knappt 7 av 10 föräldrar oroar sig för. Följt av 5 av 10 föräldrar som oroar sig för att barnet ska lockas in i något farligt och destruktivt på nätet.

Hur många föräldrar oroar sig för att inte kunna skydda sitt barn från innehåll på nätet som barnet mår dåligt av?

- Majoriteten av föräldrarna, 8 av 10, känner oro för att inte kunna skydda sitt barn mot innehåll på nätet som barnet mår dåligt av.
- Ju yngre barnen är, desto fler föräldrar tycks oroa sig. Oron är relativt jämnhög bland föräldrar till barn i hela grundskolan, medan den är betydligt lägre bland föräldrar till gymnasieungdomar.
- Fler föräldrar med högskoleutbildning oroar sig för att inte kunna skydda sitt barn från innehåll som får barnet att må dåligt jämfört med föräldrar med endast en grundskole- eller gymnasieutbildning.
- Fler föräldrar till flickor (83%) än till pojkar (75%) känner oro för att inte kunna skydda sitt barn mot innehåll som får barnet att må dåligt. Speciellt föräldrar till unga flickor oroar sig. *
- Fler mammor (87%) än pappor (72%) oroar sig för att inte kunna skydda sitt barn mot innehåll som får barnet att må dåligt. Mammor till flickor känner denna oro mest av alla. *

Hur många föräldrar oroar sig för att inte kunna skydda sitt barn från att utsättas för brott eller övergrepp på nätet?

- Två tredjedelar av föräldrarna oroar sig för att inte kunna skydda sitt barn från att utsättas för brott eller övergrepp på nätet.
- Föräldrar till barn i mellanstadiet tenderar att oro sig i högst grad för att deras barn ska utsättas för brott eller övergrepp på nätet. Det är dock relativt jämnhög oro bland föräldrar till barn i hela grundskolan, medan oron är betydligt lägre bland föräldrar till gymnasieungdomar.
- Fler föräldrar med en högskoleutbildning är oroade för att inte kunna skydda sitt barn från att utsättas för brott eller övergrepp på nätet jämfört med föräldrar med endast en grundskole- eller gymnasieutbildning.
- Det är betydligt fler föräldrar till flickor (75%) än pojkar (60%) som oroar sig för att inte kunna skydda sitt barn från brott eller övergrepp på nätet. Den största skillnaden kan ses bland föräldrar till yngre barn, alltså i låg- och mellanstadieåldern. *
- Oro för att inte kunna skydda sitt barn från brott eller övergrepp på nätet är mer utbredd bland mammor (76%) än pappor (60%). Mammor till flickor (84%) är den grupp där flest känner denna oro. *

Hur många föräldrar oroar sig för att inte kunna skydda sitt barn från farliga eller destruktiva lockelser på nätet?

- Hälften av föräldrarna oroar sig för att inte kunna skydda sitt barn från farliga och destruktiva lockelser på nätet.
- Ju yngre barnen är, desto fler föräldrar tycks oro sig. Det är dock relativt jämnhög oro bland föräldrar till barn i hela grundskolan, medan oron är betydligt lägre bland föräldrar till gymnasieungdomar.
- Det tenderar att vara fler föräldrar med högskoleutbildning jämfört med endast en grundskole- eller gymnasieutbildning som oroar sig för att inte kunna skydda sitt barn från destruktiva och farliga lockelser på nätet, skillnaden ligger dock inom felmarginalen.
- Det är betydligt fler föräldrar till unga flickor än unga pojkar som oroar sig för att barnet ska lockas in i något farligt eller destruktivt på nätet. *
- Oro för att inte kunna skydda sitt barn från destruktiva och farliga lockelser på nätet är mer utbredd bland mammor (58%) än pappor (43%). Mammor till flickor är den grupp där flest känner denna oro. *

Nu ska vi gräva djupare och titta mer konkret på vilket innehåll, vilka typer av brott och övergrepp och vilka lockelser på nätet som föräldrar oroar sig för att inte kunna skydda sitt barn mot.

Mer än hälften av föräldrarna oroar sig för att deras barn ska utsättas för näthat

Fråga till föräldrar: Vad oroar du dig för att du inte kan skydda ditt barn från på nätet?

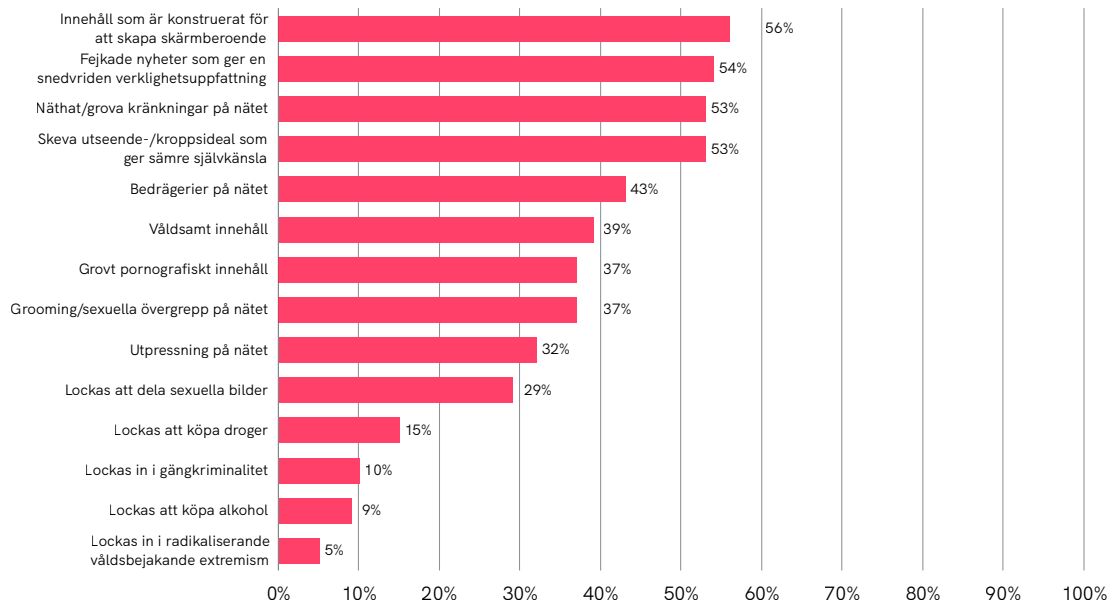


Diagram 2.3, Bas: Föräldrar till barn 8–19 år, År 2025 (FOI) För fullständiga svarsalternativ, se frågeformulär.

Vilket innehåll, vilka handlingar eller lockelser på nätet oroar sig föräldrar över att de inte kan skydda sina barn mot?

- Det som allra flest föräldrar – mer än hälften – oroar sig för att inte kunna skydda sitt barn från är innehåll som är konstruerat för att skapa skärmberoende samt fejkade nyheter, näthat och skeva utseendeideal.
- På delad andra plats, som runt 4 av 10 föräldrar oroar sig för, kommer bedrägerier, våldsamt innehåll, grovt pornografiskt innehåll och sexuella övergrepp.
- På delad tredje plats, som cirka 3 av 10 föräldrar oroar sig för, finns utpressning och att barnet ska lockas att dela sexuella bilder på nätet.
- Var sjunde förälder oroar sig för att barnet ska lockas att köpa droger och var tionde för att barnet ska lockas att köpa alkohol.
- Var tionde förälder oroar sig också för att barnet ska lockas in i gängkriminalitet och var tjugonde för att barnet ska lockas till våldsbejakande extremism.

Nedan följer några fritextsvar från föräldrar, där de med egna ord beskriver sin oro för att inte kunna skydda sina barn på nätet inom flera olika områden.

Fyra föräldrar om oro för att inte kunna skydda sitt barn mot innehåll som skapar skärmberoende

"Fokus på kändisskap (youtubers osv kända för att vara kända); svärord samt dålig svenska (blandat med engelska) hos youtubers som hon tittar på; meningslöst innehåll, inte minst shorts på youtube, ofta skapade av AI, som mest ger dopaminkickar och beroende. Bland annat."

Mamma till flicka på lågstadiet

"Skeva åsikter generellt, men fastna i scrollande är väl det som skrämmer mest vilket konkurrerar bort kreativitet och uppfinningsrikedom."

Pappa till pojke på lågstadiet

"Att det matas på med videor, det tar aldrig slut. Scrollandet fortsätter bara ändlöst. Det blir ett beroende och svårt att sluta scrolla."

Mamma till pojke på mellanstadiet

"Förslöande innehåll. Sitta och helt apatiskt titta på när någon t ex spelar dataspel. Vem mår inte dåligt av det i längden?"

Mamma till pojke på högstadiet

Fyra föräldrar om oro för att inte kunna skydda sitt barn på nätet mot fejkade nyheter

"Det är mycket fake news och snedvriden fakta som gör att barnen börjar mer tro på avsändaren istället för budskapet. Trots att vi är tydliga med att ta reda på källan. Då går barn ofta i försvarsställning."

Pappa till pojke på högstadiet

"Porr, värderingar av annat slag än det vi står för. Att tro på allt han läser - ta det för sanningar utan att kritiskt granska."

Mamma till pojke på gymnasiet

"Över huvud taget sprids många dåliga värderingar via nätet. De flesta, även jag, får en skev bild av verkligheten (även om jag tycker att verkligheten även finns digitalt). Falsa nyheter, propaganda, påverkanskampanjer, förenklingar osv. Men det här är ett större problem för hela samhället, snarare än att jag just oroar mig för mitt barn."

Mamma till flicka på gymnasiet

"Internets algoritmer är skapat för att bekräfta det man har sett förut. Det är väldigt svårt att stänga av om man har kollat på något "fel". Och även om man tvivlar om innehållet, om man blir exponerad om och om igen så kan det bekräfta "felaktigheter". Det finns dessutom mycket tyckande som uttryckts som fakta och som är väldigt svårt att granska (detta även som vuxen med hög utbildning)."

Mamma till pojke på gymnasiet

Tre föräldrar om oro för att inte kunna skydda sitt barn på nätet mot näthat och grova kränkningar

"Kränkande och nedsättande jargong, hetsande till självskador och suicidnära handlingar."

Mamma till barn på mellanstadiet

"Allt som får barnet att må dåligt, kanske elaka meddelanden från andra och ideal och annat och press på prestation."

Mamma till pojke på högstadiet

"Det känns att det är del av (tonårs)livet just nu. Det känns viktigt att veta om det och prata om det hemma. Har bekanta som har tonåringar hemma som mår mycket dåligt. Gemensamt är sociala media och mobbing, så pågår även när skolan är stängd."

Mamma till pojke på gymnasiet

Fyra föräldrar om oro för att inte kunna skydda sitt barn på nätet mot skeva utseende- och kroppsideal

"Skeva ideal och typ pro ana saker."

Mamma till flicka på lågstadiet

"Hur nätet får tonårstjejer att få skeva kroppsideal samt att ansikten inte är så perfekta/felfria som visas. Detta leder till dåligt självförtroende, dålig självkänsla samt psykiskt dåligt mående."

Mamma till flicka på högstadiet

"Extensivt sminkande och utseende-fixande för att uppnå ideal."

Pappa till flicka på gymnasiet

"Att bli lurad eller får uppfattningar om saker som inte stämmer/ som det finns fler sidor av. Att det är vissa kroppsideal som gäller och att en måste köpa vissa produkter."

Mamma till flicka på gymnasiet

Tre föräldrar om oro för att inte kunna skydda sitt barn på nätet mot bedrägerier

"Jag tänker på mindre ekonomiska bedrägerier. Att barn utnyttjas för att skapa communities där det via "gruppträck" ska köpas olika saker till spel mm. Jag tänker då inte på hot utan på att barnen luras att rekommendera varandra saker för att det ska vara coolt eller för att man tror att alla andra har det. På så sätt kan mitt barn också riskera bidra till gruppträcket som gör att väldigt många barn förlorar mindre summor pengar till spelproducenter."

Pappa till pojke på lågstadiet

"Allt möjligt som kan vara skadligt eller få barnet att må dåligt eller lura barnet. Tex vuxna som lurar barn."

Mamma till pojke på lågstadiet

"Lär känna okända personer som har dolda motiv, t ex utnyttja eller lura mitt barn, t ex att göra något olagligt eller skada sig själv eller annan. Även att genom grupptryck utsätta eller utsättas för övergrepp, mobbing av jämnåriga."
Mamma till pojke på mellanstadiet

Fyra föräldrar om varför de oroar sig för att inte kunna skydda sitt barn på nätet mot våldsamt innehåll

"Våld; CombatVideo (4K video från krig och FPV från stridande soldater). Sedan dessa förbannade "influencers" och TikTok är ett stort hot mot barnens välmående."
Pappa till flicka på lågstadiet

"Bland barn tenderar ungdomskulturen spridas fort på nätet, smått omöjligt att hålla koll, så utan att namnge några särskilda saker (ex våld, pornografi) så mer samtala med barnet om att vissa saker skall man inte gå in på av olika orsaker."
Pappa till pojke på mellanstadiet

"Våldssituationer, dvs galningar som filmar övergrepp, mord, olyckor av olika slag. Uttalanden från icke upplysta människor eller människor med uppsåt att skapa konflikter såsom Elon Musk, Vladimir Putin, Donald Trump, som sedan används av extremister från olika håll."
Pappa till flicka på gymnasiet

"Mobbing, krigsfilmer, alla psykiskt sjuka som lägger upp innehåll som är precis hur sjukt som helst, spelmissbruk."
Mamma till pojke på gymnasiet

Andra anledningar till att föräldrar oroar sig för att inte kunna skydda sitt barn på nätet?

Föräldrarna fick också möjlighet att i fritext svara om det fanns ytterligare något de oroade sig för att de inte kunde skydda sitt barn mot i den digitala världen. Svaren varierar, men några teman återkommer oftare än andra.

En del föräldrar nämner en oro för att barnet ska exponeras för skeva eller omoraliska värderingar. Det kan också handla om att barnet ska få en sned bild av verkligheten, till exempel föreställningar om hur ett "perfekt" eller "lyckat" liv ska se ut. Andra lyfter risken att barnen tar del av material som egentligen inte är avsett för dem, eller som kan upplevas som skrämmande.

En oro för att inte kunna skydda sitt barn från innehåll som leder till självskadebeteende, eller till och med suicidala tendenser, nämns också av vissa föräldrar.

Föräldrar pekar även på spelande som en riskfaktor – både spelmissbruk och de ekonomiska konsekvenser det kan få. Ett annat återkommande tema är olika utmaningar eller "challenges" som sprids på sociala medier.

Tio föräldrar om andra faror på nätet som de oroar sig för att inte kunna skydda sitt barn mot

"Miljardärer, miljonärer och på annat sätt rika individer som lever liv som är överkliga att leva upp till och därför ger en skev bild av hur livet ska och kommer att levas som vuxen. Sätta ribban högt i all ära men livet kan inte annat än bli tungt och dåligt när idealet är få allt du pekar på, res vart du vill, bo flott och utifrån det man ser alltid vara lycklig."

Pappa till pojke på lågstadiet

"Främst våld, dåligt språk men även skeva moraliska handlingar."

Pappa till pojke på lågstadiet

"Tänker att man inte vet vad som är nästa farliga grej. Vi kan prata med vår 9åring om mycket, men bara om det jag är bekant med. Vad är nästa farliga sak som får spridning? Allt från absurda saker som att äta diskmaskinstabletter till att mobbas eller skada andra på nya sätt. Vi föräldrar måste vara lyhörda men får inte tro att vi vet exakt vad vi ska leta efter."

Mamma till flicka på lågstadiet

"Främst onlinespel som är designade att locka dig att göra av med pengar. Typ casinon, men även andra typer av spel. Oroar mig för ett spelmissbruk som försätter honom i ekonomisk knipa."

Mamma till pojke på mellanstadiet

"Utveckla skeva ideal grundat på sjuka värderingar som står oemotsagda."

Pappa till pojke på mellanstadiet

"Kränkande och nedsättande jargong, hetsande till självskador och suicidnära handlingar."

Mamma till barn på högstadiet

"Filmer som har namn som om de vore riktade mot barn men när man klickar på dom är det vuxna som säger och gör dumma saker."

Mamma till pojke på högstadiet

"Barnet påverkas av olika destruktiva ideologier som trollkonton pumpar ut på nätet och som inte stämmer med verkligheten eller den fakta som finns."

Pappa till pojke på gymnasiet

"Livsfarliga ideal som leder till anorexi och självskadebeteende."

Mamma till flicka på gymnasiet

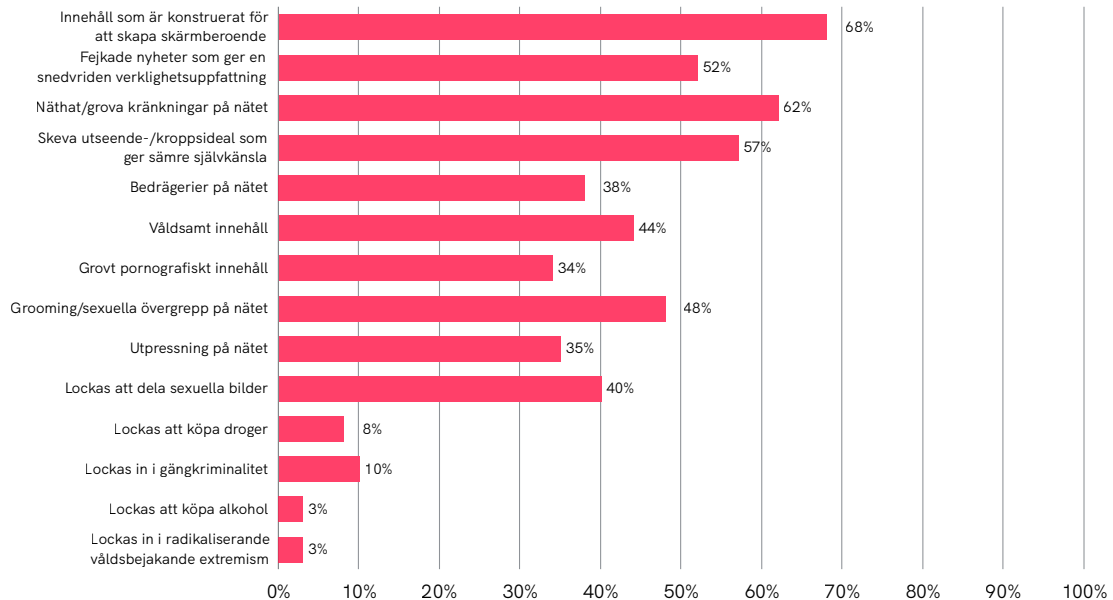
"Det handlar nog mest om att jag inte vill att de ska jämföra sig med andra till synes perfekta bilder av hur man ska se ut, hur man ska vara, hur ens hem ska se ut, osv. Jag är inte ett dugg orolig över att mitt barn ska dras in i kriminalitet eller droger eller någon sekt eller så. Mer det där ständiga nötandet av att man inte riktigt duger - men det är ju egentligen inget nytt bara med skärmarna. Det fanns ju tidigare i reklamen, på film och tv. Vi har ständigt matats med det där. Men kanske ännu mer direkt nu i och med mobilerna."

Mamma till flicka på gymnasiet

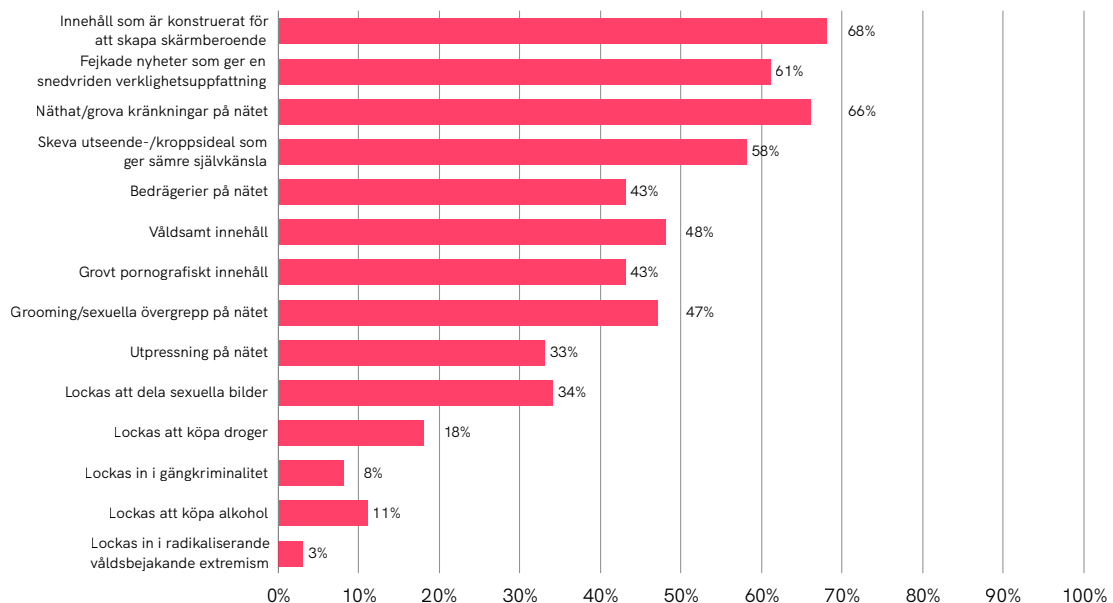
4 av 10 lågstadiesföräldrar oroar sig för att barnet ska lockas att dela sexuella bilder

Fråga till föräldrar: Vad oroar du dig för att du inte kan skydda ditt barn från på nätet?

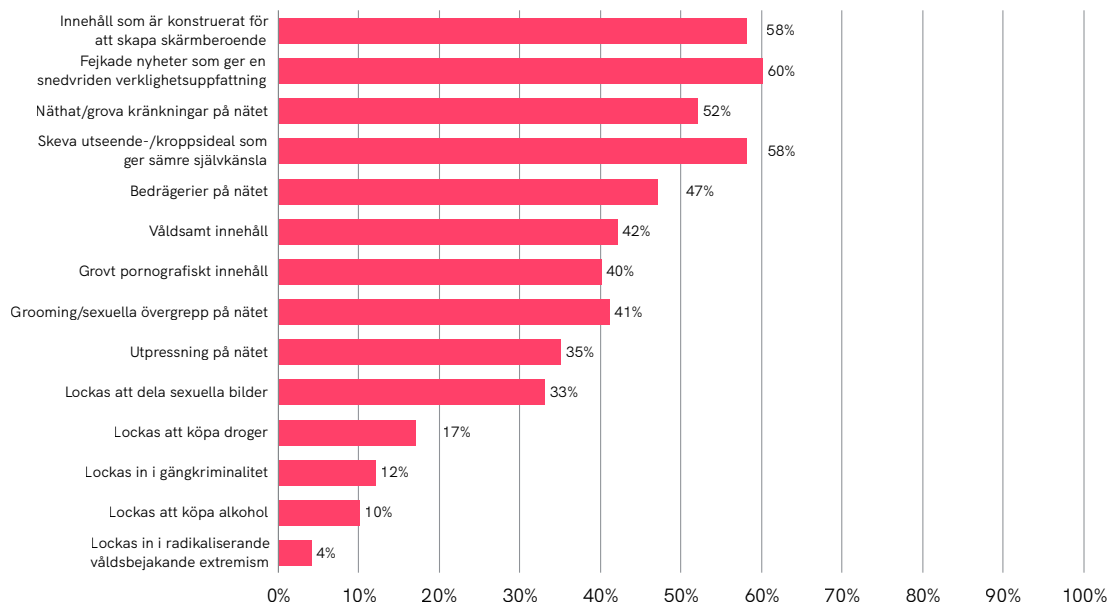
LÅGSTADIET



MELLANSTADIET



HÖGSTADIET



GYMNASIET

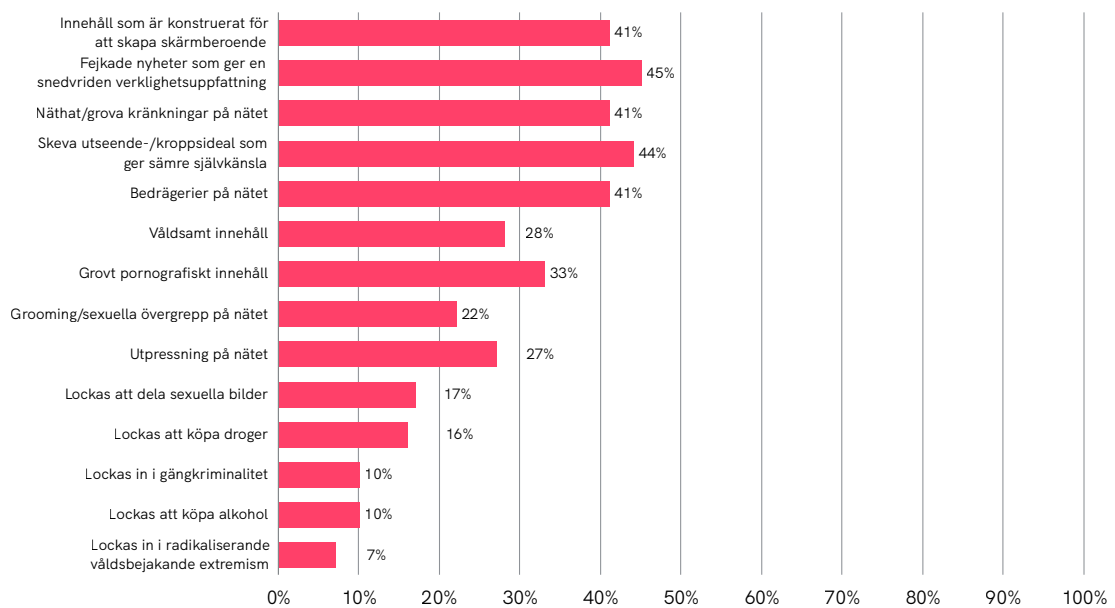


Diagram 2.4a-d, Bas: Föräldrar till barn 8-19 år, År 2025 (FOI)

För fullständiga svarsalternativ, se frågeformulär.

TABELL OROSMOMENT BLAND FÖRÄLDRAR TILL BARN I OLIKA SKOLSTADIER

Orosmoment	Lågstadiet	Mellanstadiet	Högstadiet	Gymnasiet
Innehåll som är konstruerat för att mitt barn ska fastna/skapa skärmberoende	68%	68%	58%	41%
Fejkade nyheter som ger snedvriden verklighetsuppfattning	52%	61%	60%	45%
Näthat/grova kränkningar på nätet	62%	66%	52%	41%
Skeva utseende-/kroppsideal som ger sämre självkänsla	57%	58%	58%	44%
Bedrägerier på nätet	38%	43%	47%	41%
Våldsamt innehåll	44%	48%	42%	28%
Grovt pornografiskt innehåll	34%	43%	40%	33%
Grooming/sexuella övergrepp på nätet	48%	47%	41%	22%
Utpressning på nätet	35%	33%	35%	27%
Barnet lockas att dela sexuella bilder	40%	34%	33%	17%
Barnet lockas att köpa droger	8%	18%	17%	16%
Barnet lockas in i gängkriminalitet	10%	8%	12%	10%
Barnet lockas att köpa alkohol	3%	11%	10%	10%
Barnet lockas in i radikaliserande våldsbejakande extremism	3%	3%	4%	7%
Netto oro - oroar sig för att inte kunna skydda sitt barn på nätet	91%	88%	88%	76%



= Signifikant FLER än totalen



= Signifikant FÄRRE än totalen

Tabell 2.4e, Bas: Föräldrar till barn 8–19 år, År 2025 (FOI)

Vad på nätet väcker oro hos föräldrar till lågstadietbarn?

- De fem största orosmomenten för föräldrar till lågstadietbarn är innehåll som är konstruerat för att skapa skärmberoende samt näthat, skeva utseendeideal, fejkade nyheter och sexuella övergrepp på nätet.
- I jämförelse med genomsnittet så sticker lågstadieföräldrar ut genom att i högre utsträckning oroar sig för innehåll som är konstruerat för att skapa skärmberoende samt att barnet ska dela sexuella bilder eller utsättas för näthat eller sexuella övergrepp.

Vad på nätet väcker oro hos föräldrar till mellanstadietbarn?

- De fem största orosmomenten för föräldrar till mellanstadietbarn är innehåll som är konstruerat för att skapa skärmberoende samt näthat, fejkade nyheter, skeva utseendeideal och våldsamt innehåll.
- I jämförelse med genomsnittet så sticker mellanstadieföräldrar ut genom att i högre utsträckning oroar sig för näthat, innehåll som är konstruerat för att skapa skärmberoende samt sexuella övergrepp och våldsamt innehåll.

Vad på nätet väcker oro hos föräldrar till högstadieungdomar?

- De fem största orosmomenten för föräldrar till högstadieungdomar är fejkade nyheter, innehåll som är konstruerat för att skapa skärmberoende samt skeva utseendeideal, näthat och bedrägerier.
- I jämförelse med genomsnittet så sticker högstadieföräldrar ut genom att i högre utsträckning oroa sig för fejkade nyheter.

Vad på nätet väcker oro hos föräldrar till gymnasieungdomar?

- De fem största orosmomenten för föräldrar till gymnasieungdomar är fejkade nyheter, skeva utseendeideal, innehåll som är konstruerat för att skapa skärmberoende samt näthat och bedrägerier.
- Föräldrar till gymnasieungdomar tenderar att oroa sig mer för att barnet ska lockas in i radikaliserande våldsbejakande extremism, men skillnaden är inom felmarginalen.

Vill du få en samlad bild över hur resultaten för varje enskilt orosmoment ser ut utifrån skolstadium, barnets kön, föräldrarnas utbildningsnivå samt bland mammor respektive pappor, se avsnittet Fokus på respektive oroskälla.

Oro för att inte kunna skydda sitt barn på nätet mer utbredd bland högutbildade föräldrar

Fråga till föräldrar: Vad oroar du dig för att du inte kan skydda ditt barn från på nätet?

ORO BLAND FÖRÄLDRAR MED LÄGRE RESPEKTIVE HÖGRE UTBILDNING

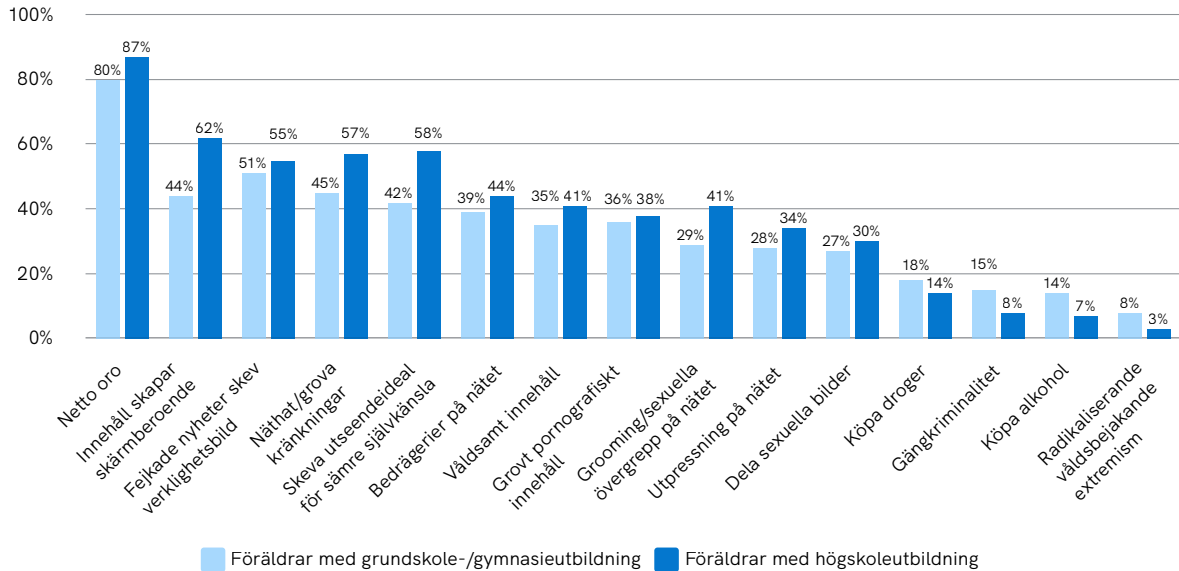


Diagram 2.5a, Bas: Föräldrar till barn 8–19 år, År 2025 (FOI).

För fullständiga svarsalternativ, se frågeformulär.

FEM STÖRSTA OROSMOMENTEN BLAND FÖRÄLDRAR MED OLIKA UTBILDNINGSBAGGRUND

Grundskole- eller gymnasieutbildning	%	Högskoleutbildning	%
Fejkade nyheter	51	Innehåll som skapar skärmberoende	62
Näthat/grova kränkningar	45	Skeva utseendeideal	58
Innehåll som skapar skärmberoende	44	Näthat/grova kränkningar	57
Skeva utseendeideal	42	Fejkade nyheter	55
Bedrägerier	39	Bedrägerier	44

Tabell 2.5b, Bas: Föräldrar till barn 8–19 år, År 2025 (FOI)

Hur skiljer sig oron åt bland föräldrar med lägre respektive högre utbildning över vad de inte kan skydda sitt barn mot på nätet?

- Fler föräldrar med högre utbildning (87%), alltså en högskoleutbildning, är generellt sett oroliga för att de inte ska kunna skydda sitt barn på nätet än de med en lägre utbildning (80%), alltså endast en grundskole- eller gymnasieutbildning.

- Föräldrar med en högre utbildning oroar sig i högre grad för att inte kunna skydda sitt barn från det mesta, jämfört med föräldrar med en lägre utbildning. Det gäller särskilt innehåll som är konstruerat för att skapa skärmberoende samt näthat, skeva utseendeideal och sexuella övergrepp.
- Fler föräldrar med lägre utbildning än med högre oroar sig för att deras barn ska lockas in i gängkriminalitet eller radikaliserande våldsbejakande extremism samt att de ska lockas att köpa alkohol. Fler föräldrar med en lägre utbildning tenderar också att vara oroliga för att barnet lockas att köpa droger – denna skillnad ligger dock inom felmarginalen.

Fler föräldrar oroar sig för att inte kunna skydda sina flickor än pojkar på nätet

Fråga till föräldrar: Vad oroar du dig för att du inte kan skydda ditt barn från på nätet?

ORO FÖR POJKAR RESPEKTIVE FLICKOR

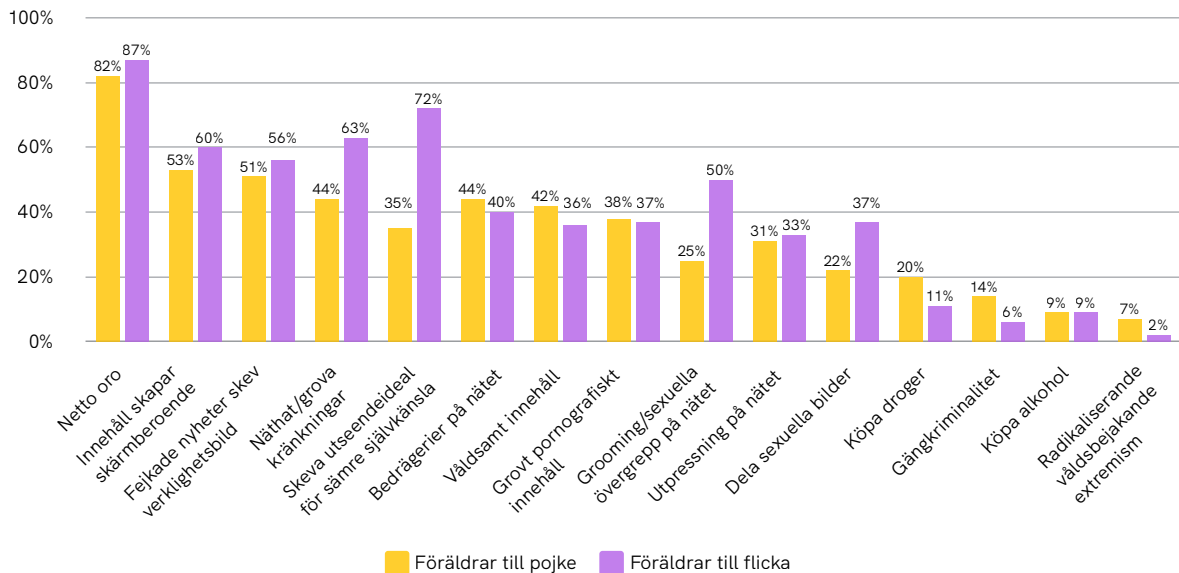


Diagram 2.6a, Bas: Föräldrar till barn 8–19 år, År 2025 (FOI).

För fullständiga svarsalternativ, se frågeformulär.

FEM STÖRSTA OROSMOMENTEN BLAND FÖRÄLDRAR UTIFRÅN BARNETS KÖN

Förälder till pojke	%	Förälder till flicka	%
Innehåll som skapar skärmberoende	53	Skeva utseendeideal	72
Fejkade nyheter	51	Näthat/grova kränkningar	63
Bedrägerier	44	Innehåll som skapar skärmberoende	60
Näthat/grova kränkningar	44	Fejkade nyheter	56
Våldsamt innehåll	42	Sexuella övergrepp	50

Tabell 2.6b, Bas: Föräldrar till barn 8–19 år, År 2025 (FOI)

Hur skiljer sig oron åt bland föräldrar till pojkar respektive flickor 8–19 år över vad de inte kan skydda sitt barn mot på nätet?

- Fler föräldrar till flickor (87%) än pojkar (82%) tenderar att oroa sig för att inte kunna skydda sitt barn på nätet, men skillnaden är inom felmarginalen.

- Betydligt fler föräldrar till flickor än pojkar är oroliga för att inte kunna skydda sitt barn från skeva utseende- och kroppsideal, grooming och sexuella övergrepp, näthat samt att barnet ska lockas att dela sexuella bilder.
- Föräldrar tycks också oro sig mer för att flickor ska drabbas av beroendeframkallande innehåll eller fejkade nyheter, även om skillnaden är inom felmarginalen.
- Betydligt fler föräldrar till pojkar än flickor oroar sig för att barnet ska lockas att köpa droger samt lockas in i gängkriminalitet eller radikaliserande våldsbejakande extremism.
- Föräldrar tycks också oro sig mer för att pojkar ska drabbas av bedrägerier på nätet eller se våldsamt innehåll, även om skillnaden är inom felmarginalen.

OROSMOMENTEN BLAND FÖRÄLDRAR TILL POJKAR OCH FLICKOR I OLIKA ÅLDRAR

Orosmoment	Pojkar		Flickor	
	Låg-/ Mellanstadiet	Högstadiet/ Gymnasiet	Låg-/ Mellanstadiet	Högstadiet/ Gymnasiet
Innehåll som är konstruerat för att mitt barn ska fastna/skapa skärmberoende	67%	44%	69%	55%
Fejkade nyheter som ger en snedvriden verklighetsuppfattning	55%	49%	58%	55%
Näthat/grova kränkningar på nätet	53%	39%	75%	55%
Skeva utseende-/kroppsideal som ger sämre självkänsla	39%	33%	78%	69%
Bedrägerier på nätet	45%	44%	36%	43%
Våldsamt innehåll	52%	35%	40%	34%
Grovt pornografiskt innehåll	42%	35%	36%	37%
Grooming/sexuella övergrepp på nätet	34%	19%	61%	43%
Utpressning på nätet	30%	31%	39%	30%
Barnet lockas att dela sexuella bilder	28%	17%	46%	31%
Barnet lockas att köpa droger	15%	23%	12%	10%
Barnet lockas in i gängkriminalitet	11%	16%	6%	5%
Barnet lockas att köpa alkohol	8%	11%	7%	10%
Barnet lockas in i radikaliserande våldsbejakande extremism	4%	9%	3%	2%
Netto oro - oroar sig för att inte kunna skydda sitt barn på nätet	87%	79%	91%	84%

 = Signifikant FLER än totalen
  = Signifikant FÄRRE än totalen

Tabell 2.7, Bas: Föräldrar till barn 8-19 år, År 2025 (FOI)

Hur ser oron ut bland föräldrar till unga flickor?

- Oron är som störst bland föräldrar till unga flickor, alltså de som går på låg- och mellanstadiet.
- De oroar sig mer än alla andra föräldrar och mest av allt för skeva utseendeideal som kan ge döttrarna sämre självkänsla.
- De oroar sig också i högre grad än genomsnittet för sexuella övergrepp, näthat, att barnet lockas att dela sexuella bilder och för beroendeframkallande innehåll. Även fejkade nyheter oroar många föräldrar till unga flickor.

Hur ser oron ut bland föräldrar till unga pojkar?

- Föräldrar till unga pojkar, alltså de som går på låg- och mellanstadiet, oroar sig i hög grad för sina söner. Dock inte i lika hög omfattning som föräldrar till unga flickor.
- De oroar sig mest av allt och mer än genomsnittet för beroendeframkallande innehåll som kan få söner att fastna vid skärmen.
- Föräldrar till unga pojkar oroar sig också i betydligt högre grad än genomsnittet för våldsamt innehåll. Många oroar sig också för fejkade nyheter, näthat och bedrägerier.

Hur ser oron ut bland föräldrar till tonårsflickor?

- Föräldrar till tonårsflickor oroar sig i hög grad för sina döttrar. Dock inte i lika hög omfattning som föräldrar till unga barn.
- Föräldrar till tonårsflickor oroar sig mest av allt och mer än genomsnittet för skeva utseendeideal som kan ge döttrarna sämre självkänsla. Många oroar sig också för beroendeframkallande innehåll, fejkade nyheter, näthat och bedrägerier.

Hur ser oron ut bland föräldrar till tonårspojkar?

- Föräldrar till tonårspojkar oroar sig i lägre utsträckning än andra föräldrar, men det är fortfarande en stor majoritet som oroar sig.
- Deras största källor till oro är fejkade nyheter, bedrägerier, beroendeframkallande innehåll, näthat samt grovt pornografiskt eller våldsamt innehåll.
- I jämförelse med genomsnittet så oroar de sig i högre grad för att barnet ska lockas att köpa droger, lockas in i gängkriminalitet eller in i radikaliserande våldbejakande extremism.

Fler mammor än pappor är oroliga för att inte kunna skydda sitt barn på nätet

Fråga till föräldrar: Vad oroar du dig för att du inte kan skydda ditt barn från på nätet?

ORO BLAND PAPPOR RESPEKTIVE MAMMOR

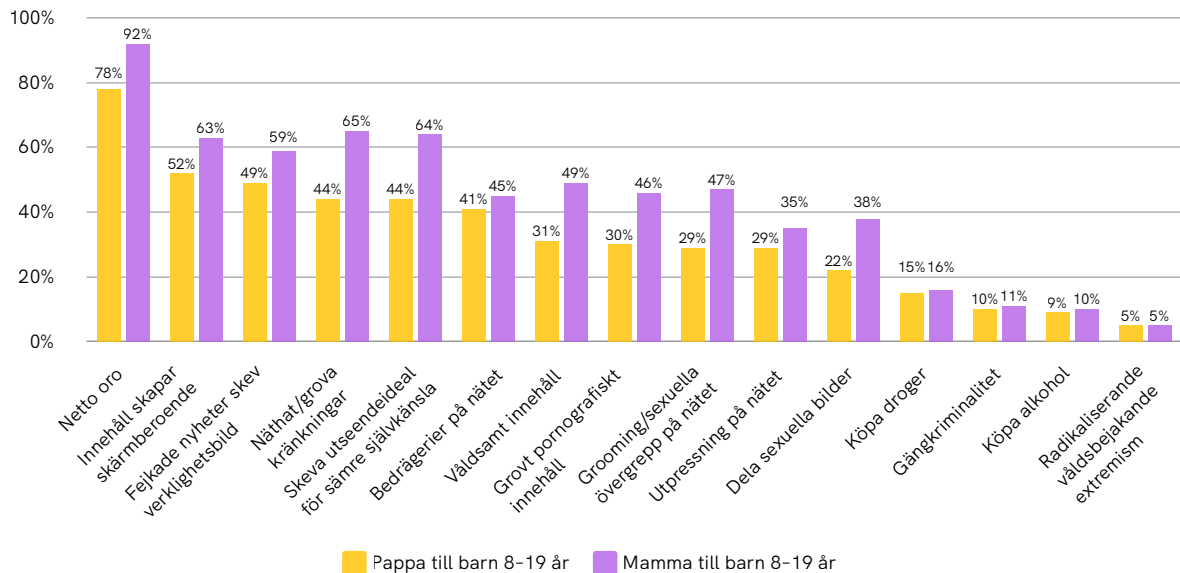


Diagram 2.8a, Bas: Föräldrar till barn 8-19 år, År 2025 (FOI). För fullständiga svarsalternativ, se frågeformulär.

DE FEM STÖRSTA OROSMOMENTEN BLAND PAPPOR OCH MAMMOR

Pappor	%	Mammor	%
Innehåll som skapar skärmberoende	52	Näthat/grova kränkningar	65
Fejkade nyheter	49	Skeva utseendeideal	64
Näthat/grova kränkningar	44	Innehåll som skapar skärmberoende	63
Skeva utseendeideal	44	Fejkade nyheter	59
Bedrägerier	41	Våldsamt innehåll	49

Tabell 2.8b, Bas: Föräldrar till barn 8-19 år, År 2025 (FOI)

Hur skiljer sig oron åt bland pappor respektive mammor över vad de inte kan skydda sitt barn mot på nätet?

- Fler mammor (92%) är oroliga än pappor (78%) vad gäller att inte kunna skydda sitt barn på nätet – det gäller i princip för alla orosmoment.

- Betydligt fler mammor än pappor är oroliga för att deras barn ska utsättas för näthat, skeva utseendeideal, våldsamt eller grovt pornografiskt innehåll, sexuella övergrepp eller att de ska lockas att dela sexuella bilder på nätet.
- Något fler mammor än pappor är oroliga för att deras barn ska fastna i skärmberoende och utsättas för fejkade nyheter.
- Mammor tycks också oroa sig mer än pappor för att barnet ska drabbas av utpressning eller bedrägerier på nätet, även om skillnaden är inom felmarginalen.
- Det finns inget orosmoment där fler pappor än mammor är oroliga för att inte kunna skydda sitt barn. Inom några är det dock i princip lika många som är oroliga; nämligen att barnet ska lockas att köpa droger, lockas in i gängkriminalitet, lockas att köpa alkohol och lockas in i radikaliserande våldsbejakande extremism.

Fokus på respektive oroskälla

Här nedan kan du fördjupa dig i resultaten och se hur oron skiljer sig för varje enskilt orosmoment. Du kan se resultaten för varje orosmoment uppdelat på barnets skolstadium, kön, kombinationen av kön och skolstadium, föräldrarnas utbildningsnivå samt på mammor eller pappor. Det är alltså en samlad översikt med en kort, förenklad analys efter respektive oroskälla.

- Innehåll konstruerat för skärmberoende
- Fejkade nyheter
- Skeva utseende-/kroppsideal
- Våldsamt innehåll
- Grovt pornografiskt innehåll
- Bedrägerier på nätet
- Utpressning på nätet
- Näthat/grova kränkningar på nätet
- Grooming/sexuella övergrepp på nätet
- Lockas dela sexuella bilder
- Lockas köpa alkohol
- Lockas köpa droger
- Lockas in i gängkriminalitet
- Lockas in i radikaliserande våldsbejakande extremism

Akademiker oroar sig för att deras barn ska utsättas för beroendeframkallande innehåll på nätet

Fråga till föräldrar: Oroar du dig för att inte kunna skydda ditt barn mot innehåll som är konstruerat för att skapa skärmberoende och få barnet att fastna?

ORO FÖR KONSTRUERAT BEROENDEFAMKALLANDE INNEHÅLL FÖR BARN

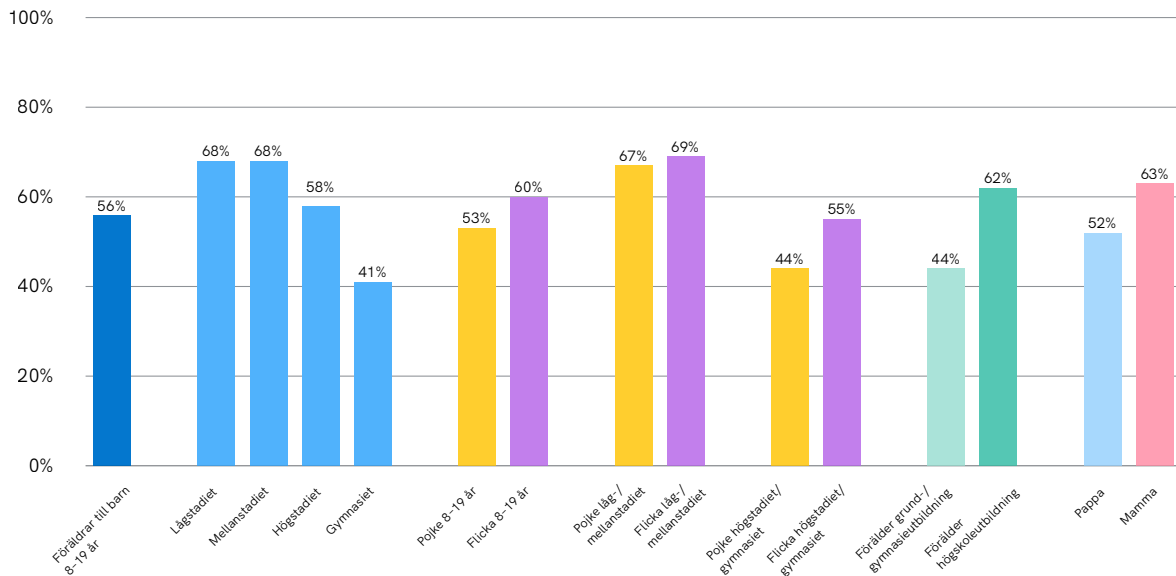


Diagram 2.9a, Bas: Föräldrar till barn 8-19 år, År 2025 (FOI)

För exakt frågeformulering, se frågeformulär.

Hur många föräldrar oroar sig för att deras barn ska utsättas för innehåll som är konstruerat för att skapa skärmberoende?

- Uppemot 6 av 10 föräldrar oroar sig för att deras barn ska utsättas för beroendeframkallande innehåll på nätet, och framför allt låg- och mellanstadieföräldrar där nära 7 av 10 känner denna oro.
- Oron är jämnstor bland föräldrar till pojkar respektive flickor i yngre åldrar, men för tonåringar är föräldrar till flickor mer oroliga i denna fråga.
- Oron för detta är betydligt större bland föräldrar med en högskoleutbildning än de med en grundskole-/gymnasieutbildning.
- Fler mammor än pappor känner denna oro.

Över hälften av föräldrarna oroar sig för att inte kunna skydda sitt barn mot fejkade nyheter

Fråga till föräldrar: Oroar du dig för att inte kunna skydda ditt barn mot fejkade nyheter som ger en snedvriden verklighetsuppfattning?

ORO FÖR FEJKADE NYHETER

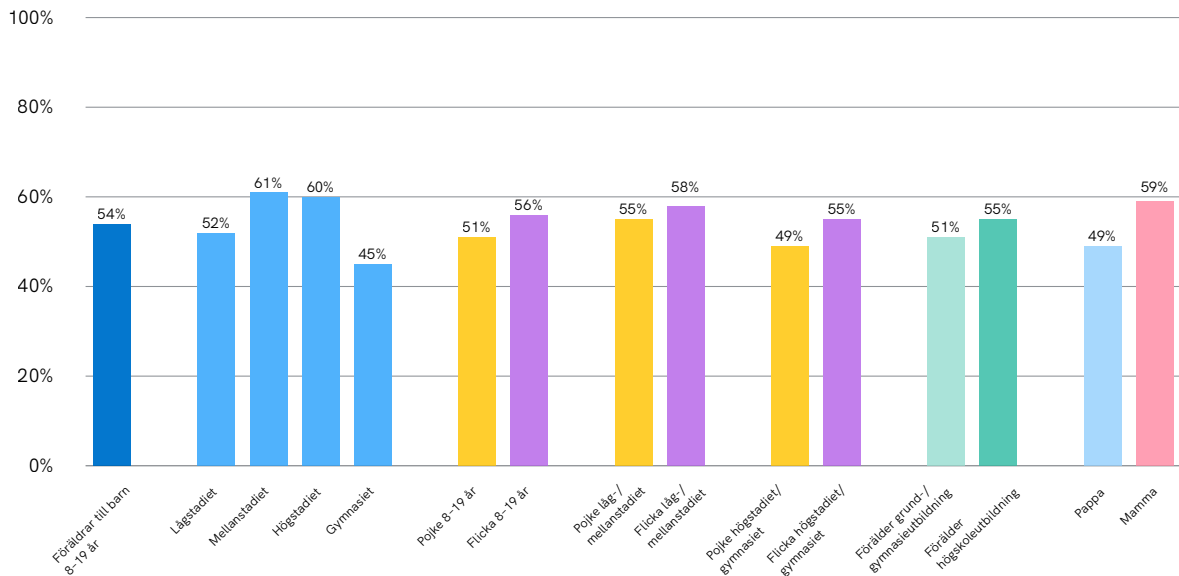


Diagram 2.9b, Bas: Föräldrar till barn 8-19 år, År 2025 (FOI)

För exakt frågeformulering, se frågeformulär.

Hur många föräldrar oroar sig för att inte kunna skydda sitt barn mot fejkade nyheter som ger en snedvriden verklighetsuppfattning?

- Mer än hälften av föräldrarna oroar sig för att inte kunna skydda sitt barn mot fejkade nyheter – framför allt föräldrar till mellan- och högstadiebarn där 6 av 10 känner denna oro.
- Fler föräldrar till flickor än pojkar oroar sig i denna fråga och det gäller oavsett barnets ålder. Skillnaden mellan föräldrar till flickor respektive pojkar är som störst bland de som har tonårsbarn.
- Oron för detta är något större bland föräldrar med en högskoleutbildning än de med en grundskole- eller gymnasieutbildning.
- Fler mammor än pappor känner denna oro.

Föräldrar till flickor oroar sig för skeva utseende- eller kroppsideal

Fråga till föräldrar: Oroar du dig för att du inte kan skydda ditt barn från skeva utseende-/kroppsideal som ger sämre självkänsla?

ORO FÖR SKEVA UTSEENDE-/KROPPSIDEAL

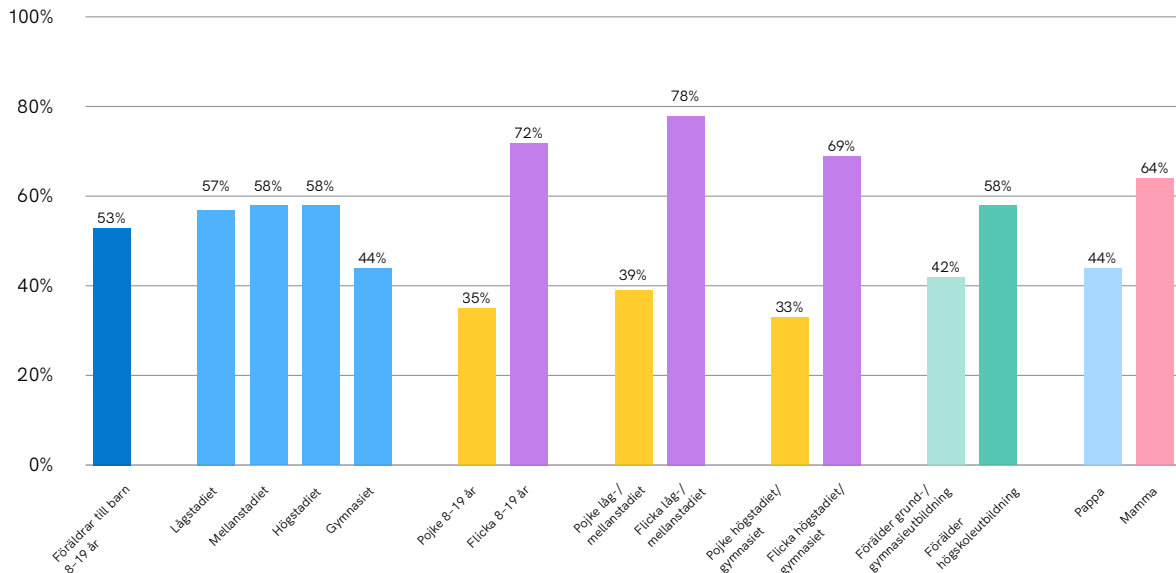


Diagram 2.9c, Bas: Föräldrar till barn 8-19 år, År 2025 (FOI)

För exakt frågeformulering, se frågeformulär.

Hur många föräldrar oroar sig för skeva utseende- och kroppsideal som ger sämre självkänsla?

- Mer än hälften av föräldrarna oroar sig för att inte kunna skydda sitt barn från skeva utseende- och kroppsideal. Oron är som störst bland föräldrar till barn som går på grundskolan.
- Oron är dubbelt så stor bland föräldrar till flickor än pojkar i denna fråga och oron är som störst bland föräldrar till unga flickor. 8 av 10 föräldrar till flickor i låg- och mellanstadieålder känner denna oro.
- Oron för detta är betydligt större bland föräldrar med en högskoleutbildning än de med endast en grundskole-/gymnasieutbildning.
- Betydligt fler mammor än pappor känner denna oro.

Över hälften av föräldrar till unga pojkar är oroliga för våldsamt innehåll

Fråga till föräldrar: Oroar du dig för att du inte kan skydda ditt barn från våldsamt innehåll?

ORO FÖR VÅLDSAMT INNEHÅLL

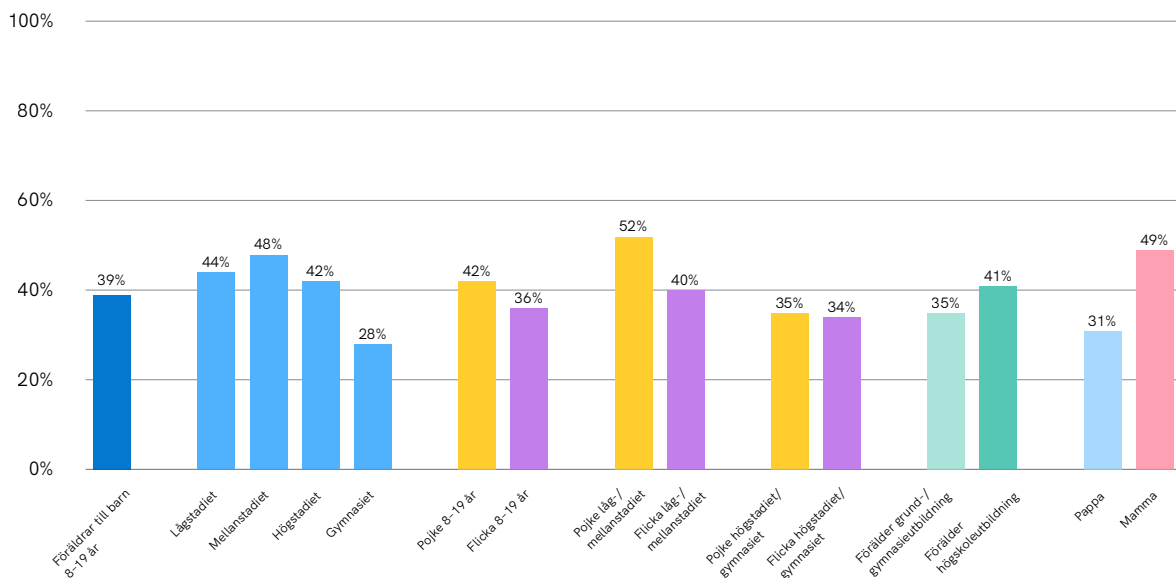


Diagram 2.9d, Bas: Föräldrar till barn 8-19 år, År 2025 (FOI)

För exakt frågeformulering, se frågeformulär.

Hur många föräldrar oroar sig för våldsamt innehåll på nätet?

- 4 av 10 föräldrar oroar sig för att inte kunna skydda sitt barn mot våldsamt innehåll på nätet. Oron är som störst bland mellanstadieföräldrar.
- Oron är större bland föräldrar till pojkar än flickor i denna fråga och framför allt för unga pojkar. Över hälften av föräldrarna till unga pojkar känner denna oro.
- Oron för detta är något större bland föräldrar med en högskoleutbildning än de med en grundskole-/gymnasieutbildning.
- Betydligt fler mammor än pappor känner denna oro.

Mammor oroar sig för grovt pornografiskt innehåll

Fråga till föräldrar: Oroar du dig för att du inte kan skydda ditt barn från grovt pornografiskt innehåll?

ORO FÖR GROVT PORNOGRAFISKT INNEHÅLL

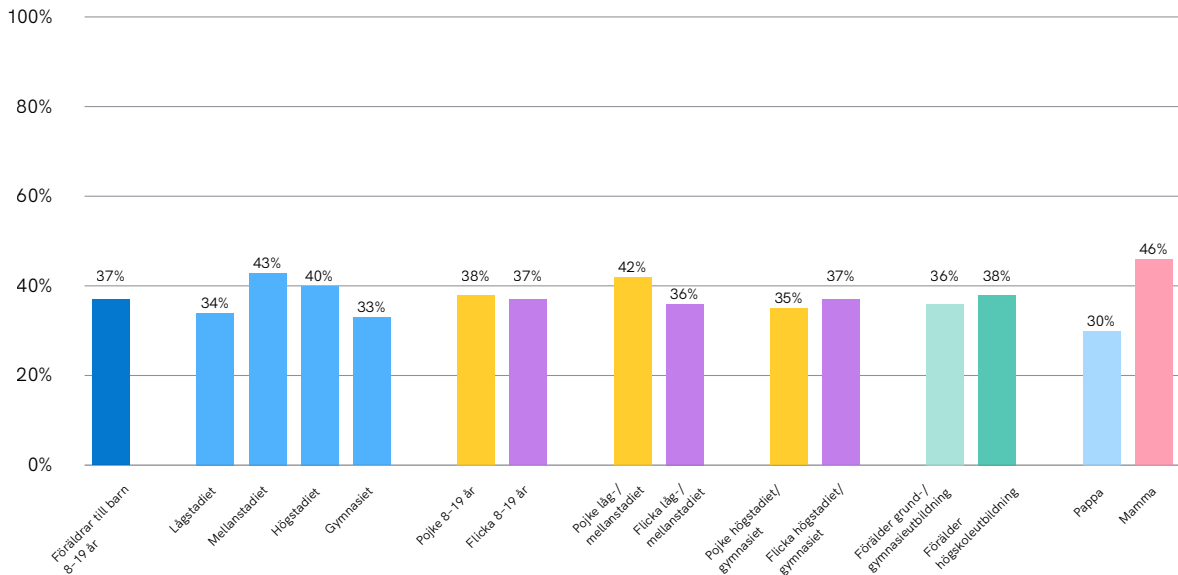


Diagram 2.9e, Bas: Föräldrar till barn 8-19 år, År 2025 (FOI)
För exakt frågeformulering, se frågeformulär.

Hur många föräldrar oroar sig för grovt pornografiskt innehåll?

- Nästan 4 av 10 föräldrar oroar sig för att inte kunna skydda sitt barn mot grovt pornografiskt innehåll på nätet. Oron är som störst bland föräldrar till barn som går på mellan- eller högstadiet.
- Oron är totalt sett jämnstor mellan föräldrar till pojkar och flickor. Föräldrar till unga pojkar är dock mer oroliga än föräldrar till unga flickor.
- Oron för detta ligger på ungefär samma nivå oavsett förälderns utbildningsbakgrund.
- Betydligt fler mammor än pappor känner denna oro.

Föräldrar till högstadieungdomar är oroliga för bedrägerier på nätet

Fråga till föräldrar: Oroar du dig för att du inte kan skydda ditt barn från bedrägerier på nätet?

ORO FÖR BEDRÄGERIER PÅ NÄTET

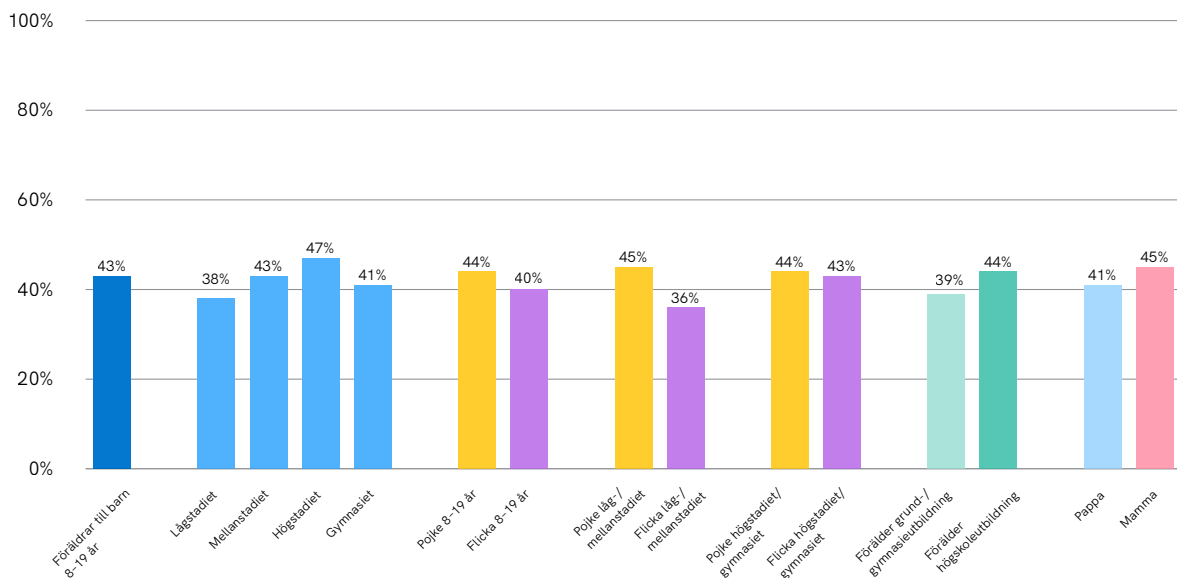


Diagram 2.9f, Bas: Föräldrar till barn 8-19 år, År 2025 (FOI)

För exakt frågeformulering, se frågeformulär.

Hur många föräldrar oroar sig för bedrägerier på nätet?

- Fler än 4 av 10 föräldrar oroar sig för att inte kunna skydda sitt barn mot bedrägerier på nätet. Oron är som störst bland föräldrar till ungdomar som går på högstadiet.
- Oron är större bland föräldrar till pojkar än flickor i denna fråga och framför allt oroar sig fler föräldrar till unga pojkar än till unga flickor.
- Oron för detta är något större bland föräldrar med en högskoleutbildning än de med en grundskole-/gymnasieutbildning.
- Något fler mammor än pappor känner denna oro.

Föräldrar till unga flickor oroar sig för utpressning på nätet

Fråga till föräldrar: Oroar du dig för att du inte kan skydda ditt barn från utpressning på nätet?

ORO FÖR UTPRESSNING PÅ NÄTET

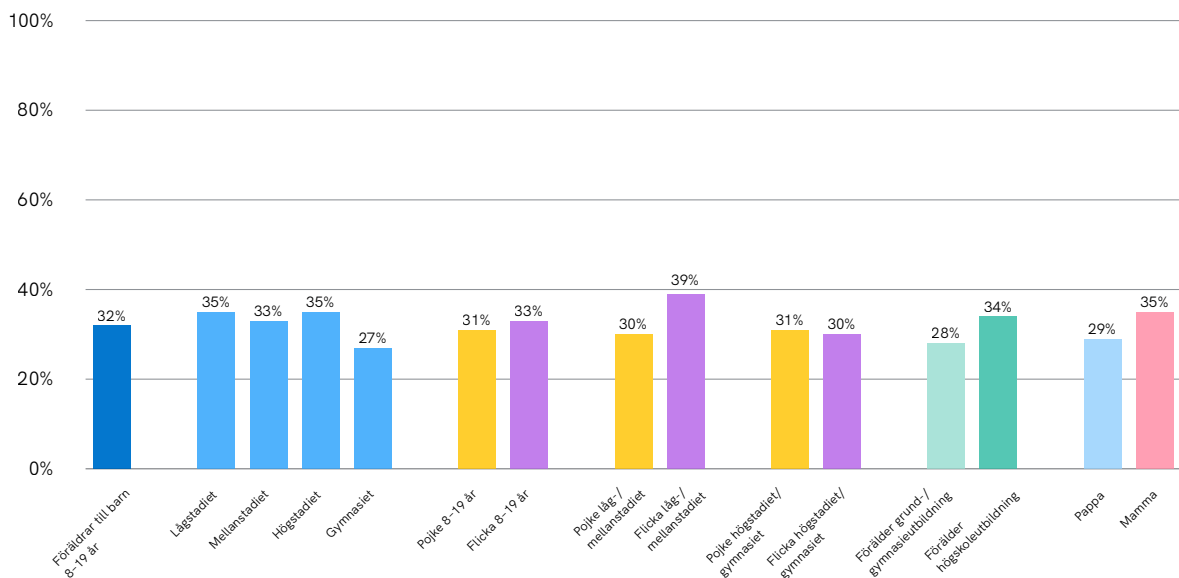


Diagram 2.9g, Bas: Föräldrar till barn 8-19 år, År 2025 (FOI)

För exakt frågeformulering, se frågeformulär.

Hur många föräldrar oroar sig för utpressning på nätet?

- 3 av 10 föräldrar oroar sig för att inte kunna skydda sitt barn från utpressning på nätet. Oron är större bland föräldrar till barn i grundskolan än på gymnasiet.
- Oron är totalt sett jämnstor mellan föräldrar till pojkar och flickor. Föräldrar till unga flickor är dock mer oroliga än föräldrar till unga pojkar.
- Oron för detta är något större bland föräldrar med en högskoleutbildning än de med en grundskole-/gymnasieutbildning.
- Fler mammor än pappor känner denna oro.

3 av 4 föräldrar till unga flickor oroar sig för näthat

Fråga till föräldrar: Oroar du dig för att inte kunna skydda ditt barn mot näthat och grova kränkningar på nätet?

ORO FÖR NÄTHAT OCH GROVA KRÄNKNINGAR PÅ NÄTET

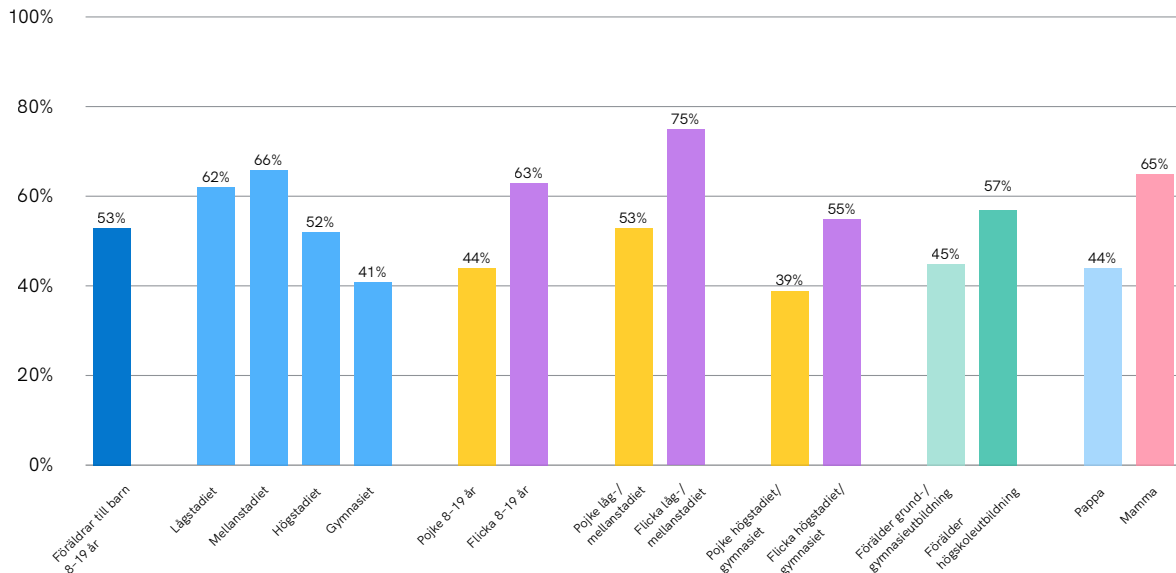


Diagram 2.9h, Bas: Föräldrar till barn 8-19 år, År 2025 (FOI)
För exakt frågeformulering, se frågeformulär.

Hur många föräldrar oroar sig för att inte kunna skydda sitt barn mot näthat eller grova kränkningar på nätet?

- Mer än hälften av föräldrarna oroar sig för att inte kunna skydda sitt barn mot näthat. Oron är större bland föräldrar till barn på lågstadiet och mellanstadiet där över 6 av 10 känner denna oro.
- Oron är större bland föräldrar till flickor än pojkar i denna fråga och framför allt för unga flickor. 3 av 4 föräldrar till flickor i låg- och mellanstadieåldern känner denna oro.
- Oron för detta är betydligt större bland föräldrar med en högskoleutbildning än de med en grundskole-/gymnasieutbildning.
- Betydligt fler mammor än pappor känner denna oro.

Föräldrar till unga flickor oroar sig för sexuella övergrepp på nätet

Fråga till föräldrar: Oroar du dig för att du inte kan skydda ditt barn från grooming/sexuella övergrepp på nätet?

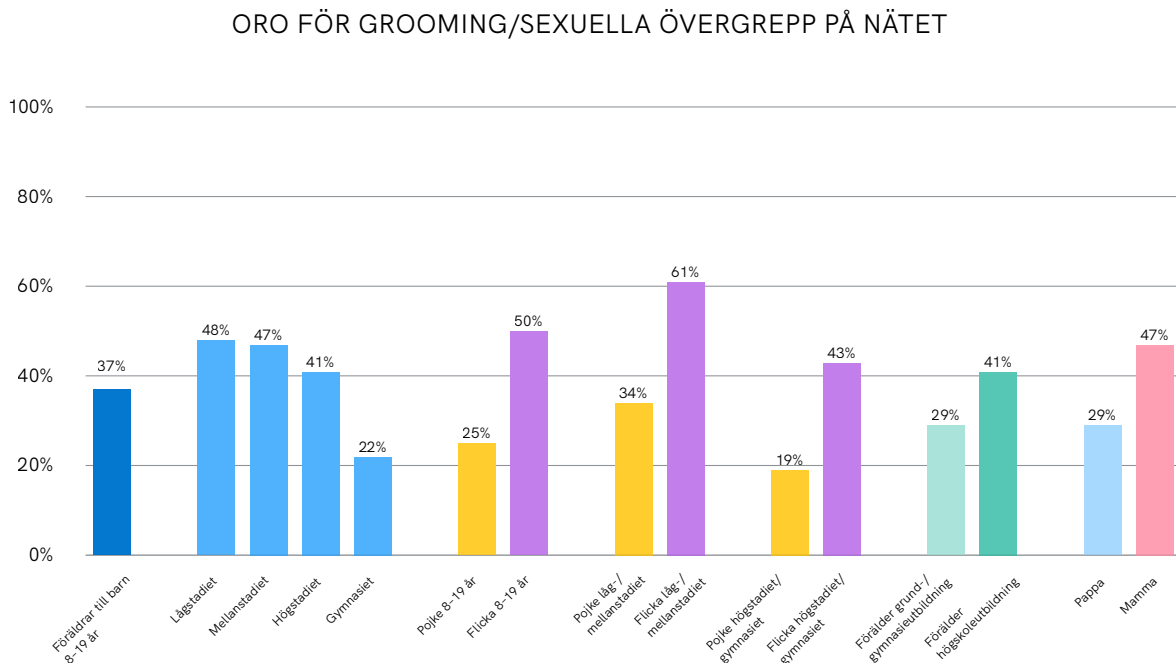


Diagram 2.9i, Bas: Föräldrar till barn 8-19 år, År 2025 (FOI)
För exakt frågeformulering, se frågeformulär.

Hur många föräldrar oroar sig för grooming eller sexuella övergrepp?

- Nästan 4 av 10 föräldrar oroar sig för att inte kunna skydda sitt barn mot grooming eller sexuella övergrepp på nätet. Oron är som störst bland föräldrar till barn på låg- och mellanstadiet.
- Oron bland föräldrar är betydligt större för flickor än pojkar i denna fråga och framför allt för unga flickor. 6 av 10 föräldrar till flickor i låg- och mellanstadiet känner denna oro.
- Oron för detta är betydligt större bland föräldrar med en högskoleutbildning än de med en grundskole-/gymnasieutbildning.
- Betydligt fler mammor än pappor känner denna oro.

Nära hälften av föräldrarna till unga flickor oroar sig för att deras dotter ska dela sexuella bilder på nätet

Fråga till föräldrar: Oroar du dig för att inte kunna skydda ditt barn mot att lockas att dela sexuella bilder på nätet?

ORO ATT BARN SKA LOCKAS DELA SEXUELLA BILDER PÅ NÄTET

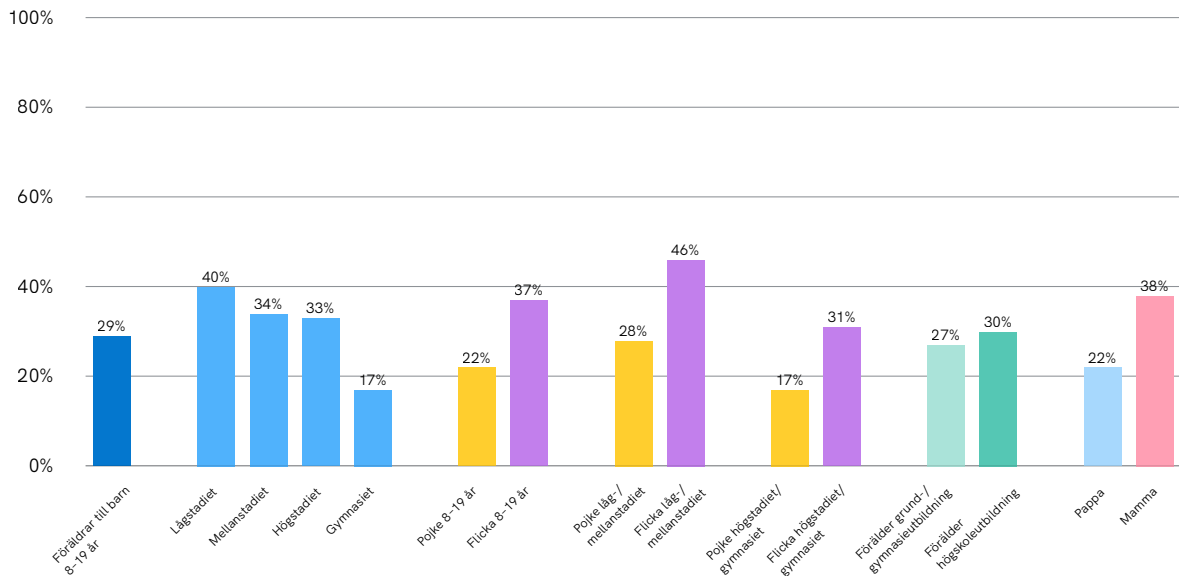


Diagram 2.9j, Bas: Föräldrar till barn 8-19 år, År 2025 (FOI)

För exakt frågeformulering, se frågeformulär.

Hur många föräldrar oroar sig för att deras barn ska lockas att dela sexuella bilder på nätet?

- 3 av 10 föräldrar oroar sig för att deras barn ska lockas att dela sexuella bilder på nätet och framför allt lågstadieföräldrar där 4 av 10 känner denna oro.
- Oron är betydligt större bland föräldrar till flickor än pojkar i denna fråga och framför allt för unga flickor. Nära 5 av 10 föräldrar till flickor i låg- och mellanstadiet känner denna oro.
- Oron är ungefär lika stor oavsett föräldrarnas utbildningsnivå.
- Betydligt fler mammor än pappor känner denna oro.

Föräldrar utan högskoleutbildning är oroliga för att barnet ska lockas att köpa alkohol

Fråga till föräldrar: Oroar du dig för att du inte kan skydda ditt barn från att lockas att köpa alkohol på nätet?

ORO FÖR ATT BARNET SKA LOCKAS ATT KÖPA ALKOHOL

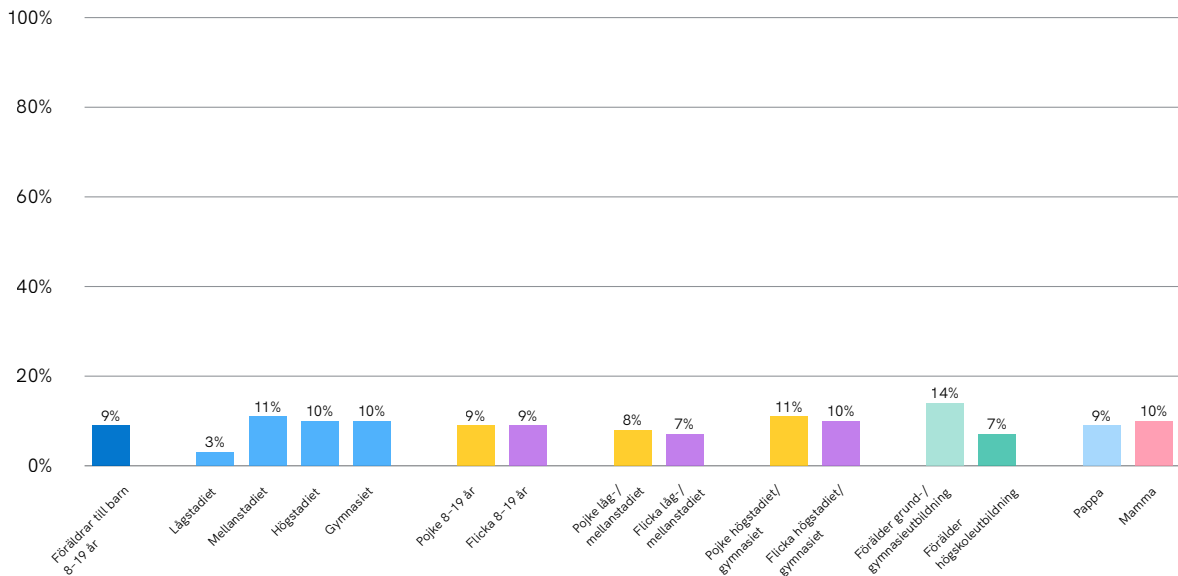


Diagram 2.9k, Bas: Föräldrar till barn 8-19 år, År 2025 (FOI)

För exakt frågeformulering, se frågeformulär.

Hur många föräldrar oroar sig för att barnet ska lockas att köpa alkohol?

- 1 av 10 föräldrar oroar sig för att barnet ska lockas att köpa alkohol. Oron är som störst bland föräldrar till barn på mellanstadiet, högstadiet och gymnasiet.
- Oron bland föräldrar är lika stor oavsett om de har en pojke eller en flicka.
- Dubbelt så många föräldrar med enbart en grundskole-/gymnasieutbildning oroar sig än föräldrar med en högskoleutbildning.
- Lika många mammor som pappor känner denna oro.

Nästan var fjärde förälder till en tonårspojke känner oro för att deras son ska lockas att köpa droger

Fråga till föräldrar: Oroar du dig för att du inte kan skydda ditt barn från att lockas att köpa droger?

ORO FÖR ATT BARNET SKA LOCKAS ATT KÖPA DROGER

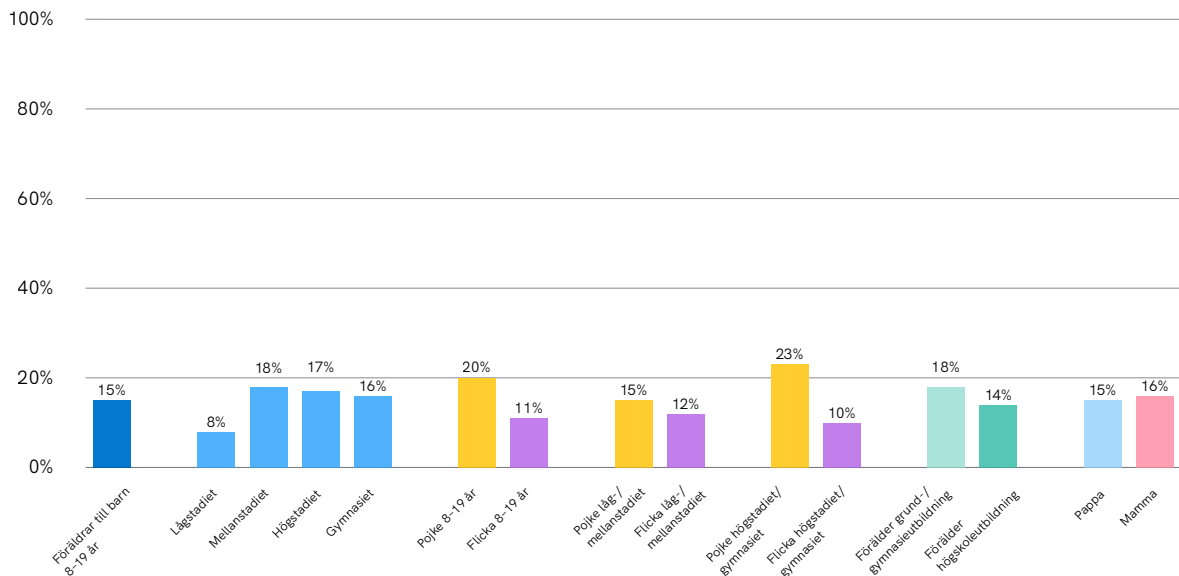


Diagram 2.9I, Bas: Föräldrar till barn 8-19 år, År 2025 (FOI)

För exakt frågeformulering, se frågeformulär.

Hur många föräldrar oroar sig för att barnet ska lockas att köpa droger på nätet?

- 15 procent av föräldrar oroar sig för att inte kunna skydda sitt barn från att barnet ska lockas att köpa droger på nätet. Oron tar fart redan när barnet når mellanstadieålder.
- Oron är större bland föräldrar till pojkar än flickor i denna fråga och framför allt för tonårspojkar. Nästan en fjärdedel av föräldrarna till tonårspojkar känner denna oro.
- Oron för detta är något större bland föräldrar med endast en grundskole-/gymnasieutbildning än de med en högskoleutbildning.
- Lika många mammor som pappor känner denna oro.

Föräldrar utan högskoleutbildning är oroliga för att söner ska lockas in i gängkriminalitet

Fråga till föräldrar: Oroar du dig för att du inte kan skydda ditt barn från att lockas in i gängkriminalitet?

ORO FÖR ATT BARNET LOCKAS IN I GÄNGKRIMINALITET

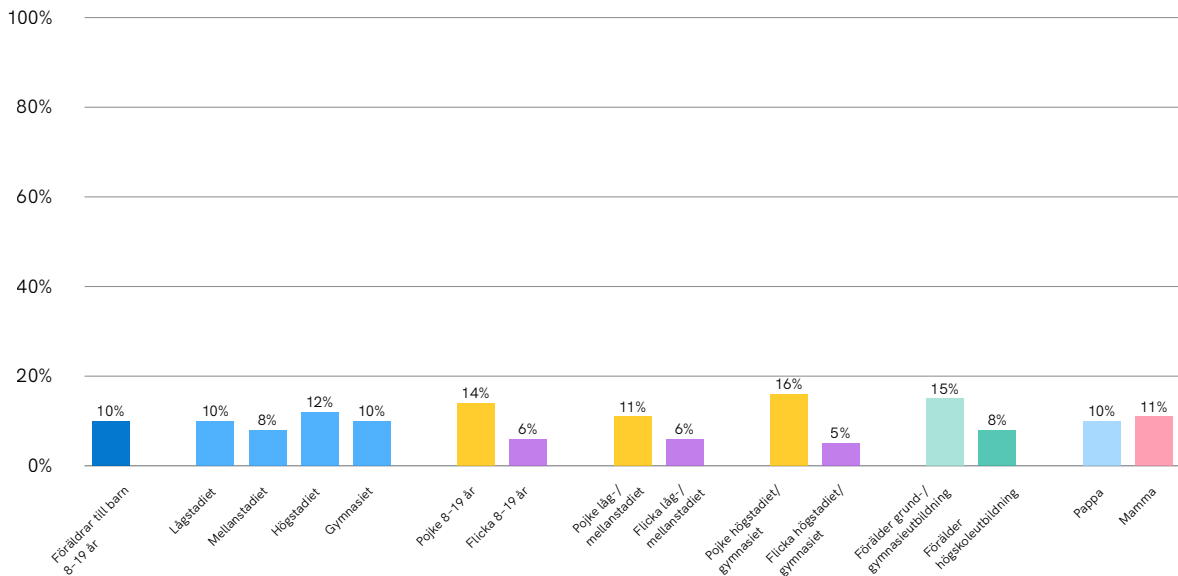


Diagram 2.9m, Bas: Föräldrar till barn 8-19 år, År 2025 (FOI)

För exakt frågeformulering, se frågeformulär.

Hur många föräldrar oroar sig för att barnet ska lockas in i gängkriminalitet?

- 1 av 10 föräldrar oroar sig för att barnet ska lockas in i gängkriminalitet. Oron är ungefär lika utbredd oavsett barnets ålder, skillnaderna är inom felmarginalen.
- Fler föräldrar till pojkar än flickor känner denna oro och framför allt föräldrar till tonårspojkar. 16 procent av föräldrarna till tonårspojkar känner denna oro.
- Oron för detta är nästan dubbelt så stor bland föräldrar med enbart en grundskole-/gymnasieutbildning än de med en högskoleutbildning.
- Lika många mammor som pappor känner denna oro.

Föräldrar utan högskoleutbildning är oroliga för att söner ska lockas in i våldsbejakande extremism

Fråga till föräldrar: Oroar du dig för att du inte kan skydda ditt barn från att lockas in i radikaliserande våldsbejakande extremism?

ORO FÖR ATT BARNET LOCKAS IN I RADIKALISERANDE VÅLDSBEJAKANDE EXTREMISM

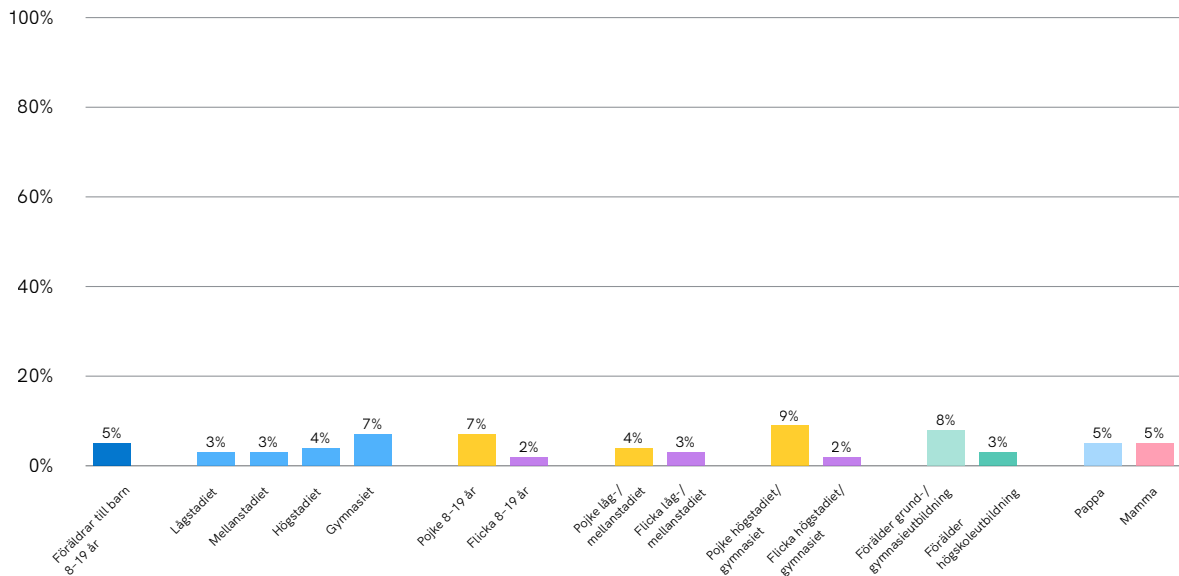


Diagram 2.9n, Bas: Föräldrar till barn 8-19 år, År 2025 (FOI)

För exakt frågeformulering, se frågeformulär.

Hur många föräldrar oroar sig för att barnet ska lockas in i radikaliserande våldsbejakande extremism?

- Var tjugonde förälder oroar sig för att deras barn ska lockas in i radikaliserande våldsbejakande extremism. Oron är som störst bland föräldrar till gymnasieungdomar.
- Oron är större bland föräldrar till pojkar än flickor i denna fråga och framför allt för tonårspojkar. 1 av 10 föräldrar till tonårspojkar känner denna oro.
- Oron för detta är nästan tre gånger så stor bland föräldrar med endast en grundskole-/gymnasieutbildning än de med en högskoleutbildning.
- Lika många mammor som pappor känner denna oro.

Kapitel 3: Skydd mot dåligt skärminnehåll



Tonårsföräldrar vill skydda sina barn på nätet men vet inte hur

De flesta föräldrar vill vidta åtgärder för att skydda sitt barn på nätet, men alla vet inte hur. För att få igång en öppen dialog om faror på nätet så umgås de med barnen framför skärmen och läser böcker tillsammans om hur internet fungerar.

Innehåll

- 75 Kort sammanfattning [↗](#)
- 77 Hur många föräldrar skyddar sitt barn i den digitala världen [↗](#)
- 81 Så skyddar föräldrar sina barn på nätet [↗](#)

I det här kapitlet fokuserar vi på olika åtgärder som föräldrar vidtar för att skydda sitt barn 8–19 år på nätet. Hur många föräldrar har vidtagit åtgärder? Hur många föräldrar skulle vilja skydda sina barn på nätet men vet inte hur? Skiljer det sig åt mellan föräldrar med olika utbildningsnivå? Eller om de har döttrar eller söner? Agerar mammor och pappor på samma sätt? Sist men inte minst får föräldrarna själva berätta om hur de agerar för att skydda och rusta sitt barn i den digitala världen.

Stort behov bland föräldrar av att kunna skydda sitt barn på nätet

Majoriteten av föräldrarna känner ett behov av att skydda sitt barn mot faror på nätet och en bra bit över hälften har också vidtagit åtgärder för att skydda sitt barn. Fler föräldrar till yngre barn, och framför allt till flickor, gör något aktivt för att skydda sitt barn i den digitala världen, jämfört med tonårsföräldrar. Mammor är också mer benägna än pappor att agera för att skydda sina söner mot faror på nätet. När det gäller deras döttrar agerar föräldrarna mer likvärdigt.

Ju äldre barnen blir, desto svårare att veta hur de ska skyddas på nätet

Var femte förälder uppger att de skulle vilja skydda sitt barn på nätet, men vet inte hur. Det är fler föräldrar till tonåringar som brottas med detta dilemma, jämfört med föräldrar till yngre barn. Bland tonårsföräldrar verkar behovet att skydda sitt barn på nätet skilja sig åt beroende på om de har en son eller dotter. Fler föräldrar till tonårspojkar uppger att de vidtar åtgärder för att skydda sin ungdom på nätet, samtidigt som fler föräldrar till tonårsflickor svarar att de skulle vilja men inte vet vilka åtgärder de ska vidta.

Fler akademiker väljer att skydda sitt barn på nätet

Det är betydligt fler föräldrar med en högskoleutbildning som har vidtagit olika åtgärder för att skydda sitt barn på nätet jämfört med föräldrar med endast en grundskole- eller gymnasieutbildning; hela 62 procent jämfört med 52 procent. Oavsett föräldrarnas utbildningsnivå är det dock lika många som vill, men inte vet hur de ska skydda sina barn i den digitala världen.

“Vi tittar tillsammans på skärmen för att få igång de svåra samtalen”

Samtal om risker och faror på nätet är a och o för att kunna skydda sina barn enligt föräldrar till barn i alla åldrar. Föräldrar betonar vikten av att ha en öppen dialog, att aktivt lyssna på barnen och att själva vara förebilder. Både i hur de beter sig på nätet och gällande skärmtid. Några föräldrar läser en bok tillsammans med barnen om internet, andra tittar tillsammans med barnen på skärmen för att få igång samtalen och komma in på svårare ämnen mer naturligt.

“Vi följer barnets aktiviteter på nätet via våra mobiler med föräldrakontroll”

En vanlig åtgärd för att skydda sitt barn mot faror på nätet är att aktivera föräldrakontroller i digitala enheter, appar och i “hemmanätverket”. Det kan handla om timers för att begränsa skärmtid, “ihopkoppling” för att överblicka barnens aktivitet, och åldersfilter för webbinnehåll. Dessa verktyg och inställningar hjälper också föräldrarna att förhindra barnen att tanka ned nya appar utan deras godkännande samt att spärra barnens möjligheter att göra köp i spel på egen hand.

“Vi tillåter inte Tiktok och kan logga in på barnets Snapchat”

Föräldrar försöker skydda sina barn mot faror i den digitala världen genom att inte tillåta eller begränsa olika sociala medietjänster för barnen. Genom att hänvisa till apparnas egna åldersgränser så försöker föräldrar senarelägga användandet av tjänster som Tiktok och Instagram för yngre barn. När barnen väl får egna konton på sociala medier så betonar föräldrar vikten av att de är privata och yngre barn kan få villkoret att föräldrarna ska ha tillgång till inloggningsuppgifterna.

Hur många föräldrar skyddar sitt barn i den digitala världen

Var femte förälder skulle vilja skydda sitt barn på nätet men vet inte hur

Fråga till föräldrar: Har du vidtagit några åtgärder för att skydda ditt barn från risker och faror på nätet?

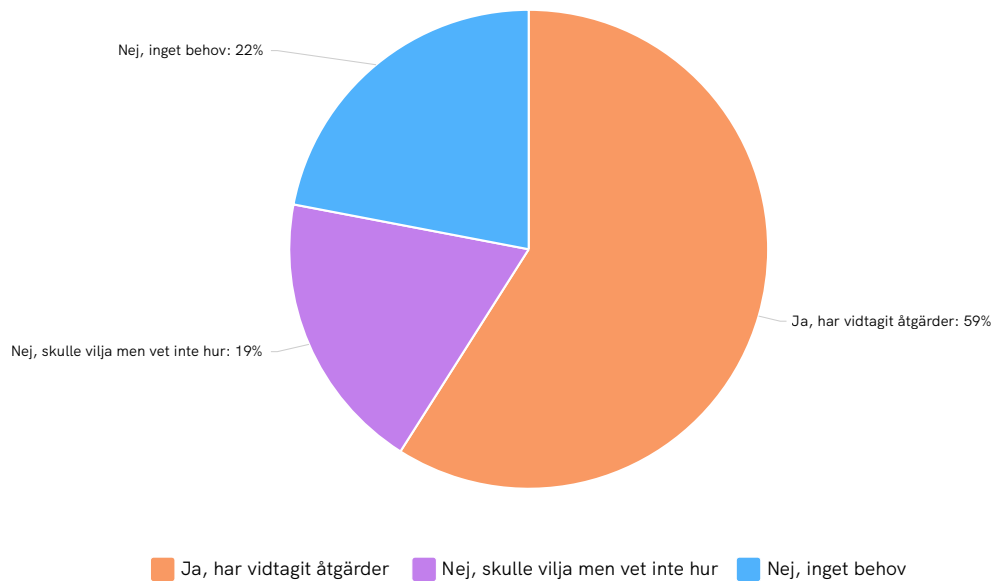


Diagram 3.1a, Bas: Föräldrar till barn 8–19 år, År 2025 (FOI)

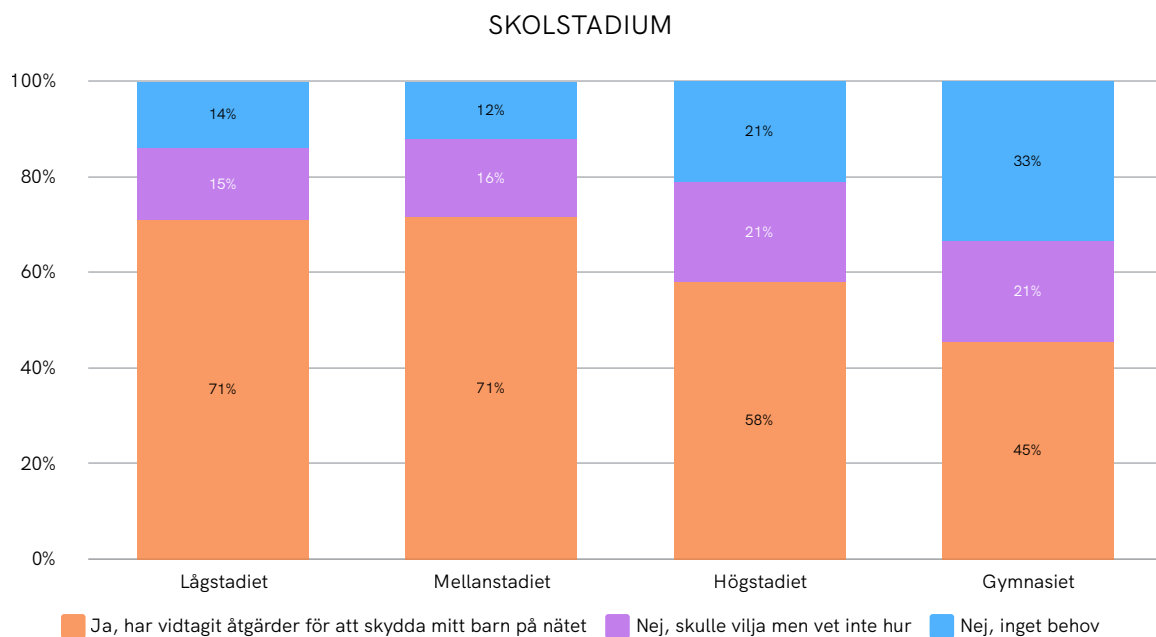


Diagram 3.1b, Bas: Föräldrar till barn 8–19 år, År 2025 (FOI)

FÖRÄLDER TILL POJKE RESPEKTIVE FLICKA

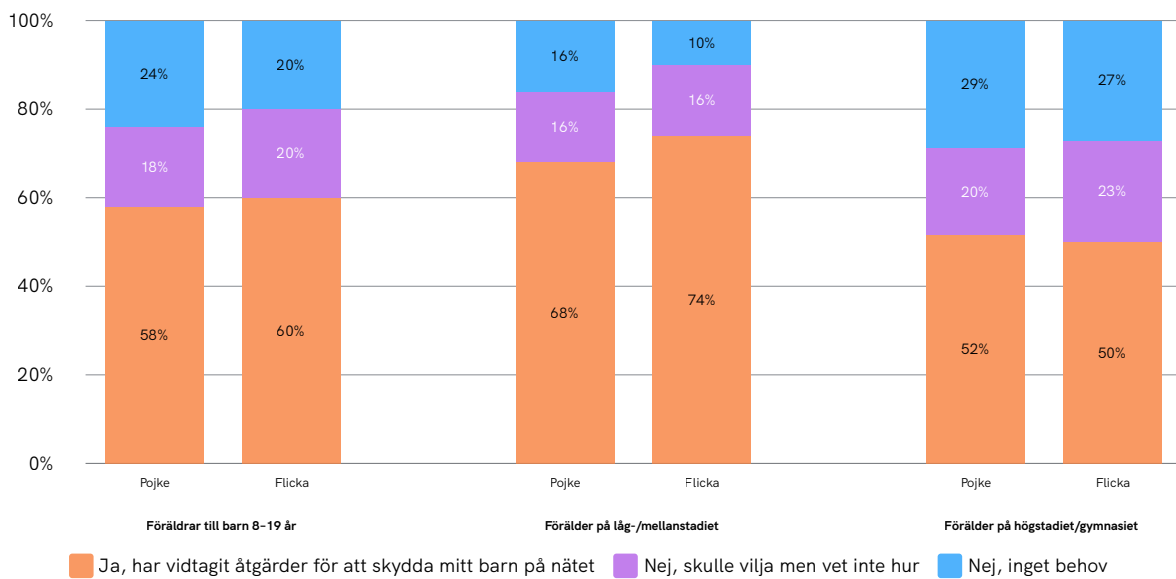
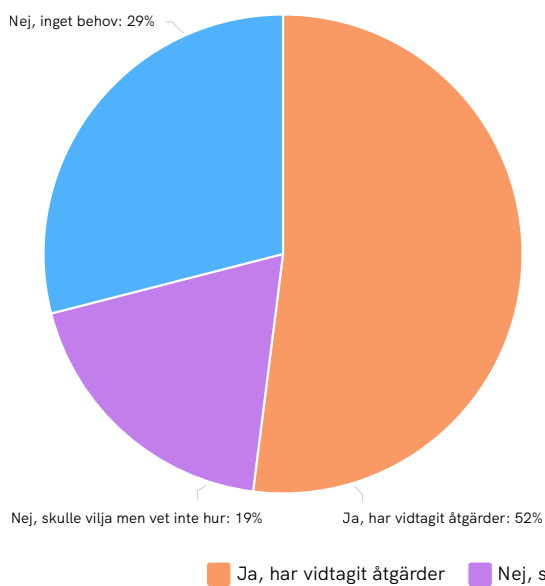


Diagram 3.1c, Bas: Föräldrar till barn 8-19 år, År 2025 (FOI)

FÖRÄLDRAR MED LÄGRE RESPEKTIVE HÖGRE UTBILDNING

LÄGRE UTBILDNING



HÖGRE UTBILDNING

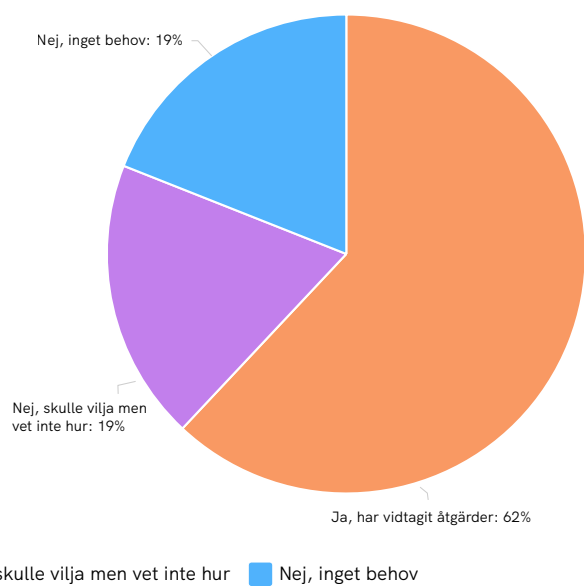


Diagram 3.1d, Bas: Föräldrar till barn 8-19 år, År 2025 (FOI)

Lägre utbildning = Endast grundskole-/gymnasieutbildning, Högre utbildning = Högskoleutbildning

Känner föräldrar ett behov av att skydda sina barn från risker och faror på nätet?

Ja, nära 8 av 10 föräldrar har ett behov av att skydda sina barn på nätet. Med behov avses här att föräldrar antingen skulle vilja eller har vidtagit åtgärder för att skydda sitt barn mot risker och faror på nätet.

Behovet är som störst bland föräldrar till låg- och mellanstadiebarn. På mellanstadiet är det nästan 9 av 10 av föräldrarna som har detta behov, följt av nästan lika många lågstadieföräldrar.

Endast 2 av 10 föräldrar uppger att de inte har något behov av att vidta åtgärder och det gäller främst föräldrar till ungdomar på gymnasiet (33%).

Hur många föräldrar har vidtagit åtgärder för att skydda sitt barn från risker och faror på nätet?

- 6 av 10 föräldrar till barn 8–19 år har vidtagit åtgärder för att skydda sitt barn på nätet.
- Ju yngre barn, desto fler föräldrar har vidtagit åtgärder. 7 av 10 föräldrar till barn på låg- och mellanstadiet, 6 av 10 föräldrar till ungdomar på högstadiet och uppemot hälften av föräldrarna till gymnasieungdomar skyddar sina barn på nätet genom olika åtgärder.
- Totalt sett är det ungefär lika många föräldrar till pojkar respektive flickor som vidtagit åtgärder för att skydda sitt barn på nätet. Dock sticker föräldrar till flickor på låg- och mellanstadiet ut något då de i högre grad agerar för att skydda sina flickor på nätet än föräldrar till pojkar gör. Tonårsföräldrar tenderar istället att vara mer benägna att vidta åtgärder för att skydda sina pojkar än flickor på nätet.
- Det är betydligt fler föräldrar med en högskoleutbildning (62%) som med olika åtgärder skyddar sitt barn på nätet jämfört med föräldrar med endast en grundskole- eller gymnasieutbildning (52%).
- Det är fler mammor (65%) än pappor (53%) som uppger att de har vidtagit åtgärder för att skydda sina pojkar på nätet. När det gäller flickor så agerar mammor och pappor i samma omfattning. *

Hur många föräldrar skulle vilja vidta åtgärder för att skydda sitt barn från risker och faror på nätet – men vet inte hur?

- Var femte förälder skulle vilja vidta åtgärder för att skydda sitt barn på nätet, men vet inte hur.
- Det är något fler föräldrar till tonåringar som vill men inte vet hur de ska skydda sina barn på nätet, jämfört med föräldrar till yngre barn.
- Det är ungefär lika många föräldrar till pojkar respektive flickor som vill men inte vet hur de ska skydda sitt barn i den digitala världen. Föräldrar till tonårsflickor tenderar dock i högre grad vilja skydda sina döttrar utan att veta hur.
- Oavsett om föräldrarna har en högre eller lägre utbildning är det lika många som vill men inte vet hur de ska skydda sitt barn mot faror på nätet.

Så här uttrycker föräldrar frustration kring att skydda sitt barn på nätet

“Pratat med honom. Försökt utbilda. Men det känns som man ligger efter även om man försöker vara före. Jag är chanslös mot dopaminkicken de får på nätet som vinner över mina förmaningar.”

Pappa till pojke på lågstadiet

“Blockerat vissa sidor via telefonen och modemmet, men det känns meningslöst. Kidsen förstår sånt där och hittar garanterat vägar runt om de vill...”

Pappa till pojke på mellanstadiet

“Internetfilter ochloggning, åtminstone så länge de är på hemnätverket. Utanför hemmet är det svårare att hitta lämpliga verktyg. Frustrationen och vanmakten gör mig sömnlös.”

Mamma till flicka på högstadiet

“Försökt begränsa tid vid skärm, men har helt givit upp då det bara blir bråk.”

Mamma till pojke i gymnasiet

Nu ska vi ta reda på vilka olika slags åtgärder föräldrar har vidtagit för att skydda sina barn på nätet.

Så skyddar föräldrar sina barn på nätet

“Samtal, samtal, samtal samt spärrat sociala medier såsom TikTok, Instagram och liknande”

Fråga till föräldrar: Vilka åtgärder har du vidtagit för att skydda ditt barn från risker och faror på nätet?

SÅ SKYDDAR FÖRÄLDRAR SINA BARN PÅ NÄTET



Diagram 3.2, Bas: Föräldrar till barn 8–19 år som har vidtagit åtgärder för att skydda sitt barn på nätet, År 2025 (FOI)

Vilka åtgärder har föräldrar vidtagit för att skydda sina barn på nätet?

6 av 10 föräldrar till barn 8–19 år har vidtagit åtgärder för att skydda sina barn på nätet (se *diagram 3.1a*). Här låter vi föräldrarna i fritext berätta hur de skyddar och rustar sina barn mot faror i den digitala världen.

Det vanligaste svaret bland föräldrar till barn i alla åldrar är samtal, att prata med barnen om både faror och hur man ska bete sig på nätet. Många föräldrar berättar att de får igång denna dialog genom att titta på skärmen tillsammans med barnen. Allt från “kändisars inlägg på Instagram och TikTok”, till att spela spel ihop eller streama innehåll till en gemensam större skärm. Då kan olika ämnen, även de svåra som kan vara kopplade till rädslor och faror, komma på tal mer spontant och naturligt.

Några föräldrar väljer att läsa en bok tillsammans med barnet om “hur internet fungerar och dess baksidor”. Böcker kan hjälpa dem att få igång ett lärande samtal med barnet och skapa medvetenhet.

Föräldrar menar också att det är viktigt att aktivt lyssna på barnen och att bygga tillit genom en öppen dialog. Att låta barnen veta att det är okej att fråga oavsett vad de råkar se på skärmen. Flera föräldrar nämner att de säger till barnen att “om något inte känns bra i magen” så är det viktigt att de pratar med någon vuxen som de har förtroende för.

Föräldrar berättar också att de har aktiverat “föräldrakontroll” i barnens digitala enheter. Med föräldrakontroller avser föräldrar både inbyggda verktyg och inställningar i exempelvis Android, IOS och Windows, eller separata appar, bland

annat från olika bredbandsleverantörer. En del föräldrar ger inte barnen fri surf på mobilnätet för att istället kunna aktivera föräldrakontroll genom "hemmanätverket".

Enligt föräldrar hjälper föräldrakontrollverktyg dem att bland annat begränsa skärmtid exempelvis med timers, kontrollera vilka appar som används genom "att följa barnets aktivitet genom ihopkoppling" samt att inte ge barnet möjlighet att själv ladda ned appar utan föräldrarnas godkännande.

Andra funktioner som föräldrar nämner är att barnet inte kan göra egna digitala köp, inte chatta i spel eller inte har tillgång till sökmotor samt att webbinnehåll kan filtreras genom "åldersbegränsningar och vuxenfilter", exempelvis på Youtube.

Läs gärna mer om vad föräldrakontroll är och hur det fungerar på internetkunskap.se.

Barnens användning av sociala medier är också något som föräldrarna tar upp. En del föräldrar, främst till yngre barn, låter inte barnen använda sociala medier som Tiktok och Instagram. Till exempel så hänvisar de till apparnas egna åldersgränser. Andra föräldrar tillåter sociala medier men försöker begränsa användningen på olika sätt och menar att det är viktigt att barnen har privata och ej öppna konton. Yngre barn kan också få villkoret att föräldrarna ska ha åtkomst till kontot med inloggningsuppgifter.

Att vara en förebild för barnen är något som föräldrar förespråkar, som hur de själva beter sig på sociala medier, att dra ned på sin egen skärmtid och vara närvarande. Detta bygger förtroende vilket kan "vara det viktigaste skyddet av allt".

Nu ska vi få ta del av föräldrarnas egna ord om hur de skyddar sina barn på nätet, fördelat på de olika skolstadierna.

Sex föräldrar till barn på lågstadiet om vilka åtgärder de vidtagit för att skydda sitt barn på nätet?

"Jag pratar med mitt barn om riskerna och är med barnet. Barnet pratar med mig och berättar samt ställer frågor om saker på nätet."

Pappa till pojke på lågstadiet

"Har Föräldrakontroll (Google Family Link och Microsoft Family Security) aktiverat på både platta och dator där vi kan styra vilka appar som får användas. Chattfunktionen avstängd i alla spel. Barnet får inte installera spel utan förälders godkännande och får inte titta på Youtube utan någon förälder i närheten. Inga sociala medier. Dator och padda har tajmer som stänger av enhet när skärmtiden är slut."

Mamma till flicka på lågstadiet

"Pratar med dottern om faror med både dopaminkickar/ skärmberoende; om fulgubbar; nätmobbning mm. Min dotter har inte tillgång till sökmotor eller Youtube och har begränsat möjligheten till kommunikation utanför vänkretsen i vissa onlinespel."

Mamma till flicka på lågstadiet

"Vi har bland annat installerat Föräldrakontrollen "Family link" där vi kan styra vilka appar som får användas. Viktigt att titta och spela tillsammans med barnet och att samtala om det som barnet ser och att inte ha kontakt med andra som de inte känner på internet. Har också samtal om chattetikett, vad man får och inte får dela med andra."

Pappa till pojke på lågstadiet

"Mycket diskussioner med barnet både allmänt och utifrån ett par olika böcker i ämnet som vi läst tillsammans. Vi har kontroll över barnets telefon, och har försökt spärra allt vi kan med olika vuxenfilter. Barnet ges heller inte tillgång till appar så som snap eller tiktok. Barnet har skärmtid i hur lång tid hon får använda telefonen per dag, plus att alla appar utom ringa telefonsamtal låses kl 20:00 varje dag."

Mamma till flicka på lågstadiet

"Kraftigt begränsat internetanvändning vid skärmtid. Kommit överens med barnet om vilka sidor som är okej. Förklarat förenklat att barnet kan råka se saker som skrämmer/oroar (nyheter om krig, läskiga videor) om han går in på reklam eller länkar. Att vissa tycker det är kul att bli rädd, och därför finns läskiga videor. Även att vissa kan försöka luras på nätet, precis som vissa personer kan försöka stjäla andras saker. Kontrollerar plattan ibland. Frågar och är nyfiken på barnets sidor, så att han vill berätta om vad han gör. Förklarat för barnet att om den ser något som verkar konstigt, att något blev fel eller känns dåligt i magen ska han komma till oss så hjälper vi honom."

Mamma till pojke på lågstadiet

Sex föräldrar till barn på mellanstadiet om vilka åtgärder de vidtagit för att skydda sitt barn på nätet?

"Vi kan följa barnets aktiviteter på nätet via våra mobiler med föräldrakontroll. Pratar mycket och öppet om vad han får upp i sitt flöde, hur han känner och tänker om detta, och vad andra kan ha för agenda och att det är ok att komma till oss föräldrar med frågor. Vi pratar också om varför det är bra att inte spendera för mkt tid på nätet."

Pappa till pojke på mellanstadiet

"Pratat mycket om vad som är ok och inte, vad andra varit med om, att inte tro på allt man ser osv. Valt att inte ge henne appar som Instagram, TikTok, Snapchat. Jag säger att vi följer de åldersgränser som apparna har."

Mamma till flicka på mellanstadiet

"Använder de föräldraskydd som finns på datorer o telefoner. Tidsbegränsar vissa appar. Har familjedelning så vi föräldrar endast kan ladda ner appar. Pratar mycket om innehåll på nätet och försöker förklara varför hon inte ska göra olika saker, som att skriva ut sitt namn, berätta om sig själv, köpa saker via spel osv. Har login på konton tex Snapchat så vi kan läsa hennes konversationer, detta enligt överenskommelse när hon fick appen."

Mamma till flicka på mellanstadiet

"Använder Familylink för att kontrollera vilka appar hon använder. Skärmtidsgräns. Begränsat vilka sociala medier hon får använda, pratar mycket om vad som kan hända och hur hon själv ska bete sig på nätet. Vara en förebild själv i hur jag uttrycker mig i kommentarer på nätet och i mitt skärmtidsanvändande osv."

Mamma till flicka på mellanstadiet

"Vi använder Telia Trygg, och har köpt bok som förklarar hur internet fungerar. Vi sitter och har datorerna bredvid varandra i ett "datorrum" istället för att barnen har dem på sina egna rum. Varnar ofta om hur farligt nätet kan vara och ber dem berätta om de stöter på något dom tycker verkar skumt eller känns dåligt i magen."

Pappa till pojke på mellanstadiet

"Filter i en app kopplad till hemnätverket styrd mot barnets enhet/enheter. Barnlås/åldersbegränsningar av innehåll. Tillåter inte vissa spel. Får inte ha Tiktok, Facebook eller Instagram. Håller nere skärmtiden genom Föräldrakontroll. Allt går genom mitt kreditkort som jag måste godkänna, veckorapport (microsoft)."

Mamma till pojke på mellanstadiet

Sex föräldrar till ungdomar på högstadiet om vilka åtgärder de vidtagit för att skydda sitt barn på nätet?

"Samtal, samtal och åter samtal. Bygga upp en tillitsfull relation så barnet vet att det alltid kan vända sig till dig oavsett vad. Också samtalat ingående om svåra ämnen som porr och risker med bedrägerier och att inte känna skam om man drabbas utan våga berätta."

Mamma till pojke på högstadiet

"Jag har konton och följer mitt barn på TikTok och Snapchat. Öppen kommunikation och ständiga påminnelser om att berätta om något känns off. Läger mig i vad barnet gör och pratar med dem. Att vara närvarande som vuxen tror jag hjälper."

Mamma till flicka på högstadiet

"Har pratat med mitt barn om synlighet på Snapchatkartan samt att vara försiktig med okända människor. Lärt barnet om källkritik samt att om något är för bra för att vara sant så är det ofta inte sant. Samt att om det är något konstigt tillkalla oss eller bara stänga ner."

Mamma till flicka på högstadiet

"Vi begränsar skärmtiden så att hon måste lägga sig en viss tid. Vi pratar regelbundet om riskerna och försöker ha en öppen dialog. Viktigt med förtroende mellan henne mig så hon vågar berätta."

Mamma till flicka på högstadiet

"Pratar om vilka faror som finns. Lär dem att tänka kritiskt. Jag har själv gjort massor av AI bilder i bla Midjourney så de vet hur man enkelt kan manipulera bilder och filmer. De litat inte på mycket på nätet. Varje gång de kommer och berättar om någon ny grej de hört på tiktok som ska göra att man enkelt tjänar pengar pratar vi om det och brukar ganska fort komma fram till att det inte alls var så lätt utan i bästa fall clickbait och i värsta fall ett sätt att lura en på pengar."

Pappa till pojke på högstadiet

"Lärt barnen från tidig ålder att allt på internet inte är sant. Lite inte blint på någon. Folk kommer vara elaka. Ta inte åt dig och gå vidare i livet. Dela inte

privata uppgifter eller bilder. Var inte ett rövhål emot andra. Lita inte på allt. Våga diskutera saker. Njut av livet."
Pappa till pojke på högstadiet

Sex föräldrar till ungdomar på gymnasiet om vilka åtgärder de vidtagit för att skydda sitt barn på nätet?

"Kontinuerlig dialog och tar tid för att umgås så att spontana samtal uppkommer. Frågar vad hon tittar på och vi kan titta tillsammans emellanåt. Vi har pratat mycket om källkritik och att man inte skall tro på allt man läser utan ifrågasätta källan."
Mamma till flicka på gymnasiet

"Har försökt spärta visst innehåll i routern. Hon har inte fri surf så surfar hon via 5G tar surfen slut o det vill hon inte."
Pappa till flicka på gymnasiet

"Pratat om risker, hållit koll på humör och sov- och matrutiner, hållit koll på att skolan sköts, pratat i allmänhet hur man är mot andra och vad man ska förvänta sig från andra, på nätet men även i övrigt. Samt byggt upp tillit så att han ska kunna prata med vuxna om det är något som händer."
Mamma till pojke på gymnasiet

"Pratar mycket med min dotter, och lyssnar på henne också. Vi tittar ofta tillsammans på videoklipp. Inte bara för att jag "vill ha kontroll" utan för att det är ett mysigt sätt att umgås på och ett viktigt sätt att enkelt komma in på diskussioner om utseende, relationer, faror och annat som annars kan vara "cringe" att få samtal om."
Mamma till flicka på gymnasiet

"Alltid varit tydlig med vad som är acceptabelt och håller en ständig öppen dialog om vad de gör och ser på nätet. De har alltid varit medvetna om att de förväntas kunna visa innehåll och sökhistorik på dator/telefon och kunna stå för det."
Pappa till pojke på gymnasiet

"Vi pratar mycket. Vi pratar om samhället, vi pratar om politik. Vi pratar om könsroller. Om faror. Om orättvisor. Om sexualitet och vilka gränser man kan sätta. Känner faktiskt ingen oro för detta. Däremot kan vem som helst få elaka kommentarer eller hat - det kan även hända henne. Det har hänt mig, flera gånger. Men samtidigt, hon är snart 18, det går inte att skydda ett barn till hundra procent från något. Det viktiga är inte att skydda henne ifrån det, utan att göra henne så stark att hon klarar att stå emot, att inte ta åt sig, att inte falla för någon som försöker bedra henne eller vill locka henne in i något."
Mamma till flicka på gymnasiet

Tips!

Vill du veta vilka tips föräldrar ger för att slippa bråka om skärmtid? Se då avsnittet [Bråk om skärmtid](#).

Balansen att skydda barnen mot faror och deras rätt till integritet på nätet

Den här frågan, som avsåg vilka åtgärder föräldrar skyddar sitt barn mot faror på nätet, kan också väcka tankar om barnens integritet. En förälder till en femtonåring uttrycker följande:

“Hur ska vi föräldrar göra för att kontrollera våra barns aktiviteter på nätet utan att kränka deras integritet. Vad är viktigast, att skydda dem eller att inte kränka dem? Vill inte skamma sonen om han läser eller tittar på sexuellt innehåll. Hur vet jag när jag behöver kliva in? Svårt att göra rätt och lätt att göra fel.”

Pappa till pojke i högstadiet

Detta är ett dilemma som sannolikt flera föräldrar brottas med, särskilt i takt med att barnen blir äldre. Integritet är också något som är personligt och individuellt. Föräldrar kan ha olika uppfattningar om var gränserna går och barnen likaså. Alla är olika. En mamma till en fjortonårig pojke svarar att hon skyddar sin son mot faror på nätet såhär:

“Sammankopplat våra telefoner så allt som han söker och tittar på måste godkännas av mig som VH.”

Mamma till pojke på högstadiet

Tips!

Vill du veta mer om föräldraskap kopplat till barns integritet på nätet så kan vi rekommendera kategorin Föräldraskap på vår webbplats internetkunskap.se. Där finns exempelvis följande artiklar:

- [6 sätt att övervaka dina barn på nätet – men är det en bra idé?](#)
- [Hur gör jag om jag upptäcker att min tonåring porrsurfar?](#)
- [Så pratar du med ditt barn om grooming utan att skamma](#)

Kapitel 4: Skärmar i skolan



“ChatGPT är min studdy buddy”

Mellanstadiebarnen är minst kritiska till att läsa och lära på skärmar under lektionerna. Många föräldrar känner inte till att deras barn diskuterar AI i skolan, men de flesta föräldrar har koll på om deras barn använder AI som läxhjälp.

Innehåll

- 88 Kort sammanfattning ↗
- 90 Underlättar eller försvårar skärmar i skolan för barn? ↗
- 96 Föräldrar och barn om AI i skolan ↗
- 110 Lärare som promptar ↗

I det här kapitlet följer vi upp resultatet från *Barnen och internet 2024* som visade att barn ser betydligt fler fördelar än nackdelar med skärmar i skolan. Nu sätter vi tre områden under luppen; underlättar eller försvårar skärmar för barn att läsa text, ta till sig kunskap eller att hålla koll på läxor och läromedel?

Vidare tar vi reda på hur många föräldrar som känner till att deras barn diskuterar AI på lektionerna eller använder AI som läxhjälp. Barnen får också berätta vilka diskussioner om AI de haft i skolan och hur de använder AI som läxhjälp. Sist men inte minst har vi några röster från lärare som berättar hur de tar hjälp av AI i sin undervisning.

Mer om barns användning av AI finns i bilagan *Barn och ungdomars användning av AI-verktyg* från rapporten *Svenskarna och internet 2025*.

Barn tycker att skärmar och tryckta böcker är likvärdiga för läsning

Uppemot hälften av barnen 8–19 år tycker att skärmar och böcker är likvärdiga för både textläsning samt lärande. I den resterande hälften är det ungefär lika många barn som anser att skärmar underlättar alternativt försvårar att läsa text respektive att ta till sig kunskap. Störst utmaning med både läsande och lärande på skärm har lågstadiebarnen och minst utmanande anser mellanstadiebarnen att det är. Barn till föräldrar med högskoleutbildning är mer kritiska än barn till föräldrar med en lägre utbildning. Flickor är också överlag mer negativa än pojkar.

Skärmar underlättar för barn att hålla koll på läxor och läromedel

Betydligt fler barn 8–19 år tycker att digitala läxor och läromedel underlättar snarare än försvårar jämfört med tryckt format. Skillnaderna är dock stora mellan äldre och yngre barn. Majoriteten av tonåringarna tycker att det digitala formatet underlättar, framförallt högstadieungdomarna. På lågstadiet är det tvärtom fler som tycker att det digitala formatet försvårar än underlättar, även om den största andelen tycker att skärmar och tryckt format är likvärdiga i denna fråga. Detta vänder dock tvärt när barnen når mellanstadieåldern där nästan dubbelt så många tycker att det digitala formatet underlättar snarare än försvårar.

Alla föräldrar känner inte till att deras barn diskuterar AI på lektionerna

6 av 10 barn har diskuterat AI på lektionerna men endast 4 av 10 föräldrar känner till det. Ju äldre barnen blir, desto fler har pratat om AI på lektionstid. En tredjedel av barnen på lågstadiet har diskuterat AI på lektionerna, vilket de flesta föräldrar känner till. Andelen som diskuterat AI på lektionstid dubblas dock redan bland barn på mellanstadiet. Gapet mellan föräldrar och barn är som störst på mellanstadiet – mer än dubbelt så många mellanstadiebarn har diskuterat AI på lektionerna jämfört med hur många föräldrar som känner till det. Det är även ett stort gap mellan föräldrar och deras tonåringar i denna fråga.

På lektionerna diskuteras AI kopplat till källkritik, fusk och studiehjälp

De flesta barn som har diskuterat AI på lektionerna berättar att de har pratat om AI och källkritik – att AI kan "luras" i både text och bild och vikten av att uppmärksamma "osanningar". Lärarna har också tagit upp både hur barnen får och inte får använda AI i sitt skolarbete, alltså när det är god studiehjälp och när det betraktas som fusk. Några barn har också pratat om AI och framtiden; om arbetsmarknaden, om robotar samt olika möjligheter och hot med AI.

Föräldrar till högstadieungdomar har minst koll på om deras barn använder AI som läxhjälp

Drygt var fjärde barn 8–19 år har använt AI-verktyg för läxhjälp och de flesta föräldrar känner till detta. Det skiljer sig stort mellan barn i olika åldrar i denna fråga. Det är främst tonåringar som använder AI som läxhjälp och endast få yngre barn. Lägst kännedom om huruvida barnen tar hjälp av AI för sina läxor har föräldrar till högstadieungdomar.

När läraren inte finns tillgänglig ber barnen "Chattis" om läxhjälp

Barn som använder AI-verktyg som läxhjälp gör det främst för att få förklaringar – som att gå igenom en uppgift steg för steg tills de förstår. Barn ber också AI om hjälp med exempelvis sammanfattningar, korrekturläsningar, ombearbetningar och uträkningar. AI-verktyg kan också generera instuderingsfrågor eller rentav förhöra dem. En del barn frågar AI när läraren eller föräldrarna inte kan hjälpa dem. Några barn tycker till och med att det är lättare att fråga AI för att "inga frågor är dumma frågor för AI". Det finns även barn som kallar ChatGPT för Chattis och uttrycker att "Chattis är bästa läxhjälpen ever".

Lärare om hur de genererar studiematerial och tar hjälp av AI

Sist men inte minst bjuder vi på tio citat från lärare som detta:

"Jag lägger upp elevernas uppsatser i AI-verktyget och frågar om AI bedömer att texten är skriven av en människa eller är AI-genererad. Ber om argument för och emot. Ger mycket bra vägledning."

Kvinna, 38 år

Underlättar eller försvårar skärmar i skolan för barn?

I *Barnen och internet 2024* tog vi reda på om barn generellt sett såg fler fördelar eller fler nackdelar med skärmar som datorer och surfplattor på lektionerna. Ungefär hälften av barnen 8–19 år svarade att de såg främst fördelar och inte ens var tionde barn svarade att de såg främst nackdelar. För att läsa mer, se avsnittet *“Vad tycker barn om skärmar i skolan”* i föregående års rapport.

I år följer vi upp det resultatet med några mer konkreta frågor om hur många barn som upplever att skärmar underlättar eller försvårar på lektionerna jämfört med tryckta böcker inom tre områden. Dessa är; textläsning, lärandet, alltså att få kunskap att fastna, samt att hålla koll på läxor och läromedel.

Fler lågstadiesbarn tycker att skärmar försvårar än underlättar läsning

Fråga till barn: Jämfört med tryckta böcker, gör skärmar som dator och surfplatta på lektionerna det lättare eller svårare för dig att läsa text?

SKÄRMAR GÖR DET LÄTTARE/SVÅRARE ATT LÄSA TEXT JÄMFÖRT MED BÖCKER

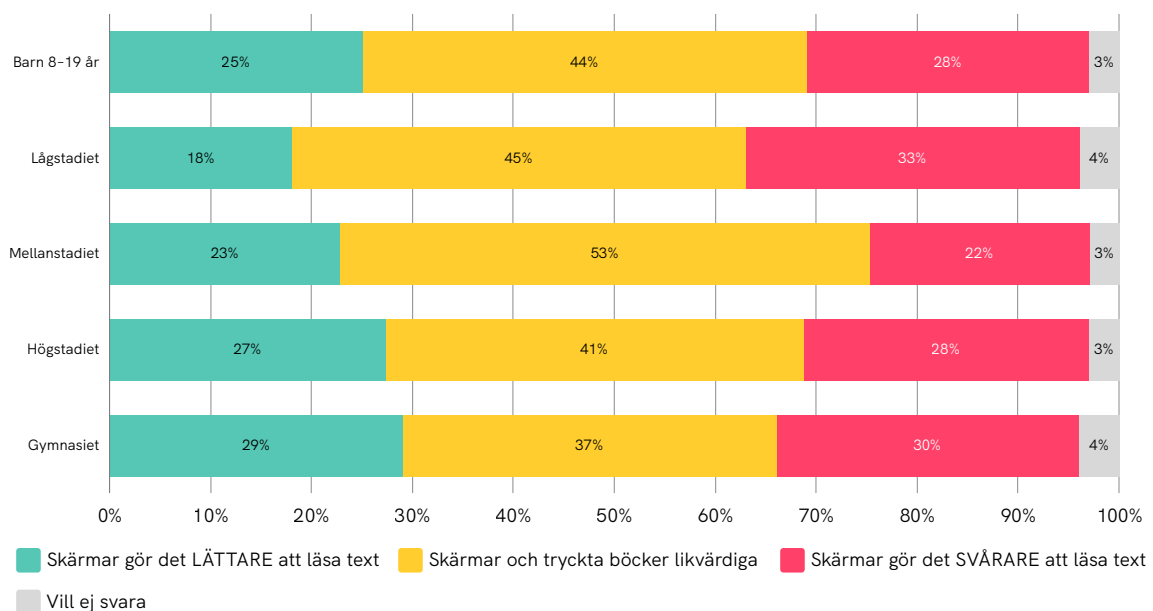


Diagram 4.1, Bas: Barn 8–19 år, År 2025 (BOI)

Tycker barn att skärmar underlättar eller försvårar läsning jämfört med tryckta böcker?

Det är ungefär lika många barn – cirka en fjärdedel – som tycker att skärmar underlättar alternativt försvårar läsning jämfört med tryckta böcker. Dock finns en liten övervikt mot att det är svårare att läsa på skärm. Mest negativa till läsning på skärmar är lågstadiesbarnen. Den största andelen barn i alla åldrar tycker dock att skärmar och tryckta böcker är likvärdiga att läsa på. Detta gäller särskilt barn på mellanstadiet, som också är de som är minst negativa till läsning på skärmar.

Hur många barn tycker att skärmar underlättar läsning jämfört med tryckta böcker?

- Var fjärde barn anser att skärmar gör det lättare att läsa jämfört med tryckta böcker.
- Ju äldre barnen är, desto fler är positiva till läsning på skärm. Bland gymnasieungdomarna anser 3 av 10 att skärmar gör det lättare att läsa medan inte ens 2 av 10 av lågstadiebarnen delar den uppfattningen.
- Betydligt fler pojkar (31%) än flickor (18%) anser att det är lättare att läsa på skärm och det gäller framförallt tonårspojkar. *
- Det är betydligt fler barn till föräldrar som endast har en grundskole- eller gymnasieutbildning (33%) som är positiva till läsning på skärm jämfört med barn till föräldrar med högskoleutbildning (23%). *
- Barn i låginkomsthushåll (35%) tycker i högre grad än barn i höginkomsthushåll (22%) att det är lättare att läsa på skärm än i tryckta böcker. *

Hur många barn uppger att skärmar försvårar läsning jämfört med tryckta böcker?

- Nästan 3 av 10 barn anser att skärmar gör det svårare att läsa text jämfört med tryckta böcker.
- Var tredje lågstadiebarn anser att det är svårare att läsa på skärm än i bok, vilket är mest av alla skolbarn.
- Minst av alla anser mellanstadiebarnen att skärmar försvårar läsning, där är endast drygt 2 av 10 av denna uppfattning.
- Betydligt fler flickor (32%) än pojkar (24%) anser att det är svårare att läsa på skärm än i en tryckt bok. *

Fler lågstadiebarn tycker att skärmar försvårar än underlättar inlärning

Fråga till barn: Jämfört med tryckta böcker, gör skärmar som dator och surfplatta på lektionerna det lättare eller svårare för dig att lära dig/få kunskap att fastna?

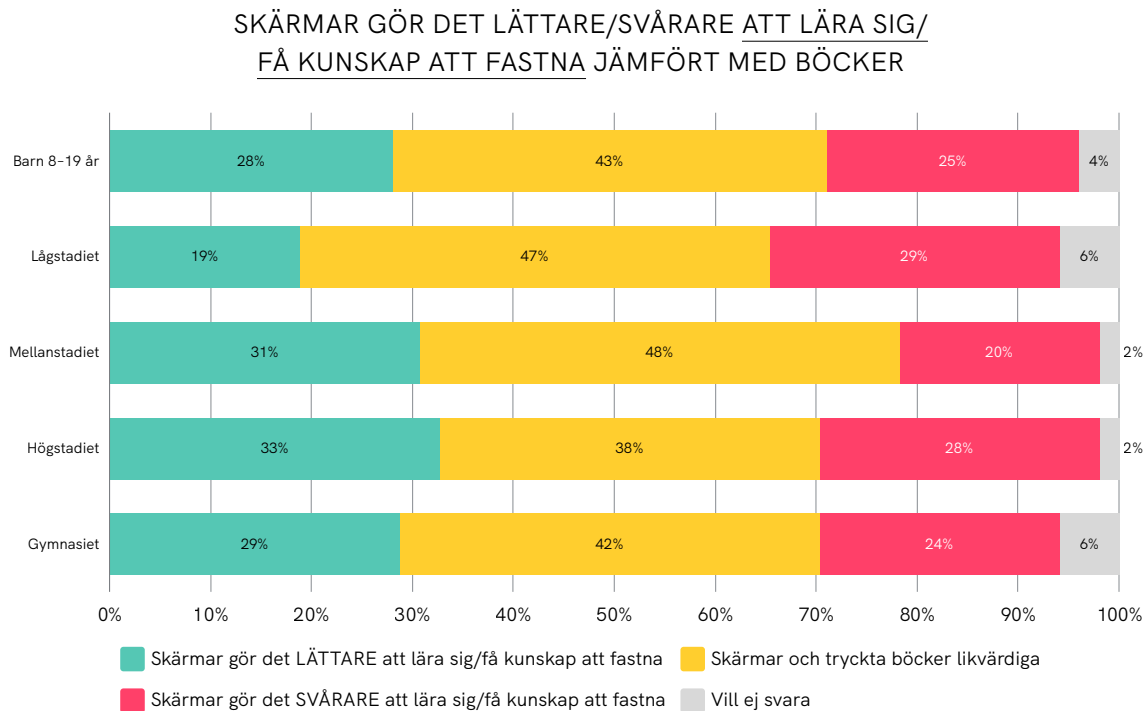


Diagram 4.2, Bas: Barn 8–19 år, År 2025 (BOI)

Tycker barn att skärmar underlättar eller försvårar inlärning jämfört med tryckta böcker?

Det är nästan lika många barn – cirka en fjärdedel – som tycker att skärmar underlättar alternativt försvårar att ta till sig kunskap jämfört med tryckta böcker. Det finns dock en liten övervikt mot att skärmar underlättar lärandet. Minst positiva till inlärning på skärm är lågstadiebarnen och minst negativa är mellanstadiebarnen. Den största andelen barn tycker dock att skärmar och tryckta böcker är likvärdiga vad gäller att lära sig och få kunskap att fästa.

Hur många barn tycker att skärmar underlättar inlärning jämfört med tryckta böcker?

- Drygt var fjärde barn anser att det är lättare att lära sig och ta till sig kunskap på skärmar jämfört med tryckta böcker.
- Minst positiva till lärande på skärmar är lågstadiebarnen, medan det är ganska jämt bland barn i äldre åldrar – med högstadieungdomarna i topp; knappt vart femte lågstadiebarn jämfört med var tredje högstadieungdom anser att skärmar underlättar inlärning.

- Betydligt fler pojkar (36%) än flickor (21%) anser att det är lättare att lära sig på en skärm. *
- Det är betydligt fler barn till föräldrar med endast en grundskole- eller gymnasieutbildning (38%) som är positiva till inläring på skärm jämfört med barn till föräldrar med högskoleutbildning (26%). *

Hur många barn tycker att skärmar försvårar inläring jämfört med tryckta böcker?

- Var fjärde barn anser att skärmar gör det svårare att lära sig och få kunskap att fastna jämfört med tryckta böcker.
- Mest negativa till att lära sig på skärm är lågstadie- och högstadiebarnen och minst negativa är barn på mellanstadiet.
- Betydligt fler flickor (29%) än pojkar (20%) anser att det är svårare att lära på skärm än i en tryckt bok. *
- Det är betydligt fler barn till föräldrar med en högskoleutbildning (27%) som anser att skärmar försvårar inläring jämfört med barn till föräldrar med endast en grundskole- eller gymnasieutbildning (16%). *

Tips!

Vill du veta om föräldrar respektive lärare anser att digitala läromedel underlättar eller försvårar inläring för barn? Då kan du ta del av bådas respektive perspektiv på detta i rapporten Barnen och internet 2024.

Skärmar gör det lättare för tonåringar att hålla koll på läxor och läromedel

Fråga till barn: Jämfört med tryckta böcker, gör skärmar som dator och surfplatta på lektionerna det lättare eller svårare för dig att hålla koll på läxor och läromedel?

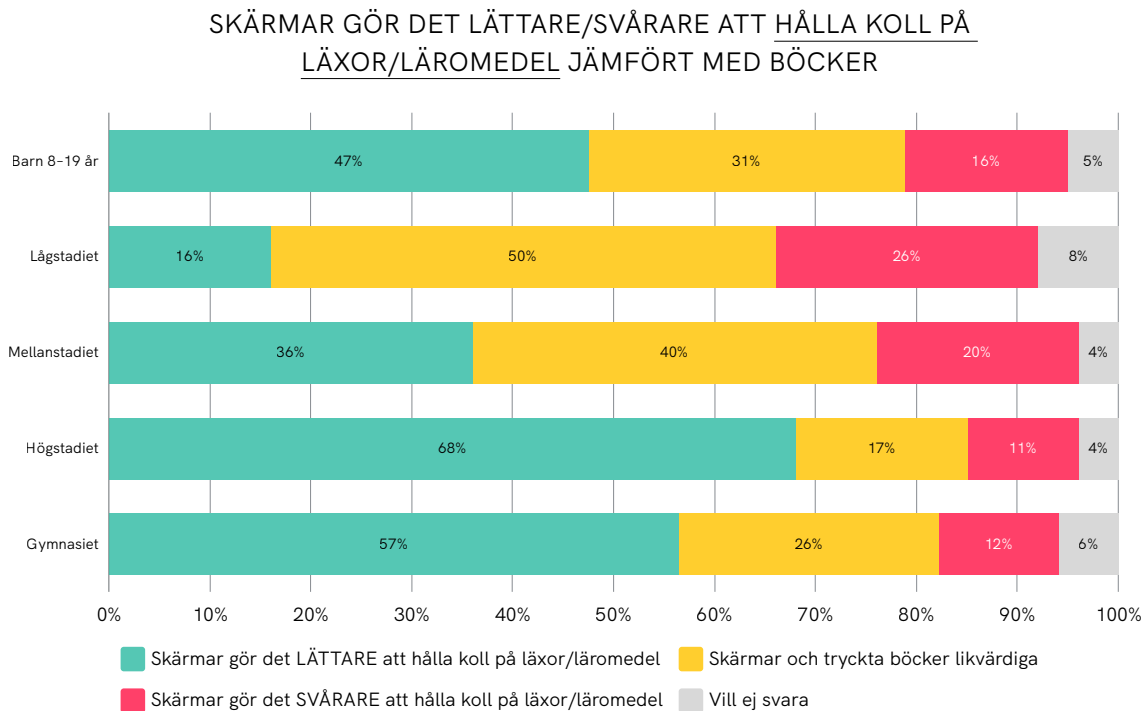


Diagram 4.3, Bas: Barn 8-19 år, År 2025 (BOI)

Tycker barn att skärmar underlättar eller försvårar att hålla koll på läxor och läromedel jämfört med tryckta böcker?

Det är betydligt fler barn som anser att skärmar underlättar än försvårar att hålla koll på läxor och läromedel jämfört med tryckta böcker. Nära hälften av barnen är positiva och endast var sjätte är negativ. Mest positiva till att hålla koll på digitala läromedel jämfört med fysiska är högstadieungdomarna och mest negativa är lågstadiebarnen.

Var tredje barn tycker att det är likvärdigt att hålla koll på läxor och läromedel på skärm eller i tryckt format. Hälften av lågstadiebarnen anser att skärmar och tryckta böcker är likvärdiga i detta fall vilket är mest av alla.

Hur många barn tycker att det är lättare att hålla koll på digitala läxor och läromedel än tryckta?

- Nästan hälften av skolbarnen anser att det är lättare att hålla koll på läxor och läromedel på skärmen, jämfört med tryckt format.
- Äldre barn är mer positiva än yngre och skillnaderna är stora. Nästan 7 av 10 högstadieungdomar anser att skärmar underlättar att hålla koll på läxor och läromedel medan inte ens 2 av 10 (16%) av lågstadiebarnen anser detta.

- Betydligt fler pojkar (52%) än flickor (43%) anser att det är lättare att hålla koll på digitala än tryckta läromedel och framförallt tonårspojkar. *
- Det finns ingen signifikant skillnad mellan barn till föräldrar med olika utbildnings- eller hushållsinkomstnivå i denna fråga. *

Hur många barn tycker att det är svårare att hålla koll på digitala läxor och läromedel än tryckta?

- Var sjätte barn (16%) anser att skärmar gör det svårare att hålla koll på digitala läxor och läromedel jämfört med tryckta böcker.
- Var fjärde lågstadiebarn anser att skärmar gör det svårare att hålla koll på sina läxor och läromedel jämfört med tryckta böcker vilket är mest av alla skolbarn.
- Minst av alla anser tonåringarna att skärmar gör det svårare att hålla koll på läxor och läromedel, varav endast drygt 1 av 10 är av denna uppfattning.
- Fler flickor (19%) än pojkar (13%) anser att det är svårare att hålla koll på digitala läromedel än läromedel i tryckt format. *

Tips!

Vill du veta hur stor andel av barnens läromedel som är i digitalt respektive tryckt format? Då kan du ta del av både [föräldrarnas](#) och [lärarnas](#) bild av detta i rapporten [Barnen och internet 2024](#).

Föräldrar och barn om AI i skolan

Vill du läsa om mer om barns användning av AI finns det i bilagan *Barn och ungdomars användning av AI-verktyg* från rapporten *Svenskarna och internet 2025*. I det här avsnittet fokuserar vi främst på jämförelsen mellan föräldrar och barn, kompletterat med fritextsvar från barnen.

Många föräldrar känner inte till att deras barn diskuterar AI på lektionerna i skolan

Fråga till föräldrar: Har ditt barn diskuterat AI på lektioner i skolan?

Fråga till barn: Har ni diskuterat AI på lektionerna i skolan?

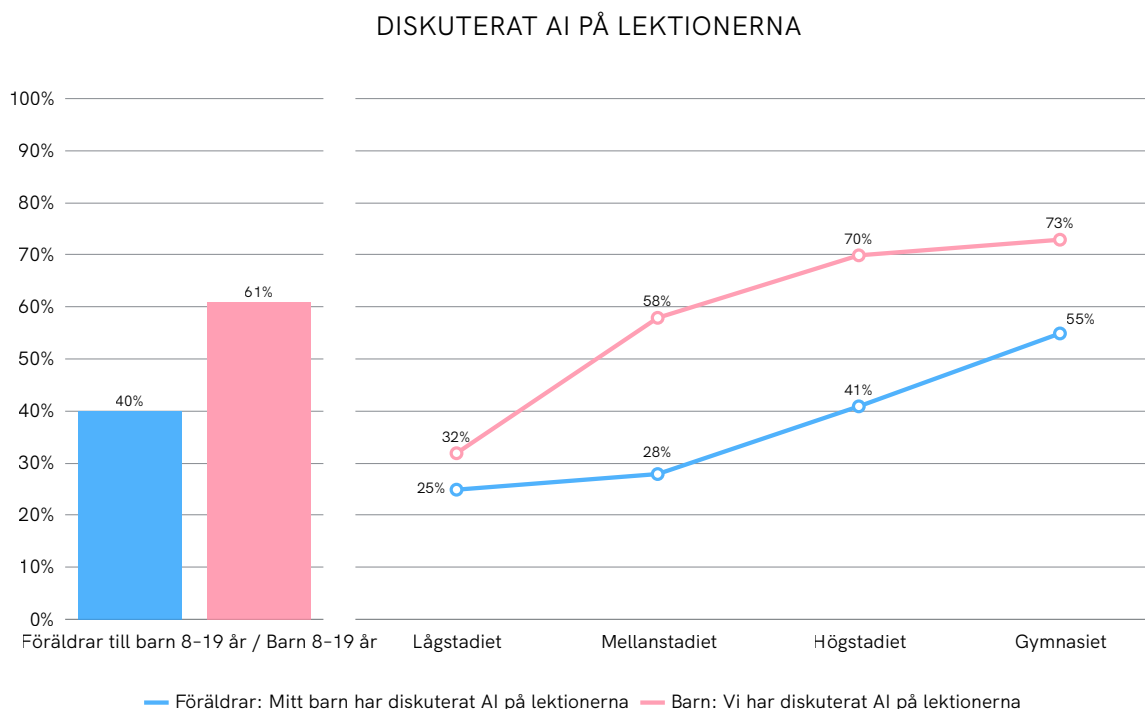


Diagram 4.4, Bas: Föräldrar till barn 8-19 år / Barn 8-19 år, År 2025 (FOI/BOI)

Hur många barn har diskuterat AI på lektionerna?

- 6 av 10 skolbarn 8-19 år har diskuterat AI på lektionerna.
- Ju äldre barnen blir, desto fler har diskuterat AI på lektionerna.
- En tredjedel av barnen på lågstadiet har diskuterat AI på lektionerna, vilket nästan dubblas redan bland mellanstadiebarnen.
- Runt 7 av 10 tonåringar har diskuterat AI på lektionerna.

Hur många föräldrar känner till att deras barn har diskuterat AI på lektionerna?

- Alla föräldrar känner inte till att deras barn diskuterar AI på lektionerna. Endast 4 av 10 föräldrar uppger att deras barn har diskuterat AI på lektionerna medan 6 av 10 barn faktiskt har gjort det.
- Bäst koll har föräldrar till lågstadiebarn. På mellanstadiet blir dock skillnaden stor. Mer än dubbelt så många mellanstadiebarn har diskuterat AI på lektionerna jämfört med hur många föräldrar som känner till det. Även om gapet mellan föräldrar och barn är som störst på mellanstadiet så förblir det även stort på högstadiet och gymnasiet.
- Det finns inga signifikanta skillnader i denna fråga mellan mammor och pappor, föräldrar till pojkar eller flickor samt mellan föräldrar med olika utbildnings- eller inkomstnivå. *

Diskussioner om AI på lektionerna ligger på en jämn nivå bland skolungdomar år 2024–2025

Fråga till ungdomar 12–19 år: Har ni diskuterat AI på lektionerna i skolan?

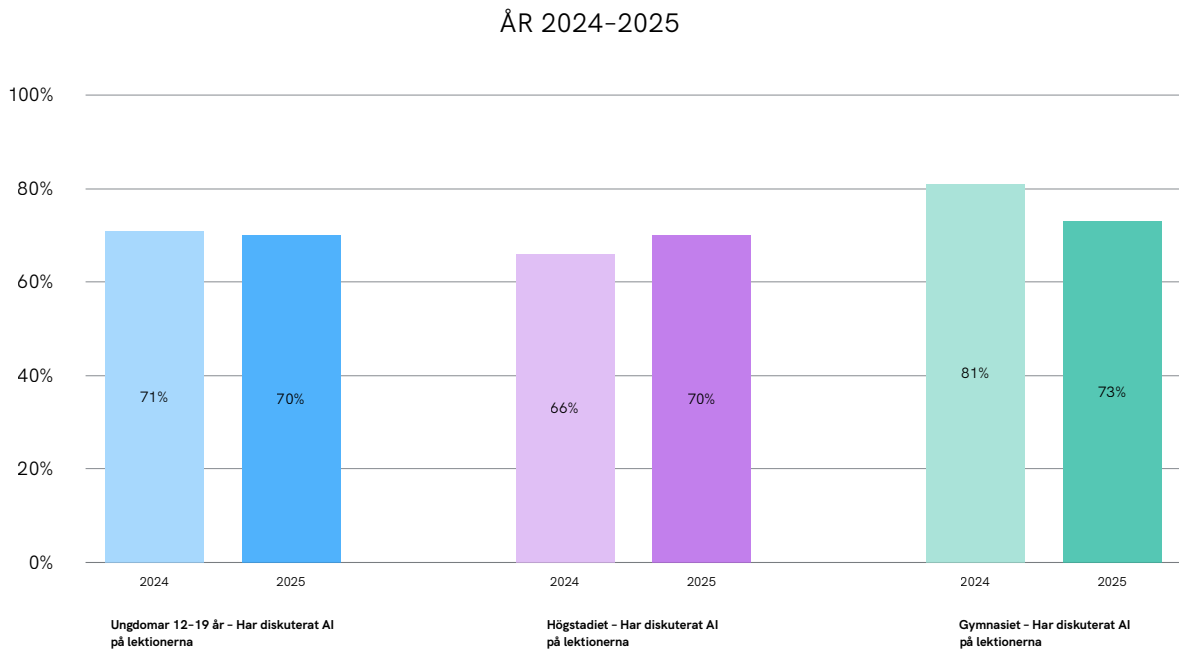


Diagram 4.5, Bas: Ungdomar 12–19 år, År 2024–2025 (BOI)

Obs! År 2024 ställdes endast frågan till ungdomar 12–19 år.

Har diskussioner om AI på lektionerna ökat eller minskat bland ungdomar mellan år 2024 och 2025?

År 2025 är det lika många ungdomar som har diskuterat AI på lektionerna som år 2024. Det tenderar att vara något fler på högstadiet och något färre på gymnasiet som har diskuterat AI på lektionerna i år, men skillnaderna är inom felmarginalen.

“Vi pratar om vad som är fusk och hur opålitligt AI är”

Fråga till barn: Berätta gärna mer om vilka diskussioner om AI ni har haft på lektionerna.

DISKUSSIONER OM AI PÅ LEKTIONERNA



Diagram 4.6, Bas: Barn 8–19 år som diskuterat AI på lektionerna, År 2025 (BOI)

Vilka diskussioner om AI har barn haft på lektionerna?

Hela 6 av 10 barn 8–19 år har diskuterat AI på lektionerna (se *diagram 4.4*). Här har vi låtit barnen i fritext berätta vilka diskussioner om AI de har haft på lektionstid i skolan.

Det vanligaste svaret från barn i alla åldrar är att de på lektionerna har pratat om att man behöver vara källkritisk mot det som AI genererar. Barn berättar om att de har fått höra att “AI kan luras”, att “AI svamlar” och att man behöver granska alla svar man får från AI kritiskt. Många barn tar också upp att de diskuterat bildgenerering med AI kopplat till källkritik – att man behöver vara kritisk till bilder man ser för att de kan vara osanna och “förvränga verkligheten”.

Några barn berättar att lärare på lektionerna pratat om vad AI är, visat hur AI-verktyg används – både för text och bild – och även låtit barnen själva testa. Det är dock fler barn som svarar att den diskussion om AI de har haft på lektionstid handlar om att de inte får använda AI för att fuska. Exempelvis att de inte får låta AI skriva deras uppsatser och att det är viktigt att de “tänker själva”.

En stor andel barn, främst tonåringar, nämner att lärarna har berättat för dem hur de kan använda AI som studiehjälp. Till exempel för att få förklaringar, djupare förståelse för olika ämnen och hjälp med översättningar.

Några barn tar upp att deras lärare har olika inställning till AI, att vissa lärare är positiva till AI och andra är negativa. Därför blir diskussionerna om AI på lektionerna mycket olika.

Enligt barnen verkar en del av lärarnas kritiska åsikter till AI vara kopplade till hur svårt det är för lärarna att “bedriva undervisning” på samma sätt som tidigare. Att de nu “kämpar på grund av AI och behöver tänka nytt”. Barn berättar också att lärare tar upp faror med AI som att “osanningar kan spridas” men även att AI kan användas av främmande makt “i onda syften”.

En del barn berättar att de på lektionstid har diskuterat hur AI kan påverka framtiden. Framför allt hur den framtida arbetsmarknaden kan se ut, i både positiv och negativ bemärkelse. Andra diskussionsämnen har varit allt från den framtida sjukvården, robotar och självkörande bilar, till AI:s intelligens och hur världen kan se ut när det finns något som är intelligentare än människan.

Ju äldre barnen är, desto vanligare är det att de har diskuterat AI på lektionerna. Hur man diskuterar AI i de olika skolstadierna skiljer sig något åt. Källkritik löper som en röd tråd genom alla skolstadier, medan samtal om att fuska med AI blir mer vanligt först på mellanstadiet. AI som studiehjälp diskuteras främst på lektionerna i högstadiet och gymnasiet. På gymnasiet blir det enligt barnen mer vanligt att lärarna tar upp svårigheterna med sin egen undervisning. I övrigt är skillnaderna små i barnens svar.

Nu ska vi få ta del av barnens egna ord om vilka diskussioner om AI de har haft på lektionerna.

Barn om vilka diskussioner om AI och källkritik de har haft på lektionerna

“Vad AI är, vad AI kan göra, att AI luras o det kan bli falsk eller fel info. Om hur man ska tänka. Allt är inte på riktigt.”

Pojke på lågstadiet

“Det har typ varit att man ska vara källkritisk och att AI inte alltid har rätt utan luras. Man ska inte heller bara använda det för att få svaret direkt utan att man ska försöka innan själv.”

Flicka på mellanstadiet

“Vi har mest pratat om chat gpt och att vi kan få använda oss av det men att man inte aldrig ska lita på att det som står där alltid är sant för det kan vara svammel.”

Pojke på högstadiet

“Oftast gäller det framtida perspektiv. vad kommer hända i framtiden med AI osv. Men även att AI inte är en källkritisk metod att använda. Att man bör vara aktsam när det gäller saker man ser på nätet då det kan vara AI-genererat. Dock har vi inte haft större diskussioner om ai på lektionerna, man pratar oftast om det med vänner.”

Pojke på gymnasiet

Barn om vilka diskussioner om att fuska med AI de har haft på lektionerna

“Att vi inte får fuska med AI. Att vissa personer har använt sig av AI för att skriva texter. Då har vi diskuterat om att man inte gynnar sig själv om man gör det.”

Flicka på mellanstadiet

“Dom berättar om skolans möjligheter att upptäcka fusk med ai. Att man inte får använda till uppsatser.”

Pojke på högstadiet

"Lärare har förklarat om man får använda AI eller inte och varför man får/inte får. Pratad om att det inte får användas för att fuska, men kan samtidigt vara ett bra hjälpmedel."

Pojke på högstadiet

"Om att det klassas som fusk och att AI alltid vill ge ett svar oavsett om rätt eller fel. Om att man inte ska anta att de kommer ge rätt svar när man använder dem. Att man inte får använda dem under prov och uppgifter."

Flicka på gymnasiet

Barn om vilka diskussioner om att använda AI som studiehjälp de har haft på lektionerna

"Att man kan använda det så länge det är ett hjälpmedel och inte att den skriver hela texter eller svar. Till exempel används den till att ge idéer om man sitter fast i ett arbete eller något liknande."

Flicka på högstadiet

"Flera lärare rekommenderar AI för plugg, då det är bra på att förklara och typ kan rätta våra meningar i spanska. Men också om att lärarna vet ifall vi använder AI eller inte pga ordval."

Pojke på högstadiet

"Lärare har rekommenderat att vi använder ai om vi behöver hjälp att sammanfatta texter eller få en uppfattning om saker som inte helt uppenbarar sig om man bara läser ur en källa. Eller behöver instuderingsfrågor. De har självklart också nämnt att ai inte är helt att lita på ännu och att vi behöver källkolla det vi inte är säkra på."

Pojke på gymnasiet

"Vi har pratat om ai och att det är ett bra verktyg att ha i skolan. Hur ai kan användas på ett bra sätt för lärande då den kan förklara för en, bedöma ens svar och hjälpa till att utveckla ens svar."

Flicka på gymnasiet

Barn om vilka diskussioner om hur AI påverkar undervisningen de har haft på lektionerna

"Vi har typ inte pratat om det så mycket mer än att vi inte längre får göra inlämningsuppsatser som prov på grund av AI."

Flicka på gymnasiet

"Allt ifrån hur dåligt det är, blir omöjligt att betygsätta arbeten osv till att det är ett verktyg vi måste lära oss använda för framtidens skull. Vissa lärare är väldigt negativa och en väldigt positiv."

Pojke på gymnasiet

"Om hur AI påverkat skolarbetet och hur träffsäker den är. Att lärarna måste tänka nytt och undervisa oss på andra sätt än de är vana vid. Vi är typ försökskaniner."

Pojke på gymnasiet

"I skolan har vi diskuterat om AI kan användas för att underlätta studier och efterforskning för inlämningsuppgifter till exempel. Vissa lärare är positiva till AI medan andra vill att vi aldrig använder oss av AI-verktyg som chat-GPT. För de som är negativa tror jag mycket handlar om hur de ska kunna bedöma om det är vår egen insats eller AI som gjort jobbet."

Flicka på gymnasiet

Barn om vilka diskussioner om vad AI är och dess användningsområden de har haft på lektionerna

"Att det finns i mycket, överallt nästan. Kan användas till både dåliga och bra saker."

Flicka på lågstadiet

"Att AI är påhittad och inte en riktig person."

Flicka på mellanstadiet

"Vi använder AI för att skapa sånger och i natur/teknik har vi haft hur man använder AI. Pratade om att 50% eller mer är fejk från AI men att AI är väldigt bra på programmering. Vi tittade också på Lilla Aktuellt i klassrummet och såg att AI kunde tala svenska och alla språk i världen."

Flicka på mellanstadiet

"Mycket om hur AI har förändrat världen. AI som kan styra bilar, och AI som jobbar i fabrik, lite annat också."

Pojke på högstadiet

"Att vi inte vet alla konsekvenser än och att det kan bli väldigt farligt med AI men även hur det kan användas med positiv påverkan inom exempelvis sjukvård. Att man kan använda AI i vardagen på smarta sätt."

Flicka på gymnasiet

Barn om vilka diskussioner om AI och bildgenerering de har haft på lektionerna

"Vår lärare gjorde nån potatisbild med AI."

Flicka på mellanstadiet

"Vi har diskuterat om hur AI kan skapa olika bilder och filmer som ser väldigt äkta ut, som att en hund kan vara lika stor som ett hus, sådana bilder kan AI skapa."

Flicka på mellanstadiet

"Vi har mest pratat om att ai-generering av t.ex bilder håller på att bli bättre och det är svårare att urskilja om bilder är äkta eller ai."

Pojke på högstadiet

Barn om vilka diskussioner om hur intelligent AI är de har haft på lektionerna

"Att AI kan tänka själv. Smartare än Einstein."

Pojke på mellanstadiet

"När ai vann Nobelpriset och lite om hur smart ai är."

Flicka på mellanstadiet

"Att det finns. Det kan utföra uppgifter mycket snabbare än människor."

Hyperintelligensen och vad det innebär för framtiden att vi människor nu är utklassade intelligensmässigt."

Flicka på gymnasiet

Barn om vilka diskussioner om AI och framtiden de har haft på lektionerna

"Vad ai är. Att det i framtiden finns snälla robotar som hjälper oss o dumma som vi får passa oss för. Eller helst inte uppfinna."

Pojke på lågstadiet

"Vad man kan använda AI till och hur vi tror att AI kommer vara i framtiden."

Bra för att det kommer utrota sjukdomar och bilar kan köra själva. Dåligt för fotografer mm."

Pojke på mellanstadiet

"Berättat om framtida jobb som skall ersättas av AI. Pratet om hur allting kommer att vara i framtiden när AI finns i allt. Om hur vanligt robotar kommer bli."

Flicka på högstadiet

"Flera diskussioner på samhällslektionerna om hur AI kommer påverka arbetsmarknaden på gott och ont. Men också på andra lektioner hur man kan på ett bra sätt använda AI för att studera, min lärare gav exempel på frågor man kunde ställa till AI för att hjälpa en förstå någonting (inte uppmuntrat till fusk)."

Flicka på gymnasiet

Barn om vilka diskussioner om faror och risker med AI de har haft på lektionerna

"Hur AI kommer ta våra jobb och hur AI kan vara farligt."

Pojke på mellanstadiet

"Vi har pratat om farorna. Hur AI kan ta över världen."

Pojke på mellanstadiet

"Hur farligt AI kan vara då det förvränger verkligheten, gör osanna saker att se/verka sanna."

Flicka på högstadiet

"Vi har diskuterat om fördelar och nackdelar med AI och vad utvecklingen av AI kan ge för konsekvenser i framtiden. Risken med att AI används av terrorister eller fientliga länder och faran för fred och demokrati."

Flicka på gymnasiet

Föräldrar till högstadiebarn har minst koll på att deras barn använder AI-verktyg som läxhjälp

Fråga till föräldrar: Har ditt barn använt ett AI-verktyg som läxhjälp?

Fråga till barn: Har du använt ett AI-verktyg som läxhjälp?

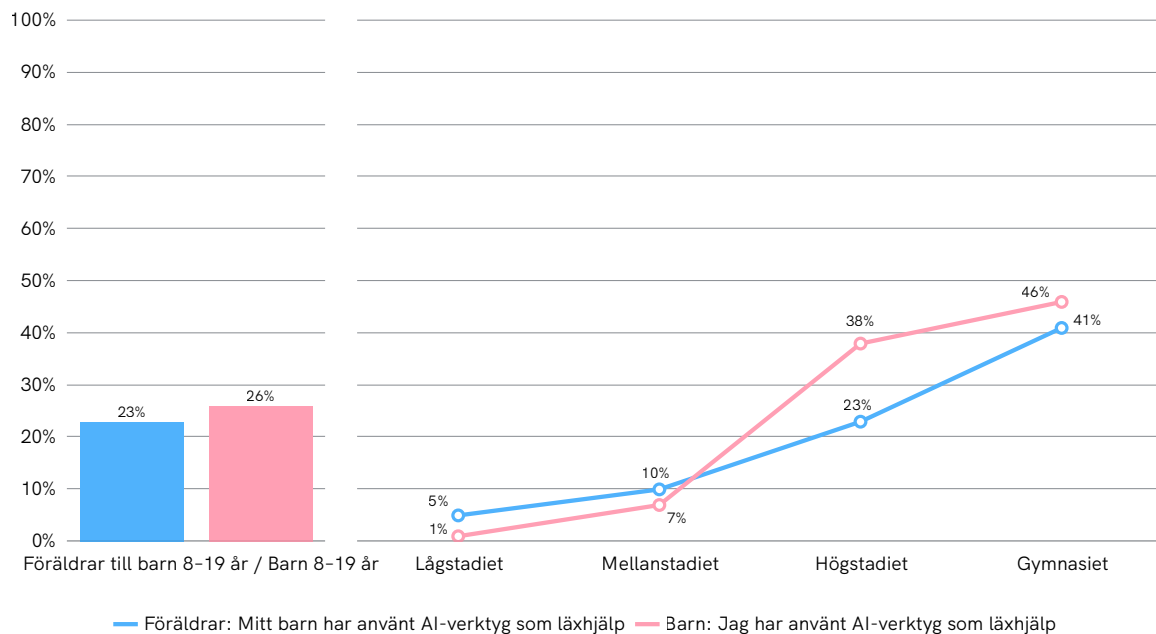


Diagram 4.7, Bas: Föräldrar till barn 8–19 år / Barn 8–19 år, År 2025 (FOI/BOI)

Hur många barn har använt AI-verktyg som läxhjälp?

- Drygt var fjärde barn har använt AI-verktyg för läxhjälp.
- Användningen är som störst bland de äldre barnen och dalar sedan med sjunkande ålder. Uppemot 5 av 10 gymnasieungdomar har använt AI-verktyg som läxhjälp, nästan 4 av 10 högstadieungdomar, inte ens 1 av 10 barn på mellanstadiet och endast 1 procent av lågstadiebarnen.
- Det finns ingen signifikant skillnad mellan hur många pojkar och flickor som har använt AI-verktyg för läxhjälp. *
- I denna fråga finns det ingen signifikant skillnad mellan barn till föräldrar med lägre respektive högre utbildningsnivå eller hushållsinkomst. *

Hur många föräldrar tror eller känner till att deras barn har använt AI-verktyg som läxhjälp?

- Nästan alla föräldrar (23%) känner till att deras barn 8–19 år (26%) använder AI-verktyg som läxhjälp.
- Föräldrar till högstadieungdomar är mest ovetande om att deras barn använder AI-verktyg som läxhjälp. Glappet mellan gymnasieungdomar och deras föräldrar är betydligt mindre.

- Bland föräldrar till barn på låg- och mellanstadiet är det till och med fler föräldrar än barn som hävdar att barnen använder AI-verktyg som läxhjälp. Det skulle kunna bero på att de själva hjälpt barnen med läxorna med hjälp av AI-verktyg utan att barnen har full koll på detta. Eller att barnen inte kommer ihåg detta. Det kan vi endast spekulera kring.
- Bland föräldrar är det ingen signifikant skillnad mellan mammor och pappor eller bland föräldrar till pojkar respektive flickor i kännedom om deras barn använder AI-verktyg som läxhjälp. Inte heller mellan föräldrar med lägre respektive högre utbildningsnivå eller hushållsinkomst. *

Denna fråga tangerar en fråga som finns i bilagan *Barn och ungdomars användning av AI-verktyg från Svenskarna och internet 2025* som innefattar användning av AI-verktyg för både skolarbete och läxor. Resultatet, som även inkluderar skolarbete, är något högre för barn 8-19 år (37%) än detta som är avgränsat endast till läxhjälp (26%). Vidare innehåller frågan som inkluderar skolarbete även en jämförelse med användning för privat bruk, samt en jämförelse med år 2024 för barn 12-19 år, se *diagram 2.27a-c*.

“Inga frågor är dumma frågor enligt Chattis”

Fråga till barn: Berätta gärna hur du har använt ett AI-verktyg som läxhjälp.



Diagram 4.8, Bas: Barn 8–19 år som använt AI som läxhjälp, År 2025 (BOI)

På vilka sätt har barn använt AI-verktyg som läxhjälp?

Var fjärde barn i åldern 8–19 år har använt AI-verktyg som läxhjälp, och det gäller framför allt tonåringarna (se *diagram 4.7*). Här får barnen i fritext berätta hur de har använt AI-verktyg när de gör sina läxor.

Det vanligaste svaret från barnen är att de bitt ett AI-verktyg förklara något i deras läxa som de inte förstår. Det kan var allt från ords olika betydelser, matematiska uträkningar till sambandsförklaringar. AI kan enligt barnen förklara steg för steg och svara på följdfrågor tills de verkligen förstår sin läsuppgift.

En del barn berättar att de använder AI-verktyg som läxhjälp när de inte har någon annan som kan förklara. Det kan exempelvis vara när de inte kan fråga sin lärare, sina föräldrar eller när de “inte får svar av google”. De frågar också ibland AI istället för att fråga någon annan för att de inte behöver “känna sig dumma” när de frågar AI, som tvärtom uppmuntrar och peppar dem.

Barn berättar också att de ber AI-verktyg att förhålla dem på läxan. AI kan både ställa frågor som barnet besvarar eller generera instuderingsfrågor som barnet kan öva sig på.

Det är också vanligt att barn ber AI att sammanfatta texter för att effektivisera sin läxläsning. Barnen berättar att AI också kan hjälpa dem att hitta källor, korrekturläsa texter och komma med förslag på ombearbetningar. En del barn använder AI för att generera texter och bilder för inlämningsuppgifter som de sedan gör till sina.

Vi har även frågat barnen vad de upplever är den största nyttan med AI-verktyg och deras svar kopplat till skolan överensstämmer med hur de här svarar att de använder AI som läxhjälp. I den frågan erkänner också några barn att de använder AI för att fuska.

Vill du läsa mer om barns största upplevda nytta med AI-verktyg, både för skolarbete och privat, se bilagan *Barn och ungdomars användning av AI-verktyg från Svenskarna och internet 2025* under *Figur 2.28* och *Figur 2.29*.

Vill du ta del av vilka promptar, alltså frågor som barn och ungdomar ställt till ett AI-verktyg, kopplat till läxor och skolarbete? Det hittar du också i bilagan *Barn och ungdomars användning av AI-verktyg från Svenskarna och internet 2025* under *Figur 2.23*.

Nu ska vi få ta del av barnens egna ord om hur de använder AI-verktyg specifikt för läxhjälp. En rolig detalj att notera är att några barn kallar ChatGPT för "chattis" och "chatte", och använder begrepp som "att chatgpta".

Så använder barn AI-verktyg som läxhjälp för att få förklaringar

"Jag använde ChatGPT till att få svaret på en mattefråga. Jag fattade inte hur man skulle göra så jag tog en bild på frågan och behövde inte ens skriva in den. Läste sedan svaret som vart rätt och fattade då uträkningen."

Flicka på mellanstadiet

"AI har hjälpt till att förklara saker. Om jag inte fattar en fråga så kan jag fråga my ai."

Pojke på mellanstadiet

"För att förstå det jag läser. Tillexempel religion. Då kan man fråga ai och få sammanfattat vad som skiljer religionerna. Sen kan jag fråga mer frågor på det så jag verkligen fattar."

Pojke på högstadiet

"Bett den förklara grundligt steg för steg hur den löser uppgifter jag själv har svårt för."

Pojke på gymnasiet

"Ge alternativ på argument till muntligt framförande. Förklara något som är svårt att förstå på annat sätt och ur olika perspektiv. Om det är en mening som jag inte förstår kan den formulera den på ett annat sätt."

Flicka på gymnasiet

Så använder barn AI-verktyg som ersättning för sin lärare

"För att förstå frågor som lärare inte kan hjälpa mig med när jag är hemma."

Flicka på högstadiet

"Om man inte hittar svaret i texten som man läser så kan man skriva frågan och vilken text man läser så hittar chatgpt svaret. Innan chatgpt fanns hade jag frågat läraren eller mamma om hjälp men nu behöver jag inte det."

Flicka på högstadiet

"När läraren inte är närvarande kan chatgpt förklara minst lika bra. Känner mig aldrig dum när jag frågar chattis utan får uppmuntran som "bra fråga!"

Flicka på gymnasiet

"Instruerat en AI att vara som en lärare."

Pojke på gymnasiet

Så använder barn AI-verktyg som läxhjälp för att få instuderingsfrågor och bli förhörda

"Ställa frågor när jag pluggar till prov. AI typ förhör mig."

Flicka på mellanstadiet

"Ber den förhöra mig på frågor. Den kan göra egna frågor och förklara vissa saker enklare eller mer djupgående om jag inte fattar direkt."

Flicka på gymnasiet

"Som en instuderingsfrågegenerator och läxförhörare. Chatgpt är min study buddy!"

Pojke på gymnasiet

"Jag har frågat AI om instuderingsfrågor, lathundar för olika ekvationer, beskriva matematiska formler eller frågor jag inte förstår och förklara historiska event inom olika ämnen. Bett AI förhöra mig genom att ställa frågor till mig. Huvudsakligen använder jag AI som ett verktyg när jag pluggar inför prov."

Flicka på gymnasiet

Så använder barn AI-verktyg som läxhjälp för att generera text- och bildbearbetningar

"Chattis skrev en uppsats till skolan åt mig om vasatiden. Läste den och gjorde den så jag ville ha den."

Flicka på mellanstadiet

"Inför en bilduppgift då jag behövde inspo. Fick både tips och exakt den bild jag ville ha. Har poffat till inlämningsuppgift i svenskan med AI-bild."

Flicka på högstadiet

"Frågar AI om begrepp och fakta och sedan skriver jag/gör läxan och frågar sedan om det är något som skulle kunna förbättras. Chatte rättstavar och kommer med förslag på bättre ord och meningar som jag kan använda om jag vill."

Flicka på högstadiet

"Jag chatgptar fram testprov, översättningar, sammanfattningar, illustrationer mm. Han rättar också det jag skrivit. Lär mig då hur det ska vara."

Pojke på gymnasiet

"Att få saker tydliga och sammanfattade. Man har inte tid när man läser massa kurser och har böcker osv med massa innehåll, om man behöver nåt snabbt och kort o koncist är det toppen att ta hjälp av ChatGPT på vägen för att sen själv framställa sin slutprodukt (uppsats t ex)."

Flicka på gymnasiet

Så använder barn AI-verktyg som läxhjälp för att hitta källor

“Lättare att chatgpta fram källor än att försöka hitta dom på google.”
Pojke på högstadiet

“AI hjälper mig både att hitta källor till det jag söker och bedöma deras relevans. Den kan även sammanfatta mina texter utan att ta bort viktig information. Frågat om fakta som jag haft svårigheter att hitta någon annanstans. AI verktyg kan förklara saker på ett annat sätt än google.”
Pojke på gymnasiet

“Ofta bättre än Google på att hitta källor till det jag behöver. Om jag behöver hjälp med till exempel svar på en fråga och inte fick den hjälpen jag behövde från Google så skriver jag till chattis. Hjälper också när man inte fattar skolord. Gett mig svar på vad synergi är. Och pömsig!!!”
Flicka på gymnasiet

Lärare som promptar

“ChatGPT är bättre på att rätta prov än jag”



Här följer fritextsvar från lärare om hur de använder AI-verktyg för bland annat lektionsplanering, rättning, bedömning och idéutveckling av undervisningsmaterial, ofta anpassat till specifika ämnen eller årskurser.

Dessa svar är hämtade från en fråga som ingår i rapporten *Svenskarna och internet 2025*. Frågan lyder “Ge gärna exempel på frågor du ställt i AI-verktyg som en sökmotor som Google eller Bing inte kan besvara” och är ställd till Internetanvändare 8+ år. Respondenterna har inte uppgett att de är lärare utan vi har gjort den bedömningen utifrån deras svar.

Tio lärare om hur de har använt AI-verktyg i sin skolundervisning

“Ge mig ett förslag på en lektion i årskurs 3 i matematik där jag och eleverna ska arbeta med area och omkrets. Det ska vara en introduktionslektion.”

Man, 29 år

“Till rättstavning och textbedömning av mina elevers uppsatser. Även till att rätta prov. Chatgpt gör jobbet bättre än jag.”

Man, 32 år

“Hjälp med tips och ideer på hur jag kan undervisa om ett specifikt ämne.”

Kvinna, 37 år

“Jag lägger upp elevernas uppsatser i AI-verktyget och frågar om AI bedömer att texten är skriven av en människa eller är AI-genererad. Ber om argument för och emot. Ger mycket bra vägledning.”

Kvinna, 38 år

“Skapa en uppgift om Kalla kriget och ge mig fyra alternativa frågor. Koppla även detta till Andra världskriget. Ska passa mina elever i åk 4-6.”

Man, 40 år

“Jag ställer frågor om hur man skulle kunna formulera olika uppgifter till mina elever. Arbetar som högstadielärare.”

Kvinna, 49 år

“Skapa en övning i grammatik där eleverna ska avgöra om ett antal meningar är höger- eller vänstertunga samt stryka under meningarnas fundament.”

Man, 50 år

“Ge mig 10 provfrågor på E-nivå om andra världskriget för elever i åk 9.”

Man, 61 år

“Skapa provfrågor utifrån en specifik lärobok för läxförhör på lektion till elever i åk 7.”

Kvinna, 62 år

“Bett att få förslag på tipspromenad till åk 8 om kommunal politik.”

Man, 62 år

Tips!

Vill du läsa mer om hur svenskar promptar, alltså ställer frågor i AI-verktyg, se avsnittet [Vad använder svenskarna AI-verktyg till?](#) i rapporten [Svenskarna och internet 2025](#).

[Är du lärare och vill ta del av lektioner i AI?](#) Då kan vi tipsa dig om våra [digitala lektioner](#) för grundskolan som på olika sätt närmar sig AI och frågor som handlar om AI.

Bilaga från Svenskarna och internet 2025:

Barn och ungdomars användning av AI-verktyg



Barn pratar med AI som en kompis

“Barn och ungdomars användning av AI-verktyg” är ett avsnitt i rapporten Svenskarna och internet 2025 i Kapitel 2 – Artificiell intelligens. För att ni läsare ska slippa söka på flera ställen så inkluderar vi avsnittet även här i rapporten Barnen och internet 2025 som en bilaga.

Innehåll

- 113 Kort sammanfattning [↗](#)
- 115 Hur många barn använder generativa AI-verktyg? [↗](#)
- 117 Vilka AI-verktyg använder barn? [↗](#)
Vad använder barn AI-verktyg till?
- 120 AI-verktyg istället för Google [↗](#)
- 129 AI-verktyg till text, bild, ljud eller kod [↗](#)
- 135 AI-verktyg för studier eller privat bruk [↗](#)
- 137 Vad är barns största upplevda nytta med AI-verktyg? [↗](#)

I den här bilagan “Barn och ungdomars användning av AI-verktyg” från *Svenskarna och internet 2025* redovisar vi hur många barn och ungdomar 8–19 år som använder generativa AI-verktyg. Vi tar reda på hur många barn som använt AI-verktyg fördelat på de olika skolstadierna, och vilka specifika verktyg som används samt vad barnen använder AI-verktyg till. Exempelvis hur många barn som har börjat använda AI-verktyg istället för Google. Vi undersöker också barnens största upplevda nytta med AI-verktyg i såväl studielivet som privatlivet, alltså på fritiden.

Fler barn än vuxna använder AI-verktyg

En bra bit över hälften – hela 57 procent – av barn i åldern 8–19 år använder AI-verktyg, vilket utklassar vuxna som är 20 år eller äldre med 20 procentenheter. ChatGPT är det AI-verktyg som används av flest barn och ungdomar, följt av My AI, ett AI-verktyg i Snapchat. Användningen av AI-verktyg är som störst på högstadiet och gymnasiet. Ungdomarna på högstadiet har i år kommit ikapp de på gymnasiet. Likaså börjar flickorna i år komma ikapp pojkarna i AI-användning, och framför allt med att använda ChatGPT.

Hälften av gymnasieungdomarna använder AI-verktyg istället för att googla

Var tredje barn i åldern 8–19 år ställer frågor till ett AI-verktyg som de istället skulle kunna använda en sökmotor som Google eller Bing för. Mest benägna är gymnasieungdomarna, varav hälften använder AI-verktyg istället för att googla. Nästan var tredje barn ställer också frågor till AI-verktyg som de bedömer att Google inte kan besvara. Exempel på sådana frågor, även kallade promtpar, finns att läsa i delen [“AI-verktyg istället för Google”](#) både för skolarbete och för fritiden.

Barn genererar olika textbearbetningar i AI-verktyg

Fler barn än vuxna genererar textbearbetningar i AI-verktyg. Uppemot 4 av 10 barn i åldern 8–19 år har genererat textbearbetningar jämfört med knappt 3 av 10 vuxna som är 20 år eller äldre. Den vanligaste textbearbetningen som barn gör i AI-verktyg är att sammanfatta större texter, följt av att generera nya texter. Nästan vart femte barn har genererat bilder med AI-verktyg.

Yngre barn gillar att använda AI-verktyg som en kompis

Det är framför allt yngre barn i låg- och mellanstadieåldern som ser den största nyttan med AI-verktyg kopplad till fritiden. De uppskattar att använda AI-verktyg för att skapa sagor, bilder och musik. De gillar också att använda AI-verktyget som en kompis som de kan skoja och leka med. Om nätterna när vännerna sover pratar de istället med AI-verktyget. Ungdomar värdesätter att få tips och råd från AI om allt från e-handel till vad de ska ha på sig.

Barn ser stor nytta med att AI kan förklara skoluppgifter för dem

Bland högstadieungdomar har användningen av AI för läxor och skolarbete dubblats i år, de använder numera AI lika mycket för skolan som på fritiden. På gymnasiet är det i år fler ungdomar som använder AI för skolarbete än på fritiden. År 2024 var förhållandet det motsatta. Enligt barnen är den största nyttan med AI kopplad till skolan att verktygen kan förklara skoluppgifter på ett lättförståeligt och anpassat sätt, sammanfatta kurslitteratur, generera provfrågor att öva sig på och ge förbättringsförslag på inlämningsuppgifter. Några barn erkänner att de använder AI för att fuska medan andra betonar det motsatta, att de enbart använder tekniken för att plugga smartare.

Barn och ungdomars användning av AI-verktyg

Användning av AI-verktyg ökar bland ungdomar på högstadiet

Fråga: Har du under de senaste 12 månaderna använt dig av några AI-verktyg?

BARN OCH UNGDOMAR 8-19 ÅR: HAR ANVÄNT AI-VERKTYG ÅR 2025

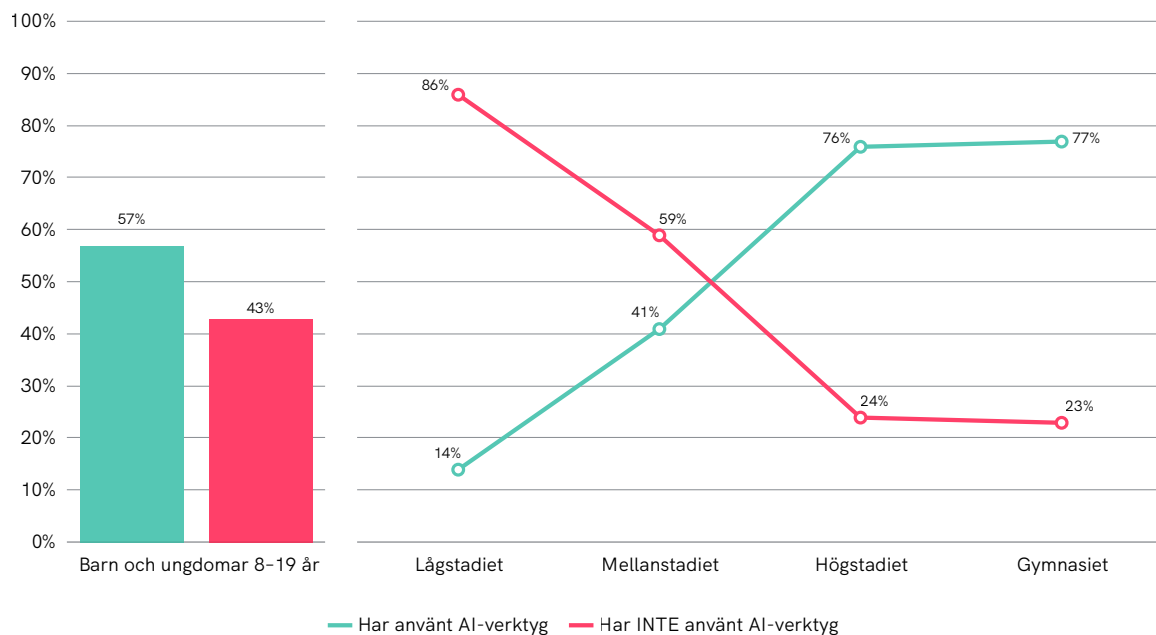


Diagram 2.20a, Bas: Barn och ungdomar 8-19 år, År 2025 (Studie 1),
För exakt frågeformulering, se frågeformulär.

UNGDOMAR 12-19 ÅR: HAR ANVÄNT AI-VERKTYG ÅR 2024-2025

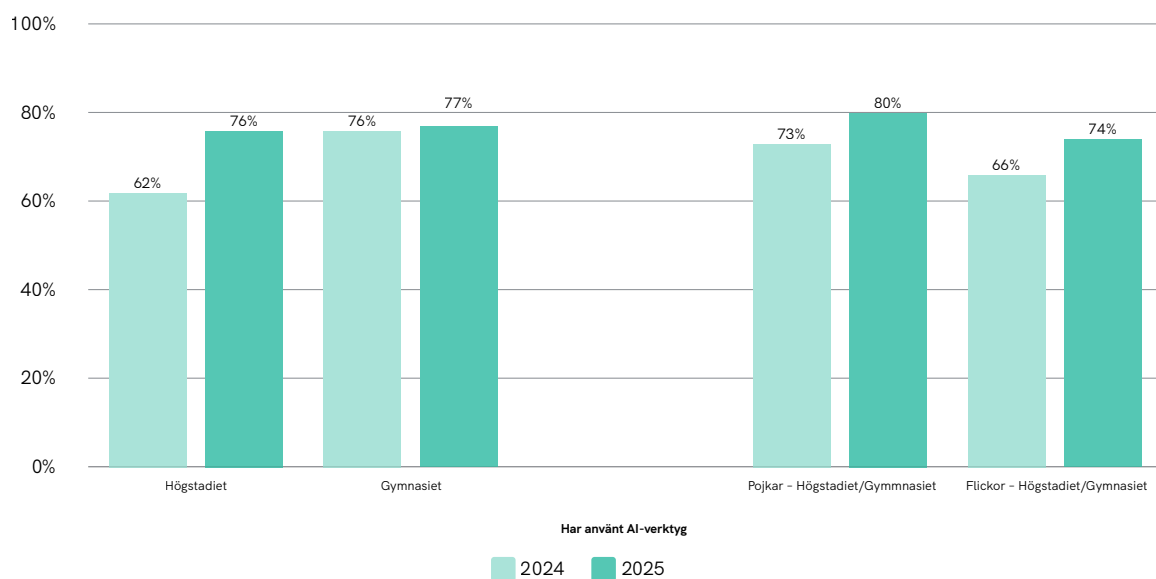


Diagram 2.20b, Bas: Barn och ungdomar 12-19 år, År 2024-2025 (2024: BOI/2025: Studie 1)
För exakt frågeformulering, se frågeformulär. År 2024 ställdes denna fråga endast till barn 12-19 år.

Hur många barn och ungdomar använder AI-verktyg år 2025?

- En bra bit över hälften – hela 57 procent – av barnen i åldern 8–19 år använder AI-verktyg. Det är betydligt fler än bland vuxna som är 20 år eller äldre, som ligger på 37 procent. *
- Användningen är som högst bland ungdomar på högstadiet och gymnasiet där mer än 3 av 4 är AI-användare. Något fler pojkar än flickor använder AI-verktyg.
- Bland barn på mellanstadiet ligger AI-användning i linje med riksnittet, alltså 41 procent.
- På lågstadiet är 14 procent av barnen AI-användare.

Ökar eller minskar användningen av AI-verktyg bland ungdomar år 2025?

- Användningen av AI-verktyg ökar stort bland ungdomar på högstadiet mellan år 2024 (62%) och 2025 (76%). AI-användningen är nu lika stor på högstadiet som på gymnasiet.
- Ökningen har skett både bland pojkar och flickor, men är något större hos flickorna.
- Bland gymnasieungdomarna har AI-användningen inte ökat utan ligger kvar på samma höga nivå som år 2024.

Dubbelt så många på högstadiet använder ChatGPT år 2025

Fråga: Har du under de senaste 12 månaderna använt dig av några av följande AI-verktyg?

BARN OCH UNGDOMAR 8-19 ÅR: HAR ANVÄNT OLIKA AI-VERKTYG ÅR 2025

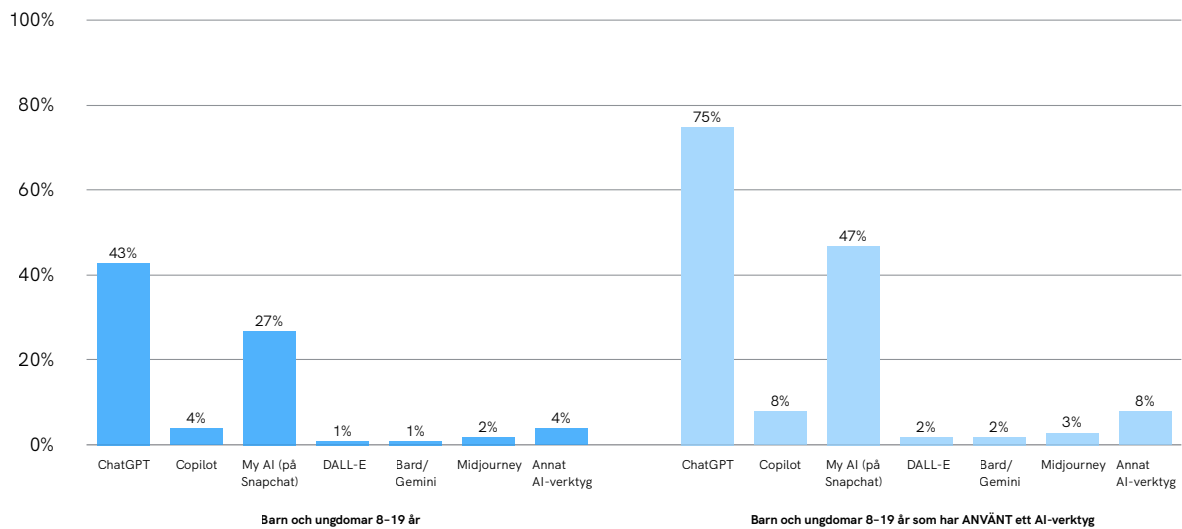


Diagram 2.21a, Bas: Barn och ungdomar 8-19 år, År 2025 (Studie 1)

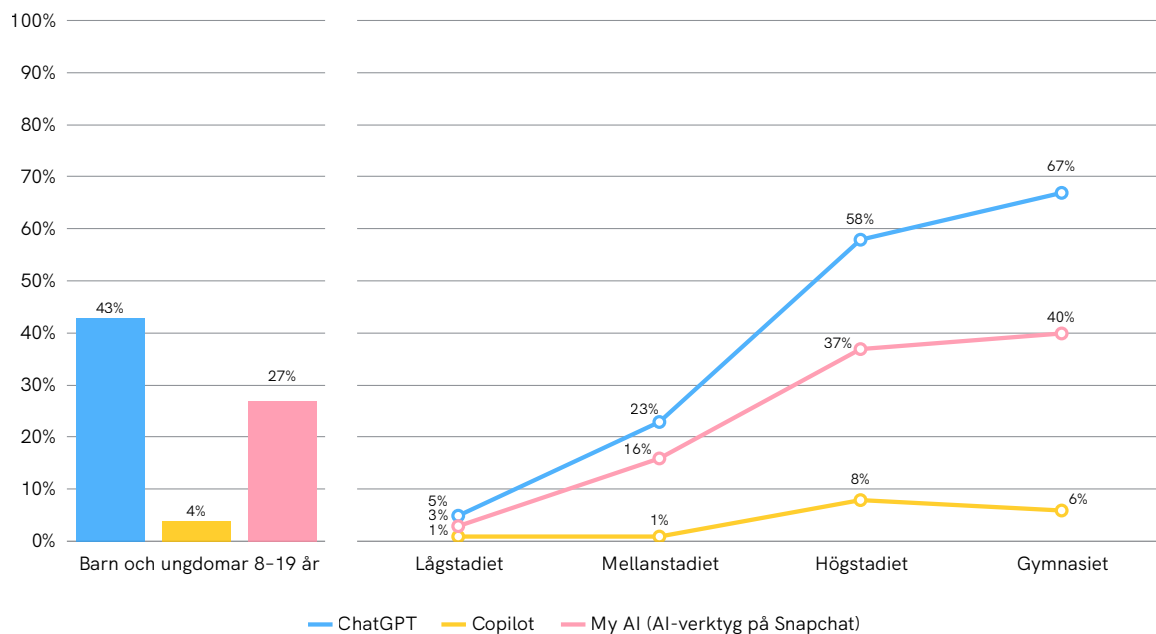


Diagram 2.21b, Bas: Barn och ungdomar 8-19 år, År 2025 (Studie 1)

UNGDOMAR 12-19 ÅR: HAR ANVÄNT CHATGPT ÅR 2024-2025

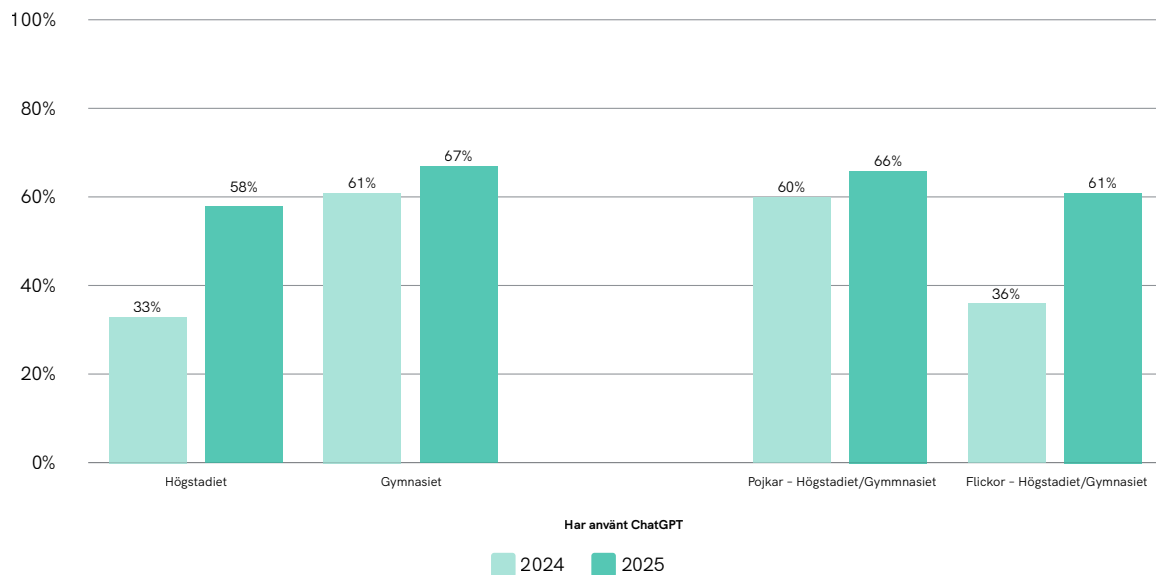


Diagram 2.21c, Bas: Barn och ungdomar 12-19 år, År 2024-2025 (Studie 1)
År 2024 ställdes denna fråga endast till barn 12-19 år.

Vilka AI-verktyg använder barn och ungdomar år 2025?

- Det AI-verktyg som flest barn i åldern 8-19 år använder är ChatGPT. Fler än 4 av 10 barn använder ChatGPT.
- På andra plats kommer My AI, ett AI-verktyg i Snapchat, som uppemot 3 av 10 barn använder.
- Copilot används av 4 procent av barnen och endast några få procent använder DALL-E, Bard/Gemini och Midjourney.
- Under "Annat AI-verktyg" har barnen i fritext skrivit in olika, enstaka AI-verktyg. Eller så minns de inte vad verktyget heter.

Hur många barn och ungdomar använder ChatGPT?

- ChatGPT är det AI-verktyg som används av flest barn och ungdomar. Hela 43 procent av barnen i åldern 8-19 år använder ChatGPT. Det är betydligt fler än i befolkningen som är 20 år eller äldre (32%). *
- ChatGPT används mest av ungdomar på gymnasiet. 2 av 3 gymnasieungdomar har använt ChatGPT.
- På högstadiet använder nästan 6 av 10 ungdomar ChatGPT, på mellanstadiet nästan var fjärde barn och på lågstadiet var tjugonde barn.
- Användningen av ChatGPT ökar stort bland ungdomar på högstadiet mellan år 2024 (33%) och 2025 (58%). Även en lite mindre ökning sker bland ungdomar på gymnasiet.

- Det är fler pojkar än flickor på högstadiet och gymnasiet som använder ChatGPT. Den största ökningen sker dock bland flickor från år 2024 (36%) till år 2025 (61%). Så i år börjar flickorna komma ikapp pojkarna. *

Hur många barn och ungdomar använder My AI?

- Bland barn och ungdomar är det mer än var fjärde – 27 procent – som använder My AI, ett AI-verktyg som finns i Snapchat.
- My AI används framför allt av ungdomar på gymnasiet och högstadiet.
- Det är något fler flickor än pojkar som använder My AI. Detta hänger samman med användning av Snapchat, se avsnittet *Fokus på Snapchat* i kapitel 3 *Sociala medier*. *
- Jämfört med den separata AI-rapporten år 2024 kan det se ut som om My AI minskar i användning bland barn på högstadiet och gymnasiet år 2025. Det går dock ej att med statistisk säkerhet uttala sig om detta eftersom frågeställningen om My AI år 2024 skilde sig åt mot år 2025. Frågorna är alltså inte jämförbara. För mer information, se respektive frågeformulär för de båda åren.

Google Gemini eller Google Bard?

I undersökningens resultat slår vi samman resultaten för de som svarat Bard och Gemini. Googles AI-verktyg Bard uppdaterades och bytte namn till Gemini. Gemini är också namnet på den språkmodell som verktyget bygger på och som driver många andra AI-funktioner i Googles tjänster.

Vill du veta mer om vad en språkmodell är för något? Det kan du läsa mer om på webbplatsen internetkunskap.se.

Hälften av gymnasieungdomarna använder AI-verktyg istället för Google

Fråga: Vilka typer av frågor ställer du i AI-verktyg?

Frågor som du istället skulle kunna använda en sökmotor som Google eller Bing för

Frågor som du bedömer att en sökmotor som Google eller Bing inte kan besvara

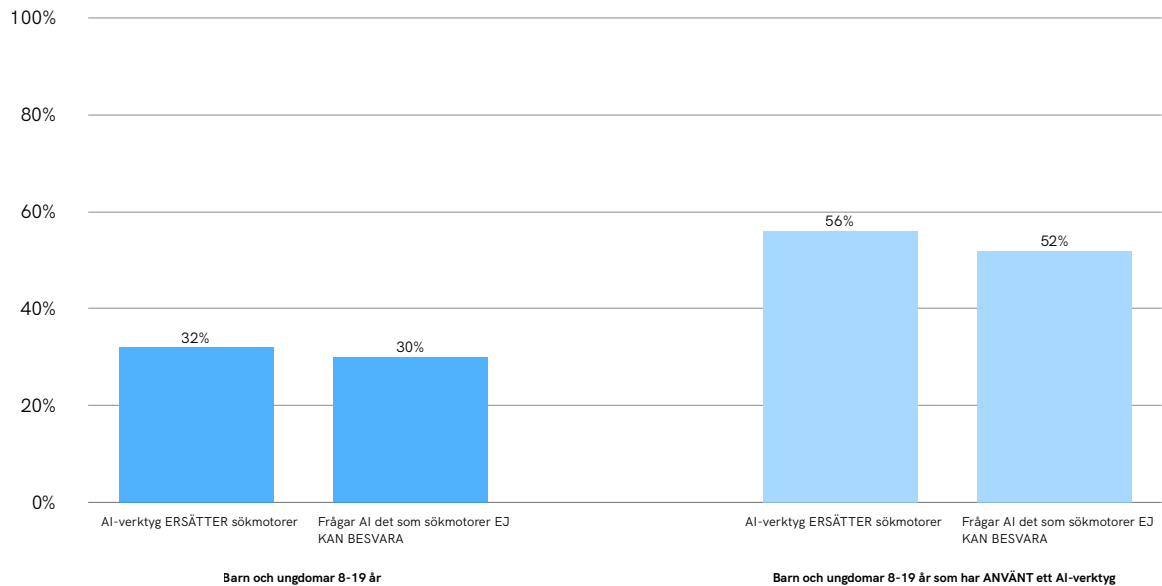


Diagram 2.22a, Bas: Barn och ungdomar 8-19 år, År 2025 (Studie 1)

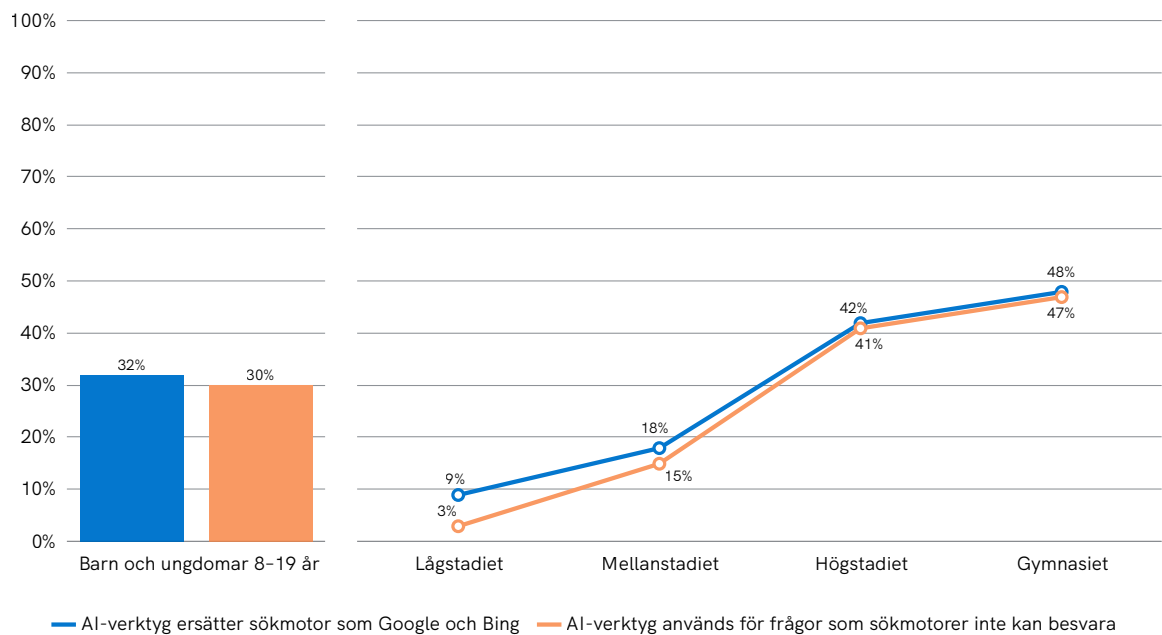


Diagram 2.22b, Bas: Barn och ungdomar 8-19 år, År 2025 (Studie 1)

Hur många barn och ungdomar använder AI-verktyg istället för Google?

- Var tredje barn i åldern 8–19 år ställer frågor till ett AI-verktyg som de istället skulle kunna använda en sökmotor som Google eller Bing för att få besvarade. Det är fler barn (32%) än vuxna som är 20 år eller äldre (19%) som använder AI-verktyg istället för att googla. *
- Nära 5 av 10 av gymnasieungdomarna, drygt 4 av 10 av högstadieungdomarna, nästan 2 av 10 av mellanstadiebarnen och 1 av 10 av lågstadiebarnen ersätter Google med ett AI-verktyg.
- Det är ingen skillnad mellan hur många pojkar och flickor som använder AI-verktyg istället för olika sökmotorer. *

Hur många barn och ungdomar ställer frågor i AI-verktyg som Google inte kan besvara?

- 3 av 10 barn i åldern 8–19 år ställer frågor till ett AI-verktyg som de inte tror att sökmotorer som Google och Bing kan besvara.
- Nära 5 av 10 av gymnasieungdomarna, 4 av 10 av högstadieungdomarna, var sjunde mellanstadiebarn och 3 procent av lågstadiebarnen ställer frågor till AI-verktyg som de inte tror att sökmotorer kan ge svar på.
- Det är i princip ingen skillnad mellan hur många pojkar och flickor som ställer frågor till AI-verktyg som de inte tror att sökmotorer som Google och Bing kan besvara. *

Vad upplever barn är skillnaden mellan att googla på nätet och att prompta ett AI-verktyg?

Att skriva frågor i ett AI-verktyg brukar kallas att prompta. Sådär beskriver unga AI-användare skillnaden mellan att söka i en sökmotor på webben och att prompta en fråga i ett AI-verktyg.

“Google svarar med länkar och AI svarar på riktigt.”

Pojke, 12 år

“AI-verktyget ger exakta svar på mina frågor till skillnad från t.ex Google.”

Flicka, 15 år

“Google kan svara på frågorna men Chat gpt är mycket smidigare, ger tydliga svar, där man även kan be ai att anpassa svaret om man inte förstår osv.”

Flicka, 17 år

Vilka frågor ställer barn till AI-verktyg som sökmotorer som Google och Bing inte kan besvara?

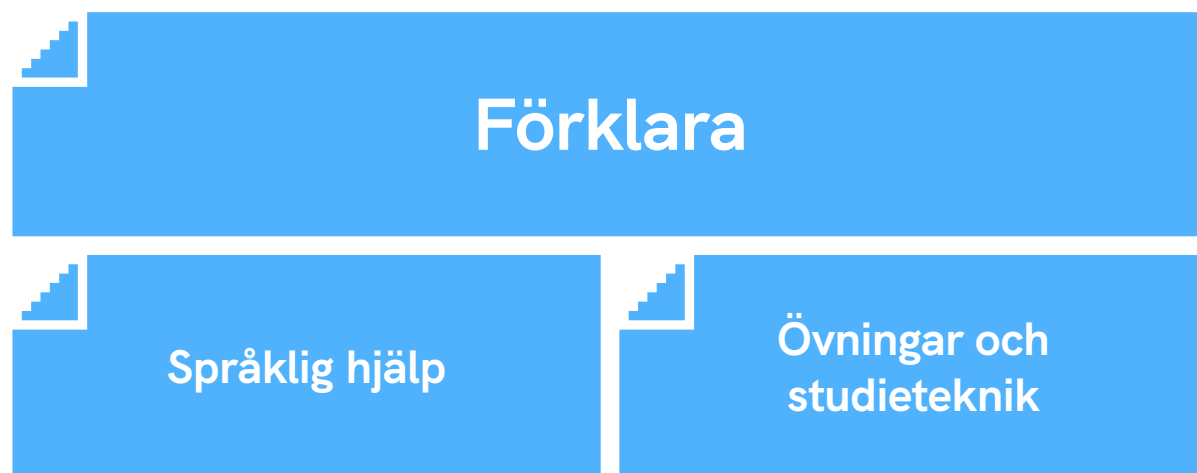
Vilka frågor, alltså promptar, är det då som barn och ungdomar ställer till AI-verktyg som de bedömer att sökmotorer som Google och Bing inte kan besvara? Barnen har svarat på detta i fritext. Vi ska titta på vilka frågor de ställer dels kopplade till läxor och skolarbete, dels kopplade till fritiden.

Det finns även fler exempel på promptar från barn som är specifikt för generering av text, bild, ljud och kod, se *diagram 2.25*.

“AI:n förklarar och hjälper mig att fatta vad jag ska lära mig”

Fråga: Ge gärna exempel på frågor du ställt i AI-verktyg som en sökmotor som Google eller Bing inte kan besvara.

LÄXOR OCH SKOLARBETE



Figur 2.23, Bas: Barn 8–19 år som har ställt frågor i AI-verktyg som sökmotorer inte kan besvara, År 2025 (Studie 1)

Vilka frågor ställer barn till AI-verktyg som sökmotorer som Google och Bing inte kan besvara kopplade till läxor och skolarbete?

Den allra vanligaste frågan från barn, kopplad till läxor och skolarbete, är att de ber AI-verktyget om hjälp med att förklara saker de inte förstår. Det kan handla om att de ber AI-verktyget förklara hur något fungerar, vad olika begrepp betyder, hur skoluppgifter ska utföras eller till och med vad lärarna säger.

Många barn ställer också frågor till AI-verktyg där de ber om språklig hjälp i skoluppgifter. Det kan vara glosor, översättningar, ordkunskap eller råd om hur de kan formulera sig. De kan också be AI:n om hjälp med mallar och upplägg för till exempel uppsatser och debattartiklar.

Barn ber också AI:n om hjälp med instuderingsuppgifter inför prov och läxförhör. Det kan vara övningsfrågor i olika format, som till exempel ett quiz. Det kan även vara råd om minnestekniker eller hur man på bästa sätt tar till sig olika former av kunskap. Barnens frågor tyder på att barnen försöker göra inläringen roligare och effektivare med AI-verktyg.

Här följer ett antal promptar, och barns tankar kring promptar, kopplade till läxor och skolarbete som är fördelade på barnens olika skolstadium.

Vilka promptar ställer barn på låg- och mellanstadiet för läxor och skolarbete?

“Varför är det viktigt att gå i skolan?”

Pojke, 9 år

“Räkna ut mina mattetal och förklara hur du gjort.”

Pojke, 11 år

"Vad heter "otålig" på engelska och hjälp med andra glosor."

Flicka, 12 år

"Få hjälp att fatta vad lärarna säger. Spela in lektion i smyg o frågar sen chatgpt tex "Hjälp mig förstå"."

Pojke, 12 år

"Hur skulle man kunna beskriva atmosfären i Carl Larssons konstverk? Svara så det låter som en 12-åring men som impar på lärarn."

Flicka, 12 år

Vilka promptar ställer ungdomar på högstadiet för läxor och skolarbete?

"Kan du göra ett quiz om de här oregelbundna verben?" Roligare att lära sig så."

Pojke, 13 år

"Vad är de bästa sätten att snabbt lära sig ett språk om man har svårt i skolan?"

Flicka, 13 år

"Jag brukar fråga om skolfrågor, ex Hur går mitos till? Skriv 5 anledningar till att andra världskriget skapades. Ge mig en mall för en debattartikel."

Flicka, 15 år

"Hjälp med hur man ska räkna ut med bestämda tal. Alltså arean på en cylinder där man redan vet djup, bas och höjd men inte metoden."

Pojke, 15 år

"Förklara hur växthuseffekten fungerar."

Pojke, 15 år

Vilka promptar ställer ungdomar på gymnasiet för läxor och skolarbete?

"Vilka är grunderna inom feminismen? Varför stör sig så många på feminismen och hur tänker dom. Ge mig svaret i en förklarande, debatterande uppsats för och emot."

Flicka, 16 år

"Instuderingsfrågor och grundliga förklaringar av fysik-, matte- och kemiuppgifter."

Pojke, 16 år

"Skapa frågor som jag kan svara på inför examinationer."

Flicka, 17 år

"Kan du göra en bokanalys av Brott och Straff och förklara hur du gjort den?"

Pojke, 17 år

"För att plugga t.ex. "Kan du hjälpa att förklara det här på ett sätt som en femåring skulle förstå" Det hjälper mig ofta om jag verkligen inte förstår."
Flicka, 17 år

“Min AI berättar godnattsagor för mig och hjälper mig med vad jag ska klä på mig”

Fråga: Ge gärna exempel på frågor du ställt i AI-verktyg som en sökmotor som Google eller Bing inte kan besvara.

FRITIDEN



Figur 2.24, Bas: Barn 8–19 år som har ställt frågor i AI-verktyg som sökmotorer inte kan besvara, År 2025 (Studie 1)

Vilka frågor ställer barn till AI-verktyg som sökmotorer som Google och Bing inte kan besvara kopplade till fritiden?

När barn använder AI-verktyg för frågor som inte är kopplade till skolan kan de handla om det mesta som sker på deras fritid. Det framkommer dock tre röda trådar i deras svar som vi ska titta närmare på nu.

På fritiden ställer barn ofta frågor till AI-verktyg som är kopplade till kreativitet, skapande och lek. De ber AI om hjälp med att skapa sagor, bilder eller ge förslag på lekar och aktiviteter. AI-verktyget används som en lekkamrat, framför allt av de yngre barnen.

Barn frågar också AI om råd i vardagen. Allt från vad de ska ha på sig, om vad de ska äta till praktiska tips om styling och hårtovor. AI tycks för barnen fungera lite som en personlig rådgivare och bollplank i både små och stora vardagsfrågor.

Särskilt hos tonåringar handlar många AI-frågor om att förstå relationer, känslor och även sig själv. Det kan exempelvis vara funderingar kring vad kärlek är, att analysera ett meddelande från en partner eller tankar kring vänskap och sociala beteenden. Några reflekterar inte bara om sin egen självbild utan även om AI:n har en egen identitet.

Här följer ett antal promptar, eller barns tankar kring promptar, kopplade till barnens fritid som är fördelade på barnens olika skolstadium.

Vilka promptar ställer barn på lågstadiet på fritiden?

"Gör en saga som är kul men jag somnar till."

Pojke, 8 år

"Gör en bild som jag vill ha som en prinsessa med en katt på huvet."

Flicka, 9 år

Vilka promptar ställer barn på mellanstadiet på fritiden?

"Hur mår du idag? Ska vi köra en lek?"

Pojke, 10 år

"Skriv en saga till mig om en superhjälte som är osynlig och gör en bild på superhjälten som är osynlig men man ser hans vita och svarta kläder."

Pojke, 10 år

"Vad ska jag äta idag? Vad tycker du att jag ska ha på mig för kläder?"

Flicka, 11 år

"Vad kan man göra på en sleepover? Vilket är det snyggaste nagellacket till mina gröna byxor? Hur tar man ut en tova i håret?"

Flicka, 11 år

"Vad kan jag och mina tre andra kompisar göra när vi har tråkigt. Vi är tolv år gamla!"

Flicka, 12 år

Vilka promptar ställer barn på högstadiet på fritiden?

"Vem ser jag ut som?"

Flicka, 13 år

"När får man spela utan glasögon i innebandy?"

Pojke, 14 år

"I boken « låt den rätte komma in» varför kan huvudkaraktären Eli inte få tag på blod på egen hand?"

Pojke, 15 år

"Om killar! Jag ger min AI alla mess och frågar henne om min kille är kär i mig."

Flicka, 15 år

"Parfym-vilket billigare alternativ istället för min nuvarande? Vad är tonåringars sömnbehov? Ge förslag till namn på kattunge som är trestavigt, unikt och har koppling till styrka och lugn."

Flicka, 15 år

Vilka promptar ställer ungdomar på gymnasiet på fritiden?

"Vilken låt är det jag tänker på? Hjälpa mig komma på vilket kortspel jag tänker på. Hjälper mig att tänka helt enkelt."

Pojke, 16 år

"Hur vet man att man är kär? Hur tänker mina kompisar och killar när de gör konstiga saker?"

Flicka, 17 år

"Vad för kläder man kan ha till ett visst tema på en studentfest?"

Flicka, 18 år

"Hur skulle du argumentera mot någon som inte fattar att "kalorier in, kalorier ut" är den enda säkra metoden för viktminskning. Ange gärna källor och försök få argumenten samförståndsinriktade."

Pojke, 19 år

"Är du en riktig människa med egna tankar?"

Flicka, 19 år

Var fjärde tonåring genererar bilder med AI-verktyg

Fråga: Har du använt AI-verktyg till att generera, alltså skapa, något av följande?

GENERERAT MED AI-VERKTYG

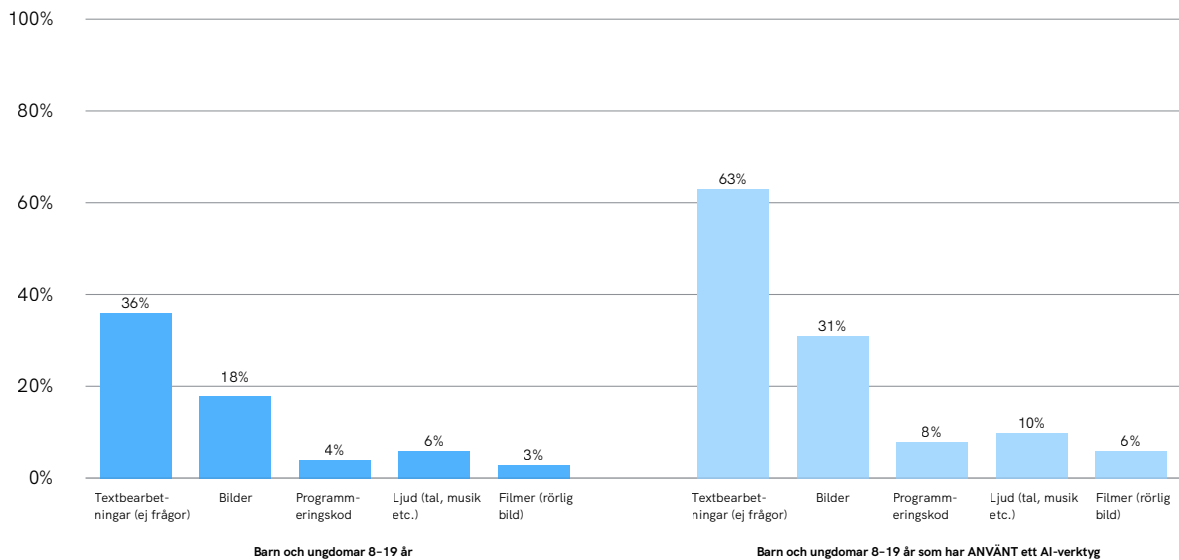


Diagram 2.25a, Bas: Barn och ungdomar 8-19 år, År 2025 (Studie 1)

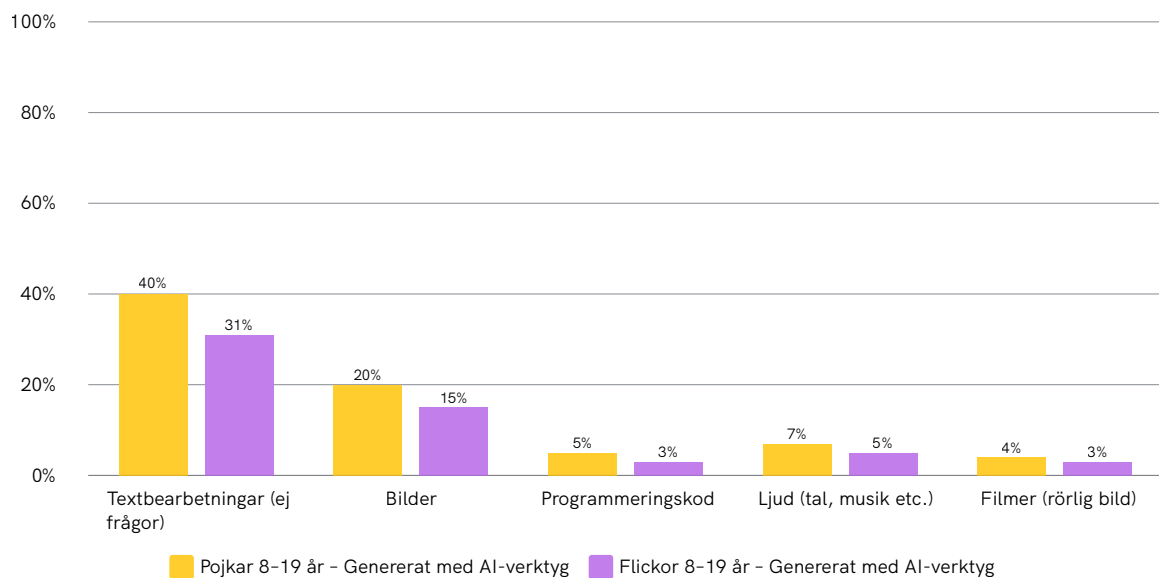


Diagram 2.25b, Bas: Barn och ungdomar 8-19 år, År 2025 (Studie 1)

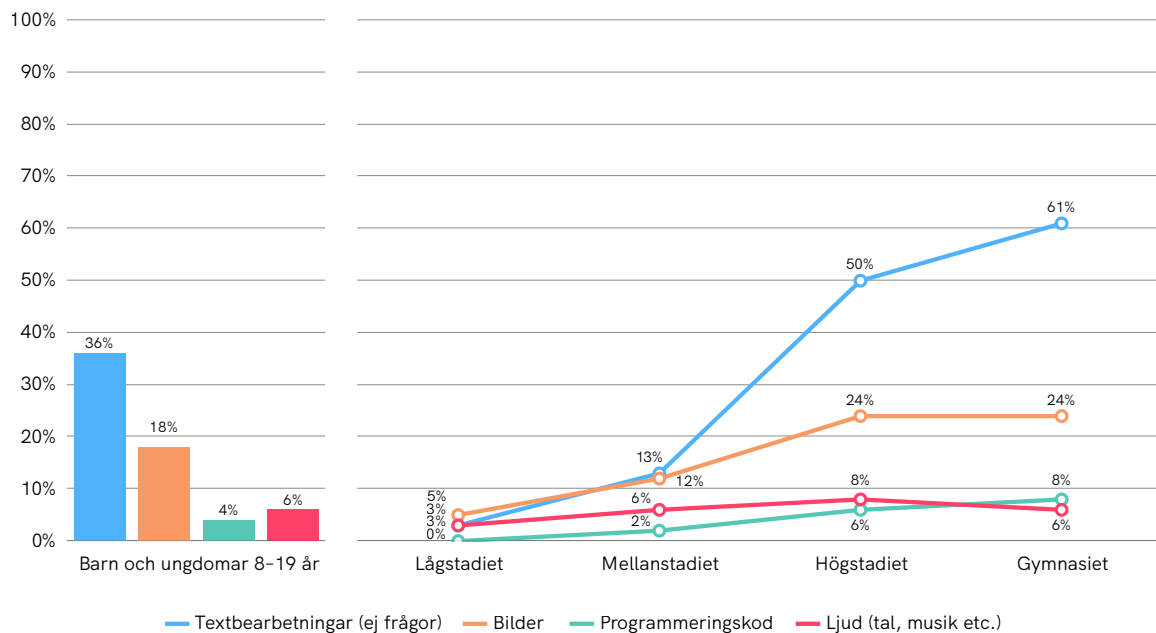


Diagram 2.25c, Bas: Barn och ungdomar 8-19 år, År 2025 (Studie 1) Svarsalternativet
 Filmer (rörlig bild) återfinns i tabellbilagan – ej med i graf av utrymmesskäl *

Vad genererar barn och ungdomar med AI-verktyg?

- Det vanligaste som barn i åldern 8-19 år genererar med AI-verktyg är olika former av textbearbetningar. Fler barn (36%) har genererat textbearbetningar med AI-verktyg än vuxna 20 år eller äldre (28%). För olika typer av textbearbetningar, se *diagram 2.26a-b*. *
- Nästan var femte barn har genererat bilder med AI-verktyg och några få procent har genererat ljud som tal eller musik (6%), programmeringskod (4%) eller filmer, alltså rörlig bild (3%).
- Det är genomgående fler pojkar än flickor som använder AI-verktyg för att generera något. Skillnaden är som störst när det gäller textbearbetningar.
- Gymnasieungdomarna ligger i topp i att generera textbearbetningar, men på samma nivå som högstadieungdomarna i att generera bilder med AI-verktyg.
- Vad gäller att generera ljud som tal och musik ligger högstadieungdomarna i topp.

Så promptar barn och ungdomar för att generera bilder

"Att göra roliga bilder, t.ex. gör en bajskorv som målar."
 Pojke, 10 år

"Här är en bild på mig. Gör en ny bild på mig o gör mig jättesnygg!"
 Flicka, 12 år

Så promptar barn och ungdomar om att generera programmeringskod

"Programming! Gör världens bästa tv-spel som världens bästa spelare vill spela!"

Pojke, 13 år

"Hjälp mig att de-bugga den här programmeringskoden."

Pojke, 13 år

Så promptar barn och ungdomar om att generera ljud och film

"Genererat videos till sociala medier, Tik Tok och Youtube."

Pojke, 12 år

"Skriv en låt om en julenisse."

Pojke, 13 år

Var tredje på gymnasiet genererar nya texter med AI-verktyg

Fråga: Vad av följande har du använt AI-verktyg till?

AI-VERKTYG TILL TEXTBEARBETNINGAR

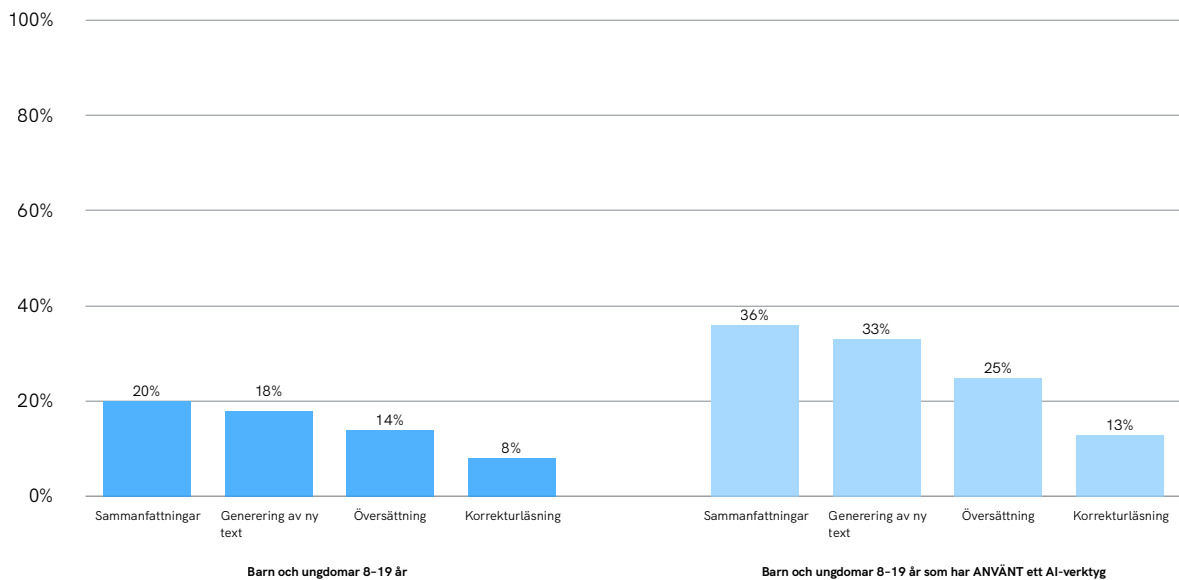


Diagram 2.26a, Bas: Barn och ungdomar 8-19 år, År 2025 (Studie 1)

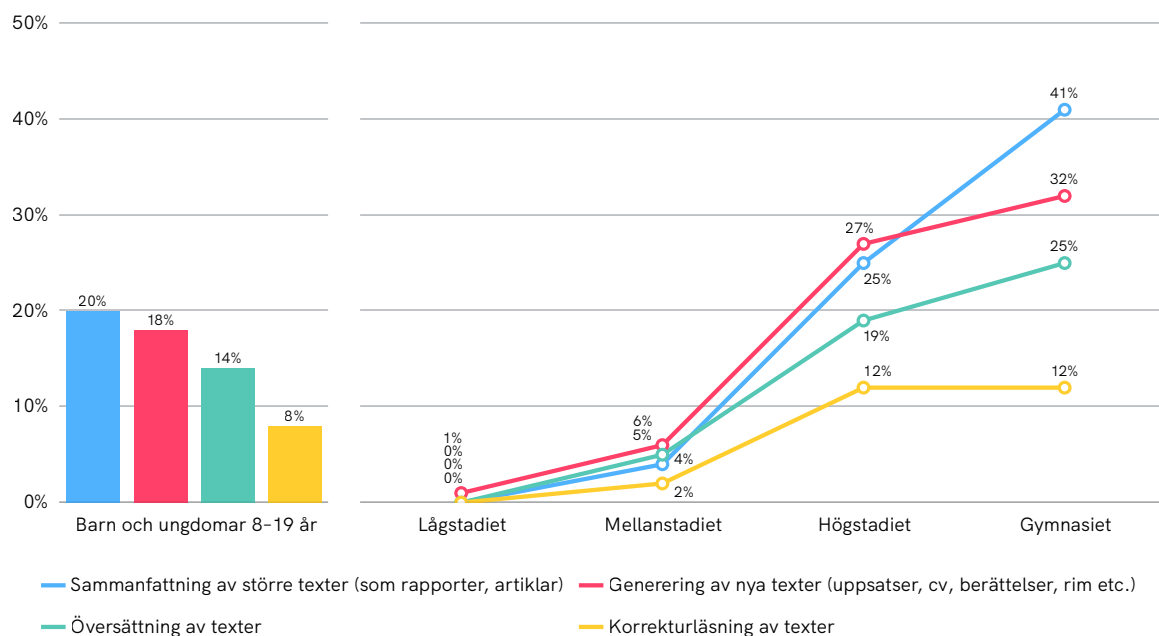


Diagram 2.26b, Bas: Barn och ungdomar 8-19 år, År 2025 (Studie 1) Obs! Skala endast 50%

Vilka textbearbetningar använder barn och ungdomar AI-verktyg till?

Bland barn och ungdomar i åldern 8-19 år är det 36 procent som använder AI-verktyg för att generera olika textbearbetningar (se [diagram 2.25a](#)).

- Den vanligaste textbearbetningen som barn gör i AI-verktyg är att sammanfatta större texter som rapporter och artiklar. Fler barn (20%) än vuxna som är 20 år eller äldre (16%) gör sammanfattningar i AI-verktyg. *
- Nära var femte barn genererar nya texter i AI-verktyg, var sjunde gör översättningar och nästan var tionde använder AI för korrekturläsning.
- Ungdomar i gymnasiet ligger i topp vad gäller att göra sammanfattningar, generera nya texter och översätta text. För korrekturläsning av texter ligger ungdomar på högstadiet och gymnasiet på samma nivå.
- Fler pojkar än flickor har sammanfattat och genererat ny text medan fler flickor än pojkar har gjort översättningar av text. *
- Det är 12 procent som har svarat att de genererat någon annan slags textbearbetning. I fritext nämns främst omformulering och analys av befintliga texter. *

Så promptar barn och ungdomar för att generera sammanfattningar av större texter

"Sammanfatta texter för skolarbete, fördjupa min kunskap angående en viss del av texten eller förklara del av t.ex. historia eller matematik som jag inte förstår."
Flicka, 15 år

"Sammanfatta de här långa paragraferna ur lagboken (Jag läser juridik på gymnasiet)."
Pojke, 16 år

Så promptar barn och ungdomar för att generera nya texter

"Skriv en saga om en tupp som försov sig och fick skäll."
Pojke, 10 år

Så promptar barn och ungdomar för att generera översättningar och korrekturläsningar

"Korrekturläs den här texten och förklara den här uträkningen."
Pojke 15 år

"Översätt den här texten till engelska" ChatGPT översätter texter bättre än Google translate, en gamechanger."
Flicka, 17 år

Så promptar barn och ungdomar för omformulering av texter

"Hjälp mig skriva om min berättelse så att den blir bättre och att ingen förstår att det är du och inte jag som skrivit den."
Flicka, 12 år

Så promptar barn och ungdomar för analys av texter

“Analysera den här textmängden om dessa två arter och jämför deras anatomi och metabolism och ta fram en plan för att motverka sjukdomsförlopp” (jag går djurskötargymnasium). Ser fram emot att när AI kan hjälpa oss att kommunicera med tama djur som hundar och kor men också vilda intelligenta arter som delfiner och fåglar och reptiler. Få vet att det kommer gå redan inom loppet av något år.”

Flicka, 19 år

Fler gymnasieungdomar använder AI-verktyg för skolarbete än för privat bruk år 2025

Fråga: Vad har du använt AI-verktyg till?

BARN 8-19 ÅR: FÖR FRITIDEN ELLER SKOLARBETE ÅR 2025

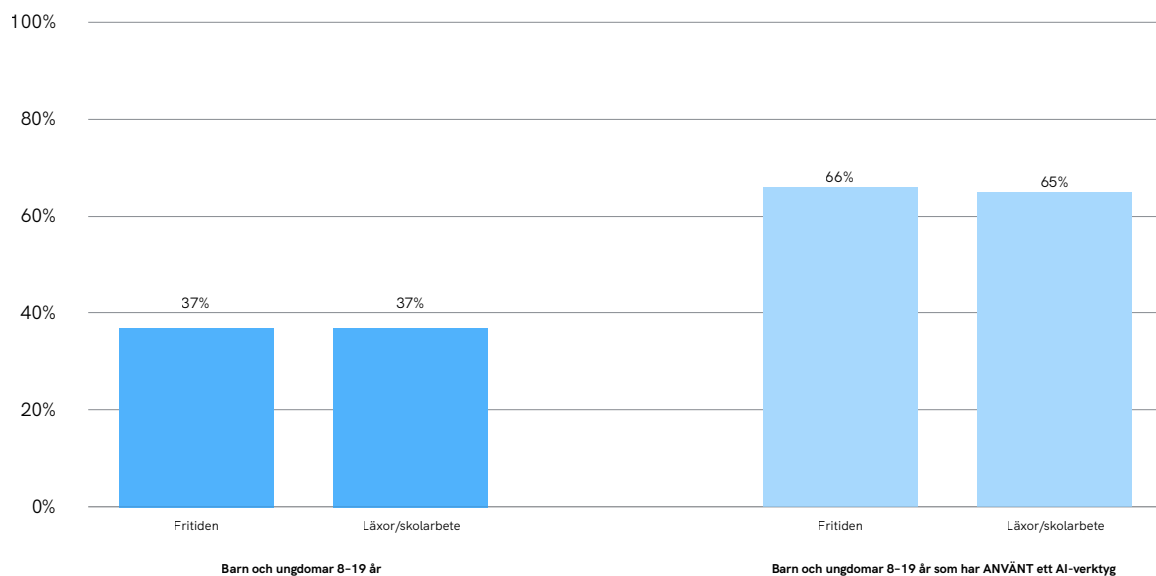


Diagram 2.27a, Bas: Barn 8-19 år, År 2025 (BOI)

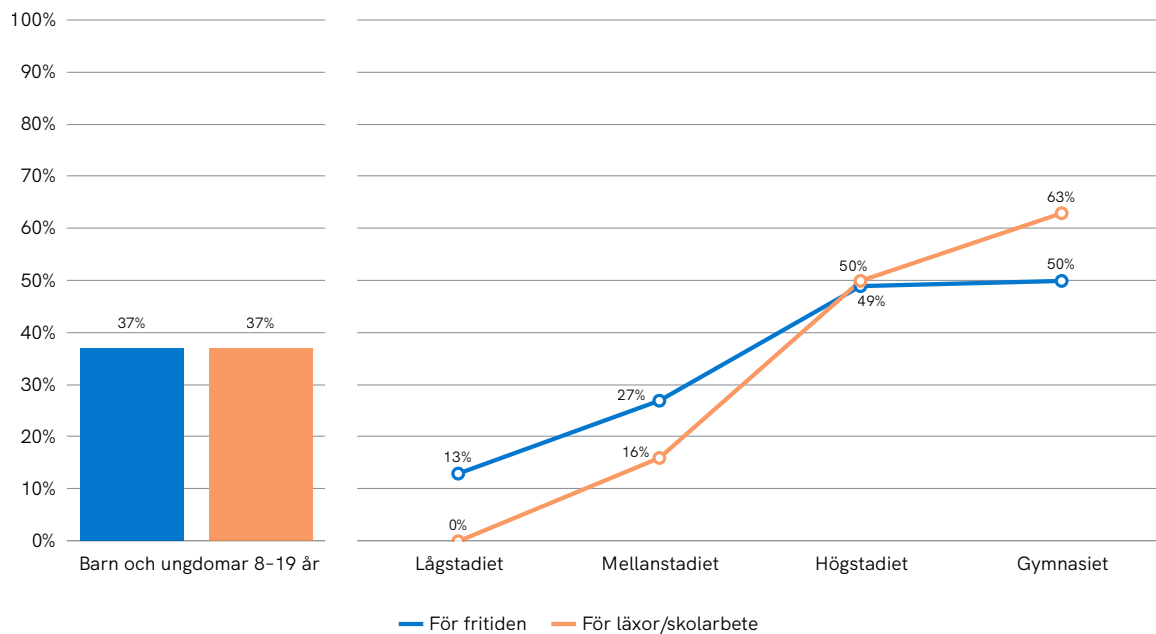


Diagram 2.27b, Bas: Barn 8-19 år, År 2025 (BOI)

BARN 12–19 ÅR: FÖR FRITIDEN ELLER SKOLARBETE ÅR 2024–2025

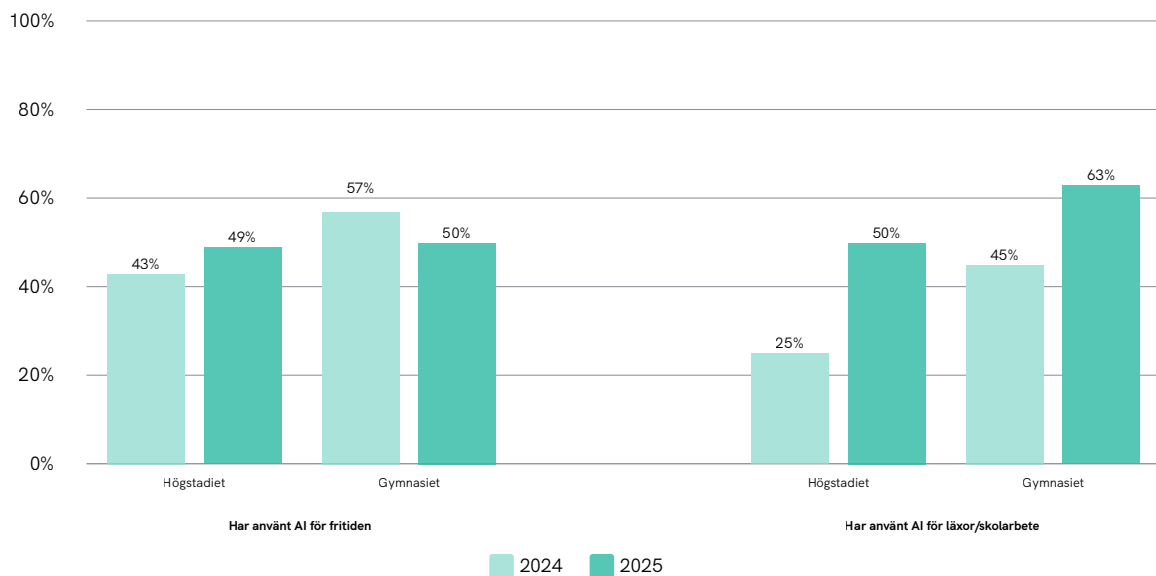


Diagram 2.27c, Bas: Barn 12–19 år, År 2024–2025 (BOI) År 2024 ställdes denna fråga endast till barn 12–19 år.

Använder barn och ungdomar AI-verktyg för läxor och skolarbete eller på fritiden?

- År 2025 använder barn och ungdomar i åldern 8–19 år i lika hög grad AI-verktyg antingen på fritiden, alltså för privat bruk, eller för skolarbete och läxor.
- I låg- och mellanstadieåldern är det vanligare att barn använder AI på fritiden än för skolarbete. Redan på mellanstadiet är det dock var sjätte barn som använder AI för läxor och skolarbete.
- Ungdomar som går på högstadiet använder AI i lika hög grad för privat bruk som för skolarbete. Användningen av AI för skolarbete har dubblats bland högstadieungdomarna år 2025 (50%) jämfört med år 2024 (25%).
- På gymnasiet är det fler ungdomar som använder AI för läxor och skolarbete än för privat bruk. År 2024 var förhållandet det motsatta. Att använda AI för läxor och skolarbete har ökat mellan år 2024 (45%) och 2025 (63%), och den privata användningen har minskat bland gymnasieungdomarna.

Vilken är den största nyttan som barn och ungdomar har haft med att använda AI-verktyg?

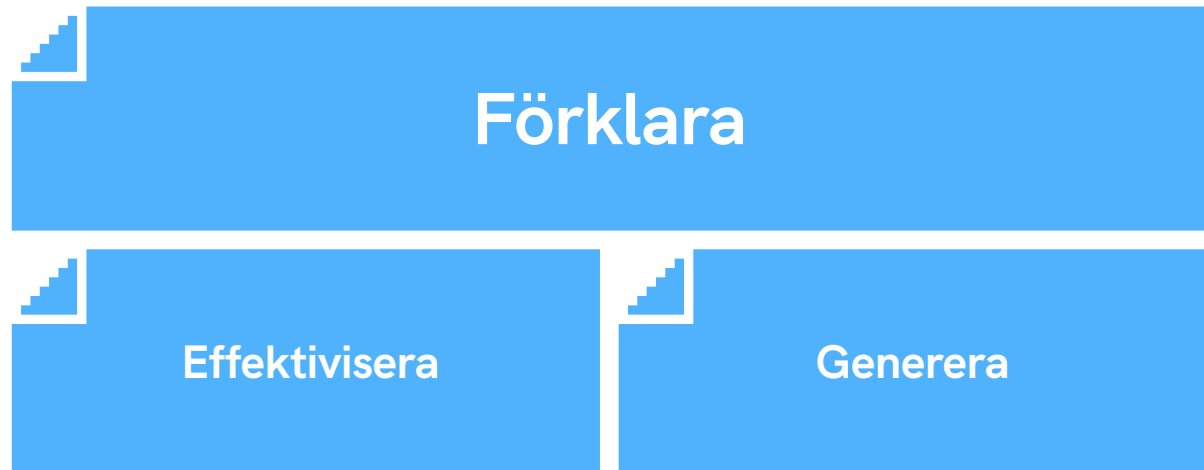
Barn i åldern 8–19 år har i fritext fått svara på vilken nytta de hittills har haft av att använda AI-verktyg. Vi ska titta på nyttan dels kopplad till läxor och skolarbete, dels kopplad till att använda AI på fritiden.

Av svaren går det tydligt att urskilja att tonåringar tycker att den största nyttan med AI är att kunna använda verktygen för läxor och skolarbete.

“Det bästa är att AI förklarar så att man förstår bättre och hinner lära sig mer i skolan”

Fråga: Vilken är den hittills största nyttan du har haft med att använda AI-verktyg?

LÄXOR OCH SKOLARBETE – STÖRSTA NYTTAN MED AI-VERKTYG



Figur 2.28, Bas: Barn och ungdomar 8–19 år som har använt AI-verktyg, År 2025 (Studie 1)

Barn som använder AI-verktyg för skolarbete anser att den största nyttan är att AI kan förklara skoluppgifter för dem på ett lättförståeligt sätt. Det handlar om allt från att förstå vad som sägs på lektionen till grammatiska utmaningar och komplexa matematiska problem. AI-verktyget kan dessutom anpassa sin förklaring utifrån barnens önskemål på nivå och omfattning, och upplevas som ett pedagogiskt stöd av barnen.

Många barn lyfter också tidsvinsterna med att använda AI-verktyg som en stor fördel. Exempelvis får de snabbt svar på sina frågor och de kan snabbt få överblick över innehåll tack vare AI-verktygens förmåga att sammanfatta kurslitteratur. AI-verktyg används alltså av barnen för att de ska kunna jobba smartare.

Utöver sammanfattningar uppskattar barn AI-verktygens förmåga att generera allt från provfrågor att öva sig på, estetiska verk i ämnen som bild och musik, till feedback, korrektur och förbättringsförslag på inlämningsuppgifter. AI tycks bli ett verktyg för både produktion och kvalitetssäkring för barnen.

Några barn vågar tillstå att de använder AI för “att fuska” i skolan. Till exempel genom att låta AI-verktyget helt generera deras uppsatser eller analyser. Andra barn betonar att de endast använder AI-verktyg som bollplank “för att smarta till lärandet och få inspiration” och att de inte låter AI utföra de uppgifter de senare lämnar in.

Vilken är den största nyttan med AI-verktyg kopplad till läxor och skolarbete enligt barn på låg- och mellanstadiet?

"Skapa musikstycken under musiklektionen med läraren. Och AI-bilder på bildlektionen. Jätteroligt!"

Flicka, 10 år

"Att man kan förstå saker i skolan bättre. Bra till lite fusk också."

Pojke, 12 år

"Hjälper med skolarbetet och att plugga till prov. Får bra svar på frågor av AI, de är lätta att förstå."

Flicka, 12 år

"När man inte fattar nått i skolan. När man vill ha lite extra pynt på sina texter."

Flicka, 12 år

Vilken är den största nyttan med AI-verktyg kopplad till läxor och skolarbete enligt ungdomar på högstadiet?

"Förklarat hur man ska tänka när jag räknar matte. Den hjälper mig felsöka samt generera programmeringskod. Den kan hålla läxförhör. Det har sparat mig mycket tid att ha chat gpt som kan svara på en fråga direkt. Men jag tittar alltid upp det efter så att det är rätt."

Flicka, 13 år

"Den sammanfattar från olika sidor och förklarar det på ett enkelt sätt. Sedan förstår jag det och skriver egna meningar till min presentation. Jag lär mig alltså bara från den inte kopierar det den skriver."

Pojke, 14 år

"Spara tid. För att fuska. Slippa läsa och skriva egna uppsatser o bokanalyser. Få svar på prov under provet med smartklockan."

Flicka, 15 år

"Jag har bett AI om att förklara olika saker i skolan. Har också använt för att ställa frågor om grammatik och att beräkna komplexa matematiska problem. Har även använt det till att sammanfatta långa texter, vilket AI är väldigt bra på."

Pojke, 16 år

"Höja mina betyg i skolan genom att få hjälp med feedbacken. Att få tydliga korta svar men samt att generera testprov i olika ämnen, t.ex mattefrågor eller liknande. Man kan också sedan fråga chat gpt om svaren till proven vilket gör det smidigt."

Flicka, 15 år

Vilken är den största nyttan med AI-verktyg kopplad till läxor och skolarbete enligt ungdomar på gymnasiet?

"Hjälper enormt när man ska plugga saker eftersom den förklarar på ett annat sätt än Google och hemsidor gör och att man kan be den göra texten enklare att förstå och sammanfatta."

Flicka, 16 år

"Jag har bett AI-verktyg skapa frågor till mig som jag kunnat använda mig av när jag pluggat till prov, samt att rätta texter enligt den officiella bedömningsmatrisen för att veta vad mer jag kan plugga på."

Flicka, 17 år

"Den har hjälpt mig att effektivisera informationssökande. Exempelvis kan AI läsa igenom en 30 sidig PDF på 10 sekunder och berätta om informationen är relevant till uppgiften."

Pojke, 18 år

"Det är så otroligt enkelt att hitta och förstå informationen man söker efter om man exempelvis frågar Chat gpt om hjälp. Det underlättar arbetet ibland när man kört fast eller tycker att ett ord är svårt, då löser ai det åt dig. Ai är även mycket anpassningsbar efter behov."

Flicka, 18 år

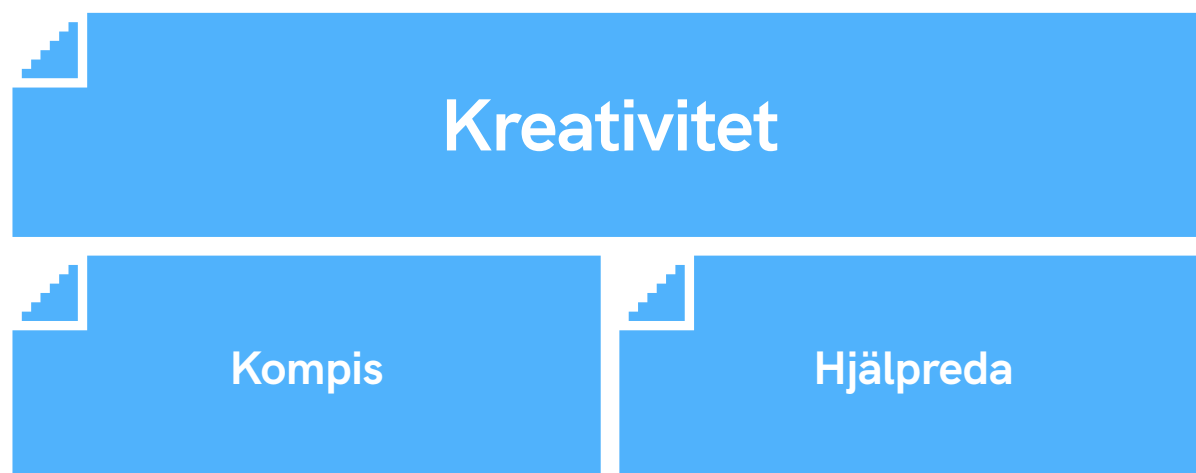
"Den har förklarat saker som man inte fattat i skolan på ett sätt som gör att man förstår. Och det i min egen takt. Lite väl frestande att ta fushjälp bara."

Pojke, 18 år

“AI är som en kompis man kan fråga om råd och skoja med”

Fråga: Vilken är den hittills största nyttan du har haft med att använda AI-verktyg?

FRITIDEN – STÖRSTA NYTTAN MED AI-VERKTYG



Figur 2.29, Bas: Barn och ungdomar 8–19 år som har använt AI-verktyg, År 2025 (Studie 1)

Det är framför allt yngre barn som ser den största nyttan med AI-verktyg kopplad till fritiden. Med AI-verktygen tycks barn få ge uttryck för sin fantasi och skaparglädje. De uppskattar att de kan använda AI-verktyg för att skapa sagor, bilder och musik.

Bland det bästa enligt barn, framför allt i mellanstadieåldern, är att de på fritiden kan använda AI-verktyget som en kompis. De berättar att de gillar att leka och prata med AI-verktyget, att AI:n håller dem sällskap. Barnen pratar med AI-verktyget när de har långtråkigt och om nätterna när vännerna sover. Det händer även att de skojar med AI-verktyget – eller försöker framkalla känslor hos AI:n.

En annan stor nytta i vardagen som en del barn, framför allt ungdomar, ser med AI-verktyg är att få en hjälpreda som hjälper dem med både problemlösning och rådgivning. Det kan gälla allt från att e-handla och “slippa sponsrade länkar” på sökmotorer till att få allmänna tips om kläder och skönhet.

Vilken är den största nyttan med AI-verktyg kopplad till fritiden enligt barn på lågstadiet?

“Det kan skapa egna sagor där man själv väljer vad som ingår.”

Pojke, 8 år

“Gjort låtar som låter som popcorn och det var roligt.”

Flicka, 9 år

“Göra roliga bilder som man kan få andra att skratta åt.”

Pojke, 9 år

“Fråga frågor om dinosaurier och om det finns några som gömmer sig på jorden nu. Häftigt att den kan svara på saker!”

Flicka, 9 år

"Det är kul att ta ett kort och modda med AI."

Pojke, 9 år

Vilken är den största nyttan med AI-verktyg kopplad till fritiden enligt barn på mellanstadiet?

"När jag har tråkigt brukar jag använda ChatGPT som kompis."

Pojke, 10 år

"Jag har skrivit en superbra spökhistoria bara genom att säga allt läskigt som jag vill ska hända."

Pojke, 10 år

"Det roligaste var att försöka få chat-gpt arg."

Pojke, 11 år

"Om jag inte kan sova och det är försent att ringa riktiga kompisar så pratar jag med My AI."

Flicka, 11 år

"Man kan skoja med den, till exempel be den prata ett annat språk, och när den svarar på det språket pratar jag mitt vanliga språk."

Pojke, 11 år

Vilken är den största nyttan med AI-verktyg kopplad till fritiden enligt ungdomar på högstadiet och gymnasiet?

"Jag använder den till att resonera kring generella frågor jag funderar på. Ungefär som med en kompis."

Flicka, 14 år

"Hur man gör tänderna vitare."

Flicka, 14 år

"Leta upp något jag vill köpa utan att få en massa träffar som inte stämmer utan bara är sponsrade svar."

Pojke, 16 år

"Chat gpt har hjälpt mig att få reda på information som jag annars inte hittat på nätet."

Pojke, 17 år

"Bästa är att AI-verktyget kan göra mitt döjobb som annars bara skulle ta tid och vara monotont. Som en bra "polare" som alltid ställer upp."

Pojke, 18 år

Bilaga från Svenskarna och internet 2025:

Barn och ungdomars användning av sociala medier



Användning av sociala medier minskar bland lågstadiebarn

“Barn och ungdomars användning av sociala medier” är ett avsnitt i rapporten Svenskarna och internet 2025 i Kapitel 3 – Sociala medier. För att ni läsare ska slippa söka på flera ställen så inkluderar vi avsnittet även här i rapporten Barnen och internet 2025 som en bilaga.

Innehåll

- 143 Kort sammanfattning [↗](#)
- 145 Hur många barn använder sociala medier? [↗](#)
- 147 Användning av sociala medier och kommunikationsappar bland barn [↗](#)
- 148 Vilka sociala medier använder barn i olika skolstadier? [↗](#)
- 155 Hur många barn gör egna inlägg på sociala medier? [↗](#)
- 163 Fokus på: Roblox – Special 2025 [↗](#)

I den här bilagan “Barn och ungdomars användning av sociala medier” från *Svenskarna och internet 2025* redovisar vi hur många barn och ungdomar 8–19 år som använder sociala medier och digitala kommunikationstjänster. Vi tar reda på vilka tjänster som har ökat eller minskat bland barn i olika skolstadier. Vidare undersöker vi hur många barn som regelbundet gör egna inlägg på sociala medier och hur detta utvecklats sedan föregående år. Vi sätter även strålkastarljuset på Roblox, en populär plattform bland barn och ungdomar. Vilka umgås barn med på Roblox, köper de Roblox digitala valuta Robux och vad är det bästa respektive sämsta med Roblox?

Den dagliga användningen av sociala medier ökar med ålder

I princip alla barn och ungdomar i åldern 8–19 år – 97 procent – använder sociala medier år 2025 och 86 procent varje dag. Den dagliga användningen ökar ju äldre barnen blir; drygt 5 av 10 lågstadiebarn, nästan 9 av 10 mellanstadiebarn och i princip alla på högstadiet och gymnasiet använder sociala medier varje dag.

Användningen av sociala medier minskar bland barn på lågstadiet

Sedan 2023 har användningen av sociala medier bland lågstadiebarn gradvis minskat, från 97 procent 2023 till 91 procent 2025. Framför allt minskar den dagliga användningen – från 75 procent år 2023 till 54 procent år 2025. Detta är ett trendbrott mot hur utvecklingen såg ut från år 2021 till 2023 då användningen av sociala medier successivt ökade bland lågstadiebarn. Det är framför allt användningen av TikTok som har minskat bland lågstadiebarn sedan 2023, men även Roblox och Youtube tycks minska.

Youtube, Snapchat, Tiktok, Instagram och Roblox i topp 5 bland barn

De fem största sociala medierna bland barn och ungdomar 8–19 år är Youtube, Snapchat, Tiktok, Instagram och Roblox. I den dagliga användningen byter Youtube och Snapchat plats så att Snapchat blir nummer ett.

Barn i lågstadiet använder framför allt fem sociala medier; Youtube, Roblox, Snapchat, Tiktok och Instagram. I mellanstadiet börjar barnen även använda Facebook, Pinterest och Twitch. I högstadiet och gymnasiet används nästan alla sociala medier. Tiktok får år 2025 sin toppnotering – 78 procent – bland gymnasieungdomar.

X/Twitter, Reddit och Be Real minskar bland gymnasieungdomar

De största förändringarna över tid ser vi i jämförelse med år 2023. Bland lågstadielever har Tiktok tappat stort. På mellanstadiet har både Snapchat och Tiktok minskat, samtidigt som Roblox och Pinterest har ökat. Färre högstadieungdomar använder Be Real år 2025 jämfört med år 2023, medan fler använder Roblox.

Mellan år 2024 och 2025 är skillnaderna få. Reddit ökar på högstadiet och användningen av X/Twitter, Reddit och Be Real minskar på gymnasiet.

Whatsapp är den kommunikationsapp flest barn använder

Whatsapp är den populäraste kommunikationsappen bland barn 8–19 år. År 2025 har 4 av 10 barn använt Whatsapp. Därefter kommer Discord som en fjärdedel av barnen använder. Något färre använder Facebook Messenger som har minskat sedan år 2024. Endast några få procent av barnen använder Signal eller Telegram.

Allt färre tonårspojkar gör egna inlägg på sociala medier

Knappt hälften av barnen 8–19 år gör regelbundet egna inlägg på sociala medier 2025. Betydligt fler flickor än pojkar gör inlägg på sociala medier. Den tjänst där flest barn gör inlägg är Snapchat, följt av Tiktok och Instagram som ligger långt efter. Jämfört med år 2024 har pojkar, och framförallt tonårspojkar, slutat att göra egna inlägg. Flickor gör egna inlägg i ungefär samma utsträckning som föregående år. Barn gör färre egna inlägg på främst Discord, Snapchat och Be Real.

Barn på mellanstadiet hänger med kompisar de inte känner IRL på Roblox

Nära hälften av barnen 8–19 år använder Roblox, jämfört med endast 1 procent av de vuxna 20 år eller äldre. Enligt barnen är det bästa med Roblox att de kan spela tillsammans och umgås med andra. 4 av 10 barn hänger med kompisar på Roblox och 1 av 10 barn hänger med sådana som de inte känner IRL, alltså i livet utanför nätet. Det sämsta med Roblox är att andra kan vara dumma, men också att saker kostar Robux, en valuta som går att köpa på plattformen. Barn på mellanstadiet – 7 av 10 – använder Roblox mest av alla och är också de som både köper Robux och umgås på Roblox mer än alla andra.

Barn och ungdomars användning av sociala medier

Användningen av sociala medier minskar bland barn på lågstadiet

Fråga: Vilka sociala nätverksplatser/sociala medier har du använt de senaste 12 månaderna? Netto – Har använt något socialt medium.

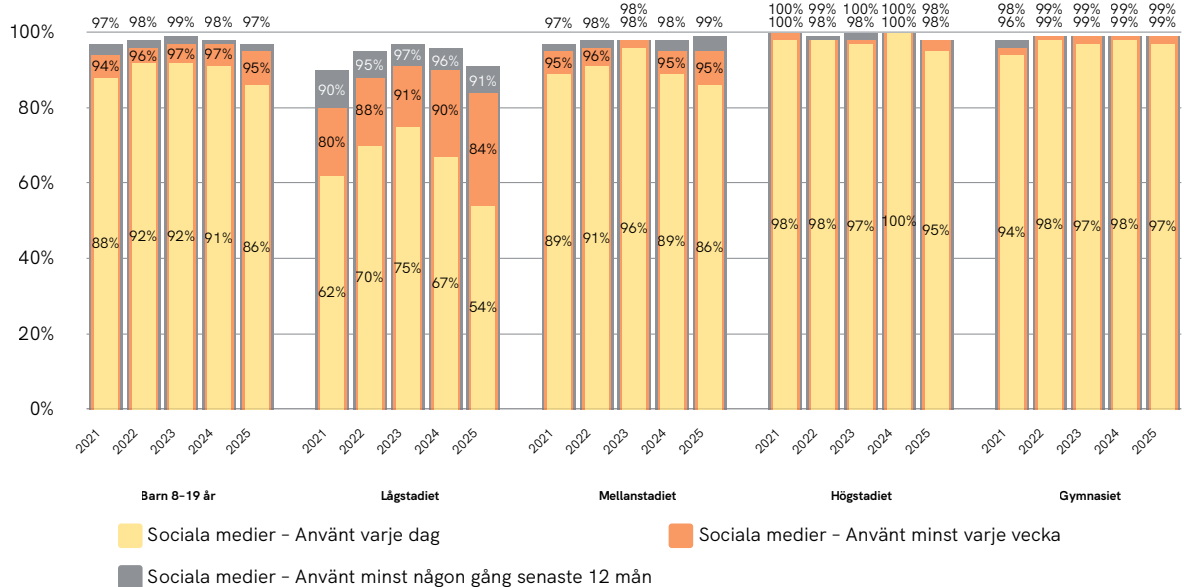


Diagram 3.28a, Bas: Barn och ungdomar 8-19 år, År 2021-2025 (Studie 1)

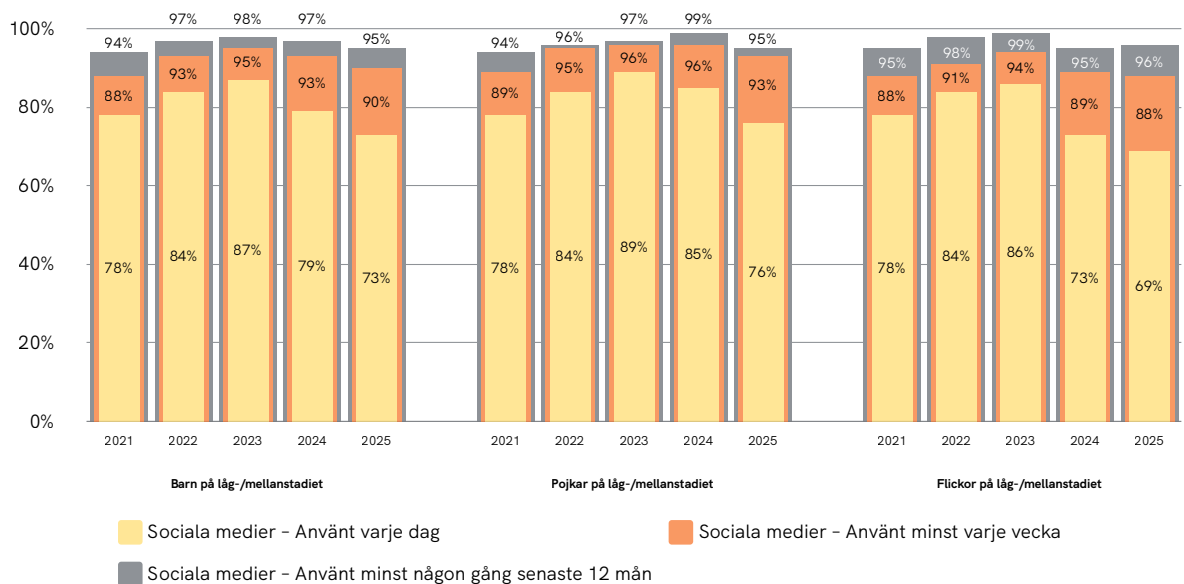


Diagram 3.28b, Bas: Barn på låg- och mellanstadiet, År 2025 (Studie 1)

Hur många barn och ungdomar använder sociala medier år 2025?

- I princip alla barn och ungdomar i åldern 8–19 år använder sociala medier år 2025. 97 procent av barnen har använt sociala medier under det senaste året, 95 procent varje vecka och 86 procent varje dag.
- Drygt hälften (54%) av lågstadiebarnen använder sociala medier dagligen. Bland mellanstadiebarnen så är det knappt 9 av 10 (86%) som är dagliga användare. I princip alla från högstadieåldern och uppåt använder sociala medier varje dag.
- Totalt sett är det ungefär lika många pojkar och flickor som använder sociala medier. På låg- och mellanstadiet tenderar det att vara fler pojkar än flickor som använder sociala medier på daglig nivå. På högstadiet och gymnasiet är användningen i princip likvärdig mellan pojkar och flickor. *

Ökar eller minskar användningen av sociala medier bland barn och ungdomar?

- Den dagliga användningen av sociala medier bland barn och ungdomar i åldern 8–19 år har minskat från år 2023 (92%) till 2025 (86%). Även den totala användningen och andelen som använder sociala medier varje vecka tenderar att minska, dessa mindre skillnader ligger dock inom felmarginalen.
- Användningen av sociala medier har gradvis minskat bland lågstadiebarn från år 2023 (97%) till 2025 (91%). Det gäller i synnerhet den dagliga användningen som minskat från 75 procent år 2023 till 54 procent år 2025.
- Den totala användningen av sociala medier bland barn på mellanstadiet, högstadiet och gymnasiet har inte förändrats nämnvärt under åren 2021–2025. Dock har den dagliga användningen även på mellanstadiet minskat signifikant sedan år 2023.

Youtube, Snapchat och Tiktok är störst bland barn och ungdomar

Fråga: Vilka sociala nätverksplatser/sociala medier och digitala kommunikationstjänster har du använt de senaste 12 månaderna?

ÖVERSIKT SOCIALA MEDIER OCH KOMMUNIKATIONSAPPAR ÅR 2025

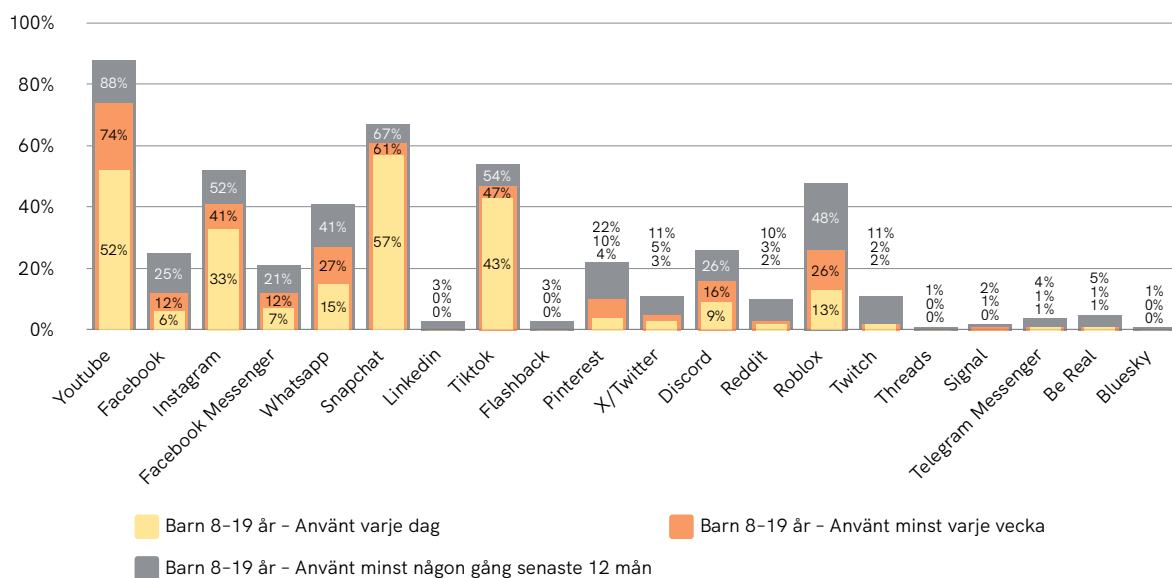


Diagram 3.29, Bas: Barn och ungdomar 8-19 år, År 2025 (Studie 1)

För exakt frågeformulering, se frågeformulär.

Vilka sociala medier och kommunikationsappar är störst bland barn och ungdomar år 2025?

Här ger vi en översiktsbild över både vilka sociala medier och kommunikationsappar som barn och ungdomar 8-19 år använder.

- De fem tjänster som används mest bland barn och ungdomar är Youtube, Snapchat, Tiktok, Instagram och Roblox.
- Sett till daglig nivå är ordningen lite annorlunda och en kommunikationsapp kvalar in på topp fem; Snapchat, Youtube, Tiktok, Instagram och Whatsapp.
- Whatsapp är den kommunikationsapp som används mest av barn 8-19 år. Dubbelt så många barn använder Whatsapp som Facebook Messenger.
- Endast några enstaka procent av barnen använder LinkedIn, Flashback, Threads, Bluesky, Signal och Telegram. När vi jämför de sociala medietjänsterna över tid kommer vi av utrymmesskäl inte ta med LinkedIn, Threads och Bluesky i diagrammen men alla resultat finns vid behov att ta del av i *tabellbilagan*.

I efterföljande diagram kommer vi också att redovisa de sociala medietjänsterna respektive de digitala kommunikationstjänsterna separat. För att se resultatet för kommunikationsapparna Facebook Messenger, Whatsapp, Discord, Signal och Telegram bland barn och ungdomar, se *diagram 3.31a-c*.

X/Twitter minskar bland gymnasieungdomar

Fråga: Vilka sociala nätverksplatser/sociala medier har du använt de senaste 12 månaderna?

LÅGSTADIET

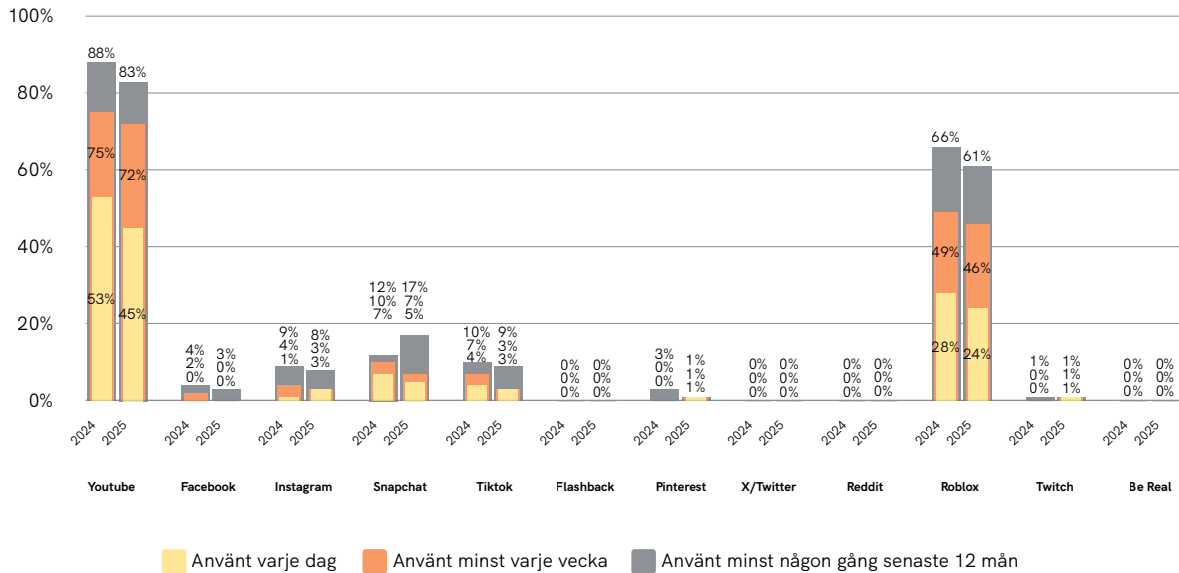


Diagram 3.30a, Bas: Barn och ungdomar 8-19 år, År 2024-2025 (Studie 1)

MELLANSTADIET

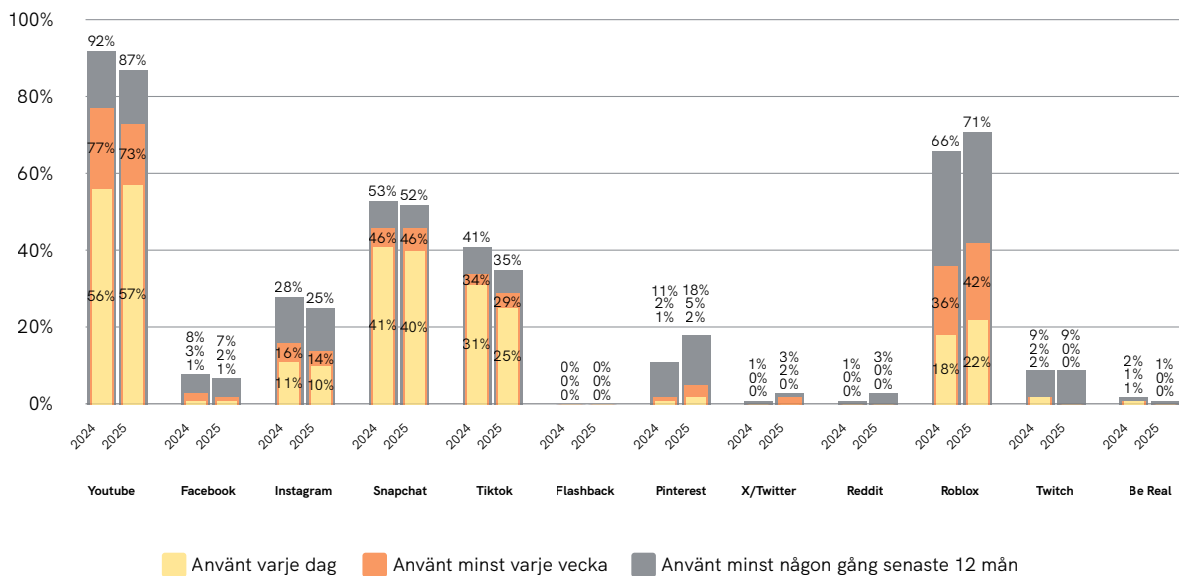


Diagram 3.30b, Bas: Barn och ungdomar 8-19 år, År 2024-2025 (Studie 1)

HÖGSTADIET

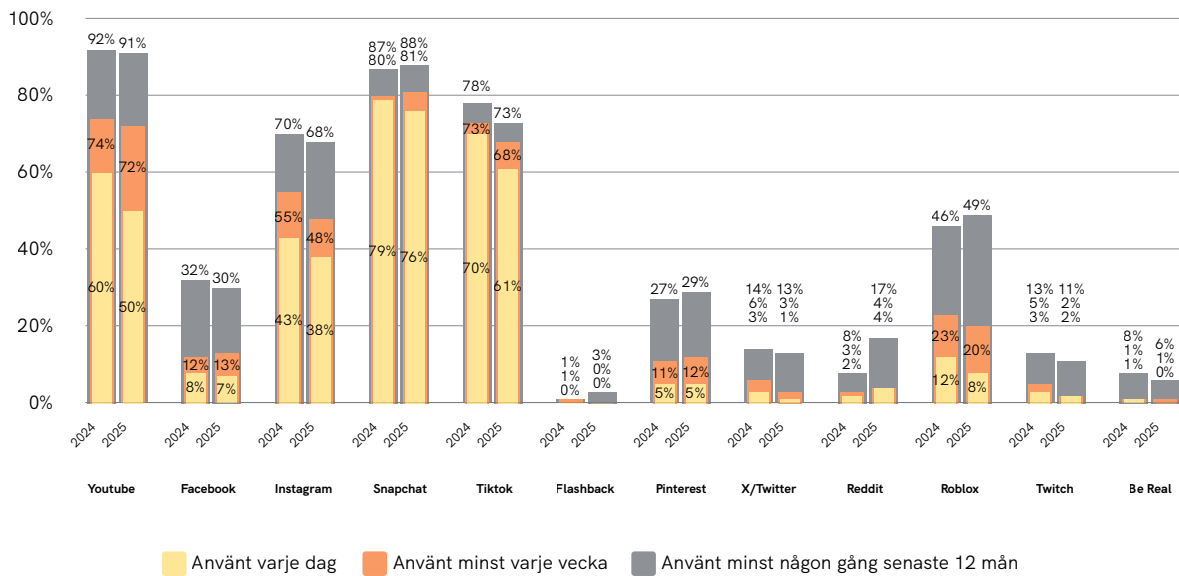


Diagram 3.30c, Bas: Barn och ungdomar 8-19 år, År 2024-2025 (Studie 1)

GYMNASIET

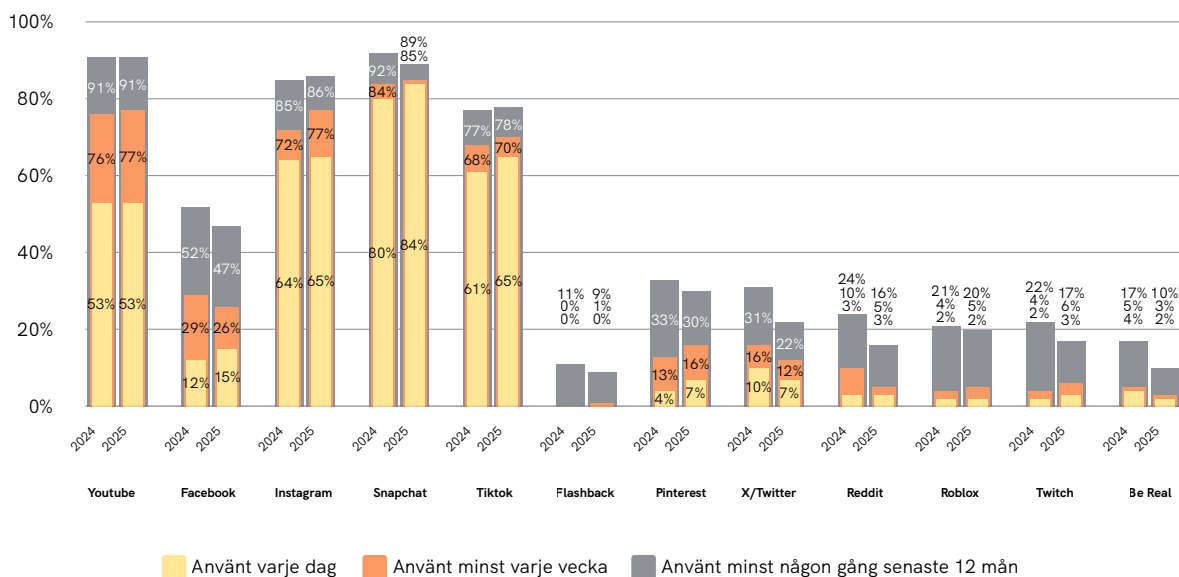


Diagram 3.30d, Bas: Barn och ungdomar 8-19 år, År 2024-2025 (Studie 1)

Vilka sociala medier använder barn på lågstadiet?

- Barn på lågstadiet använder framför allt Youtube och Roblox. I viss mån används även Snapchat, Tiktok och Instagram. Användningen av övriga sociala medier är på en mycket låg nivå.
- Den tjänst som flest lågstadiebarn använder är Youtube. Drygt 8 av 10 använder Youtube, drygt 7 av 10 är där varje vecka och uppemot 5 av 10 dagligen.

- Den näst mest använda sociala medieplattformen bland lågstadbarn är Roblox, 6 av 10 har använt tjänsten år 2025. Knappt hälften använder Roblox varje vecka, och en fjärdedel varje dag.
- Snapchat används av 17 procent av lågstadbarnen.
- Tiktok och Instagram används endast av cirka 1 av 10 barn på lågstadiet.
- Inga sociala medier har ökat eller minskat signifikant bland barn på lågstadiet 2024-2025. Snapchat tenderar att öka och Youtube och Roblox tenderar att minska, men skillnaderna är inom felmarginalen för samtliga tre tjänster.
- Jämfört med år 2023 har dock Tiktok minskat stort, från 25 procent till 9 procent år 2025. *

Vilka sociala medier använder barn på mellanstadiet?

- Mellanstadbarn använder framför allt Youtube, Roblox, Snapchat, Tiktok och Instagram. I viss utsträckning används även Pinterest, Twitch och Facebook.
- Youtube är den tjänst som flest mellanstadiebarn använder. Knappt 9 av 10 använder plattformen.
- På andra plats kommer Roblox. Roblox når sin toppnivå på 71 procent bland barn på mellanstadiet år 2025.
- Snapchat används av drygt hälften av barnen i mellanstadieåldern. Knappt hälften använder Snapchat varje vecka, medan 4 av 10 är dagliga användare.
- En dryg tredjedel av mellanstadiebarnen använder Tiktok och en fjärdedel använder Instagram.
- Inga sociala medier har ökat eller minskat signifikant bland barn på mellanstadiet 2024-2025. Instagram och Youtube tenderar att minska, men skillnaderna är inom felmarginalen. Jämfört med år 2023 har dock Snapchat och Tiktok minskat signifikant, och Roblox och Pinterest har ökat signifikant. *

Vilka sociala medier använder barn på högstadiet?

- Barn och ungdomar i högstadieåldern använder i princip alla sociala medier utom Flashback. De plattformar som används mest är Youtube, Snapchat, Tiktok och Instagram.
- Youtube och Snapchat är de två tjänster som är störst bland högstadieungdomar, de används av 9 av 10. Den veckovisa och dagliga användningen av Snapchat är högre än för Youtube, och speciellt den dagliga användningen.
- På tredje plats bland högstadieungdomarna kommer Tiktok.
- Nästan 7 av 10 högstadieungdomar använder Instagram.
- Den enda tjänst som har ökat signifikant bland högstadieungdomar är Reddit, från 8 procent år 2024 till 17 procent år 2025. Tiktok tenderar att minska, men skillnaden är inom felmarginalen. Jämfört med år 2023 har dock Be Real minskat signifikant, och Roblox har ökat signifikant. *

Vilka sociala medier använder ungdomar på gymnasiet?

- Ungdomar i gymnasieåldern använder i princip alla sociala medier i olika grad. De använder också de flesta plattformarna i högre grad än de yngre barnen. Den enda plattform som de inte använder i lika hög grad som yngre är Roblox.
- De mest använda sociala medierna bland gymnasieungdomar är Youtube, Snapchat och Instagram. Snapchat toppar den dagliga användningen bland gymnasieungdomar.
- Tiktok når sin toppnivå på 78 procent år 2025 bland gymnasieungdomar.
- Bland gymnasieungdomar minskar tre tjänster signifikant mellan år 2024-2025: X/Twitter, Reddit och Be Real. Facebook och Twitch tenderar att minska men skillnaden är inom felmarginalen. Ingen av tjänsterna ökar signifikant.

Vill du veta mer om hur barn använder Roblox, se avsnittet *Fokus på Roblox – Special 2025*.

Vill du veta hur många barn som använder kommunikationsappar som Facebook Messenger, Whatsapp, Discord, Signal och Telegram, se *diagram 3.31a-c*.

4 av 10 unga använder Whatsapp

Fråga: Vilka av följande appar och tjänster har du använt de senaste 12 månaderna?

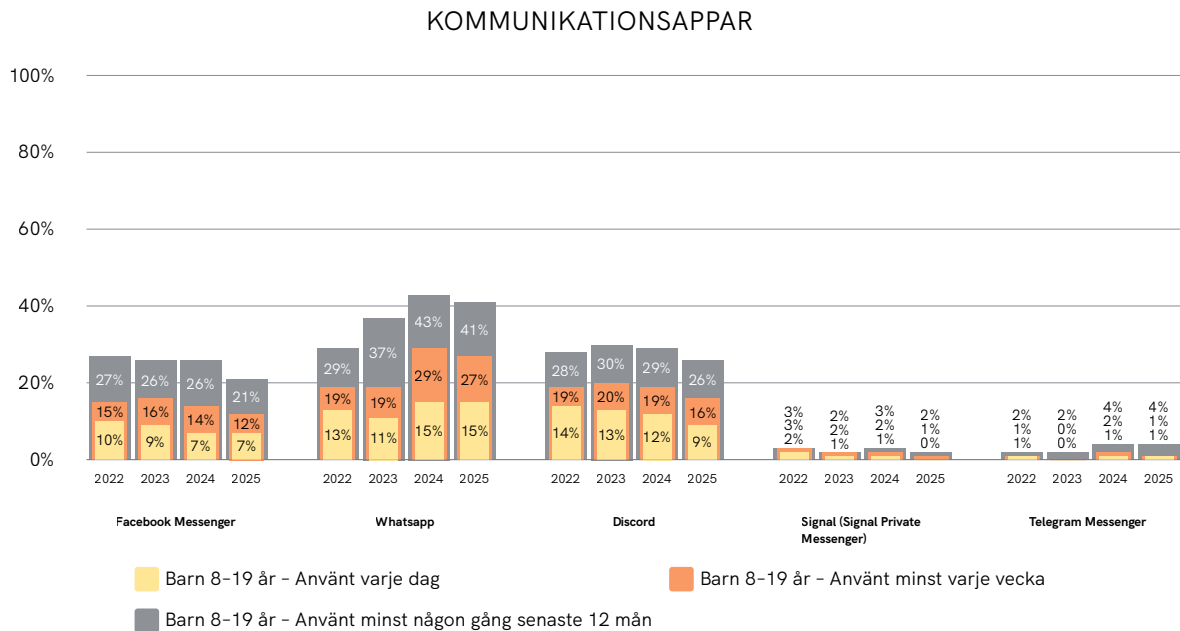


Diagram 3.31a, Bas: Barn och ungdomar 8-19 år, År 2022-2025 (Studie 1)

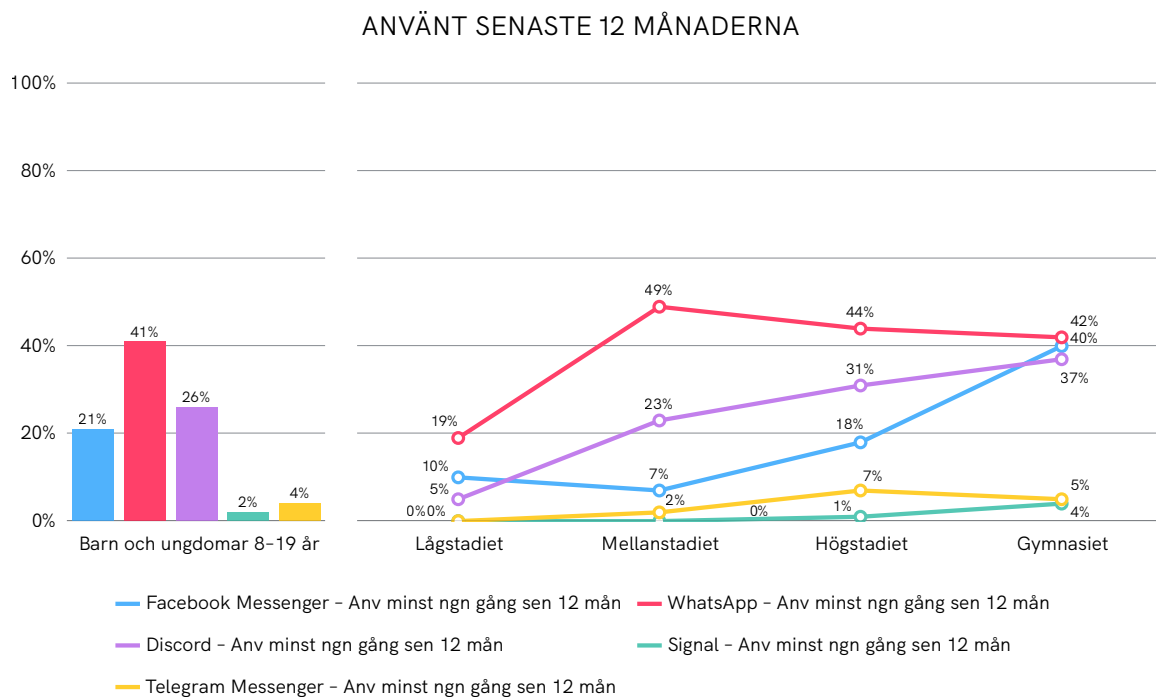


Diagram 3.31b, Bas: Barn och ungdomar 8-19 år, År 2025 (Studie 1)

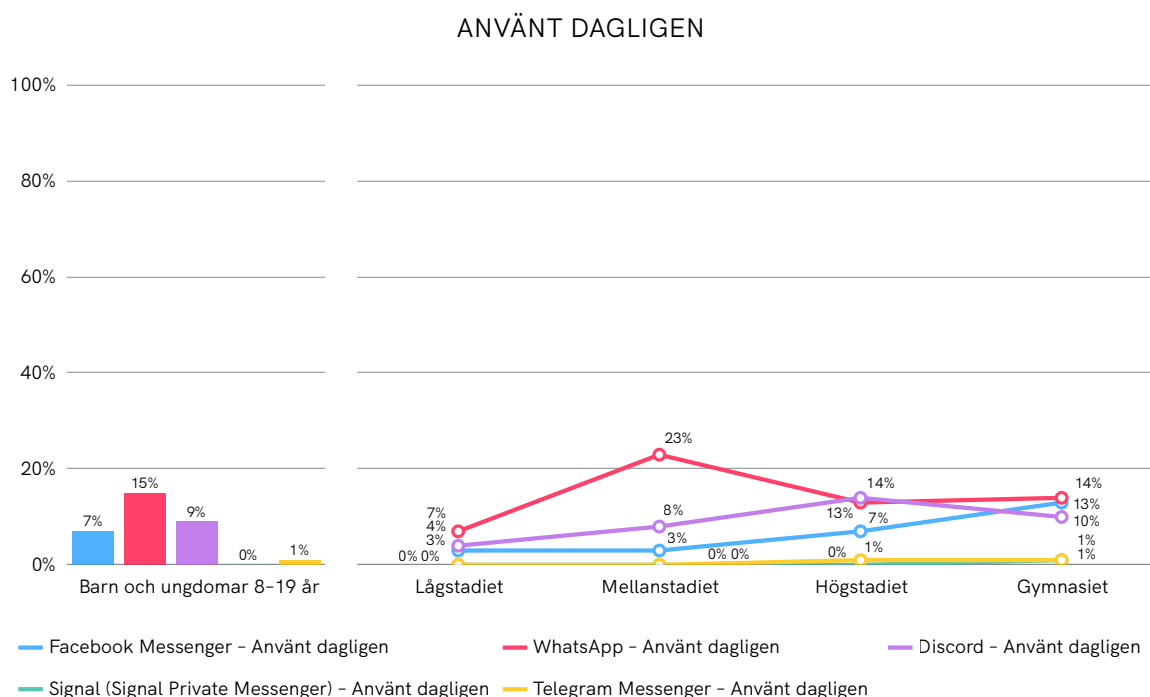


Diagram 3.31c, Bas: Barn och ungdomar 8-19 år, År 2025 (Studie 1)

Vilka kommunikationsappar använder barn och ungdomar år 2025?

Whatsapp är den kommunikationsapp som flest barn och ungdomar använder. Discord följer sedan och tätt därefter kommer Facebook Messenger. Det är få barn och ungdomar som använder Signal eller Telegram.

Vad gäller digitala kommunikationstjänster har vi undersökt användningen av några kommunikationsappar som är intressanta att följa som komplement till övriga sociala medier. Definitionen av kommunikationsapp är dock flytande och många sociala medier med chattfunktioner kan också betraktas som kommunikationsappar. I denna del visar vi resultaten bland barn och ungdomar.

År 2021 saknar jämförbara data då frågan detta år ställdes till personer i åldern från 12 år och uppåt. De fyra efterföljande åren har frågan ställts till personer som är 8 år eller äldre. För resultatet från 2021, se [Svenskarna och internet 2021](#).

Hur många barn och ungdomar använder Facebook Messenger år 2025?

- Facebook Messenger, som är den mest använda kommunikationsappen bland svenskar överlag, är mindre använd bland barnen. 21 procent av barnen använder tjänsten vilket kan jämföras med att den används av hela 73 procent av vuxna som är 20 år eller äldre. *
- Gymnasieungdomar är de som i högst utsträckning använder Facebook Messenger.
- Användningen av Facebook Messenger har minskat bland barnen mellan år 2024 (26%) och 2025 (21%).

Hur många barn och ungdomar använder Whatsapp år 2025?

- Whatsapp är den kommunikationsapp som flest barn och ungdomar använder. 4 av 10 barn har använt Whatsapp det senaste året. Användningen är dock fortfarande lägre än bland vuxna som är 20 år eller äldre, varav hälften använder Whatsapp. *
- Barn på mellanstadiet är de som i högst utsträckning använder Whatsapp.
- Användningen av Whatsapp ligger på samma nivå bland barn år 2025 som år 2024. Eventuella skillnader ligger inom felmarginalen.

Hur många barn och ungdomar använder Discord år 2025?

- En fjärdedel av barn och unga använder Discord. Användningen är därmed högre än bland vuxna som är 20 år eller äldre, där den är 13 procent. *
- Gymnasieungdomar är de som i högst utsträckning använder Discord.
- Användningen av Discord tenderar att minska bland barn 8-19 år men skillnaden är inom felmarginalen.

Hur många barn och ungdomar använder Signal eller Telegram år 2025?

- Få barn och ungdomar 8-19 år har använt Signal eller Telegram, endast några få procent. Även bland vuxna som är 20 år eller äldre är användningen låg. *
- Användningen av Signal och Telegram har inte heller förändrats nämnvärt mellan år 2024 och 2025.

Allt färre tonårspojkar gör egna inlägg på sociala medier

Fråga: Brukar du regelbundet göra egna inlägg på sociala medier?

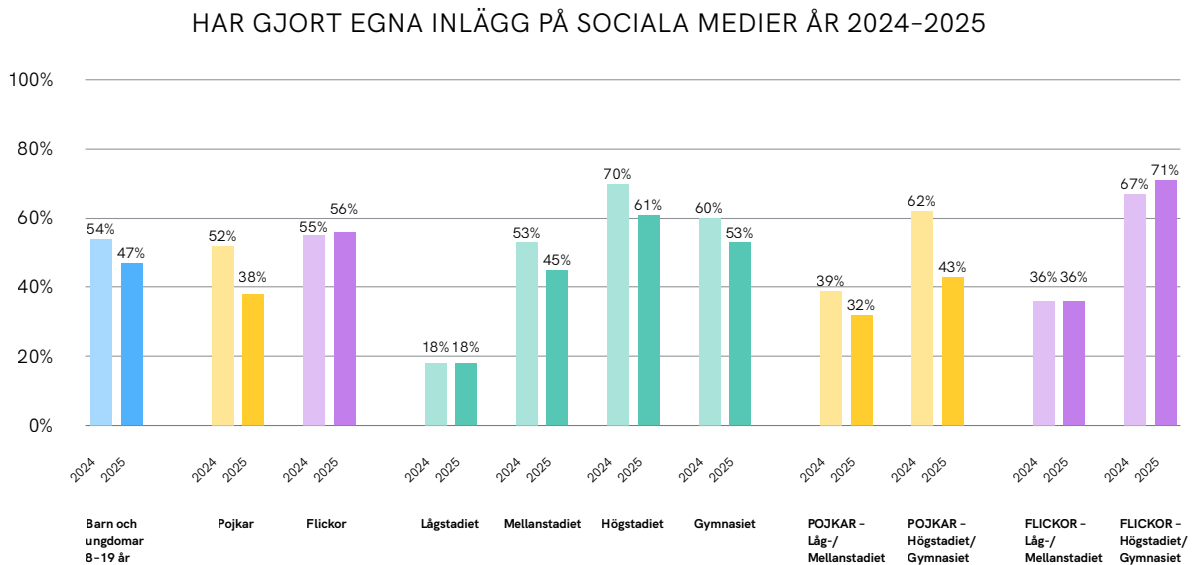


Diagram 3.32, Bas: Barn och ungdomar 8-19 år, År 2024-2025 (Studie 1)

Hur många barn gör egna inlägg på sociala medier år 2025?

- Knappt hälften – 47 procent – av barnen 8-19 år gör regelbundet egna inlägg på sociala medier år 2025. Betydligt fler flickor (56%) än pojkar (38%) gör egna inlägg.
- Tonårsflickor ligger i topp vad gäller att regelbundet göra egna inlägg på sociala medier. Det är dessutom stor skillnad mellan tonårsflickor (71%) och tonårspojkar (43%).
- Det är främst ungdomar på högstadiet, 6 av 10, som regelbundet gör egna inlägg. På gymnasiet har drygt 5 av 10 ungdomar gjort egna inlägg.
- På mellanstadiet har lite mindre än hälften gjort egna inlägg och på lågstadiet knappt var femte barn.

Är det fler eller färre barn som gör egna inlägg på sociala medier år 2025?

- År 2025 (47%) är det färre barn i åldern 8-19 år som regelbundet gör egna inlägg jämfört med år 2024 (54%).
- Flickor gör egna inlägg på sociala medier på samma nivå i år som föregående år. Det är bland pojkarna som allt färre gör inlägg år 2025 (38%) jämfört med 2024 (52%).

- Minskningen sker framför allt bland tonårspojkar, alltså på högstadiet och gymnasiet. Det tenderar även vara färre yngre pojkar som gör egna inlägg, även om den skillnaden är inom felmarginalen.

Vill du veta vilka sociala medietjänster som fler eller färre svenskar gör inlägg på år 2025 jämfört med år 2024? Se *diagram 3.21*.

Nära hälften av högstadieungdomarna gör egna inlägg på Snapchat

Fråga: Brukar du regelbundet göra egna inlägg på sociala medier?

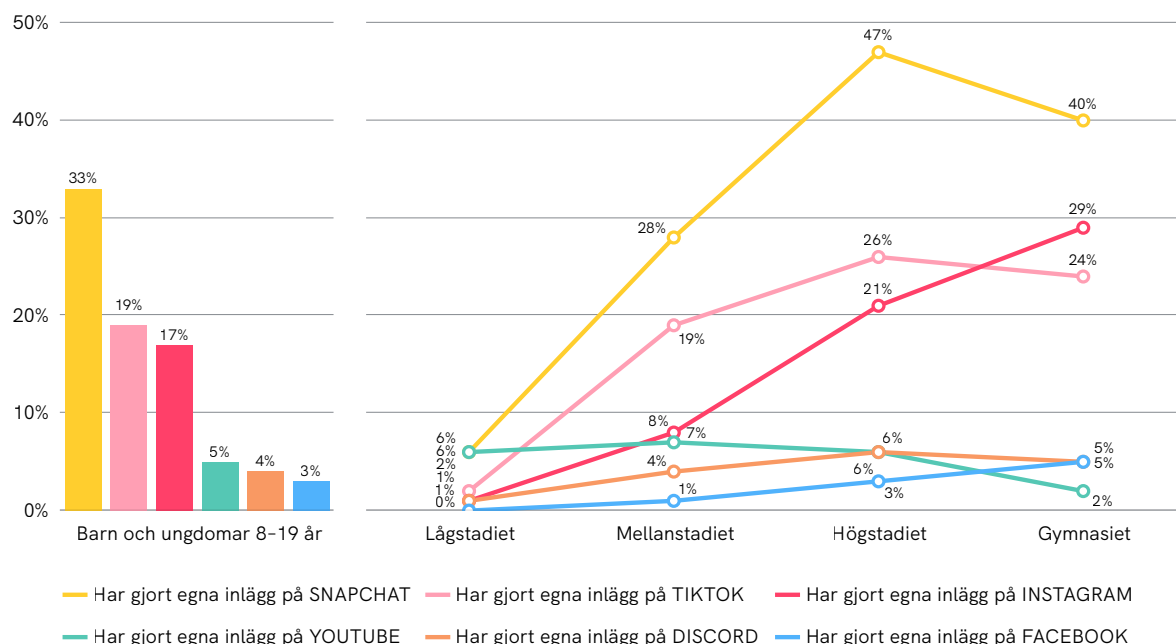


Diagram 3.33, Bas: Barn och ungdomar 8-19 år, År 2025 (Studie 1) Obs! Skala endast 50%

På vilka sociala medier gör barn och ungdomar egna inlägg år 2025

- Snapchat är den tjänst där flest barn 8-19 år gör egna inlägg. En tredjedel av barnen har gjort egna inlägg på Snapchat år 2025. Flitigast i att göra egna inlägg på Snapchat är högstadieungdomarna varav hälften har gjort egna inlägg år 2025. Det är betydligt fler flickor (42%) än pojkar (24%) som regelbundet gör egna inlägg på Snapchat. *
- 2 av 10 barn 8-19 år gör regelbundet egna inlägg på Tiktok. Mer än dubbelt så många flickor (28%) som pojkar (12%) gör regelbundet egna inlägg på Tiktok. Egna inlägg är vanligast bland ungdomar på högstadiet och gymnasiet. Nästan inga barn på lågstadiet gör egna inlägg på Tiktok. *
- En sjättedel av barnen har regelbundet gjort egna inlägg på Instagram. Ungdomar gör egna inlägg i mycket större omfattning än yngre barn, och gymnasieungdomarna ligger i topp. Mer än dubbelt så många flickor (23%) som pojkar (11%) gör regelbundet egna inlägg på Instagram. *
- 5 procent av barn och ungdomar 8-19 år gör regelbundet egna inlägg på Youtube. Dubbelt så många pojkar (7%) som flickor (3%) gör egna inlägg. Gymnasieungdomar gör egna inlägg på Youtube i lägre utsträckning än yngre barn. *

- 4 procent av barn och ungdomar gör regelbundet egna inlägg på Discord. Det är betydligt fler pojkar (8%) än flickor (1%) som regelbundet gör egna inlägg på Discord. Att göra egna inlägg på Discord är ungefär lika vanligt förekommande bland barn i mellanstadieåldern och uppåt. Nästan ingen på lågstadiet gör regelbundet egna inlägg på Discord. *
- Det är stor skillnad mellan hur många barn och ungdomar 8–19 år (3%) som gör inlägg på Facebook jämfört med vuxna som är 20 år eller äldre (25%). Flickor (4%) gör egna inlägg i högre utsträckning än pojkar (1%). Ju äldre barnen blir, desto fler gör egna inlägg på Facebook. *

Vill du veta vilka sociala medietjänster som barn gör fler eller färre inlägg på år 2025 jämfört med år 2024? Se *diagram 3.34*.

Allt färre pojkar gör egna inlägg på Snapchat

Fråga: Brukar du regelbundet göra egna inlägg på sociala medier?

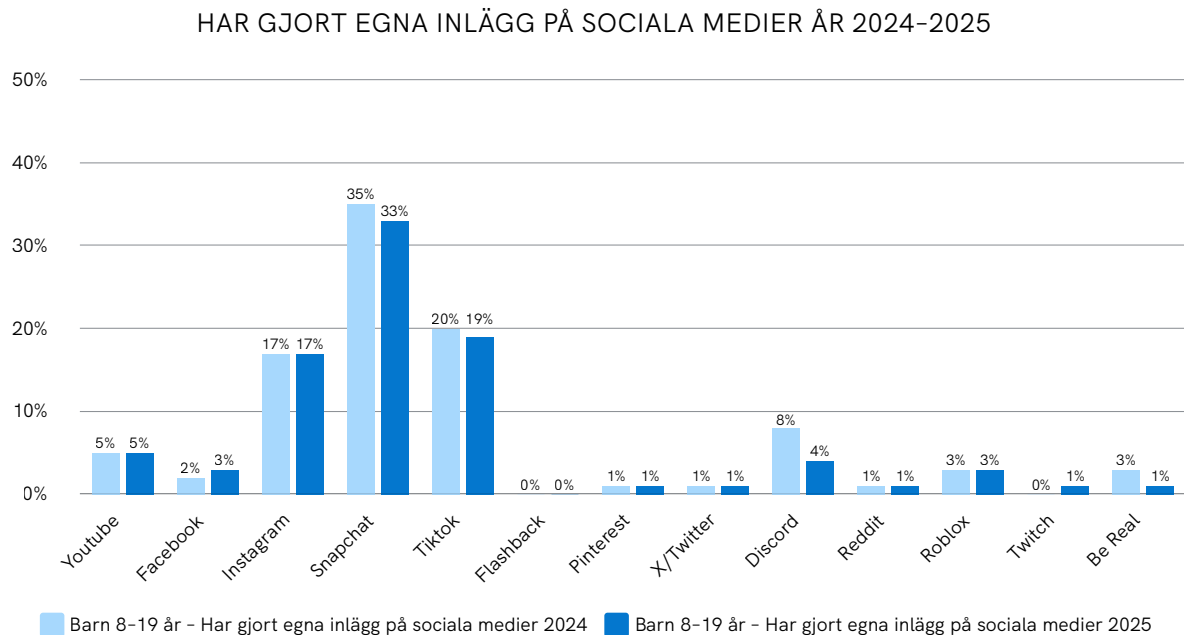


Diagram 3.34, Bas: Barn och ungdomar 8-19 år, År 2024-2025 (Studie 1) Obs! Skala endast 50%

På vilka sociala medier gör barn och unga fler eller färre egna inlägg år 2025?

- Färre barn gör regelbundet egna inlägg på sociala medier år 2025 (47%) jämfört med år 2024 (54%), se diagram 3.32. För de enskilda sociala medierna så har det endast skett ett fåtal förändringar.
- Totalt sett är det färre barn och ungdomar som gör egna inlägg på Snapchat i år. Minskningen beror enbart på pojkarna, och framför allt tonårspojkar där betydligt färre gör inlägg år 2025 (30%) än 2024 (41%). Bland tonårsflickor har till och med fler gjort inlägg på Snapchat i år än föregående år. *
- Hälften så många barn och ungdomar gör egna inlägg på Discord år 2025 jämfört med år 2024. Det beror nästan uteslutande på ungdomar. *
- Antalet barn och unga som gör egna inlägg på Be Real har minskat år 2025. Det är främst flickor som har slutat göra inlägg, även om det fortfarande är bland flickor som benägenheten att göra egna inlägg är som störst. *
- Facebook är den enda tjänst där något fler barn och ungdomar gör inlägg i år. Det är främst tonårsflickor som gör fler inlägg 2025 (7%) än 2024 (2%). *
- Det är lika många barn och ungdomar som gör inlägg på Tiktok i år som föregående år. Den lilla skillnaden är inom felmarginalen.

Fler barn lämnar Tiktok än Snapchat

Fråga: Har du tidigare använt någon av följande tjänster?

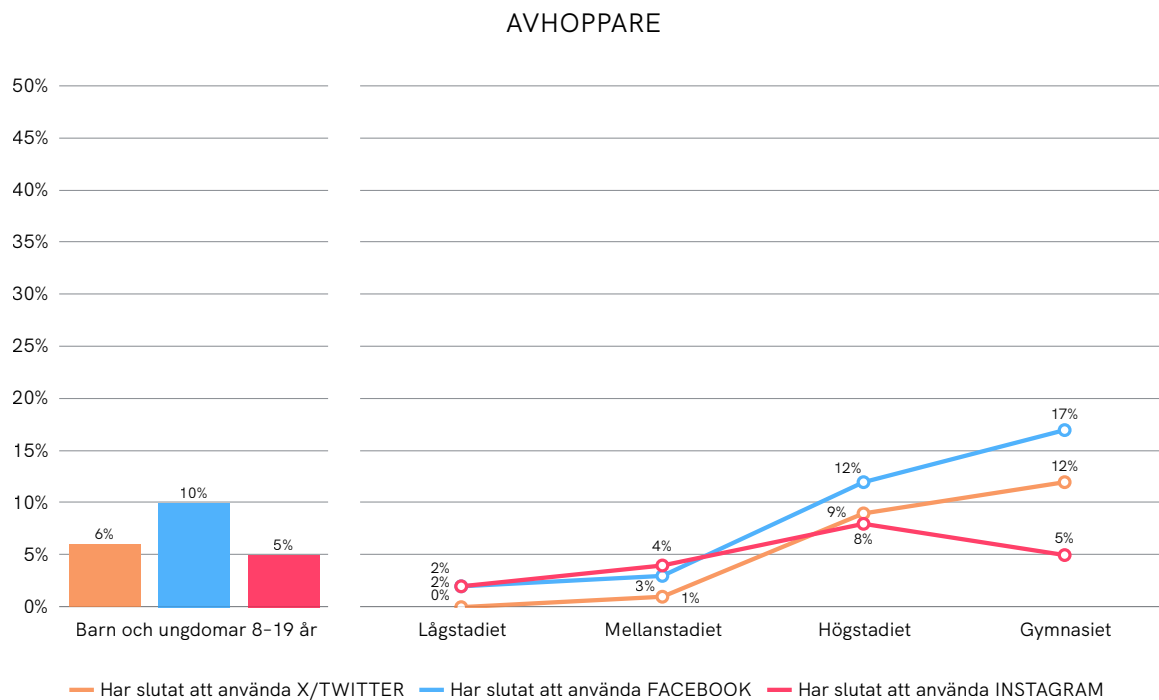


Diagram 3.35a, Bas: Barn och ungdomar 8-19 år, År 2025 (Studie 1) Obs! Skala 50%

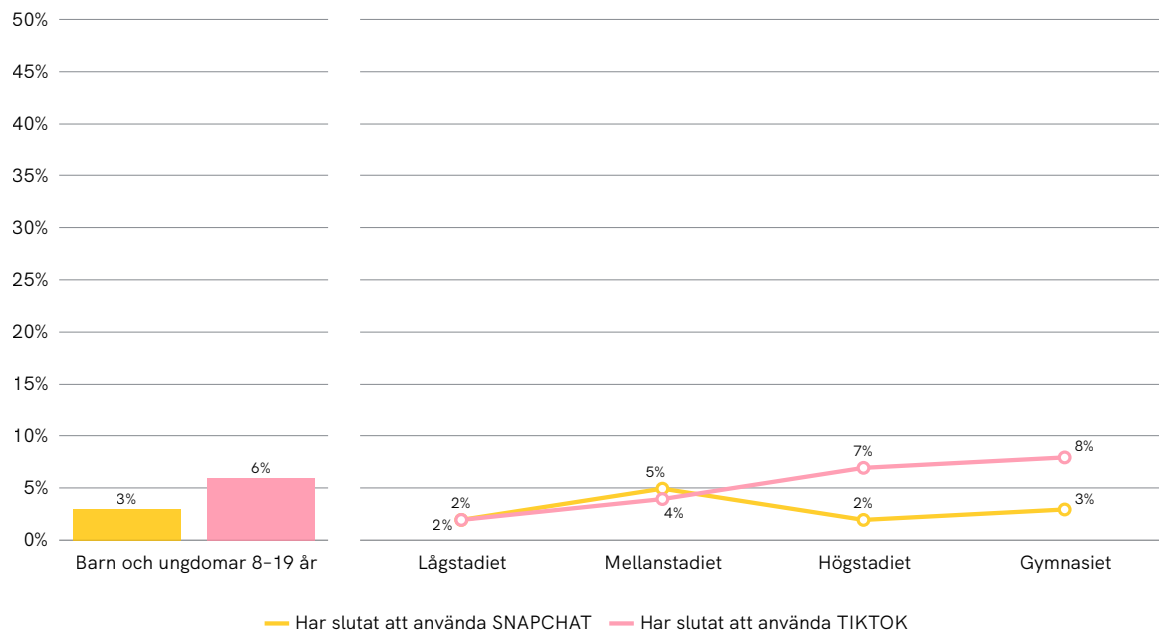


Diagram 3.35b, Bas: Barn och ungdomar 8-19 år, År 2025 (Studie 1) Obs! Skala 50%

Vilka sociala medier har barn och ungdomar använt tidigare men slutat att använda?

Vi har frågat barn 8–19 år som inte använder fem utvalda sociala medier – Facebook, Instagram, Snapchat, Tiktok och X/Twitter – om de har använt någon av dessa tjänster tidigare. Detta för att ta reda på hur många barn som har slutat att använda tjänsterna. Det är dock viktigt att också ta hänsyn till barns användning av respektive tjänst vid värdering av resultatet, både totalt sett och för respektive skolstadium. Se vid behov *diagram 3.29 och 3.30a-d*.

- Facebook är den tjänst av dessa fem som flest barn har slutat att använda. Var tionde barn har någon gång använt men slutat att använda Facebook och främst tonårsflickor (17%). *
- X/Twitter har 6 procent avhoppare bland barn och ungdomar och främst bland gymnasieungdomar.
- Tiktok har 6 procent avhoppare bland barn och ungdomar och främst bland tonårspojkar (10%). *
- Instagram har 5 procent avhoppare bland barn och ungdomar och främst bland högstadieungdomar.
- Snapchat har 3 procent avhoppare bland barn och ungdomar och främst bland mellanstadiebarn.

Vilka är anledningarna till att barn och ungdomar slutar att använda dessa sociala medier?

Den frågan har vi ställt till barnen och nedan följer några av deras svar för respektive tjänst. För fler citat av barn och en mer detaljerad analys av svaren för alla svenskar 8 år eller äldre finns i avsnittet *Avhoppare – varför slutar en del använda vissa sociala medier?*

Varför har barn och ungdomar slutat använda X/Twitter?

”På grund av Elon Musk och Trump. Vill inte läsa MAGA-innehåll. Gör mig illamående.”

Pojke, 17 år

”Fullt av högerextremister och såg inget värde i att vara där.”

Flicka, 19 år

Varför har barn och ungdomar slutat använda Facebook?

”Inga kompisar där bara deras föräldrar. Orkar inte se deras middagar och hur arga de är på något.”

Flicka, 15 år

”Det är bara gamlisar bland en massa reklam.”

Pojke, 16 år

Varför har barn och ungdomar slutat använda TikTok?

"Det var dåligt för mig. Alla i min klass har TikTok men inte jag för pappa vet också att det är dåligt. Så jag får tvåtusen när jag fyller 12 och 4000 när jag fyller 14 och så vidare."

Flicka, 11 år

"Min pappa säger att Kina spionerar i appen så jag får inte använda den."

Pojke, 13 år

Varför har barn och ungdomar slutat använda Instagram?

"Inget som gör mig aktiv där. Somnade typ."

Pojke, 15 år

"Mådde för dåligt av allt jag såg på Instagram. Slutade sova för allt jag kollade på så jag slutade med en massa på mobilen."

Flicka, 17 år

Varför har barn och ungdomar slutat använda Snapchat?

"Mamma tvingade mig. Hon litar inte på Snap."

Pojke, 10 år

"Andra mobbades och jag mådde dåligt så pappa tog bort appen."

Flicka, 11 år

Fokus på: Roblox – Special 2025

Många barn och nästan inga vuxna använder Roblox

Fråga: Vilka sociala nätverksplatser/sociala medier har du använt de senaste 12 månaderna?

ROBLOX ÅR 2022-2025

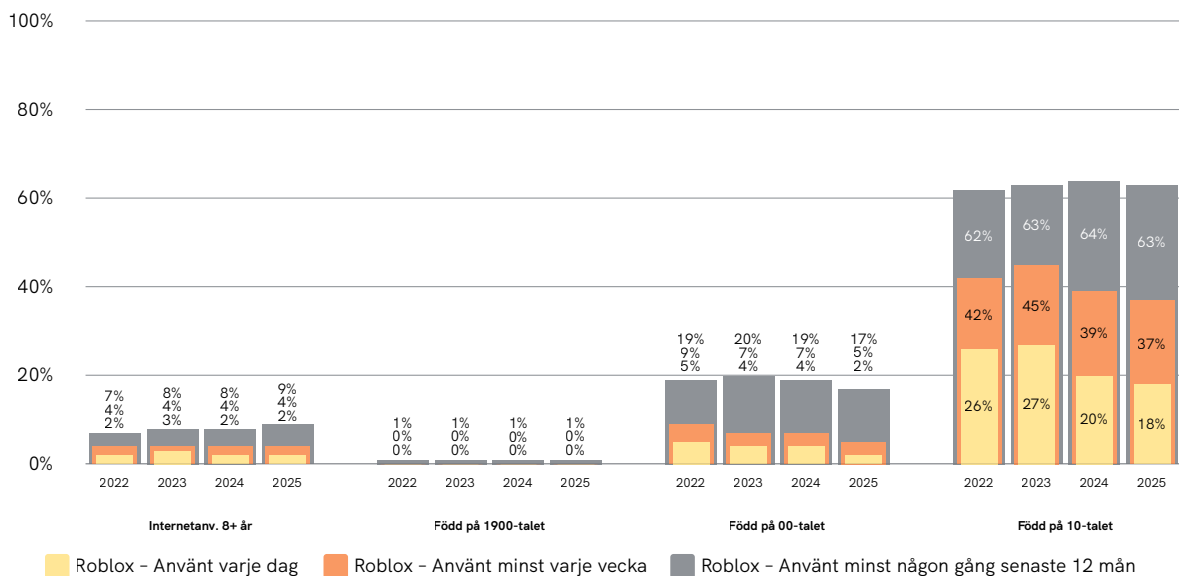


Diagram 3.13a, Bas: Internetanvändare 8+ år, År 2022-2025 (Studie 1)

ROBLOX ÅR 2022-2025

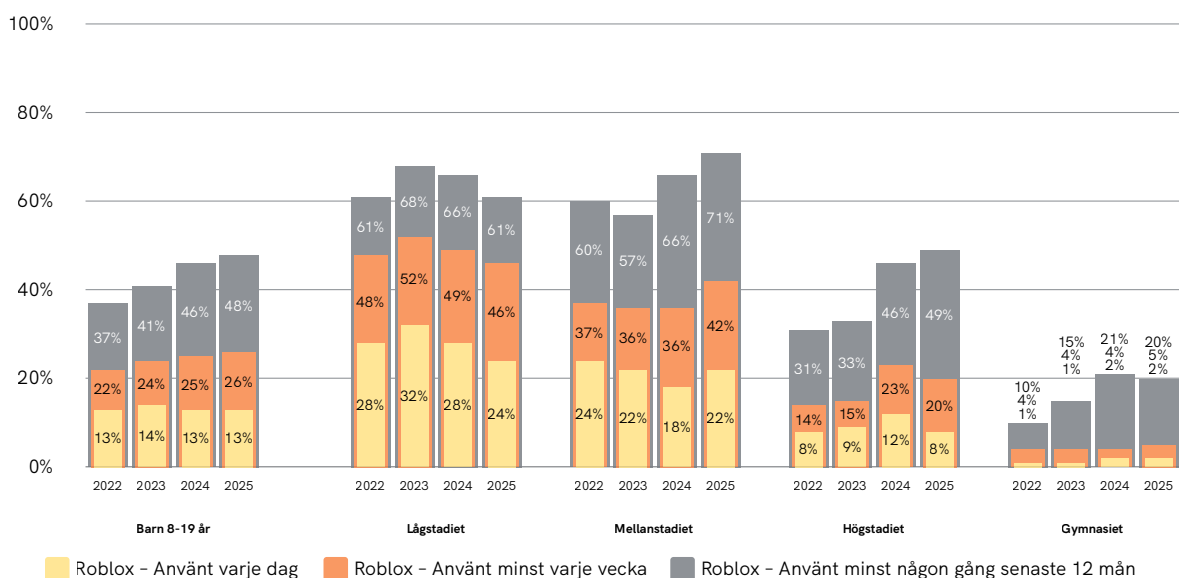


Diagram 3.13b, Bas: Internetanvändare 8+ år, År 2022-2025 (Studie 1)

Hur många använder Roblox år 2025?

- Endast 9 procent av svenskarna har använt Roblox år 2025, och 4 procent har använt Roblox varje vecka och 2 procent dagligen.
- Roblox används nästan uteslutande av barn och ungdomar 8–19 år (48%). Gapet är stort jämfört med de som är 20 år eller äldre (1%). *
- Användningen är som högst bland mellanstadiebarn där 7 av 10 använder Roblox, följt av lågstadiebarn där 6 av 10 använder plattformen.
- Flickor och pojkar använder Roblox i princip i samma utsträckning. De eventuella skillnader som syns ligger inom felmarginalen. *

Ökar eller minskar användningen av Roblox?

För barn på låg-, mellan- och högstadiet har det skett stora förändringar i användning under den senaste treårsperioden. Därför fokuserar vi på perioden år 2023–2025 i denna analys. Något som kan vara viktigt att ha i åtanke är att barnen varje år blir äldre och till viss del tar med sig sitt beteende även när de börjar ett nytt skolestadium.

- Användningen av Roblox bland barn och ungdomar 8–19 år har en långsiktig ökande trend mellan år 2023 (41%) och år 2025 (48%).
- Den största skillnaden finns bland högstadieungdomar. Där har användningen ökat stegvis under år 2023 (33%) till 2025 (49%).
- Användningen av Roblox ökar även successivt bland mellanstadiebarn mellan år 2023 (57%) och 2025 (71%).
- Hur många som använder Roblox tenderar också öka bland gymnasieungdomar mellan år 2023 (15%) och 2025 (20%). Ökningen skedde redan mellan år 2023 och 2024 och har sedan legat stabilt.
- Bland lågstadiebarn tenderar användningen av Roblox att minska successivt mellan år 2023 (68%) och 2025 (61%). Förändringarna ligger dock inom felmarginalen. Det kan dessutom bero på att färre lågstadiebarn börjar använda Roblox, inte nödvändigtvis att de har använt tjänsten och sedan slutat.

Tips!

Under avsnittet *Vilka sociala medier är populärast i olika åldrar?* kan du se hur Roblox fördelar sig totalt sett över generationer.

Vill du se utvecklingen över tid för Roblox i jämförelse med andra sociala medietjänster, se avsnittet *Vilka sociala medier har ökat eller minskat?*

Nära var femte mellanstadieelev hänger med kompisar de inte känner IRL på Roblox

Fråga: Gör du något av följande på Roblox?

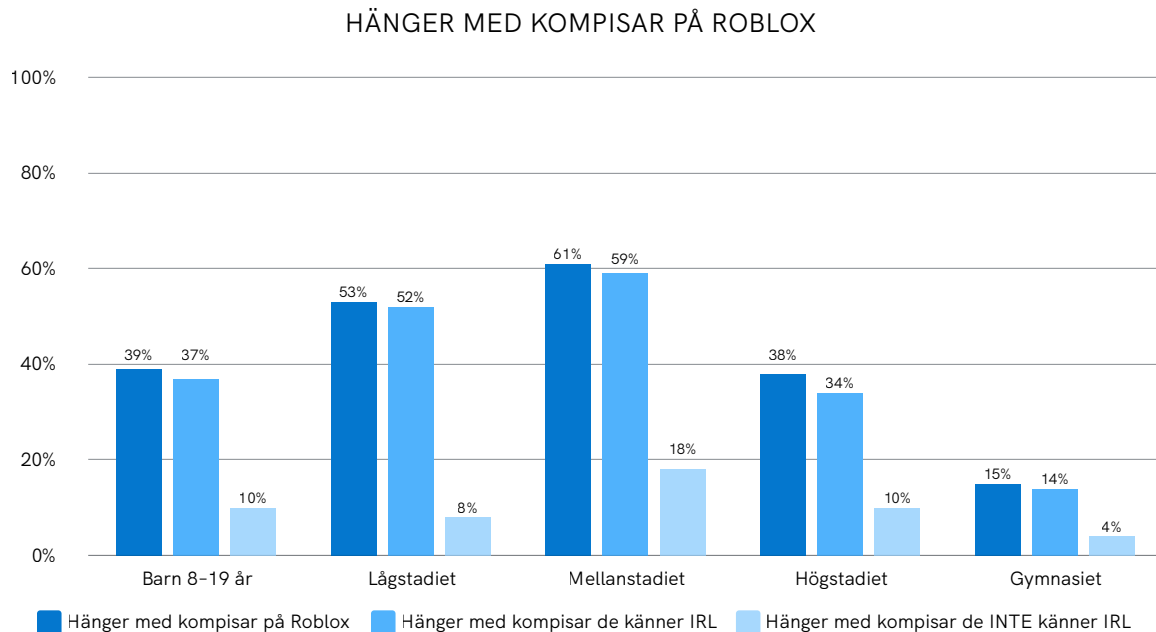


Diagram 3.14, Bas: Barn och ungdomar 8-19 år, År 2025 (Studie 1)

Hur många är det som hänger med kompisar på Roblox?

- Bland barn och ungdomar i skolåldern, 8-19 år, hänger 4 av 10 med kompisar på Roblox.
- Det är främst mellanstadiebarn som hänger med andra på Roblox, följt av lågstadiebarn. Något att ha i åtanke är att det även är flest barn på låg- och mellanstadiet som använder Roblox.

Vilka är det man hänger med på Roblox?

- I princip alla som hänger med personer eller kompisar på Roblox, hänger med kompisar de känner IRL, det vill säga även i livet utanför nätet. Men många umgås också med personer de inte känner IRL, utanför nätet, på Roblox.
- 1 av 10 barn 8-19 år hänger med personer de inte känner IRL på Roblox.
- Bland mellanstadieelever är det vanligare att hänga med personer man inte känner IRL på Roblox jämfört med barn i andra skolstadier. Nära var femte barn på mellanstadiet gör det.
- Det är få gymnasieungdomar, 4 procent, som hänger med sådana de inte känner IRL på Roblox.

Mer än var fjärde elev på låg- och mellanstadiet köper Robux

Fråga: Gör du något av följande på Roblox?

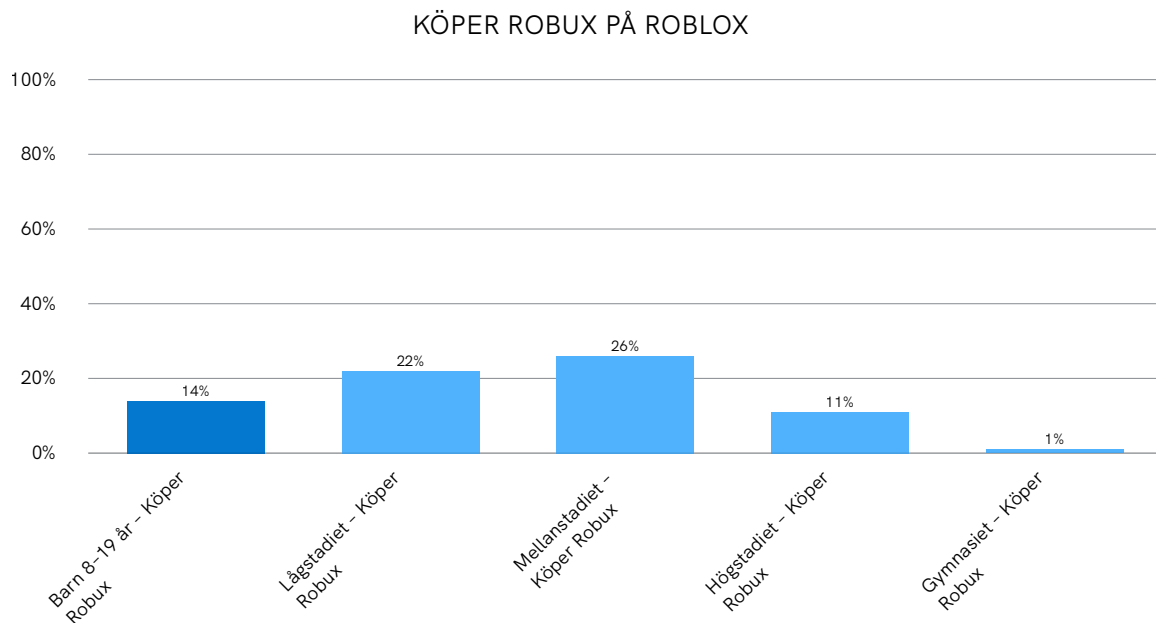


Diagram 3.15, Bas: Barn och ungdomar 8-19 år, År 2025 (Studie 1)

Hur många köper Robux i Roblox?

- Var sjunde barn 8-19 år köper Robux, en digital valuta som går att köpa för riktiga pengar och används i Roblox.
- Var fjärde barn på mellanstadiet köper Robux, vilket är den högsta andelen sett till olika skolstadier. På andra plats kommer lågstadiebarnen där en femtedel köper Robux. En sak att ha i åtanke är att det även är flest barn på låg- och mellanstadiet som använder Roblox.
- I princip ingen gymnasieungdom köper Robux.

“Att spela olika spel tillsammans är det bästa med Roblox”

Fråga: Vad är det bästa med Roblox?

DET BÄSTA MED ROBLOX



Diagram 3.16, Bas: Använder Roblox 8+ år, År 2025 (Studie 1)

Vad är det bästa med Roblox?

De som använder Roblox har haft möjlighet att i fritextsvar uppge vad som är det bästa med Roblox. Det är många olika saker som nämns som det bästa med Roblox, men det finns några saker som återkommer oftare än andra. Att man kan spela och umgås tillsammans och att det finns många olika spel är vad som nämns oftast. Men också att det helt enkelt är kul och att det finns roliga spel.

Att spela och umgås med andra är något av det bästa med Roblox

Något som ofta nämns som det bästa med Roblox är att man kan spela det tillsammans och umgås med andra. Det kan vara tillsammans med kompisar men också syskon eller andra familjemedlemmar. En annan bra sak är även att ha möjlighet till att spela med vänner som bor långt bort. I föräldrars fall är istället möjligheten till att umgås med sina barn genom att spela tillsammans det som oftast nämns som bäst med Roblox.

“Att kunna välja bland olika spel och hoppa in i olika världar med vänner.”
Pojke, 8 år

“Det är roligt att spela med kompisar och jag hittar också nya kompisar där, och sen finns det mycket att välja på också.”
Flicka, 11 år

“Spelen du kan spela med dina kompisar även då de bor långt bort. Jag brukar ringa mina kompisar och prata medans vi spelar.”
Flicka, 13 år

"Man kan spela roliga spel som är varierande. Förut var det kul att spela med vänner, men nu har de slutat. Jag spelar lite själv ibland."

Pojke, 15 år

"Mina barn spelar och därför spelar jag ibland med dem."

Kvinna, 37 år

Att det finns många olika spel

Att det finns många olika spel är en annan sak som ofta nämns som det bästa med Roblox. Det handlar dels om att det finns ett stort utbud av spel, dels om att spelen är väldigt varierande.

"Att det finns tusen olika spel. Man kan få nya vänner och det gör mig glad."

Flicka, 9 år

"Roliga spel som handlar om många olika saker som jag är intresserad av."

Pojke, 10 år

"Det finns mycket spel att spela. Finns alltid nåt att göra liksom. Många spel är väldigt roliga plus att det inte kostar något så alla kan spela det. Man kan också spela med vänner och det är kul."

Flicka, 11 år

"Jag spelar inte det så mycket längre men jag skulle säga gemenskapen och att det finns så många olika spel att välja på i ett."

Flicka, 15 år

Att det är kul och att det finns roliga spel

Något annat som ofta nämns som bäst med Roblox är kort och gott att det är kul och att det finns roliga spel. Det kan antingen röra sig om att det rent generellt är roliga spel, men det är också relativt vanligt att det finns ett visst specifikt spel som är det bästa med Roblox. I allmänhet så skiljer sig inte motiveringarna av det bästa med Roblox mellan pojkar och flickor, förutom när det gäller just typen av spel. Flickor lyfter lite oftare fram rollspel- och så kallade dress up-spel medan pojkarna något oftare nämner actionspel och äventyrsinriktade spel.

"Man kan spela massa olika spel så man tröttnar inte och adopt me är mitt favoritspel på Roblox för jag ser många på YouTube som spelar det och de inspirerar mig."

Flicka, 12 år

"Kul med spel och community, bygga grejer."

Pojke, 14 år

"Det är jättemånga roliga spel jag kan spela med mina syskon."

Flicka, 17 år

“Att andra är dumma och att saker kostar är bland det sämsta med Roblox”

Fråga: Vad är det sämsta med Roblox?



Diagram 3.17, Bas: Använder Roblox 8+ år, År 2025 (Studie 1)

Vad är det sämsta med Roblox?

Vi har även låtit de som använder Roblox att i fritextsvar uppge vad de tycker är det sämsta med Roblox. Ett av de oftast återkommande svaren är att det inte finns något som är det sämsta med Roblox, men här nedan fokuserar vi på de svar som getts av de som har något de tycker är det sämsta.

Svaren gällande det sämsta med Roblox är mer varierande än svaren om vad som är det bästa. Att andra är dumma och även mobbing är något som relativt ofta nämns som det sämsta med Roblox. En annan sak är att saker kostar Robux, en digital valuta som går att köpa på plattformen. Att bli lurad eller till och med hackad är också en negativ aspekt av Roblox som användarna lyfter fram. Det kan också röra sig om att själva spelen är tråkiga eller dåliga.

Att andra är dumma är bland det sämsta med Roblox

En av de oftast nämnda sakerna som det sämsta med Roblox är att andra är dumma, säger elaka saker eller mobbar andra användare. Det nämns även att det sker kränkningar.

“Att det finns vissa människor som är i den övre tonåren + vuxna som kan vara elaka mot barn ex. skriver elaka saker, hackar andras konton och förstör deras avatarer, hus mm.”

Flicka, 11 år

"Det kan vara folk som är taskiga, typ skriver elaka saker, och i vissa spel, ofta i spel där man spelar roleplay, att man är i en stad och lever ett realistiskt liv, att folk betar sig illa, har kränkande avatarer eller gör olämpliga saker."

Flicka, 12 år

"Alla småbarn som det är väldigt tydligt att de inte får spela spelet på grund av deras ålder och hackare/otrevliga personer."

Flicka, 14 år

"Jag kommunicerar inte själv i spelet men kan tycka att barnen som spelar kan vara onödigt taskiga mot varandra. Vissa kan bete sig olämpligt mot andra."

Kvinna, 23 år

Att saker kostar Robux/pengar

Ett av de oftast återkommande svaren är också att saker kostar Robux, en digital valuta i Roblox som kan köpas för riktiga pengar. Detta nämns exempelvis i samband med att man vill ändra utseende på sin avatar (spelfigur). Föräldrar nämner också att barnen vill köpa Robux som en negativ aspekt av Roblox.

"Att man kan blockera varandra och att många saker kräver robux."

Flicka, 9 år

"Många växer bort från roblox i min ålder (jag också). Även att mycket kostar Robux."

Pojke, 13 år

"Man måste betala för att byta utseende."

Flicka, 15 år

"Herregud va allt e dyrt."

Pojke, 17 år

"Barnen vill köpa mycket virtuella saker."

Man, 46 år

Man kan bli lurad eller hackad

Andra saker som nämns som det sämsta med Roblox är att man kan bli lurad eller utsättas för hackare. Det kan också röra sig om vuxna som lurar barn. Just barnsäkerheten är en aspekt som lyfts fram av några som svarat.

"Mamma säger att det kan finnas folk som via chatten vill komma åt mig som barn."

Flicka, 8 år

"Man kan luras på pengar och bli kickad utan anledning."

Pojke, 9 år

"På vissa spel kan man bli scammad. Det har hänt mig flera gånger. Alla saker jag blivit scammad på har kostat pengar."

Flicka, 11 år

"Man vet inte alltid vem som är på andra sidan."

Flicka, 13 år

"Folk kan bli lurade, särskilt yngre."

Flicka, 14 år

"Online daters, eller folk som bara är taskiga där, hackers är också jobbiga."

Flicka, 15 år

"Hur de vägrar erkänna att det finns ett enormt problem med barnsäkerhet på plattformen och låter problemet bli värre och värre."

Pojke, 18 år

Dåliga eller tråkiga spel

Att spelen generellt sett inte är roliga eller att man är missnöjd med ett specifikt spel är också saker som lyfts fram som det sämsta med Roblox. Bland äldre barn nämns att spelen är för yngre barn medan det å andra sidan också nämns att det finns spel som inte är anpassade för yngre barn.

"Ett spel ser roligt ut på bilden men när jag spelar det så är det tråkigt."

Flicka, 8 år

"När man är mindre finns spel som inte är så bra för små (skjutspel...)."

Flicka, 9 år

"Att det finns många dåliga spel och det finns personer som fuskar i olika spel."

Pojke, 13 år

"Att det finns så mycket obegåvade spel som kommer upp i min feed. De intresserar mig inte alls."

Pojke, 15 år

Många föräldrar oroar sig för barns liv på nätet och vet inte hur de ska skydda barnen från riskerna. Barnen själva går i täten när det gäller att använda AI i skolan och hemma.

Barnen och internet är en studie som genomförs av Internetstiftelsen. Med undersökningen vill vi bidra med fakta och insikter om hur barns och ungas användning av internet utvecklas.

Internetstiftelsen är en oberoende, affärsdriven och allmännyttig organisation. Vi verkar för ett internet som bidrar positivt till människan och samhället. Vi ansvarar för internets svenska toppdomän .se och sköter drift och administration av toppdomänen .nu. Intäkterna från affärsverksamheten finansierar en rad satsningar i syfte att möjliggöra att människor kan nyttja internet på bästa sätt, och stimulera kunskapsdelning och innovation med inriktning på internet.

Vår vision är att alla i Sverige vill, vågar och kan använda internet.

Exempel på våra satsningar är:

- Den här rapporten, Barnen och internet
- Den årliga undersökningen Svenskarna och internet
- Lärresursen Digitala lektioner
- Konferensen Internetdagarna
- Folkbildningssatsningen Internetkunskap
- Start- och mötesplatsen Goto 10
- Det digitala museet Internetmuseum
- Mätverktyget Bredbandskollen

