



Vad säger ungdoms- organisationerna?

Bilaga med resultat från dialoger med ungdomsorganisationer till **Digitala medier och barns och ungas hälsa, en kunskapsöversikt.**



Mediemyndigheten

Titel: Vad säger ungdomsorganisationerna?
Bilaga med resultat från dialoger med
ungdomsorganisationer till Digitala medier och
barns och ungas hälsa, en kunskapsöversikt, 2024

Ansvarig utgivare: Mediemyndigheten

Författare: Liv Agdalen

Telefon: 08-580 070 00

E-post: registrator@mediemyndigheten.se

Innehåll

1	Inledning	4
1.1	Viktiga resultat.....	4
1.2	Genomförande.....	4
2	Barns och ungas delaktighet och rätt till information	4
3	Fördelar med digitala medier	5
3.1	Genom digitala medier kan unga finna mening och samhörighet.....	5
3.2	Fysiska avstånd är inget hinder.....	5
4	Nackdelar med digitala medier	6
4.1	Hat och hot på nätet.....	6
4.2	Desinformation och bubblor.....	6
4.3	Hinna med livet offline.....	7
4.4	Unga med funktionsnedsättningar kan hamna utanför.....	7
5	Vuxenvärldens och samhällets ansvar.....	7
5.1	Närvarande föräldrar	7
5.2	Plattformarna kan göra mer	7
5.3	Förståelse och acceptans för ungas digitala värld	8
5.4	Behov av rekommendationer.....	8

1 Inledning

Vi har haft dialogmöten med flera organisationer inom civilsamhället som organiserar och representerar unga och för fram ungas röster och perspektiv.

1.1 Viktiga resultat

Detta är våra främsta resultat:

- Digitala medier kan bland annat ge barn och unga social tillhörighet, trygghet stöd och en mer meningsfull vardag.
- Digitala medier överbryggar geografiska gränser och möjliggör delaktighet på distans, nätverkande och snabbare demokratiska processer.
- Det finns brister i tillgänglighet i sociala medier för unga med funktionsnedsättningar. Det kan skapa utanförskap, minska delaktigheten och göra det svårare att ta till sig information eller engagera sig aktivt.
- Föräldrar bör stötta, vara närvarande och ställa frågor för att fördjupa sin förståelse av barns digitala vardag. De bör också vägleda sina barn när det gäller källkritik och riskerna med digitala medier.
- Många vill se konkreta tips till barn och unga om sätt att begränsa sin digitala medieanvändning och om vart de kan få stöd och hjälp när det behövs.

1.2 Genomförande

Totalt 29 organisationer bjöds in till samtal, och 8 tackade ja till att medverka. Specialpedagogiska skolmyndighetens ungdomsnätverk inkluderades också. Organisationerna representerar flera ungdomsgrupper, exempelvis unga som tillhör nationella minoriteter, unga med funktionsnedsättningar, hbtqi-ungdomar och elever på grundskolor och gymnasium.

2 Barns och ungas delaktighet och rätt till information

Många ungdomsorganisationer använder sociala medier för att kommunicera med sina medlemmar, eftersom det går fort att sprida information, man får snabbare demokratiska processer och medlemmarna enkelt kan ha kontakt med varandra.

"Att lättare ta till sig av information som berör en själv och lättare engagera sig i frågor som man vill påverka och på det sättet bidra till att till exempel stärka demokratin eller få en bättre existentiell hälsa eller liksom en bättre känsla av meningsfullhet. Och den

tillgängligheten till information hjälper också till att skapa sammanhang, kanske mellan grupper som inte alltid hade hittat varandra annars.” Sveriges Elevkårer

Viktiga budskap kan dock försvinna i det stora informationsflödet.

3 Fördelar med digitala medier

3.1 Genom digitala medier kan unga finna mening och samhörighet

Enligt organisationerna ger digitala medier bland annat social tillhörighet och stöd, och de kan göra att tillvaron känns mer meningsfull. Det kan till exempel handla om att hitta sociala sammanhang och relationer i den digitala miljön som saknas i den fysiska.

”Det har varit flera i vår förening som har känt så 'åh egentligen är jag en finne' även om de har växt upp i Sverige, och det är genom vår förening. Och genom att få veta om vår förening så får de såna 'aa det är inte så egentligen, jag är inte bara finne eller från Sverige, jag är sverigefinne'.” Sverigefinska Ungdomsförbundet

Många organisationer menar att ungdomarna blir mindre ensamma, stärker sin identitet och kan få en meningsfull fritid eftersom den digitala gemenskapen kan vara en väg in i fysiska sammanhang. Dessutom känns det tryggt i avgränsade digitala rum.

”Utifrån de grunderna som vi jobbar med och för unga hbtqi-personer så är det digitala väldigt viktigt för att man ska kunna på olika sätt utforska och bejaka sin egna identitet och göra det ... ja, helt naturliga liksom utforskandet som är svårt att i många fall göra i den verkliga världen för att omgivningen inte accepterar ett könsuttryck som bryter mot normen.” RFSL Ungdom

3.2 Fysiska avstånd är inget hinder

Ett annat återkommande tema är meningsfulla utbyten och ny kunskap, och att digitala medier överbryggar fysiska avstånd.

”Ur vår kontext, här är ett perspektiv som jag faktiskt inte har lyft än som jag tycker är superintressant och faktiskt högaktuellt, och det är att vi har en stor bredd av organisationer eller elevkårer på landsbygden. En av de viktigaste formerna för utveckling och utbyte är att man som elevkår träffar andra elevkårer och kan diskutera: 'Vilka engagemang? Vilka aktiviteter? Vad är det som funkar? Hur har ni valt att engagera er?' Och på det sättet lyckats koppla samman delar av verksamheten, på ett sätt som där vi som organisation tidigare haft den här väldigt, väldigt tydliga paraplyrollen”. Sveriges Elevkårer

4 Nackdelar med digitala medier

4.1 Hat och hot på nätet

Organisationerna ser också att diskussionsklimatet i digitala medier och utformningen av sociala medier kan leda till en skev uppfattning om världen som helhet, och till stress och oro bland annat på grund av hat, hot och våld.

"Ja alltså, det påverkar ju absolut psykiskt väldigt mycket. Det påverkar ju liksom ens möjlighet att uttrycka sig online, till exempel fritt liksom uttrycka sin identitet online, absolut påverkar jättemycket negativt. Och det påverkar ju även oss som sitter liksom i styrelsen, alltså typ hur mycket man orkar liksom ta emot på Twitter till exempel, alltså de som sitter med det, det påverkar ju en negativt psykiskt. Och det påverkar ju också möjligheten att uttrycka sig fritt, att man tänker liksom: "Ja, okej, om vi säger detta så kanske du får den här reaktionen". Judiska Ungdomsförbundet

Hat, hot och våld kan leda till minskat demokratiskt utrymme, anpassat beteende och ökad oro. Många vittnar om en hårdare ton på nätet och ser att det som accepteras online inte skulle tolereras i verkliga livet. Det handlar också om en utbredd utsatthet för sexuella trakasserier och sexuellt våld, särskilt för tjejer.

"Jag tycker att det finns väldigt många som vittnar om en stor utsatthet för sexuellt våld på nätet och att det är ju en hälsorisk, förutom att det är kränkande och brottsligt liksom så är ju det också en hälsorisk". RFSL Ungdom

4.2 Desinformation och bubblor

I den digitala miljön förekommer även mycket felaktig information, tveksamma källor och ren desinformation vilket utmanar de ungas verklighetsuppfattning och skapar misstro mot det man lär sig i skolan.

"Jag tänker att en annan potentiellt negativ effekt är att man inte upplever en lika stor tilltro till sin främsta miljö som är skolan. Det kan vara att man tar del av alternativ information eller inkorrekt information eller till och med desinformation, om man har otur, som står i strid med det man lär sig i skolan. Och om man inte upplever skolan som väl anpassad för att möta ett källkritiskt tänkande kring den typen av information så kommer man ha större benägenhet att dra sig till den informationen som är lättillgänglig via digitala medier till exempel". Sveriges Elevkårer

Enligt organisationerna är det lätt att hamna i en filterbubbla där man bara umgås med likasinnade, och då får en snävare världsbild.

4.3 Hinna med livet offline

Flera organisationer ser ett problem med undanträngningseffekter. Det är lätt att fastna i digitala medier, eller att ha stort engagemang digitalt, och därför inte hinna eller orka med läxor, vardagssysslor eller fysisk aktivitet.

4.4 Unga med funktionsnedsättningar kan hamna utanför

Det finns brister i tillgänglighet i sociala medier för unga med funktionsnedsättningar. Organisationerna anser att det behövs bättre tillgång till läst text, syntolkning, textning och teckenspråktolkning. Till exempel lyfter Sveriges Dövas Ungdomsförbund att gruppen nyanlända döva behöver teckenspråktolkning i stället för textning. Brister i tillgänglighet kan skapa utanförskap, minska delaktighet och minskad möjlighet att ta till sig information eller engagera sig aktivt.

5 Vuxenvärldens och samhällets ansvar

5.1 Närvarande föräldrar

Organisationernas företrädare tycker att föräldrar bör ha en stöttande roll, vara närvarande och ställa frågor om sina barns digitala vardag. De bör också ge vägledning när det gäller källkritik och risker med digitala medier. Vissa lyfter även att skolan kan skapa förutsättningar för att elever använder digitala medier på ett tryggt och säkert sätt även på fritiden, och att lärare bör se dem som ett verktyg snarare än ett störningsmoment i undervisningen.

5.2 Plattformarna kan göra mer

Ungdomsorganisationerna anser att plattformarna kan göra mer för att stötta unga i sin digitala medieanvändning och hindra hat, hot, trakasserier och kränkningar. Det kan handla om notiser för att uppmärksamma och bryta oönskade beteenden. För demokratiaspektens skull efterfrågar organisationerna ändrade algoritmer, minskad risk för filterbubblor och att plattformarna inte ska försvåra för att ungdomarna ska kunna gå från digitalt till fysiskt engagemang genom att vara restriktiva med länkar som leder bort från plattformen.

5.3 Förståelse och acceptans för ungas digitala värld

Organisationerna efterfrågar också en mer nyanserad bild av digitala medier i samhället. De menar att bilden av barns och ungas digitala verklighet måste vara väl underbyggd, och att vuxenvärlden generellt behöver acceptera och omfamna den nya digitala tillvaron.

"Att diskutera hur mycket eller om man ska använda sociala medier, eller om man ska få använda det på kvällar eller om man ska få andra det på helger, det är en lönlös debatt. För att unga kommer använda sociala medier, så det handlar om hur unga använder sociala medier på bästa sätt." Sveriges Elevkårer

Organisationerna menar att man även bör beakta om det verkligen finns evidens för alla befarade hälsoproblem för barn och unga, och om andra faktorer i de ungas liv påverkar det eventuella sambandet mellan digitala medier och hälsa. De trycker på att samhället behöver förstå barns och ungas medieanvändning innan man säger vad som är rätt eller fel. De varnar för att gå från korrelationer mellan användning av sociala medier och psykisk ohälsa till att dra slutsatser om att det ena leder till det andra, om det inte finns fog för detta. De pekar också på att vuxna också borde se över sin egen mobilanvändning innan de uttrycker synpunkter på ungdomarnas.

5.4 Behov av rekommendationer

Flera av organisationerna är positiva till rekommendationer, men understryker att sådana inte bör ta upp om barn och unga ska använda digitala medier eller inte, utan ha fokus på hur och vad. Enligt dem är det orimligt med tidsangivelser, men de ser gärna konkreta tips till barn och unga om hur man begränsar sin digitala medieanvändning och hur man kan få stöd och hjälp när det behövs. De tar också upp att man måste förstå det aktuella mediet för att kunna reglera och begränsa användningen, så vuxna behöver med andra ord engagera sig i och ta del av barns och ungas digitala värld.