

2024-12-04

PRESSMEDDELANDE

## Ny undersökning från Tele2 och Ipsos – Folkhälsomyndighetens råd om skärmtid: Många lyssnar – få följer

En ny undersökning från Tele2 i samarbete med Ipsos, där 1 000 föräldrar och 1 000 barn mellan 6 och 17 år har tillfrågats, visar att svenska föräldrar kämpar med att få skärmtidsregler att fungera i vardagen. Trots att 8 av 10 känner till Folkhälsomyndighetens riktlinjer och över hälften har tagit del av dem, är det endast 15 procent av de som FHM nått ut till som faktiskt lyckas följa råden i vardagen. Undersökningen avslöjar också en viktig insikt – många barn föredrar tydliga regler, särskilt i skolmiljön. Detta utmanar en vanlig föreställning om att barn vill ha obegränsad frihet.

Tele2:s undersökning lyfter fram att föräldrar vill göra rätt, men att den ökande digitaliseringen – inte minst i skolan – gör det svårt att leva upp till rekommendationerna. Samtidigt pekar resultaten på att föräldrar oroar sig för helt andra saker än skärmtiden i sig. Risken för mobbning, exponering för fake news och kroppshets samt påverkan på barns självbild är de faktorer som väger tyngst.

*– Många föräldrar känner sig ensamma med dessa utmaningar, men vår undersökning visar att om föräldrarna har en gemensam strategi och tydliga regler så kan det göra stor skillnad. Med den här undersökningen hoppas Tele2 kunna bidra till en mer konstruktiv diskussion om hur föräldrar kan skapa en hållbar vardag för sina barn i en alltmer digitaliserad värld, säger Rosanna Norman, hållbarhetsexpert med fokus på barns säkerhet på nätet på, Tele2*

Föräldrar som upplever att det fungerar bra med barnens skärmanvändning har oftare tydliga regler som anpassats efter barnets ålder och behov, och tre regler är särskilt populära hos dessa föräldrar:

- **Sköta åtaganden först:** Regeln att läxor och andra sysslor ska göras innan skärmar används har visat sig särskilt effektiv.
- **Skärmfrihet vid specifika tillfällen:** Förbud mot skärmar vid matbordet eller under morgonen förbättrar balansen i familjer, särskilt bland yngre barn.
- **Generell begränsning på vissa dagar:** Särskilt effektivt bland äldre barn, där mycket skärmtid kan påverka skolarbetet negativt.

Undersökningen visar också att barn är positiva till mobilförbud i skolan, men att inställningen varierar med åldern: bland 6–9-åringar tycker 58 % att det är ganska eller mycket bra och 16 % att det är dåligt, bland 10–13-åringar är siffrorna 50 % respektive 27 %, och bland 14–17-åringar sjunker stödet till 41 % medan 32 % är emot.

### Enade föräldrar lyckas bäst

Resultaten visar också att samsyn mellan föräldrarna är avgörande. I familjer där vårdnadshavarna är överens om reglerna fungerar barnens skärmanvändning betydligt bättre, vilket skapar en lugnare vardag för alla inblandade.

Undersökningen genomfördes mellan 14 och 20 november 2024. Totalt tillfrågades 1 000 föräldrar och 1 000 barn i åldrarna 6-17 år. Hela undersökningen kommer att presenteras i januari.

### För mer information, vänligen kontakta:

Fredrik Hallstan, Head of External Communications, Tele2, +46 761 15 38 30 / [fredrik.hallstan@tele2.com](mailto:fredrik.hallstan@tele2.com)

---

Tele2 är ett ledande telekombolag med syfte att möjliggöra ett samhälle med obegränsade möjligheter. Genom våra nätverk och tjänster — som sträcker sig från bredband, datanät, mobil- och fast telefoni till TV, streaming och globala IoT-tjänster — är vi djupt sammankopplade med alla delar av dagens digitala livsstil. Genom att göra vår infrastruktur mer kraftfull, säker och hållbar möjliggör vi samma slags utveckling av samhället. Tele2 grundades 1993 och är noterat på Nasdaq Stockholm. Under 2023 omsatte bolaget 29 miljarder kronor, med en underliggande EBITDAaL på 10 miljarder kronor. För de senaste nyheterna och finansiella definitioner, vänligen se vår hemsida [www.tele2.com](http://www.tele2.com).