

Motion av Andréa Hedin (M) om att införa mobilförbud i grundskolan för att minska psykisk ohälsa

Under de senaste åren har psykisk ohälsa bland barn och unga ökat markant, och en av de bidragande faktorerna är den ökande användningen av mobiltelefoner¹. Sociala medier, konstant uppkoppling och jämförelse med andra har blivit en del av barnens vardag, ofta redan i lågstadiet. Därför bör mobiltelefoner förbjudas i Stockholms grundskolor på prov för att skapa en tryggare och mer hälsosam miljö för eleverna.

En av de främsta orsakerna till den växande psykiska ohälsan är pressen från sociala medier. Många barn känner sig ständigt tvingade att jämföra sig med andra på plattformar som Instagram, Snapchat och TikTok. Detta kan leda till låg självkänsla, ångest och till och med depression. Att förbjuda mobiltelefoner under skoltid skulle ge barnen en paus från denna ständiga press och hjälpa dem att fokusera på sina egna prestationer och relationer, snarare än på likes och kommentarer.

Vidare skapar mobiltelefoner en distraktion i klassrummet som påverkar elevernas inläring negativt². Många barn kollar sina telefoner i smyg under lektionerna, vilket inte bara sänker deras egen koncentration utan också stör undervisningen. Om mobiler inte tilläts i skolan skulle eleverna kunna lägga mer fokus på att utveckla sina kunskaper och samarbeta med varandra utan digitala störningsmoment. Detta skulle också bidra till att stärka deras sociala förmågor, något som är avgörande för deras framtida välmående och framgång.

Ett mobilförbud skulle också kunna bidra till att minska förekomsten av mobbning. Cybermobbning har blivit ett stort problem i skolorna, och mobiler gör det lätt för elever att snabbt sprida kränkande meddelanden eller bilder. Genom att begränsa mobilanvändningen kan skolor skapa en tryggare miljö där eleverna inte behöver oroa sig för att bli utsatta via sociala medier under skoldagen.

Elever och lärare vittnar även i diskussioner om att omklädningen i anslutning till idrottslektionerna har blivit särskilt problematisk eftersom många elever tycker att det är obehagligt att klä av sig och duscha med vetskapen om att de närsomhelst kan bli filmade eller fotograferade. Något som lett till att allt fler elever väljer att inte byta om och därmed också får svårt att delta fullt ut. Det leder också till att idrottslektionerna behöver anpassas och blir mindre aktiva, vilket innebär mindre rörelse och mindre positiva hälsoeffekter av idrotten för eleverna.

Kritiker kan hävda att mobiler är viktiga för elevernas trygghet, till exempel för att kunna kontakta sina föräldrar vid behov. Men skolorna kan enkelt tillhandahålla andra lösningar, som fasta telefoner eller en gemensam kommunikationspolicy. Dessutom handlar detta förslag endast om att begränsa mobilanvändningen under skoltid – barnen kan fortfarande använda sina telefoner före och efter skolan.

Det pågår en nationell utredning som ska analysera och lämna förslag kring möjligheterna att samla in mobiltelefoner vid varje skoldags början vilket är välkommet. Utredningen ska redovisa sina slutsatser i mars 2025 och det kommer dröja ytterligare innan ett eventuellt nationellt förbud kan träda i kraft. Oavsett hur de nationella förslagen landar är det vår inställning att Stockholms grundskolor ska vara mobilfria.

¹ <https://www.forskning.se/2022/10/11/uppkopplad-nedstamd-hur-mar-unga-av-digitala-medier/>

² ”Därför borde mobilförbud i skolan vara lika självklart som rökförbud” | SVT Nyheter

Sammanfattningsvis är ett mobilförbud i grundskolan en nödvändig åtgärd för att bekämpa den växande psykiska ohälsan bland unga och ett sätt att öka delaktigheten på lektionerna under skoldagen. Genom att skapa en miljö fri från digital press och distraktion kan vi hjälpa barnen att utvecklas till trygga och självsäkra individer. Det är dags att prioritera barnens välmående framför deras skärmtid.

Med anledning av ovanstående föreslår jag kommunfullmäktige att besluta:

Att Stockholms kommunala grundskolor blir helt mobilfria under en testperiod om tre år alternativt fram till att ett nationellt förbud träder i kraft.

Att Effekterna av ett generellt mobilförbud utvärderas efter testperioden.