

Motion till riksdagen 2025/26:457

av Cecilia Engström (KD)

Musik som resurs för förbättrad psykisk hälsa

Förslag till riksdagsbeslut

Riksdagen ställer sig bakom det som anförs i motionen om att ge en myndighet i uppdrag att utreda musikens roll som resurs för förbättrad psykisk hälsa och tillkännager detta för regeringen.

Motivering

Den psykiska hälsan har under de senaste åren utvecklats till en av de största samhällsutmaningarna i Sverige. En allt större andel av befolkningen, särskilt bland unga, upplever stress, ångest och depression, vilket påverkar både individers välbefinnande och samhällets långsiktiga hållbarhet.

I januari 2025 presenterade regeringen en nationell strategi inom området psykisk hälsa och suicidprevention. Den nationella strategin ska ge en långsiktig inriktning för arbetet under perioden 2025–2034, grundat på en tvärsektoriell ansats som skapar förutsättningar för en gemensam riktning för hela samhället i arbetet med psykisk hälsa och suicidprevention. Den nationella strategin kallas ”Det handlar om livet” och ger viktiga förutsättningar för att stärka arbetet för en god psykisk hälsa.

Trots de omfattande insatser som redan görs finns det ett behov av att identifiera och implementera ytterligare verktyg för att effektivt stärka den psykiska hälsan. En resurs som ofta förbises är musikens kraft som terapeutiskt och förebyggande verktyg. Forskning visar att musik kan minska stress och ångest, främja känslomässig bearbetning, stärka självkänsla och social gemenskap samt bidra till förbättrad psykisk hälsa på individ- och samhällsnivå.

Mot bakgrund av detta anser jag att regeringen bör ge i uppdrag till en myndighet, exempelvis Folkhälsomyndigheten och Socialstyrelsen, att utreda musikens roll i arbetet med förbättrad psykisk hälsa. Utredningen bör analysera hur musik kan integreras i

olika delar av samhället och hur denna potential kan användas på ett evidensbaserat och kostnadseffektivt sätt. Utredningen kan exempelvis omfatta följande områden:

- Integrering av musikterapi inom vården: Utveckla riktlinjer och stöd för att musikterapi kan användas som ett komplement inom vården, inklusive utbildning av vårdpersonal och finansiering av pilotprojekt.
- Musik som verktyg i skolan: Införa musikbaserade program och aktiviteter som främjar elevernas psykiska hälsa, stärker social gemenskap och utvecklar känslöshantering.
- Stöd till lokala musikinitiativ: Ge finansiering och stöd till lokala och ideella musikprojekt som syftar till att främja psykiskt välbefinnande, särskilt bland utsatta grupper.

Genom att lyfta musiken som en viktig resurs i arbetet med psykisk hälsa kan vi skapa nya vägar för att förbättra människors mentala välbefinnande och bidra till ett mer hållbart samhälle.

Cecilia Engström (KD)