SVERIGES RIKSDAG

Motion till riksdagen 2026/27:623

av Camilla Rinaldo Miller (KD)

Breddat friskvårdsbidrag för förebyggande insatser för psykisk hälsa

Förslag till riksdagsbeslut

Riksdagen ställer sig bakom det som anförs i motionen om att regeringen bör utreda hur det skattefria friskvårdsbidraget kan breddas till att omfatta förebyggande insatser för psykisk hälsa, däribland professionellt samtalsstöd och avgränsade samtalsterapeutiska insatser, och tillkännager detta för regeringen.

Motivering

Psykisk ohälsa medför stora konsekvenser för enskilda människor, arbetslivet och samhället. Enligt Försäkringskassans lägesrapport från januari 2026 var 92 100 personer sjukfrånvarande med en psykiatrisk diagnos i september 2025. Det motsvarar en ökning med 11 procent jämfört med september 2019. Behovet av förebyggande insatser är stort.

Ett hållbart arbetsliv kräver goda arbetsvillkor och möjligheter till återhämtning. Därutöver behövs verktyg som ger människor bättre förutsättningar att främja både sin fysiska och sin psykiska hälsa.

Regeringen har genomfört många positiva förbättringar under mandatperioden för att främja psykiskt välbefinnande i hela befolkningen, förebygga psykisk ohälsa och självmord och i övrigt förbättrat livsvillkoren för personer med psykiatriska tillstånd. Ett exempel på det är den miljardsatsning på barns psykiska hälsa som görs 2026 genom en förnyad överenskommelse med SKR. Men vi får inte slå oss till ro. Att utveckla det förebyggande arbetet mot psykisk ohälsa är fortsatt viktigt. En nyckel i det arbetet är att hitta kontaktytor som möjliggör för samhället att stötta den enskilda individen att ta ett eget ansvar för sin egen hälsa. Därigenom förebyggs framtida vårdbehov.

Ett bra exempel på det är friskvårdsbidraget som ger anställda möjlighet att välja motion och annan friskvård utifrån egna behov. Dagens regler omfattar redan vissa avstressande och avslappnande aktiviteter. Däremot omfattas inte insatser som utgör hälso- och sjukvård. Det innebär att professionellt samtalsstöd och samtalsterapi kan

falla utanför regelverket, beroende på insatsens innehåll och syfte. Regeringen bör utreda hur friskvårdsbidraget kan breddas till att omfatta fler förebyggande insatser för psykisk hälsa. Utredningen bör särskilt pröva professionellt samtalsstöd och avgränsade samtalsterapeutiska insatser som syftar till att stärka förmågan att hantera stress och främja återhämtning.

En breddning behöver utformas med tydliga kriterier. Även förebyggande insatser kan utgöra hälso- och sjukvård, och det är därför nödvändigt att klargöra vilka tjänster som ska omfattas och vilka regeländringar som krävs. Det bör också ställas krav på utförarnas kompetens och insatsernas kvalitet. Reglerna ska vara enkla för arbetsgivare, anställda och utförare att tillämpa. Det behöver tydligt framgå vilka insatser som är ersättningsberättigade, utan att arbetsgivaren behöver ta del av känsliga uppgifter om den anställdes psykiska hälsa. Utredningen bör även pröva hur dagens beloppsgräns per tillfälle för aktiviteter utan motionsinslag påverkar möjligheten att använda bidraget till de föreslagna insatserna.

Ett breddat friskvårdsbidrag ska komplettera det förebyggande arbetet och ge anställda fler möjligheter att välja stöd som passar deras behov. Det ska inte ersätta arbetsgivarens ansvar för arbetsmiljö och rehabilitering eller samhällets ansvar för tillgången till hälso- och sjukvård.

Regeringen bör därför utreda en tydligt avgränsad breddning av friskvårdsbidraget till förebyggande insatser för psykisk hälsa.

Camilla Rinaldo Miller (KD)