Ditt val 2026

Våra valreportrar Anders Ahlberg och Göran Lundberg om hur **din röst i 2026 års val kan forma din vardag** och varför det är viktigt att du också gör den hörd på valdagen 13 september.


Anders Ahlberg


Göran Lundberg

# Så tror svenskarna att valet i höst kan bli påverkat utifrån

**En undersökning från Indikator Opinion visar att många svenskar oroar sig för att valet ska påverkas. Men forskaren Carl Heath, expert på digital motståndskraft, varnar för att låta oron bli större än själva hotet.**


*Carl Heath.*
Foto: Privat

Heath svarar här på frågor om den oro som svenskarna uttrycker i studien:

**Är den befogad?**

– Ja, men den pekar delvis åt fel håll. Det undersökningen visar är att vi oroar oss mest för det som är nyast och syns tydligast, AI-manipulerade bilder och filmer och minst för det som på sikt kan skada demokratin allra mest: att valresultatet ifrågasätts eller inte accepteras. Där är proportionerna omvända mot var den verkliga risken ligger.

**Vad menar du med det?**

– En enskild deepfake är ett hanterbart problem. Att förtroendet för själva rösträkningen eroderar är ett systemiskt problem, och det är just den effekten en påverkansaktör är ute efter.

– Samtidigt vill jag vara tydlig med att den största risken inte är att vi oroar oss för lite, utan att vi oroar oss fel. Myndigheten för psykologiskt försvar påpekade så sent som i vintras att en överdriven hotbild i sig kan gynna främmande makt. Om vi går till val och redan på förhand misstror allt vi ser, då har en motståndare vunnit utan att behöva sprida en enda lögn.

> *”Vi oroar oss fel”*
> Carl Heath

**Var är vi sårbara digitalt?**

– Vår akilleshäl är inte själva röstningen eller något tekniskt kopplat till valet. Det svenska valsystemet är förvånansvärt motståndskraftigt mot teknisk manipulation. Sårbarheten ligger i stället i informationsmiljön. Den debatt vi för inför valet sker till stor del på utländskt ägda plattformar vars affärsmodell belönar det som polariserar och upprör.

**Fejkade nyheter, snedvridna sökprocesser och sabotage. Vad kan vi förvänta oss?**

– En bredd av aktiviteter, och inte en enskild stor smäll. AI-genererat innehåll kommer att finnas, men det mer troliga är inte att en deepfake avgör valet, utan ett brus av manipulerat material som långsamt försvårar vår förmåga att skilja sant från falskt. Det är svårt att säga vilken effekt detta har på vår åsiktsbildning i stort, men tidigare exempel på påverkan i Sverige, som LVU-kampanjen, innebär att vi behöver ta risken på allvar.

**Vilka är det som vill manipulera oss, vårt val och vår säkerhet?**

– Den tydligaste och mest kapabla aktören är Ryssland. Vi har sett rysk statsmedia förstärka koranbränningarna 2023 för att måla upp Sverige som islamofobiskt och därmed bromsa vår Natoansökan.

– Men jag vill inte reducera bilden till att det bara är Ryssland eller andra statsaktörer. Det finns inhemska aktörer, politiska och kommersiella, som tjänar på polarisering och gärna använder samma verktyg.

– Och så finns alltså plattformarna själva. Deras design belönar det upprörande, oavsett vem som matar in det. En utländsk operation och en svensk clickbait-entreprenör drar i praktiken alltså åt samma håll.

**Hur värnar vi den tillit till myndigheter som ändå präglar oss i Sverige?**

– Tilliten är vårt guld, och den är asymmetrisk, uppbyggd under generationer, men kan rivas på kort tid. Vi värnar tilliten genom öppenhet, genom att hantera hoten i ljuset, namnge kampanjer när vi ser dem, och förklara och kommunicera hur valet går till.

– Men en demokrati måste också tåla svallvågor, hårda ord, ilska, lögner och till och med det osmakliga. Vårt försvar för det fria ordet bör därför rikta in sig på det avsiktligt störande, det medvetna som vilseleder. På metoden, inte på åsikten.




***Ja, vi oroar oss.*** *Litar svenskarna på den information som klassiska medier och andra aktörer ger under en valrörelse? Svaret är både ja och nej. Företaget Opinion Indikator ställde följande fråga till 1 800 slumpmässigt utvalda svenskar: ”Inför höstens riksdagsval, hur oroad är du att följande ska inträffa?” Diagrammet visar utfallet.*

Grafik: Göran Lundberg

## Hot om strypt varuflöde skulle få Armenien att rösta ”rätt” i valet

**Vad är det som kan hända när vi är på väg att gå till val? Ryssland försöker påverka sina grannar för att få stöd i sitt anfallskrig mot Ukraina.**




***Val under attack.*** *En rad källor rapporterade oberoende av varandra om rysk påverkan inför valet i Armenien.*

Nyligen gick **Armenien** till val. Inför valet hotade Ryssland med restriktioner mot armeniska varor och att strypa den billiga energi i form av naturgas som landet är beroende av. Målet: att via hot mot det viktiga handelsutbytet med Ryssland stoppa Armenien från ett närmande mot väst.

Mjukare medel var kampanjer i sociala medier mot den sittande regeringen och för ryskpositiva oppositionspartier.

**Oklar effekt**

Vilken effekt påverkan hade är oklart. Den sittande regeringen vann valet, men fick inte egen majoritet.

Även ett annat land i den ryska intressesfären – **Moldavien** – fick sitt val i september i fjol stört av kampanjer, cyberattacker och illegal finansiering.

Ryssland strävar efter att verka under radarn. **Trumpregimen i USA** har däremot ohöljt försökt påverka val i andra länder med stöd åt sina vänner. Här har resultatet dock blivit det rakt motsatta i land efter land. Trumpstödet har varit en dödskyss.

**Påverkan även inifrån**

Hoten mot fria och rättvisa val behöver inte komma utifrån. Det **ungerska** valet i april ledde till ett maktskifte. Det var ett styrkebesked: Demokratin höll. För förutsättningarna var dock inte lika. Victor Orbáns regim hade på olika sätt sett till att ha fördelar i valet: Regeringspartiet använde sig av myndigheter och skattemedel för att få ut sitt budskap; public service-media kontrollerat av regeringen gav väsentligt mer utrymme till regeringen och regeringspartiet – och i en positiv ton, då valkommissionen och konstitutionsdomstolen – huvudsakligen utsedda av Orbánregeringen – styrde undan klagomål mot skevheterna.

Även ett par av regeringen AI-skapade, falska filmer fick stor uppmärksamhet.

**Upp till dig – så kan du påverka:**

- **Tillit är en superkraft i ett samhälle.** Den går i två riktningar – jag litar på andra, på dem jag har nära, som jag själv möter, och på samhället i stort – och andra kan lita på mig, de som är nära mig, som jag möter och samhället i stort, till exempel följer jag lagarna och engagerar mig i val.
- **Det digitala universumet med sociala medier** och kraftfulla verktyg som smartphones och senast AI kan kännas etablerat men har kastat om tillvaron radikalt. Möjligheterna både till att bygga upp och förstöra är svindlande.
- **Dina egna kunskaper och ditt engagemang** är nycklar för att du inte ska kollras bort och få din tillit raserad. Källkritikbyrån är ett initiativ av tre erfarna redaktörer som hjälper användare att granska det som publiceras. Guiderna på **www.kallkritikbyran.se** är utmärkta redskap.