

**DUFS ANBEFALINGER  
PÅ BAGGRUND AF**

# **DEMOKRATI ANALYSEN**

## **2026**

---

Næsten halvdelen af unge har lav demokratisk selvtillid, og mange oplever politik som svært at forstå og få indflydelse på. Demokratianalysen 2026 peger på, at vejen til højere demokratisk selvtillid og styrket politisk deltagelse blandt andet går gennem demokratiske fællesskaber, erfaring med at deltage samt en mere relevant og tilgængelig formidling af politik.

# DERFOR ANBEFALER DUF

## 1

### ALLE UNGE SKAL INVITERES TIL DEMOKRATISKE FÆLLESSKABER

Mange unge engagerer sig først, når der bliver inviteret. Fravær af engagement i omgangskredsen og manglende viden om, hvordan man kommer i gang, er centrale barrierer. Derfor skal flere unge møde demokratiske fællesskaber, herunder politiske ungdomsorganisationer og andre foreninger, som en naturlig del af hverdagen.

- ▶ Uddannelsesinstitutioner bør skabe rammer for møder med demokratiske fællesskaber, for eksempel ved at invitere ungdomsorganisationer ind i undervisningen.
- ▶ Demokratiske, samfundsengagerende ungdomsorganisationer bør sikres en ret til at besøge ungdomsuddannelser, så alle unge bliver præsenteret for demokratiske fællesskaber.
- ▶ Der bør indføres en ret til lovligt fravær på ungdomsuddannelserne, der giver elever bedre muligheder for at engagere sig demokratisk.

## 2

### STYRK UNGES DEMOKRATISKE SELVTILLID Gennem Aktiv Deltagelse

Næsten halvdelen af unge har lav demokratisk selvtillid, og få af dem interesserer sig for politik. Mange har følelsen af ikke at vide nok til at deltage. Derfor er det vigtigt, at unge oplever, at man godt kan deltage uden at have fuldt overblik. Demokratisk selvtillid opstår gennem erfaring med deltagelse – for eksempel i foreningslivet, hvor man får indflydelse i praksis.

- ▶ Flere unge bør få erfaring med at blive hørt og få indflydelse i foreningslivet, da det er en central vej til at opbygge demokratisk selvtillid.
- ▶ Politikere og foreninger bør skabe trygge og inkluderende rum for debat, hvor det er legitimt at være i tvivl og stille spørgsmål.
- ▶ Uddannelsesinstitutioner bør prioritere inddragende undervisning, hvor unge kan arbejde aktivt med politik, for eksempel gennem debat og rollespil.

## 3

### GØR POLITIK RELATERBART FOR UNGE - OGSÅ UDEN FOR VALGKAMPE

Det er vigtigt for unge, at politik er relaterbart. Politik skal ikke kun opleves som noget, der foregår, når der er valg, men som noget, der løbende påvirker unges muligheder og hverdag. Interessen er ofte situationsbestemt og stiger, når politik bliver konkret, for eksempel op til valg eller i forbindelse med beslutninger, der har direkte betydning for uddannelse, arbejde eller økonomi.

- ▶ Politikere og medier bør løbende formidle politik med udgangspunkt i unges hverdag.
- ▶ Uddannelsesinstitutioner bør arbejde med aktuelle problemstillinger gennem for eksempel debatter og samarbejde med det lokale foreningsliv.

## 4

### UDNYT POTENTIALET I SOCIALE MEDIER

Sociale medier er en central indgang til politik for unge og rummer dermed et stort potentiale for at styrke politisk forståelse og engagement. Mange oplever dog, at indholdet er overfladisk og fokuserer mere på synlighed og humor end på at forklare politiske standpunkter. Samtidig kan det være svært at vurdere, hvad der er troværdigt, især i takt med at mængden af misinformation og AI-genereret indhold vokser. Derfor er der behov for tydeligere og mere troværdig politisk formidling.

- ▶ Techvirksomheder skal tage ansvar for, at deres platforme ikke påvirker demokratiet negativt, blandt andet ved at forebygge spredning af misinformation på sociale medier.
- ▶ Medier bør udvikle indhold om politik til sociale medier, som er tilgængeligt for unge uden stor forhåndsviden og giver indsigt i aktuelle politiske sager. Desuden bør nyhedsdækningen i højere grad fokusere på håb for fremtiden frem for negative nyheder.
- ▶ Politikere og partier bør prioritere at formidle deres politik klart og forståeligt på sociale medier, for eksempel ved at forklare forskelle mellem partier, konkrete forslag og konsekvenser.



Læs hele **Demokratianalysen 2026** her