



Pressmeddelande

4 december 2025

Ålder hinder för att byta jobb

75 procent av de som är 55 år eller äldre uppger att det finns hinder i vägen om de skulle vilja byta jobb. Det främsta skälet upplevs vara att arbetsgivare inte vill anställa någon som närmar sig pensionsåldern. Att inte kunna ställa om sent i arbetslivet kan kosta tusenlappar i utebliven pension. Det visar beräkningar och en undersökning från Kantar på uppdrag av Swedbank.

- Att äldres erfarenhet inte värdesätts är tråkigt för de som vill byta jobb, men det blir också ett samhällsproblem. Vi behöver jobba allt längre och då behöver också arbetsmarknaden tillåta att vi byter jobb högre upp i ålder. För många kan det vara ett sätt klara att jobba fram till sin pensionsålder, säger Madelén Falkenhäll, ekonom för finansiell hälsa på Swedbank.

Fyra av tio från 55 år och uppåt upplever att arbetsgivare inte vill anställa någon som närmar sig pensionsåldern, bland 61-63-åringarna är det så många som varannan.

- Brist på kompetens verkar inte vara ett problem, bara sex procent uppger det som ett hinder. Fördomar mot äldre arbetskraft och att erfarenheten inte värdesätts skulle däremot hindra många från att byta jobb om de ville, säger Madelén Falkenhäll.

Många orkar inte jobba till sin riktålder – förlorar tusenlappar i pension

Mer än hälften av de mellan 55 och 65 år uppger att de kommer gå i pension före sin pensionsålder, många gånger för att orken tryter.

- Det behövs bättre möjligheter att byta jobb senare i livet så att även de med krävande arbeten får möjlighet att ställa om, och jobba ihop till en rimlig pension. I vanliga yrken med genomsnittliga löner kan det handla om 3 000-5 000 kronor lägre pension före skatt varje månad om man går i pension två år i förtid, säger Madelén Falkenhäll.

Åldern som hinder för omställning sent i livet varierar mellan branscher. Störst verkar det vara inom kontorsjobb och liknande, där upplever 44 procent att arbetsgivare inte vill anställa äldre och att det förekommer fördomar mot äldre arbetskraft. Inom industrin är andelen 37 procent.

Kontakt:

Madelén Falkenhäll, ekonom finansiell hälsa tfn +46 76 790 1638, e-mail: madelen.falkenhall@swedbank.se

Charlotte Nilsson, pressansvarig tfn +46 76 534 6612 email: charlotte.nilsson@swedbank.se

Swedbank gör det möjligt för de många människorna och företagen att skapa en bättre framtid. Vår vision är ett samhälle som är ekonomiskt sunt och hållbart. Swedbank är den ledande banken med över 7 miljoner privatkunder och 550 000 företagskunder på våra fyra hemmamarknader Estland, Lettland, Litauen och Sverige. Koncernen är också verksam i övriga Norden, USA och Kina. Tillsammans gör vi ditt finansiella liv enklare. Läs mer på: www.swedbank.se



Riktålder för pension

Riktålder i pensionssystemet innebär att pensionsåldern höjs i takt med att vi lever allt längre. Det görs för att pensionerna ska hållas på en god nivå.

Riktåldern är inte tvingande men man kan tidigast ta ut inkomstpension och premiepension tre år före sin riktålder (varierar för de som är närmast pensionsålder nu). Garantipension, inkomstpensionstillägg, bostadstillägg och äldreförsörjningsstöd kan tidigast betalas ut vid riktåldern.

Född år	Riktålder
1958-1959	66 år
1960-1966	67 år
1967-1970	68 år

Riktåldern beräknas utifrån utvecklingen av medellivslängden i Sverige. För födda 1965 eller senare kan den komma att justeras.

Bilaga. Tabeller

Källa: Undersökning av Kantars Sifopanel på uppdrag av Swedbank. Undersökningen gjordes i oktober 2025, 3 200 respondenter 55-75 år deltog. Avrundade tal, summerar därför inte alltid.

Finns det något som hindrar dig från att byta jobb om du skulle vilja?

	Total	55-57 år	58-60 år	61-63 år	64-66 år
Ja, att arbetsgivare inte vill anställa någon som närmar sig pension	40 %	25 %	44 %	50 %	49 %
Ja, att jag inte har den kompetens som efterfrågas	6 %	8 %	6 %	4 %	4 %
Ja, fördomar mot äldre arbetskraft	35 %	32 %	39 %	35 %	37 %
Ja, arbetsgivaren är inte beredd att betala för den erfarenhet jag har	22 %	24 %	20 %	22 %	21 %
Ja, att jag uppfattas som för kvalificerad för många jobb	12 %	14 %	13 %	11 %	10 %
Ja, annat	6 %	5 %	6 %	7 %	6 %
<i>Ja, netto</i>	75 %	71 %	79 %	76 %	80 %
Nej	25 %	29 %	21 %	24 %	20 %
Tveksam, vet ej	11 %	13 %	11 %	8 %	9 %

	Kontor eller liknande	Industri och tillverkning	Vård, skola och omsorg
Ja, att arbetsgivare inte vill anställa någon som närmar sig pension	44 %	37 %	39 %
Ja, att jag inte har den kompetens som efterfrågas	8 %	5 %	3 %
Ja, fördomar mot äldre arbetskraft	44 %	36 %	25 %
Ja, arbetsgivaren är inte beredd att betala för den erfarenhet jag har	23 %	24 %	24 %
Ja, att jag uppfattas som för kvalificerad för många jobb	17 %	16 %	7 %
Ja, annat	4 %	4 %	8 %
<i>Ja, netto</i>	80 %	75 %	73 %
Nej	20 %	25 %	27 %
Tveksam, vet ej	9 %	10 %	12 %

Vid vilken ålder planerar du att gå i pension (på hel- eller deltid)?

	59-66 år Pensionsålder 67 år	55-58 år Pensionsålder 68 år
Före min pensionsålder	55 %	56 %
Vid min pensionsålder	23 %	21 %
Efter min pensionsålder	13 %	11 %
Tveksam, vet ej	8 %	12 %



Varför planerar du att gå i pension före din ordinarie pensionsålder?

	Total
För att jag vill och har ekonomiska förutsättningar	53 %
För att jag vill även om min pension blir låg	23 %
För att jag fysiskt inte klarar av att jobba längre	21 %
För att jag känner att jag inte orkar mentalt	28 %
För att jag känner att jag inte längre har den kompetens som krävs	3 %
För att min partner går i pension	14 %
Tveksam, vet ej	3 %

Effekt på pensionen om pension två år i förtid. Kronor per månad, avrundade tal.
Typexempel, individ född 1960. Arbetat heltid med tjänstepension.

Industriarbetare, började arbeta vid 19 års ålder

Pension vid ålder	Lön 40 000 kr/mån		Lön 50 000 kr/mån	
	67 år	65 år	67 år	65 år
Total pension	32 900	29 200	42 400	37 700
Differens		-3 700		-4 700

Privatanställd tjänsteman, började arbeta vid 23 års ålder

Pension vid ålder	Lön 40 000 kr/mån		Lön 50 000 kr/mån	
	67 år	65 år	67 år	65 år
Total pension	32 300	28 200	41 900	36 500
Differens		-4 100		-5 400

Grundskollärare, började arbeta vid 23 års ålder

Pension vid ålder	Lön 40 000 kr/mån		Lön 50 000 kr/mån	
	67 år	65 år	67 år	65 år
Total pension	31 700	28 000	39 400	34 700
Differens		-3 700		-4 700

Undersköterska, började arbeta vid 19 års ålder

Pension vid ålder	Lön 35 000 kr/mån	
	67 år	65 år
Total pension	29 800	26 400
Differens		-3 400