

# Unga vuxnas ekonomiska beteende

2026

En rapport genomförd av Verian på uppdrag av Nordea



**Unga vuxna i ålder 18-29 år  
om:**

- Spara eller inte, hur mycket?
- Spendera mer än tänkt
- Intresset för sin privatekonomi

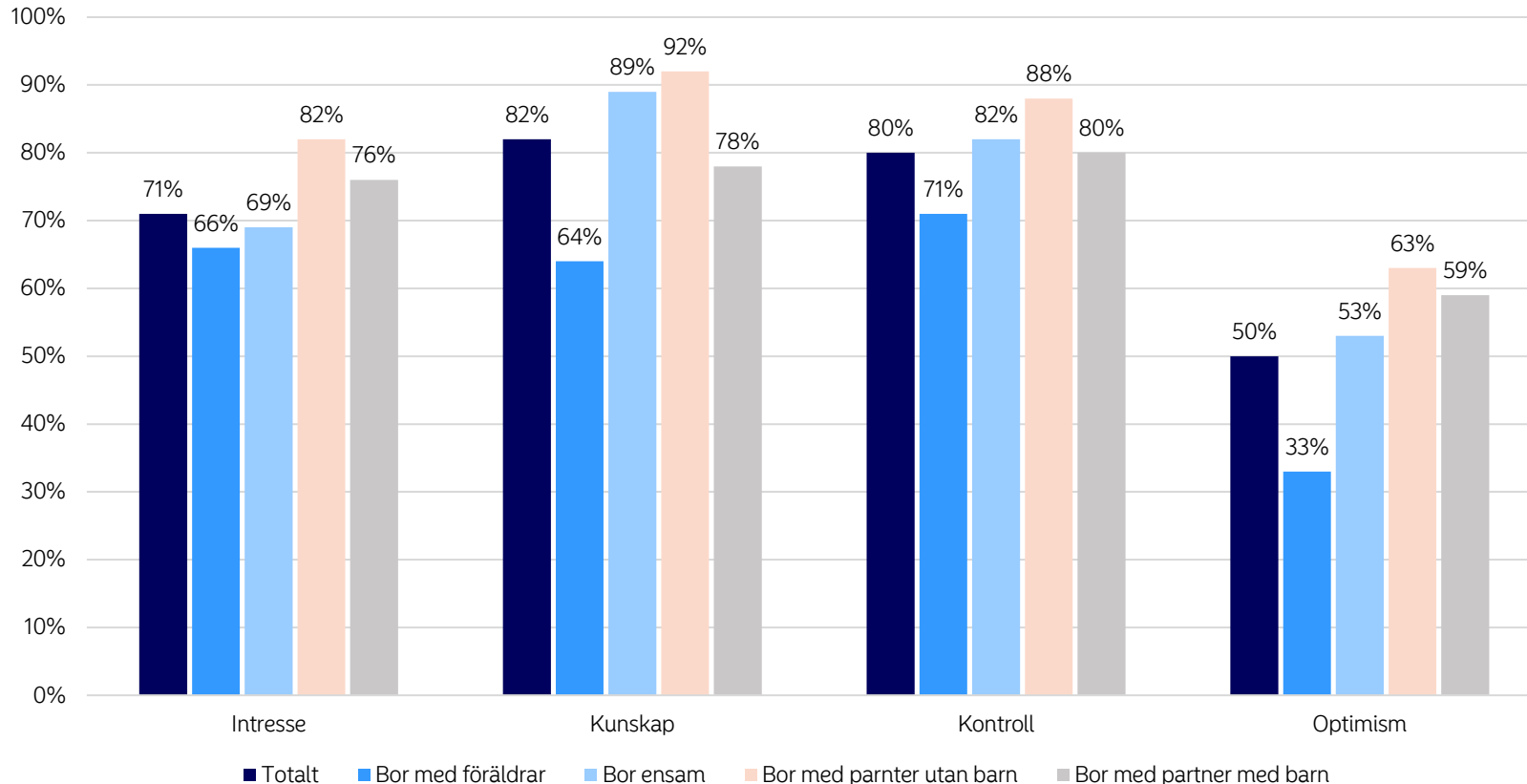


# Sammanfattning

- Unga vuxna som flyttar hemifrån, flyttar ihop med en partner och får barn har ett högre ekonomiskt intresse, bättre kunskap, mer kontroll och är mer optimistiska än de unga vuxna som bor hemma (sid 3).
- Sju av tio (71 procent) unga vuxna i åldern 18-29 år uppger att de har ett högt intresse gällande sin privatekonomi och åtta av tio (82 procent) anser även att deras privatekonomiska kunskaper är höga (sid 4).
- Åtta av tio (80 procent) unga vuxna har hög kontroll på sin privatekonomi, men nästan tre av tio (27 procent) känner hög oro för sin ekonomiska framtid (sid 4).
- Åtta av tio (79 procent) unga vuxna i åldern 18-29 år sparar på regelbunden basis varav fyra av tio (40 procent) sparar mer än 3 000 kronor per månad. Regelbundet sparande påverkas av inkomst. (sid 5-6).
- Hälften (51 procent) av de unga vuxna tycker att deras låga inkomst är det huvudsakliga hindret för att spara och 36 procent uppger att höga levnadskostnader är det största hindret. De med högre inkomst anger "höga kostnader" som skäl till att det är svårt att spara (sid 7-8).
- Sex av tio (62 procent) unga vuxna har under de senaste tolv månaderna spenderat mer än de haft råd med. Det minskar från 62 procent till 48 procent för de som sparar regelbundet (sid 9-10).
- En av tio (9 procent) unga vuxna har missat att betala räkning eller delbetalning de senaste tolv månaderna. För de som sparar är det fyra procent som missat att betala räkning eller delbetalning de senaste tolv månaderna (sid 11-12).
- Över hälften (53 procent) unga vuxna uppger att de aldrig tar på sig utgifter de inte har råd med. Det minskar från 53 till 67 procent för de som sparar mer än genomsnittet. (sid 13-14)
- 57 procent tycker inte det är okej att använda uppskjutna betalningslösningar för konsumtion. Det ökar från 57 till 65 procent bland de som sparar mer än genomsnittet. (sid 15-16).

# Unga vuxna som flyttar hemifrån, flyttar ihop med en partner och får barn har ett högre ekonomiskt intresse, bättre kunskap, mer kontroll och är mer optimistiska än de unga vuxna som bor hemma

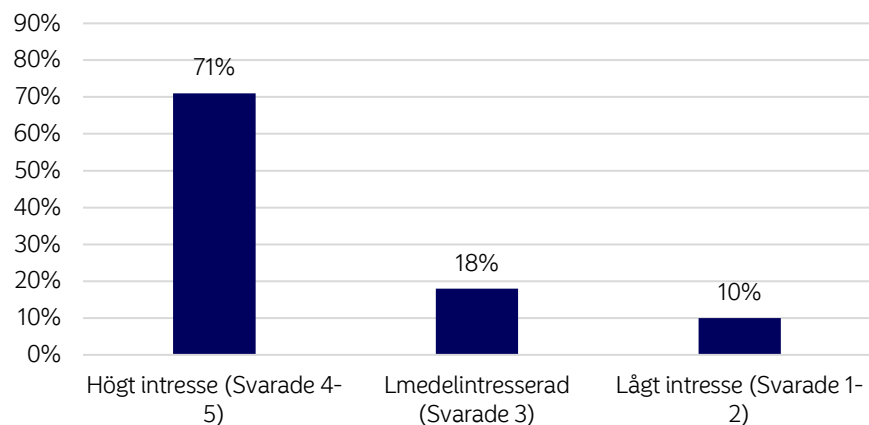
Ekonomiskt intresse, kunskap, kontroll och optimism



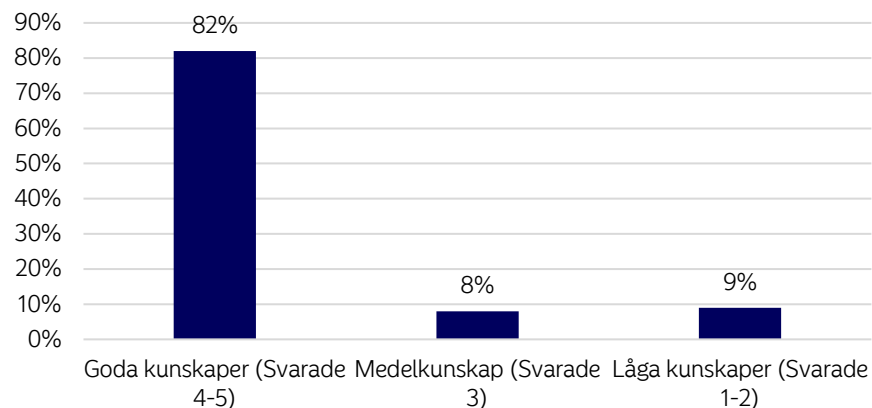
- Unga vuxna som bor hemma rapporterar att de har lägre ekonomiskt intresse, kunskap, kontroll och optimism än genomsnittet.
- Att ta på sig ansvar genom att flytta hemifrån, flytta ihop med en partner och få barn resulterar i högre ekonomiskt intresse, kunskap, kontroll och optimism än att bo hemma.

# Sju av tio (71 procent) unga vuxna i åldern 18-29 år uppger att de har ett högt intresse gällande sin privatekonomi

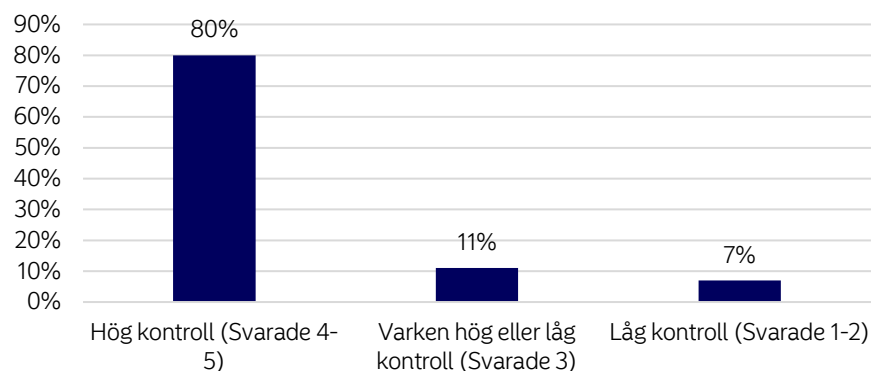
Hur intresserad är du av din privatekonomi?



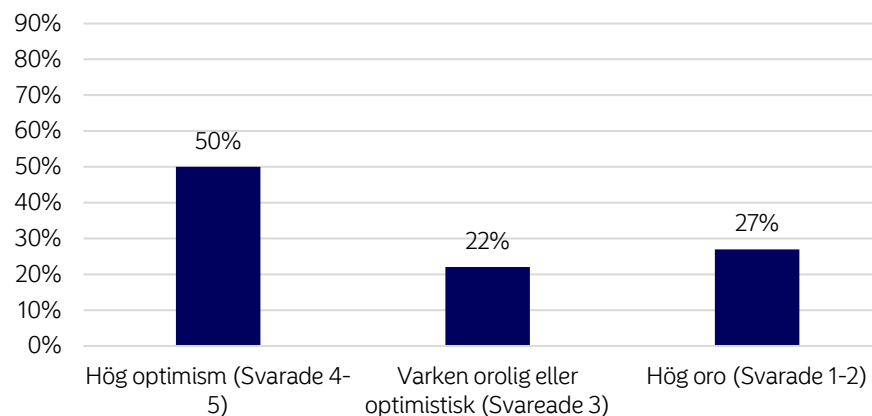
Jag har kunskaper som behövs för att hantera min privatekonomi?



I vilken grad har du kontroll över din privatekonomi?



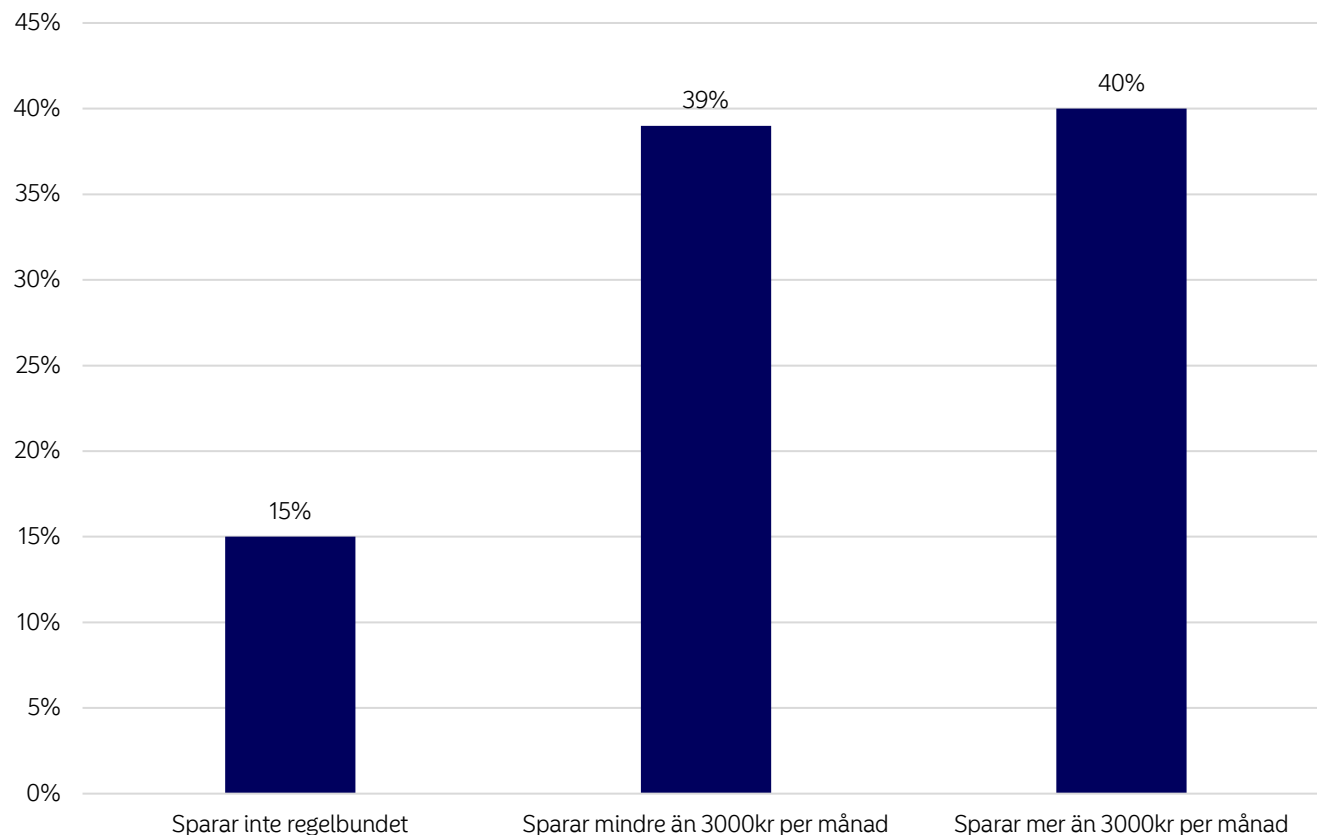
Hur känner du inför din ekonomiska framtid?



- Sju av tio (71 procent) unga vuxna i åldern 18-29 år uppger att de har ett högt intresse gällande sin privatekonomi.
- Åtta av tio (82 procent) anser även att deras privatekonomiska kunskaper är höga.
- Åtta av tio (80 procent) unga vuxna har hög kontroll på sin privatekonomi.
- Relativt få svenska unga vuxna (50 procent) känner hög optimism.
- Nästan tre av tio ungdomar (27 procent) känner hög oro för sin ekonomiska framtid.

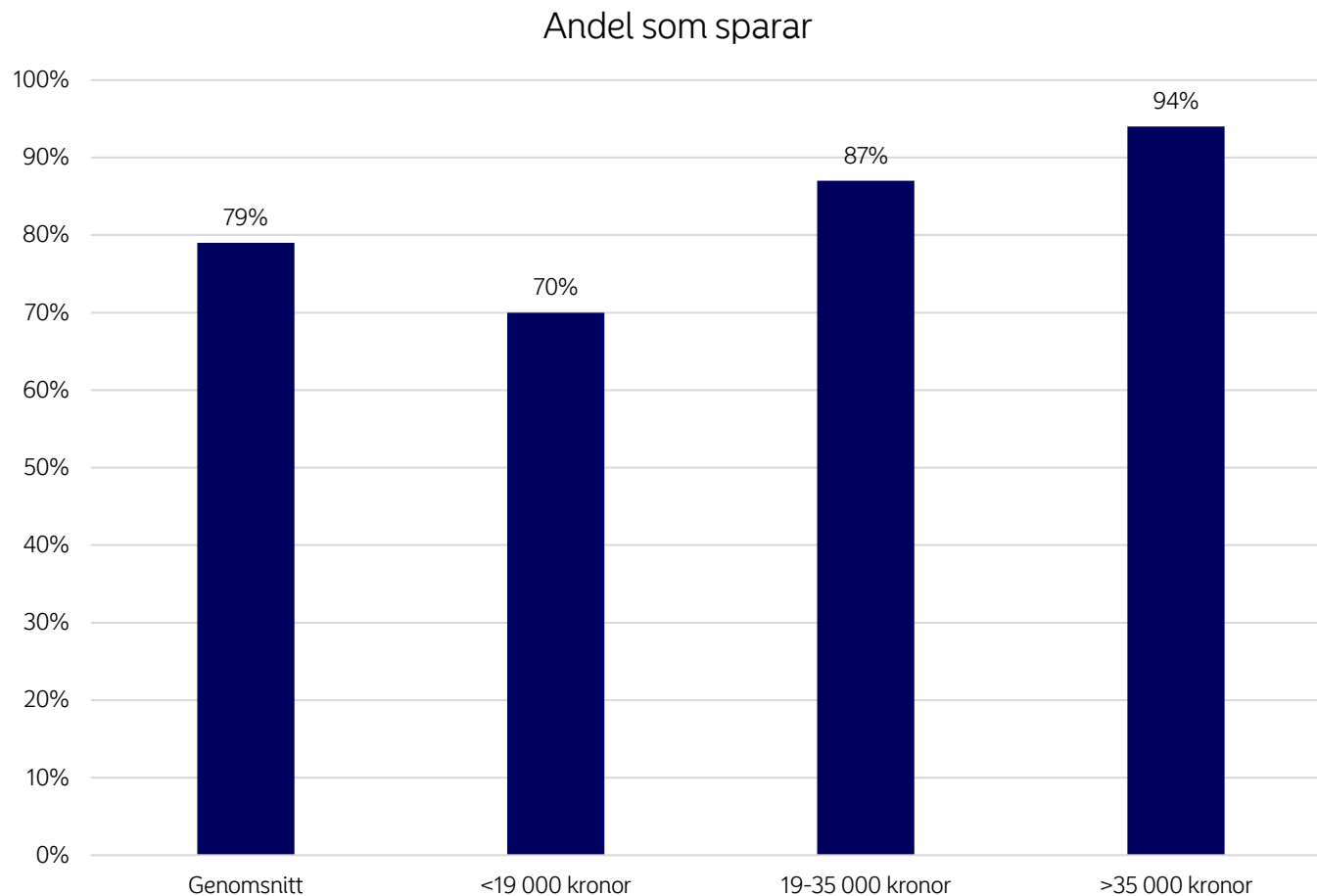
## Åtta av tio (79 procent) unga vuxna i åldern 18-29 år sparar på regelbunden basis

Hur mycket pengar sparar du per månad?



- Åtta av tio (79 procent) unga vuxna i åldern 18-29 år sparar på regelbunden basis.
- Fyra av tio (40 procent) sparar mer än 3 000 kronor per månad.
- Endast 15 procent av unga vuxna svarar att de inte sparar regelbundet.

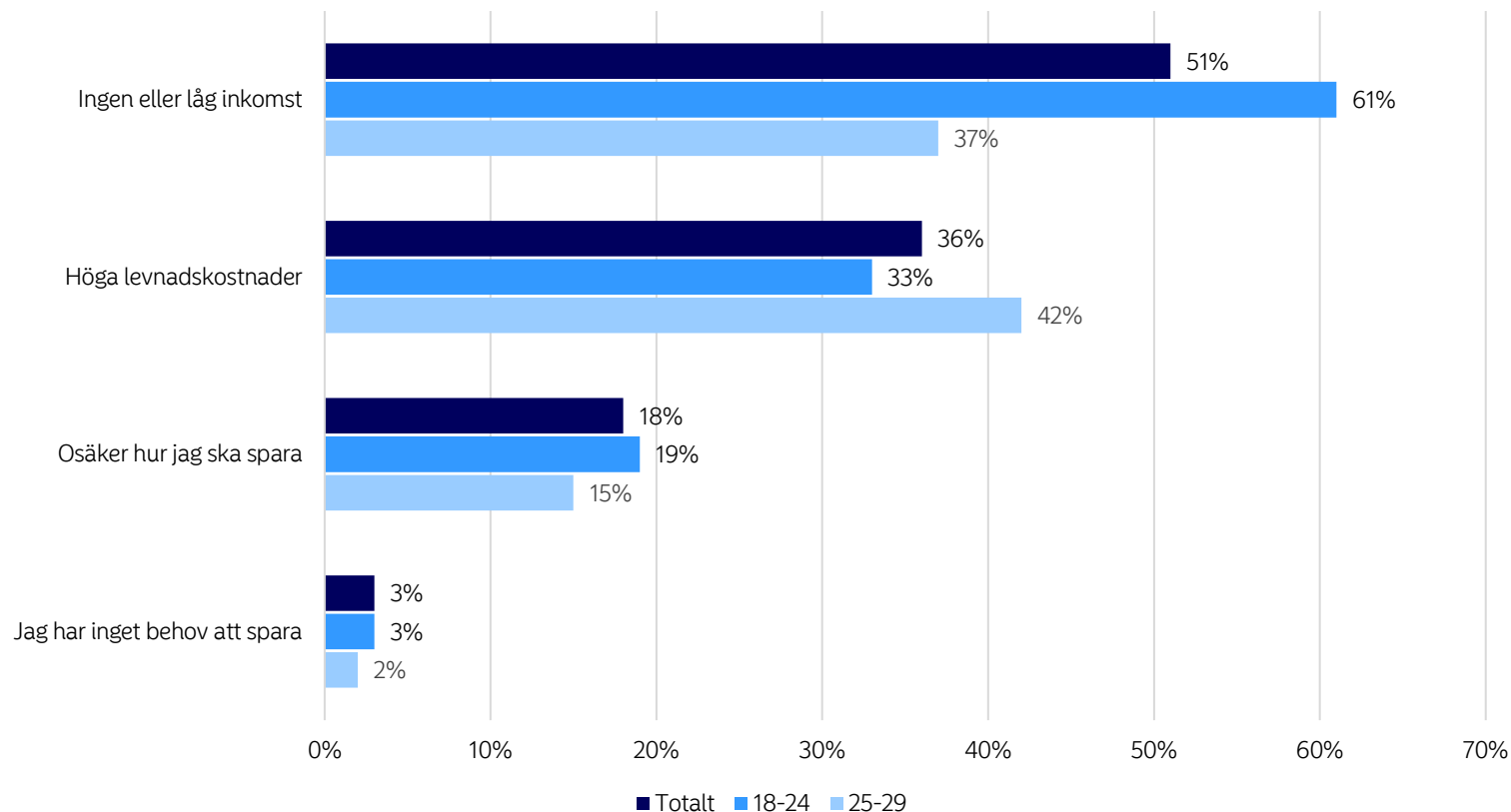
## Åtta av tio (79 procent) unga vuxna sparar regelbundet. Regelbundet sparande påverkas av inkomst



- Åtta av tio (79 procent) unga vuxna sparar regelbundet.
- Andelen som sparar regelbundet ökar när inkomsten ökar.
- 94 procent av de som har en inkomst över 35 000 kronor per månad sparar regelbundet.

## Hälften (51 procent) av de unga vuxna tycker att deras låga inkomst är det huvudsakliga hindret för att spara

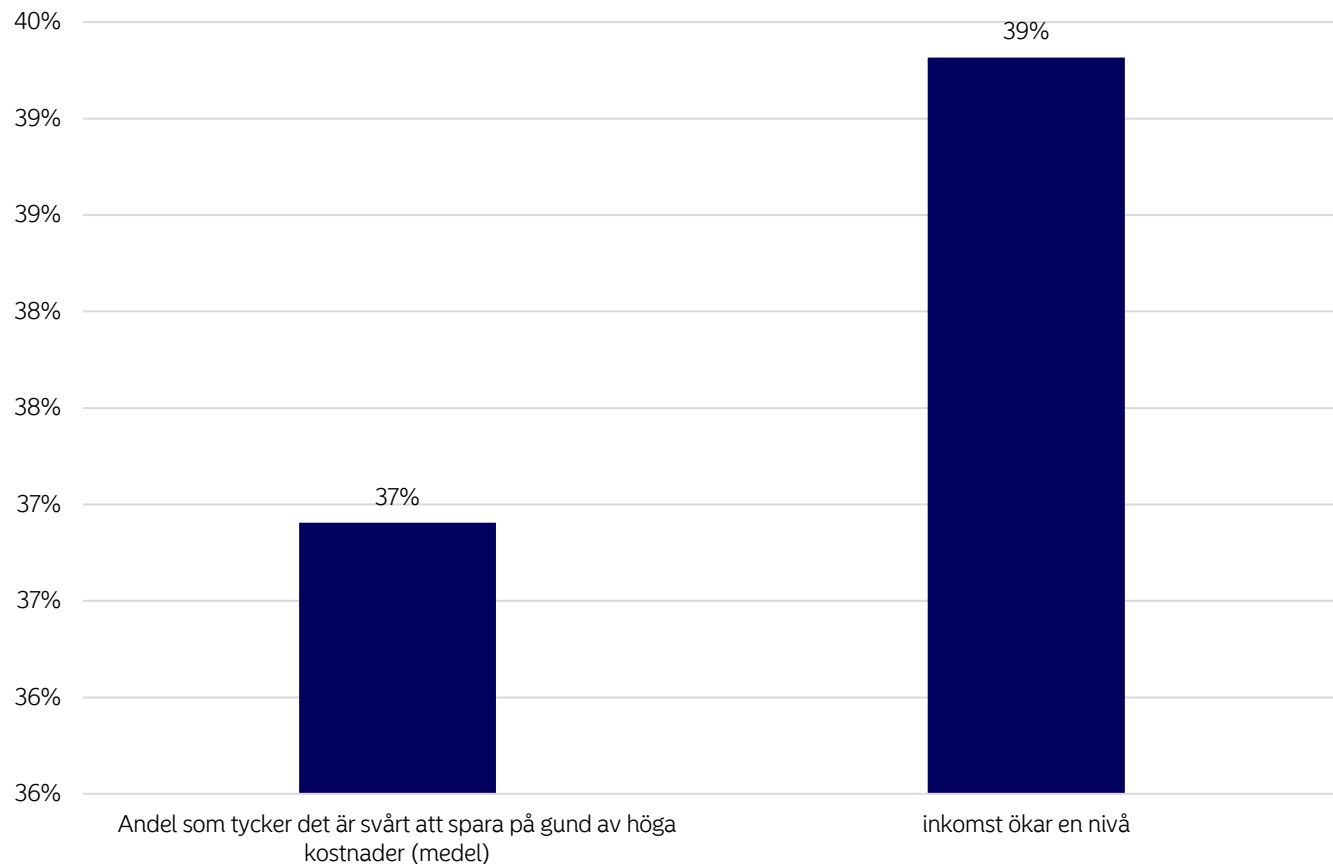
Vad gör det svårt för dig att spara pengar?



- Sex av tio (61 procent) av ungdomar mellan 18-24 anger att låg eller ingen inkomst är det största hindret till att spara
- Fyra av tio (42 procent) av unga vuxna mellan 25-29 anger att höga levnadskostnader är det största hindret till att spara.

## De med högre inkomst anger "höga kostnader" som skäl till att det är svårt att spara

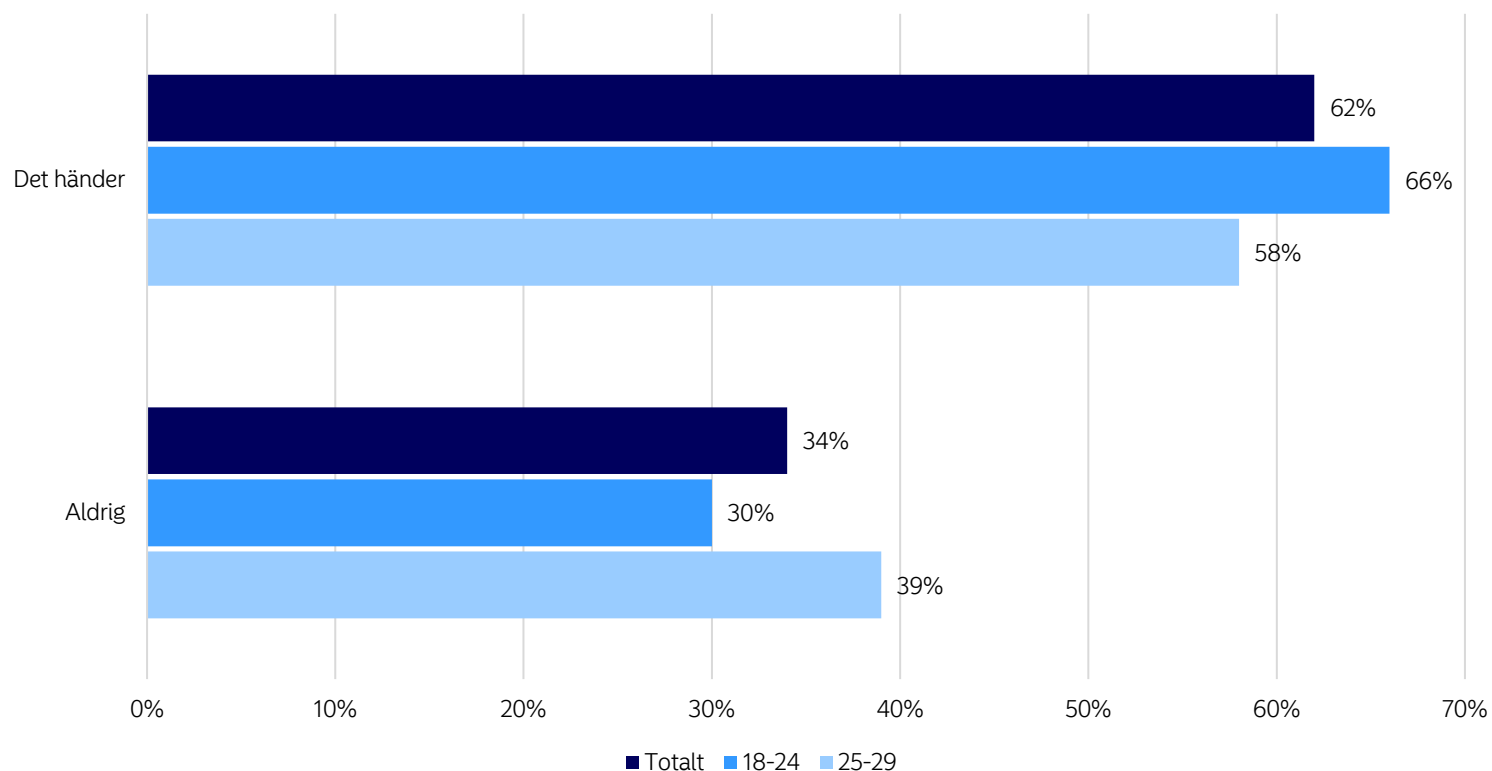
Andel som tycker det är svårt att spara på grund av höga kostnader



- 37 procent anser att det är svårt att spara på grund av höga kostnader
- Om inkomsten ökar en nivå, så ökar andelen med två procentenheter från 37 till 39 procent.
  - Dvs högre inkomst ökar sannolikheten att höga kostnader försvårar sparandet

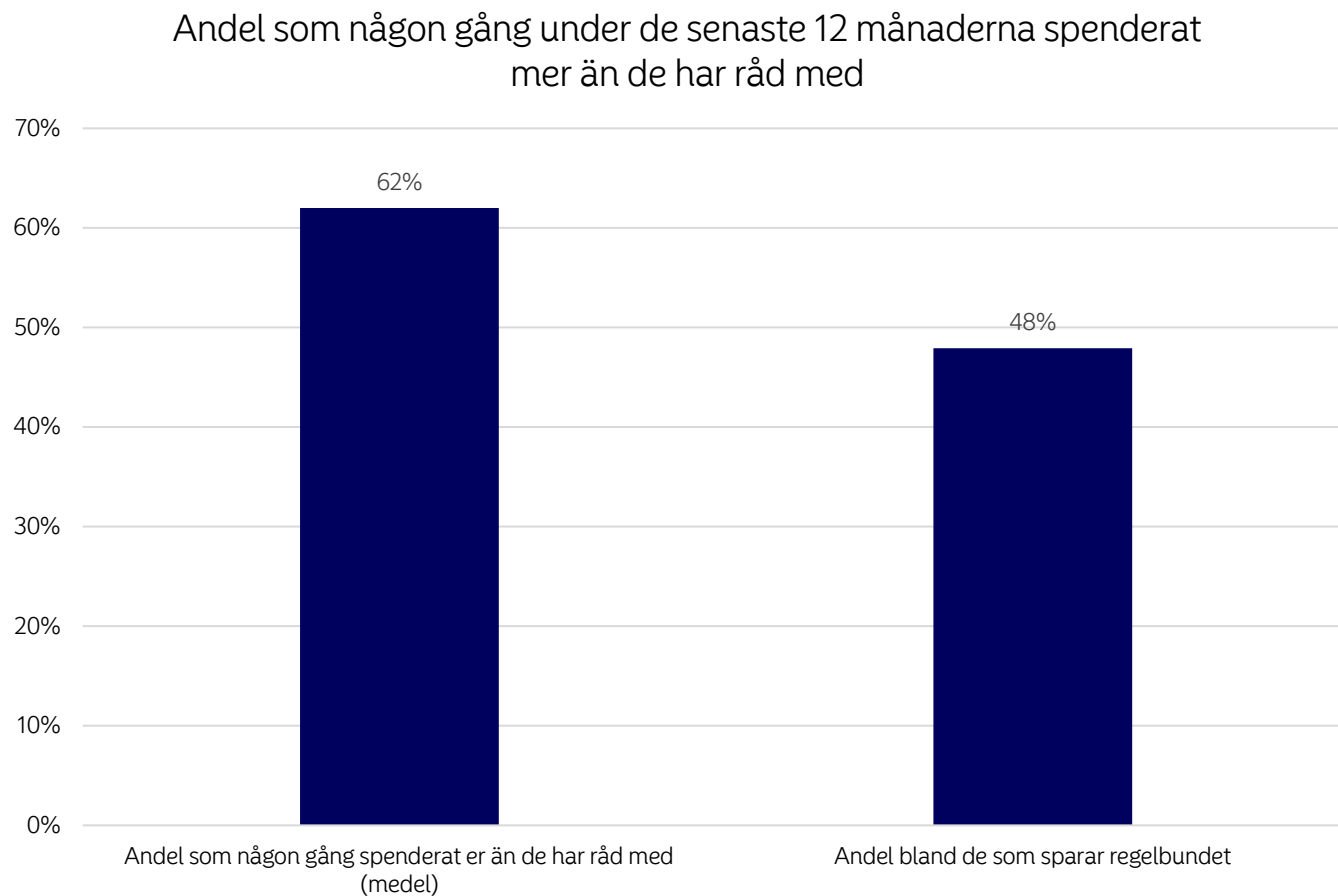
## Sex av tio (62 procent) unga vuxna har under de senaste tolv månaderna spenderat mer än de haft råd med

Hur ofta har du spenderat mer än du haft råd med under de senaste tolv månaderna?



- Sex av tio (62 procent) har vid något tillfälle spenderat mer än de haft råd med under de senaste tolv månaderna.
- Att spendera mer än man har råd med är vanligare i den yngre åldersgruppen (18-24 år) än i den äldre (25-29 år)

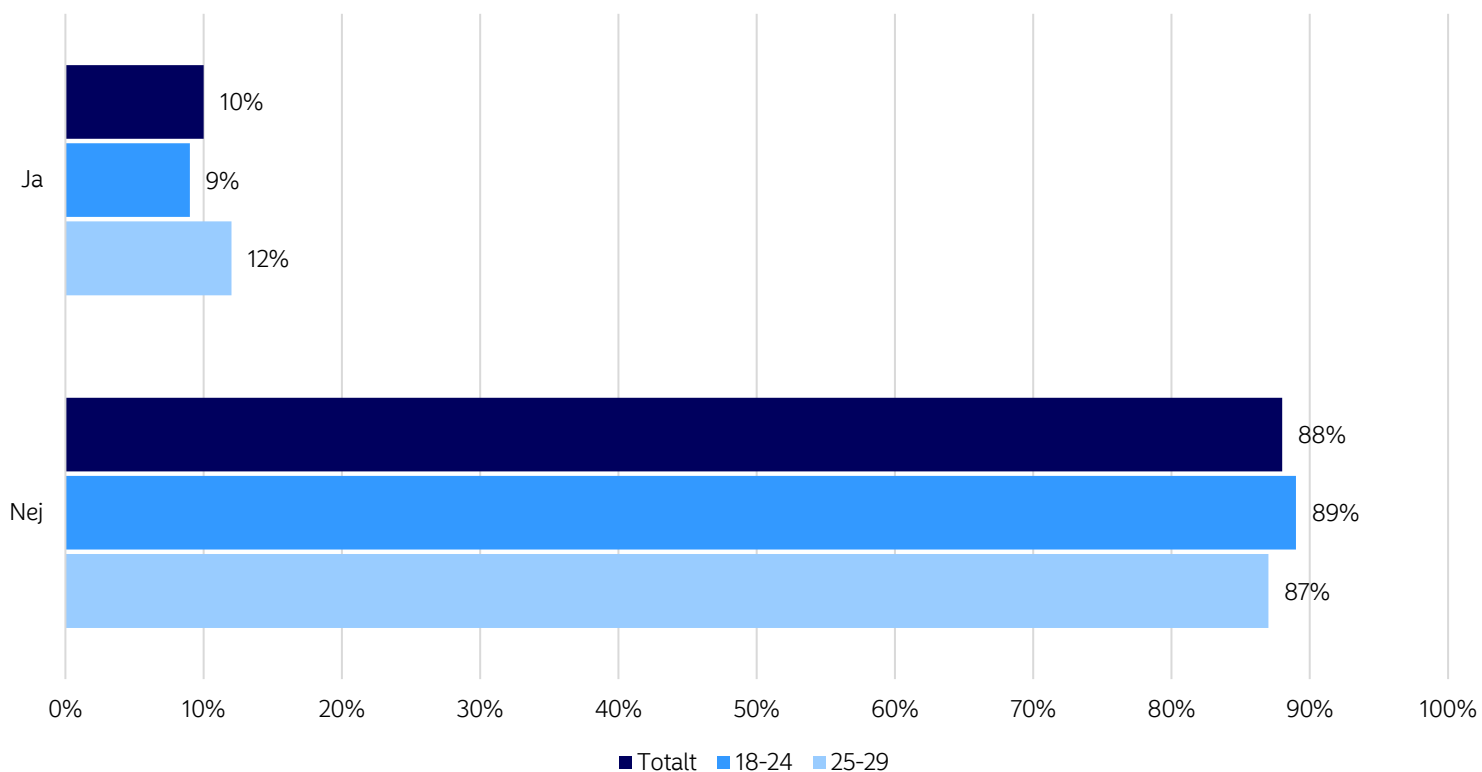
## Andelen unga vuxna som någon gång spenderat mer än de haft råd med minskar från 62 procent till 48 procent för de som sparar regelbundet



- 62 procent har någon gång under de senaste tolv månaderna spendera mer än de har råd med.
- Den andelen minskas till 48 procent bland de som sparar regelbundet.

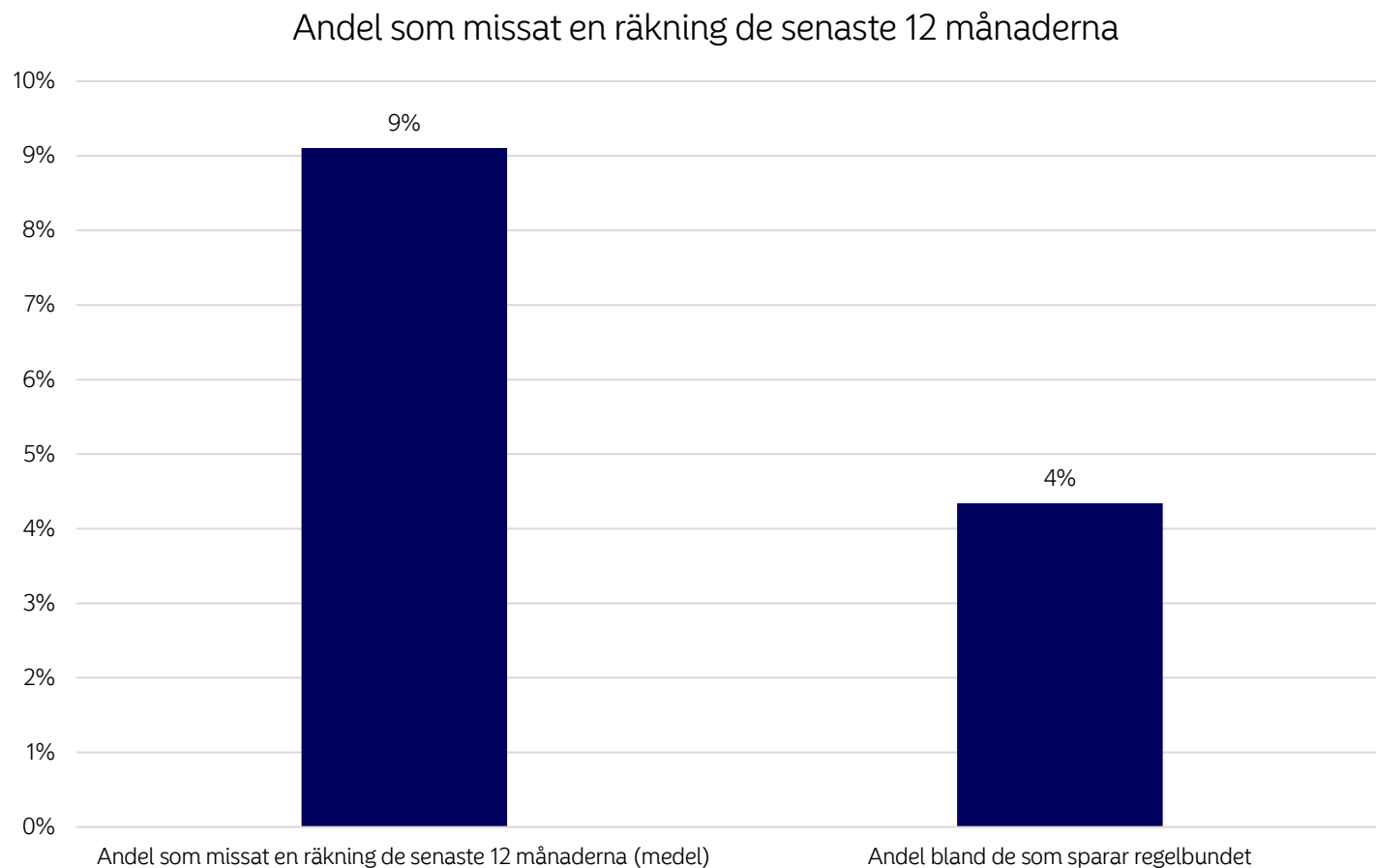
## Endast en av tio (10 procent) unga vuxna uppger att de missat att betala en räkning eller delbetalning de senaste tolv månaderna

Har du missat att betala räkning eller delbetalning de senaste 12 månaderna?



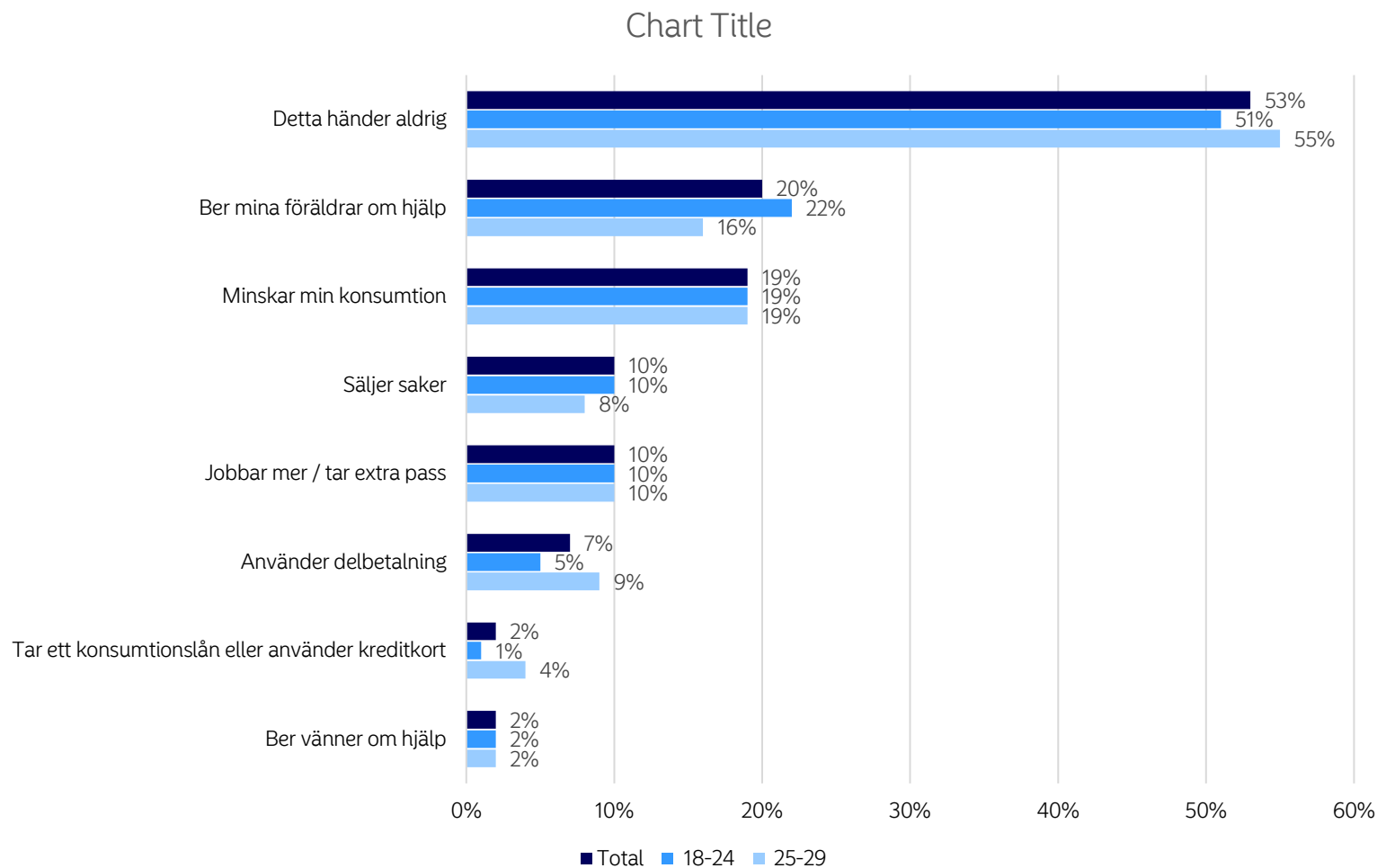
- Endast en av tio uppger att de missat att betala räkning eller delbetalning de senaste tolv månaderna.

## Andel som missat en räkning de senaste 12 månaderna halveras för de som sparar regelbundet (från nio till fyra procent)



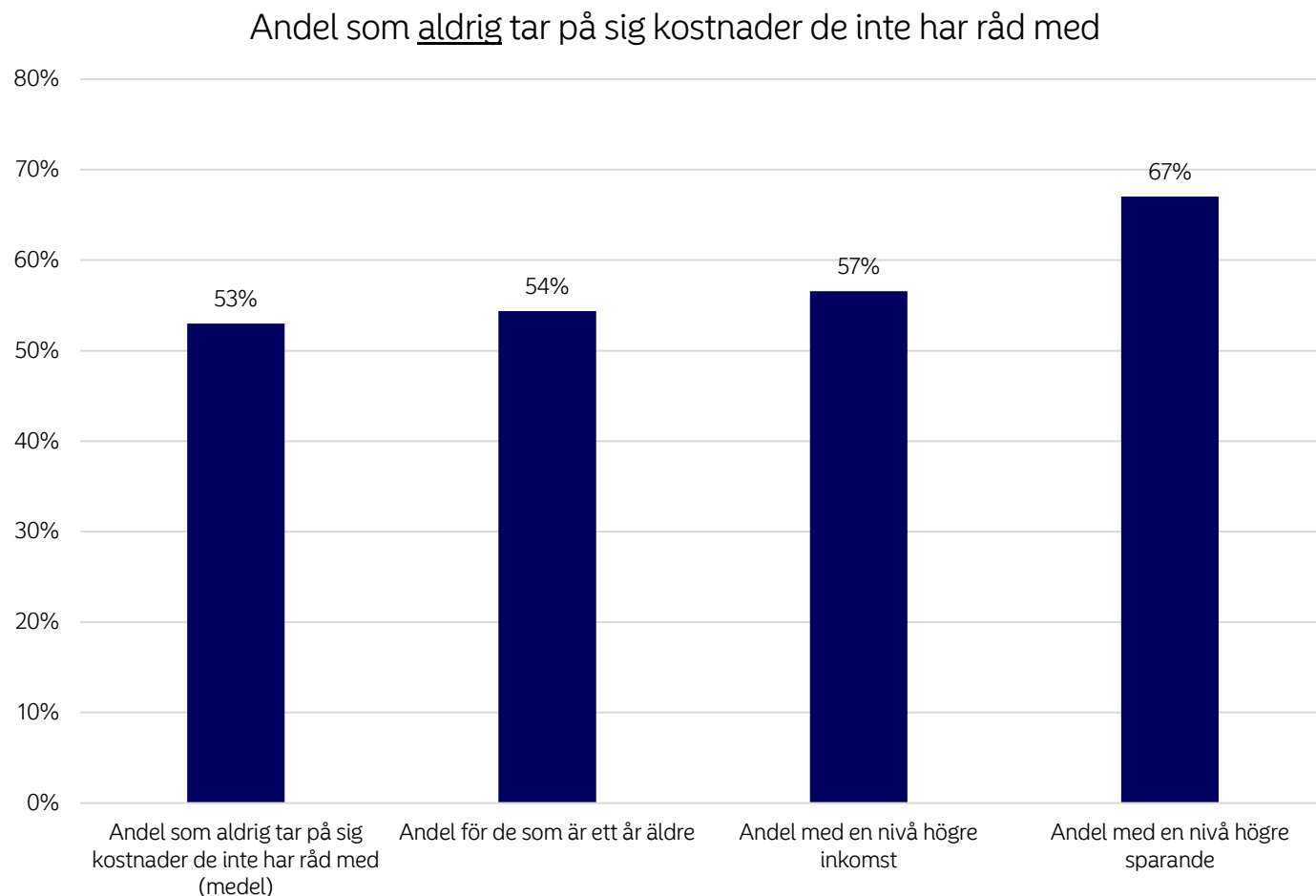
- Nio procent av urvalet har missat en räkning de senaste tolv månaderna
- Den andelen halveras bland de som sparar regelbundet

## Över hälften (53 procent) unga vuxna tar aldrig på sig utgifter de inte har råd med



- Över hälften (53 procent) av unga vuxna svarar att de aldrig tar på sig utgifter de inte har råd med.
- Var femte (19 procent) minskar sin konsumtion för att få pengar till utgifter de inte har råd med.
- 22 procent av de mellan 18-24 ber föräldrar om hjälp. Den andelen minskar med åldern. Endast 16 procent av de mellan 24-29 ber sina föräldrar om hjälp.

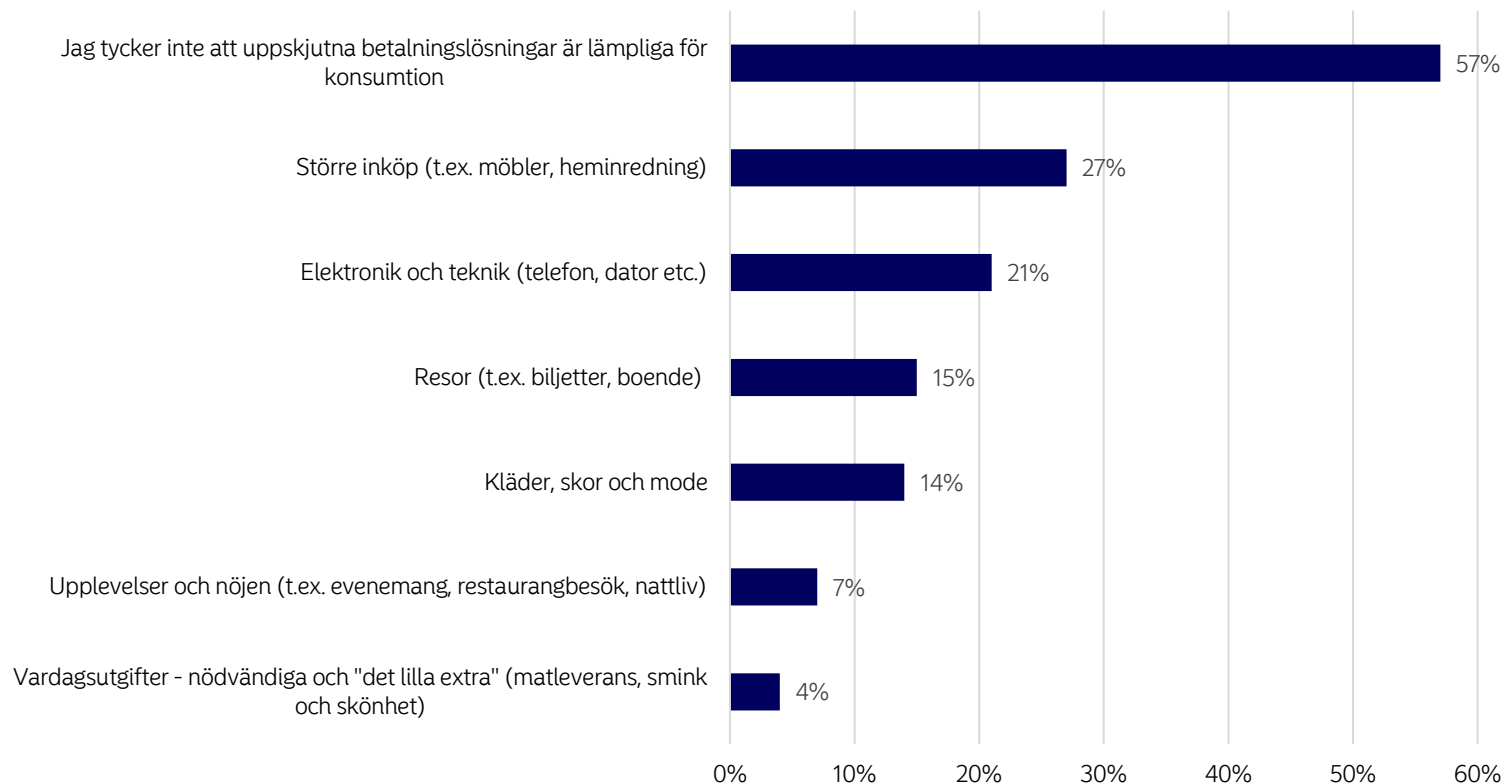
## Andel som aldrig tar på sig kostnader de inte har råd med ökar från 53 till 67 procent för de som sparar mer än genomsnittet



- 53 procent av urvalet tar aldrig på sig kostnader de inte har råd med.
- Andelen ökar med en procentenhet för varje år äldre personen blir.
- Andelen ökar med fyra procentenheter för varje nivå inkomsten ökar. När inkomsten ökar minskar tendensen att ta på sig kostnader man inte har råd med.
- Andelen ökar med 14 procentenheter för varje nivå sparandet ökar. När sparande ökar minskar tendensen att ta på sig kostnader man inte har råd med.

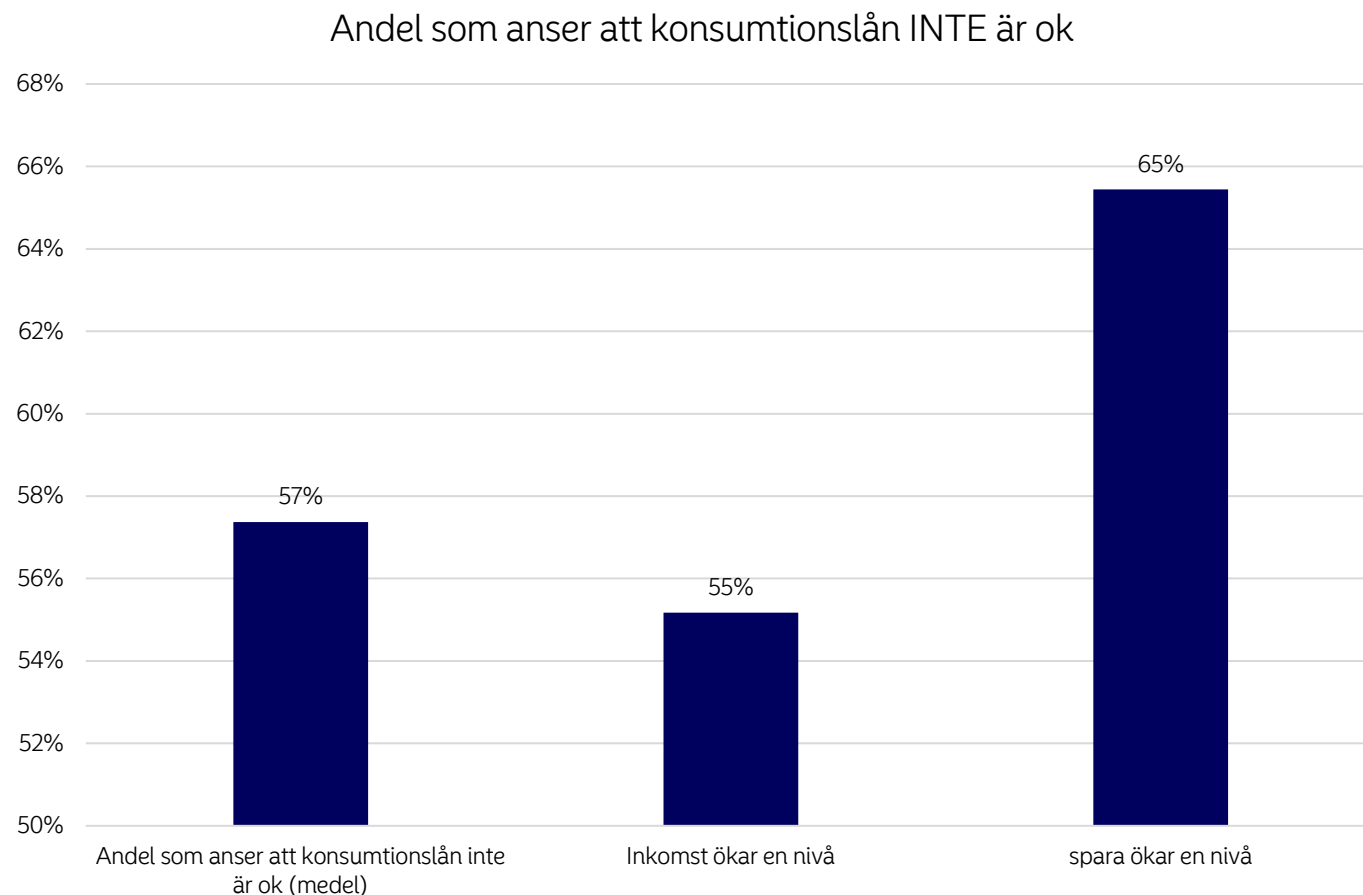
# 57 procent tycker inte det är okej att använda uppskjutna betalningslösningar för konsumtion

För vilka typ av inköp är det ok att använda uppskjutna betalningslösningar?



- Majoriteten bland unga vuxna (57 procent) anser att det inte är okej att använda uppskjutna betalningslösningar.
- För större inköp som heminredning, och elektronik är det mer accepterat bland unga vuxna med uppskjutna betalningslösningar.
- För kläder, resor och vardagsutgifter är mindre accepterat med uppskjutna betalningslösningar.

## Andel unga vuxna som inte tycker det är okej med uppskjutna betalningslösningar ökar från 57 till 65 procent bland de som sparar mer än genomsnittet



- 57 procent av unga vuxna anser att konsumtionslån inte är okej
- Den andelen sjunker ju mer de tjänar. En nivå högre lön gör att konsumtionslån blir mer acceptabelt. Minskning med två procentenheter från 57 till 55 procent.
- Andelen ökar (fler som **inte** tycker konsumtionslån är okej) för de som sparar mer. Ökning med åtta procentenheter från 57 till 65 procent.

## Om undersökningen

- **Målgrupp:** Allmänheten, unga vuxna 18-29 år i Sverige, Norge, Finland och Danmark.
- **Metod:** Onlineintervjuer i Sifos slumpmässigt rekryterade webbpanel.
- **Fältperiod:** Genomförd av Verian den 10-16 mars 2026.
- **Antal intervjuer:** 1 001 i Sverige.
- **Urvalet** är representativt för den svenska befolkningen vad gäller kön, ålder och region.