



Unga vuxnas ekonomi & livsval

2026

Sammanfattning

Ekonomisk oro, kunskapstörst och ekonomisk jämställdhet sticker ut i årets rapport

- Ungas oro för sin ekonomi ökar – nära **åtta av tio unga** vuxna känner **oro eller dåligt samvete över sin privatekonomi**.
- Ännu fler, **85 procent, vill lära sig mer** om privatekonomi, till exempel **sparande, fonder, aktier och pension**.
- Även **bostadsfrågan oroar** många unga:
 - Nästan **fyra av tio** som bor kvar hemma gör det för att de **inte har råd att flytta hemifrån**.
 - **Drygt var tredje** tror att höga **boendekostnader** kan **hindra dem från att arbeta eller studera** där de vill. **28 procent** tror att det kan **hindra dem från att bilda familj**.
- Trots att privatekonomi ingår i läroplanen uppger endast 63 procent att de fått lära sig om det i skolan.
- Samtidigt ökar influencers roll som kunskapskälla, **var femte ung vuxen vänder sig nu till influencers** för kunskap och inspiration om privatekonomi.
- **Ekonomisk jämställdhet** mellan könen är viktigt för unga, särskilt bland kvinnor:
 - **Nio av tio unga kvinnor** tycker att det är viktigt med ett samhälle som är **ekonomiskt jämställt mellan kvinnor och män**. Bland män anser 70 procent att det är viktigt med ett ekonomiskt jämställt samhälle.
 - **52 procent av männen** tycker att det är viktigt att göra val som påverkar den egna och andras ekonomi i en mer jämställd riktning, jämfört med 70 procent av kvinnorna.

” Många unga vuxna känner oro för sin privatekonomi. Att ta klivet ut i vuxenlivet, med allt det innebär, är inte lätt. Här behöver vi som samhälle göra mer för att rusta dem.”

**Madelén Falkenhäll
Ekonom för finansiell hälsa, Swedbank**

Ungas oro för ekonomin ökar

Nära åtta av tio unga vuxna känner oro eller dåligt samvete för sin privatekonomi.

Av de unga vuxna känner 78 procent oro eller dåligt samvete över något gällande sin privatekonomi. Det är en ökning från 73 procent föregående år. Kvinnor känner oro i större utsträckning än män.

Att man sparar för lite, slösar för mycket och ekonomin i allmänhet är de saker som oroar mest. Många unga kvinnor oroar sig också för sin framtida pension.



Stark kunskapstörst om privatekonomi

De flesta unga vuxna känner att de har god kunskap om privatekonomi, men hela 85 procent vill ändå lära sig mer.

Sparande, fonder och aktier toppar listan över vad man vill lära sig om, tätt följt av pension.

85 %
vill lära sig mer



Familj och vänner är främsta källor till inspiration och kunskap, 40-50 procent hämtar inspiration från dem.

En allt större andel inspireras även av influencers. I år uppger 19 procent att de finner inspiration i sociala medier, jämfört med 11 procent tidigare år.

Bara 63 procent har fått lära sig om privatekonomi i skolan.

Hantera den egna ekonomin

Att ta klivet ut i vuxenlivet innebär att hantera sin egen ekonomi och flyttar man hemifrån är ansvaret ännu större.

**Försäkringar svårast
när det gäller den egna
ekonomin**

Över hälften av de unga vuxna som har flyttat hemifrån har inga problem att få pengarna att räcka. Men 27 procent tycker att det är dyrare med eget boende än de trodde och nästan lika många tycker det var svårt att ha koll på avtal och försäkringar.

Att veta vilka försäkringar man behöver är det som flest unga vuxna tycker är svårast när det gäller att hantera sin egen ekonomi, tre av tio uppger det. Att hålla budget och ha en bra överblick är också något som många upplever som svårt.

De allra flesta har koll på räkningarna men mer än var femte uppger att de har hänt att man varit sen att betala en räkning.

Fler påverkas till konsumtion av influencers

Andelen som uppger att influencers påverkar vad de konsumerar ökar, särskilt bland kvinnor. Och många handlar saker som de inte planerat och som de sedan ångrar.

Var femte ung vuxen har handlat med kreditkort och/eller handlat på avbetalning. Fyra procent har tagit konsumtionslån. Endast fyra procent av de unga vuxna vet vad effektiv ränta är.

55 procent gör ibland köp som de sedan ångrar och 66 procent handlar ibland för mer pengar än de tänkt. 78 procent handlar ibland saker som de inte planerat, bland unga kvinnor uppger 85 procent att de gjort det.

Andelen som uppger att influencers och sociala medier har ganska eller stor påverkan på vad de köper ökar och i år uppger nästan tre av tio unga kvinnor att de påverkas. På totalen är andelen knappt två av tio.



Åtta av tio tycker att jämställd ekonomi är viktigt

Med en jämställd ekonomi i en relation ges lika förutsättningar för båda att bygga en ekonomi man känner sig trygg i på egen hand. Man har ekonomisk egenmakt och är inte ekonomiskt beroende av någon annan.

85 %
tycker ekonomisk
egenmakt är viktigt

85 procent av de unga vuxna tycker att det är viktigt att klara sig själv och inte vara ekonomiskt beroende av någon annan. Nästan lika många, 82 procent, tycker det är viktigt att dela lika på sådant som ska göras i hemmet. Andelarna är högre bland de unga kvinnorna jämfört med de unga männen.

När det gäller på ett högre plan tycker 81 procent att det är viktigt med ett ekonomiskt jämställt samhälle. Andelen är 92 procent bland kvinnorna och 71 procent bland männen.

70 procent av kvinnorna och 52 procent av männen tycker att det är viktigt att göra val som påverkar sin och andras ekonomi i en mer jämställd riktning.



Det egna sparandet

Drygt nio av tio unga vuxna sparar, 63 procent gör det regelbundet och 28 procent då och då.

Tre av fyra unga kvinnor och män som sparar gör det i fonder. 90 procent av kvinnorna och 78 procent av männen sparar även på sparkonto.

Fler män än kvinnor sparar i aktier, 51 jämfört med 29 procent. Män sparar också i större utsträckning i kryptovaluta och guld, 13 respektive 8 procent, jämfört med en respektive två procent av kvinnorna.

Vanligast är att spara ihop ett sparkapital som är bra att ha längre fram, 64 procent gör det. Nästan lika många, drygt 60 procent sparar till en buffert. Runt 40 procent sparar också till resor, nöjen och fritidsintressen.



Utbildning och jobb

29 %
vill driva eget
företag

Utbildning

- 27 procent av de unga vuxna studerar på högskola eller universitet. Drygt hälften kan tänka sig att göra det.
- De flesta vill plugga vidare för att kunna jobba med något intressant, få en bra lön och för personlig utveckling.
- En av fyra tycker att ekonomin hindrar eller gör det svårt att studera vidare, lika många att det är svårt att välja utbildning.

Jobb

- Vid val av yrke uppger 69 procent att det är viktigt att jobba med något man är intresserad av. Hälften vill utvecklas och lika många vill kunna ha balans mellan jobb och fritid.
- Fler unga kvinnor än män vill jobba i yrke där de bidrar till samhället, fler unga män än kvinnor vill ha ett yrke med bra löne- och karriärmöjligheter.
- När det gäller val av arbetsgivare är trygga anställningsvillkor, rimlig arbetsbelastning och hög lön viktigaste faktorer. De två första är viktigare för kvinnor och män, medan hög lön är viktigare för män.
- 74 procent av de unga vuxna som är anställda på heltid är med i en a-kassa.

Bostad

43 procent av de unga vuxna vill hyra sin första egna lägenhet och sedan köpa, 32 procent vill köpa en lägenhet direkt.

Av de som bor kvar hemma är främsta anledningen att de inte har råd att flytta, 37 procent uppger det. 31 procent gör det för att spara pengar, 15 procent för att de vill bo kvar hemma.

När det gäller det framtida boendet oroar sig runt 40 procent för höga hyror, att de ska ha svårt att hitta ett boende de har råd med och/eller att de ska behöva ta stora lån för sitt boende. 27 procent oroar sig för att de av ekonomiska skäl ska behöva bo i ett område där de inte känner sig trygga.

Drygt var tredje tror att höga boendekostnader kan hindra dem från att arbeta eller studera där de vill och hela 28 procent tror att de kan hindra dem från att bilda familj.

28 procent av de unga vuxna har fått hjälp av sina föräldrar att köpa en bostad.

© Swedbank

Fler vill hyra första
lyan än köpa

