

2026

# Så mår svenskarnas ekonomi

EN RAPPORT OM HUR SVENSKARNA  
SER PÅ PRIVATEKONOMI, SPARANDE  
OCH ARBETSLIV.

**SVEA**

# Innehåll

|                                                            |           |
|------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>Inledning</b>                                           | <b>3</b>  |
| <b>Kapitel 1: Privatekonomi och arbetsliv</b>              | <b>4</b>  |
| En av tio får inte inkomsten att räcka hela månaden        | 5         |
| Svenskarna vill ha både bra lön och ett hållbart arbetsliv | 8         |
| Trots bättre tider lever oron kvar i svenska hushåll       | 10        |
| <b>Kapitel 2: Sparande</b>                                 | <b>11</b> |
| Nio av tio sparar pengar                                   | 12        |
| Dreams – vardagskonsumtion gör det svårare att spara       | 16        |
| <b>Kapitel 3: Byta bank</b>                                | <b>17</b> |
| Många vill byta bank – men få tar steget                   | 18        |
| Vill du byta bank? Eller skaffa en till?                   | 20        |
| <b>Sammanfattning</b>                                      | <b>21</b> |
| <b>Bakom siffrorna</b>                                     | <b>22</b> |



## Om rapporten

Den här rapporten bygger på två undersökningar genomförda av Novus på uppdrag av Svea Bank den 3 december 2025 och under perioden 5–16 februari 2026. Syftet med undersökningen är att få insikt i svenska hushålls vardagsekonomi, deras bankrelationer och hur man prioriterar när det gäller sin ekonomi och sitt sparande.

# Svenskarna om plånboken, bufferten och banken

**Svenska hushåll navigerar** en vardag präglad av ekonomisk osäkerhet. Även om lägre inflation, stabilare bolåneräntor och ökande reallöner sakta stärker köpkraften, har de senaste årens geopolitiska oro, prisökningar och ränteuppgångar satt djupa spår. Känslan av att ekonomin är trängd lever kvar och återhämtningen är inte heller jämnt fördelad. Hushåll med stabila inkomster och eget boende gynnas mest, medan de med små marginaler fortsatt lever under press.

I den här rapporten tar vi ett samlat grepp om hur svenska hushåll verkligen har det – och hur de tänker kring privatekonomi, sparande och bankval. Du får insikter i vad som driver sparvanor, vad som värderas i arbetslivet och hur svenskar förhåller sig till sin bank.

På Svea arbetar vi nära privatpersoner och deras ekonomiska vardag. Vår roll är att bidra med perspektiv och lösningar som skapar trygghet och handlingsutrymme – oavsett var i livet du befinner dig.

”

**Jag sparar till resor eller bara till sämre tider. Tror inte vi har sett de sämre tiderna än.**

**7 av 10**

**upplever att hushållets vardagsekonomi har påverkats i hög grad av ökade priser de senaste åren.**

# 01. Privatekonomi och arbetsliv

Hur ser svenskarna på det ekonomiska läget kopplat till privatekonomin? Och vad är viktigast i arbetslivet? I det här kapitlet tittar vi närmare på svenskarnas upplevelser och känslor kring investeringar, utgifter, arbetsmarknaden och det egna jobbet.

# En av tio får inte inkomsten att räcka hela månaden

**Osäkerheten i omvärlden** gör att de senaste årens konjunkturprognoser behövs justeras ner upprepade gånger. Nedjusteringar har gjorts även för 2026, men Konjunkturinstitutet (KI) ser indikationer på att återhämtningen ändå fortsätter trots kriget mellan USA och Iran. Men just nu går hushållens syn inte i linje med utvecklingen. Upplevelsen av den egna ekonomin har i stället försämrats jämfört med för ett år sedan enligt KI:s barometer. En pessimism som det också syns spår av i svaren i vår undersökning. Till exempel upplever sju av tio att hushållets vardagsekonomi har påverkats i hög grad av ökade priser de senaste åren. Samtidigt har nära sex av tio hushåll behövt avstå från vissa saker eller utgifter under 2025 för att få ekonomin att gå ihop. Främst handlar det om konsumtion i form av resor och semestrar och olika upplevelser som nöjen, kultur och restaurangbesök, men även om sparande.

Siffror från Statistiska centralbyrån visar dock att det långsamt blir bättre. Efter att den disponibla inkomsten sjönk under 2022 och 2023 har hushållens ekonomi blivit bättre de senaste två åren. Dessutom har svenskarnas skuldkvot sjunkit något de senaste fyra åren, efter att ha ökat brant ända sedan mitten av 1990-talet. Också det får stöd i vår undersökning där 90 procent av respondenterna uppger att de inte har tagit några privatlån utan säkerhet de senaste två åren. För respondenter i åldersgruppen 20–39 syns dock en oro kring ränteläget och att hitta rätt läge att göra satsningar på bostadsmarknaden.

Att situationen är tudelad stärks också av undersökningens svar. För 88 procent räcker inkomsten hela månaden, för hela 60 procent med god marginal. Men för 11 procent räcker pengarna inte till. Tydligast känns de senaste

årens prisökningar för kvinnor och barnfamiljer som beskriver att vardagsekonomi har påverkats i hög grad. Något som ytterligare utmanas av att barnbidraget inte tycks ha hängt med prisutvecklingen. 61 procent av hushållen uppger att barnbidraget inte räcker till för barnens löpande utgifter, 44 procent svarar sällan och 17 procent ibland.

**Upplever du att ditt hushåll har behövt avstå från vissa saker/utgifter för att få ekonomin att gå ihop under 2025?**

Ja flera gånger

25 %

Ja, någon enstaka gång

32 %

Nej

42 %

Vet ej/vill ej uppge

2 %

**I vilken grad upplever du att hushållets vardagsekonomi har påverkats av att priser generellt har ökat de senaste åren?**

I mycket hög grad

24 %

I ganska hög grad

45 %

I ganska låg grad

24 %

I mycket låg grad

5 %

# 57 %

av hushållen har behövt avstå från vissa saker eller utgifter för att få ekonomin att gå ihop under 2025.



# 69 %

upplever att hushållets vardagsekonomi har påverkats i hög grad av ökade priser de senaste åren.



”

**Vi går inte på bio längre, köper knappt pizza, nöjesparker och andra nöjen går på flera tusen när en är så många.**

”

**Det känns svårt att veta när det är rätt läge att satsa ekonomiskt. Som att köpa bostad när räntorna snabbt kan förändras.**

”

**I grunden stabilt, men nästan alla tankar går till min kommande bostadsförsäljning där väldigt stora summor pengar berörs både med försäljning och kommande köp.**

# Svenskarna vill ha både bra lön och ett hållbart arbetsliv

**Bra lön har alltid** varit starkt motiverande gällande val av arbetsgivare, men lika viktigt skattas nu även balans mellan jobb och fritid, tätt följt av en trygg anställning. Samtliga tre ligger på nära 60 procent vardera. Detta stöds i flera rapporter, exempelvis Randstad Employer Brand Research från 2026, där arbetslivsbalans ses som lika viktigt av alla generationer. Riskfaktorerna för ohälsosam stress på arbetet är många och genom ökat hemarbete och digitalisering har gränsdragningen mellan arbete och fritid blivit svårare att göra. Möjligheten att faktiskt kunna koppla bort blir därmed en allt viktigare konkurrensfaktor.

I åldersgruppen 40–65 år anger de flesta att de är nöjda med sin anställning och trivs med både arbetsuppgifter och kollegor. Några befinner sig dock i mer ansträngda situationer som varsel eller sjukskrivning. För vissa finns upplevelsen att lönen halkat efter i och med inflationen, men den känslan är starkare hos 20–39-åringar. I den gruppen anser flera

att det krävs ett jobbyte för att hänga med i prisutvecklingen snarare än den årliga lönerevisionen. Generellt anser samtliga deltagare att jobbet ska gå att kombinera med ett fungerande privatliv. Ingen vill offra hälsan eller familjen för att få ihop ekonomin.

Vad är viktigast för dig när det gäller ditt arbetsliv?

**Bra lön**

61 %

**Bra balans mellan jobb och fritid**

60 %

**Trygg anställning/stabilitet**

56 %

**Flexibilitet i arbetstid**

35 %

**Möjlighet till hybridarbete, dvs kunna jobba hemifrån**

24 %



**Det viktigaste i arbetslivet är bra lön och bra balans mellan jobb och fritid.**



”

**Viktigast är att trivas  
på arbetet och ha tid  
och ork över till fritiden.  
Bra lön är alltid en  
stor bonus!**

”

**Flexibilitet, balans  
mellan jobb och  
fritid och stor grad av  
självbestämmande och  
frihet under ansvar.**



ELIN ANDRÉN, AFFÄRSOMRÅDESCHEF, SVEA BANK

# Trots bättre tider lever oron kvar i svenska hushåll

En av tio får inte lönen att räcka – men nio av tio sparar. Elin Andrén, affärsområdeschef på Svea Bank, ser en ekonomi som både pressar och står stadigt. Återhämtningen är i gång, men är samtidigt långt ifrån jämnt fördelad.

De senaste årens osäkerhet och ökade levnadskostnader visar sig på flera sätt i undersökningen. Som att inkomsten inte räcker hela månaden för en av tio och att sex av tio behövt avstå från vissa saker eller utgifter under 2025 för att få ekonomin att gå ihop. Svaren belyser den press som svenska hushåll upplever för att få ihop vardagsekonomin. Samtidigt finns också tecken på att de allra flesta har en stabil grund att stå på. Elin Andrén, affärsområdeschef på Svea Bank, pekar dels på att nio av tio prioriterar att spara, dels på att en bra balans mellan jobb och fritid är lika viktigt som lönen.

– Att det inte bara är inkomsten som påverkar vilket arbete människor väljer tycker jag tyder på att svensken har det rätt bra ekonomiskt. Det visar att många har möjlighet att prioritera så, säger Elin Andrén.

Efter flera år med hög inflation och höga räntor har hushållens ekonomi de senaste två åren förbättrats, enligt statistik från Statistiska centralbyrån, SCB. Skuldsättningen har minskat sedan toppen av 2021 och lägre inflation, stabilare bolåneräntor och ökande reallöner väntas stärka köpkraften.

– Det är inte lika trögrörligt längre och med de nya bolånereglerna väntas fler kunna ta sig in på bostadsmarknaden och ge ökad rörlighet. Samtidigt är återhämtningen ojämnt fördelad. Hushåll med stabila inkomster och som redan äger sitt boende gynnas mest, medan de med små marginaler riskerar fortsatt ekonomisk press, säger Elin Andrén.

**Ekonomisk återhämtning märks inte fullt ut i vardagen**

Trots förbättrade ekonomiska förutsättningar

**Framöver väntas fokus i högre grad förflyttas från inflation och räntor till arbetsmarknadens utveckling och hushållens långsiktiga ekonomiska trygghet.**

har de senaste årens utveckling påverkat svenskarnas beteende. Många hushåll är fortfarande försiktiga och mindre benägna att öka sin konsumtion.

– Framöver väntas fokus i högre grad förflyttas från inflation och räntor till arbetsmarknadens utveckling och hushållens långsiktiga ekonomiska trygghet, säger Elin Andrén. I undersökningen anser också många, särskilt i den yngre åldersgruppen, att deras lön inte hänger med inflationen. Sju av tio upplever att hushållets vardagsekonomi har påverkats i hög grad av de ökade priserna.

– Främst går hushållens inkomst nu åt till levnadskostnader. Många svarar att de har dragit ner på resor, att äta ute och nöjen. Det går heller inte att bortse från hur tydligt det är att barnbidraget inte har höjts i samma takt som priserna. Det är många som inte får barnens omkostnader att gå ihop, säger Elin Andrén.

Den fortsatta geopolitiska oron kan dessutom åter komma att påverka hushållens ekonomi. Risk finns för högre energipriser, osäkrare ränteutveckling och en svagare krona.

– För svenska hushåll innebär det främst dyrare drivmedel samt högre transport- och matkostnader, vilket kan bidra till en fortsatt försiktighet kring privatekonomin även framåt, säger Elin Andrén.

# 02. Sparande

Hur gör och tänker svenskar när det gäller sparande? I det här kapitlet tittar vi på svenskars attityd till sparande, hur det är upplagt och vilka drivkrafter som finns bakom.

# Nio av tio sparar pengar

**Enligt Statistiska centralbyrån, SCB,** ligger sparkvoten i dagsläget på en historisk högsta-nivå. Sparkvoten visar hur stor del av hushållens disponibla inkomster som sparas. Det återspeglas också i den här undersökningen där nio av tio uppger att de sparar mer eller mindre regelbundet. Nästan alla sparar, men på olika nivåer. Så har det inte alltid sett ut. Med undantag av några år under 1990-talskrisen har den svenska sparkvoten varit negativ sedan innan 1980-talet. Vi levde i stället över våra tillgångar. Trendbrottet kom någonstans efter finanskrisen 2009 och sedan 2018 har sparkvoten legat permanent på plus. Efter en tillfällig dipp under pandemin har sparandet sedan bara fortsatt att öka. Under 2025 låg nivån på 4,3 procent som enligt SCB är den högst uppmätta någonsin.

Sparandet tas också på stort allvar. Att ha en buffert kopplas till trygghet och frihet. I undersökningen svarar två av tre att de skattar sparandet högt. För de som sparar mindre regelbundet, eller inte alls, handlar det främst om begränsad inkomst och höga utgifter, inte ovilja att spara. I hushåll med lägre inkomst svarar var fjärde att de inte sparar alls. Samma mönster syns när frågan om hur en oväntad avgift hanteras och där de flesta anger att de i första hand skulle använda sparade pengar. I grupper med svagare ekonomi är det dock vanligare att behöva be exempelvis familj eller vänner om hjälp.

## Sparar ditt hushåll regelbundet idag?

**Ja, sparar regelbundet (varje månad)**

65 %

**Ja, sparar men inte regelbundet**

23 %

**Nej**

12 %

## Trygghet väger tyngre än drömmar i svenskarnas sparande

Att bygga upp en buffert för trygghet och oförutsedda händelser är den absolut tyngst vägande anledningen till sparande. Av de som sparar mer eller mindre regelbundet uppger 82 procent att de sparar för att kunna klara av oväntade utgifter, sjukdom, arbetslöshet eller större reparationer. Resor och upplevelser följer först på 46 procent. Omvänt är de vanligaste anledningarna till att inte spara att inte ha råd, förändrad livssituation eller att man är klar med sitt sparande. Vissa anger också att framtiden är osäker och att de hellre använder sina pengar här och nu.

För de som sparar är fonder den absolut vanligaste sparformen (70 procent). Andra vanligaste är sparkonto med fast ränta (39 procent) tätt följt av aktier (36 procent). Det som anges vara viktigt är avkastning och ränta, trygghet och rimlig tillgång till pengarna. Men även här spelar inkomsten roll. Medan höginkomsttagare oftare nämner att de har möjlighet och kan spara strategiskt, svarar låginkomsttagare oftare att sparandet behövs för att klara oförutsedda utgifter samtidigt som det är svårt att bygga en buffert.

## På vilket/vilka sätt brukar ditt hushåll spara?

**Fonder**

70 %

**Sparkonto med fast ränta**

39 %

**Aktier**

36 %

**Sparkonto med rörlig ränta**

31 %

**Eget konto**

23 %

**Sparkonto utan ränta**

16 %

# 9 av 10

sparar mer eller mindre  
regelbundet i dag.



”

Vi vill ha den trygghet  
som ett sparande  
innebär.



Har genom åren inte haft koll på det där med pensionen, så sparandet är väldigt viktigt.



Viktigt med en buffert till oförutsedda händelser och pengar till upplevelser.



# 82 %

uppger att de skulle ta från sitt sparkonto för att klara en oväntad utgift på 15 000 kronor. Endast 4 procent skulle be familj eller vänner om hjälp respektive ta ett privatlån.

”

Viktigt att ha en buffert för oförutsedda händelser. Till exempel höga elkostnader.

”

Vi vill ha den trygghet som ett sparande innebär.

”

Pensionen är så låg. Behöver ha en buffert för oförutsedda utgifter.

HENRIK ROSVALL, VD, DREAMS

# Vardagskonsumtion gör det svårare att spara

Den disponibla inkomsten ökar åter, men svenskarnas ekonomi är fortsatt ansträngd. För en del betyder det minskat eller uteblivet sparande. Enligt Henrik Rosvall, vd på Dreams, är det hög tid att syna spontaninköpen mer noggrant.

Under 2025 behövde nära sex av tio hushåll avstå från vissa saker eller utgifter för att få ekonomin att gå ihop, framgår det i undersökningen. Det tyder på att svenskars ekonomi fortsatt är under stark press, menar Henrik Rosvall, vd för sparappen Dreams.

– Det har varit mycket oro och osäkert med inflation, ränteläge och krig. Sparandet är viktigt för de allra flesta och nio av tio uppger att de sparar regelbundet. För de som inte prioriterar ett sparande uppges brist på marginaler som det vanligaste skälet och en bov i det tror jag är vardagsutgifter som äter upp sparutrymmet.

Henrik Rosvall menar att mycket går åt till små, löpande beslut i vardagen som spontan köp och olika streamingabonnemang.

– Om du summerar de utgifterna och ser på vad du skulle kunna få för pengarna i stället hade det kanske räckt till ett litet sparande, säger han.

## Utmanande att bryta livsstilsvanor

Anledningen till att en del behövt dra ner på sparandet tror Henrik Rosvall är att det dels är svårt att bryta livsstilsvanor. Dels att det skapats ett uppdämt behov av att leva i nuet efter pandemiåren.

– Väl ute på andra sidan fick det oss att vilja lägga mycket pengar på resor och nöjen. Och medan det är lätt att vänja sig med dyrare och mer frikostiga vanor är det desto svårare att dra in på saker, säger han.

Henrik Rosvall ser också tydliga skillnader i sparbeteenden och attityder mellan olika åldersgrupper.

**För de som inte prioriterar ett sparande uppges brist på marginaler som det vanligaste skälet.**

– På Dreams fokuserar vi främst på åldersgruppen 25–45 år och vad är det som händer i livet när du är 25? Du kanske är nyutbildad och har fått din första lön och du gör av med ditt sparande hela tiden. Förändringen kommer ofta när du får barn. Det är högmotiverande att spara till dem och där börjar man se en långsam beteendeförändring. Medan unga oftast har korta mål ser vi tydligt att äldre har en mycket större långsiktighet i sitt sparande.

## Lätt att låna, svårt att bygga trygghet

Framför allt vill Henrik Rosvall att det ska bli enklare att spara för alla. Ett svagt sparbeteende, tror han, riskerar att öka behoven av privatlån i framtiden.

– Det leder till tydliga klyftor mellan de som konsumerar och lånar och de som sparar och investerar.

De redan utsatta blir än mer utsatta. Undersökningen visar att en av tio i dagsläget inte får pengarna att räcka hela månaden.

– Och vad tar du till när sparpengarna är slut? Med det sagt är vi svenskar i en internationell jämförelse rätt duktiga på att spara och investera, men vi är också mer skuldbelagda både gällande bolån och privatlån. Problemet är systemet som gör det så otroligt lätt att konsumera, men ska du spara pengar är det allt annat än lätt och lustfyllt och det behöver förändras, säger Henrik Rosvall.

# 03. Byta bank

Hur ser svenskens förhållande till sin bank ut? I det här kapitlet tittar vi på hur finansmarknaden och möjligheten att byta bank uppfattas. Vi tittar också på valet av bank och hur en bra bank ska vara.

# Många vill byta bank – men få tar steget

**Det är inte särskilt svårt** att byta bank i Sverige. På senare år har också digitala tjänster och nya aktörer gjort det lättare. Ändå anger många i vår undersökning att det känns krångligt och att "alla är ganska lika" som anledning till att inte byta bank. Det stöddes också av studier som Konkurrensverket låtit ta fram över tid och som visar att bankmarknaden är trög-rörlig jämfört med vad som krävs för en stark konkurrens, även om det sakta blir bättre.

Ökad rörlighet och god konkurrens kommer i förlängningen leda till lägre priser, bättre kvalitet och mer innovation. Förra året förenkade därför Finansinspektionen ytterligare för bankbyte genom krav på digitala amorteringsunderlag och lättnader gällande ränteskillnadsersättning.

I undersökningen säger nio av tio att de är nöjda med sin bank. Samtidigt förhåller sig respondenterna ganska neutrala: det funkar, men skav finns kring avgifter, snåla kalkyler och känslor kring att banken tjänar mycket medan hushållen kämpar.

Oftast är valet av bank historiskt och praktiskt och görs inte genom aktiv jämförelse. Många blir kvar av bekvämlighet, men om hushållen skulle välja bank i dag är en enkel, digital bank högst upp i prioritetsordningen. Även personlig service värderas högt. Drömbanken är trygg, schysst, har bra räntor och en enkel digital app.

**Vad av följande är viktigt för dig om ditt hushåll skulle välja bank idag? Flera svar möjliga. De fem vanligaste svaren.**

Enkel digital bank

44 %

Erbjuder bra ränta på bolån

42 %

Erbjuder bra ränta på sparande

40 %

Inger trygghet och förtroende

37 %

Erbjuder personlig service

36 %



**85 % av svenskarna anger att det är osannolikt att de skulle byta bank inom det närmaste året.**

”

Jag skaffade ungdomskonto kopplat till min mammas kort när jag var 16 (för 15 år sedan) och sedan har jag bara blivit kvar.

”

Jag valde min bank för att min fru hade den när vi skulle flytta ihop.

# Vill du byta bank? Eller skaffa en till?

**Bankmarknaden är koncentrerad och kunderna trögrörliga, men experter ser tecken på förändring. Och möjligheterna att jämföra, förhandla och byta bank är både fler och enklare än många tror.**

**Enligt Konkursverket** är kunderna på bankmarknaden trögrörliga och har varit så länge. Dessutom slår Finansinspektionen fast att den svenska bankmarknaden är koncentrerad, tillsammans står sju banker för mer än 80 procent av utlåningen till allmänheten. Den här särställningen syntes inte minst under våren 2026 när flera storbanker valde att höja bolåneräntorna trots att Riksbanken lämnat styrräntan orörd. Finansminister Elisabeth Svantesson (M) gick då ut i media och uppmanade svenskarna att utnyttja sin konsumentmakt: "Kunderna måste rösta med fötterna och våga förhandla", sa hon till SVT Nyheter.

Samtidigt ser både Finansinspektionen och Konkursverket tecken på förändring. Genom regellättnader och administrativa förenklingar har rörligheten de senaste åren ökat något och konkurrensen håller långsamt på att förbättras.

En orsak till att förhållandevis få byter bank är en utbredd uppfattning om att det är svårt och krångligt att byta bank. Många är också kvar av vana eller ointresse. Men faktum är att det är relativt enkelt att både jämföra olika tjänster och byta bank eller välja flera olika

banker. För vardagstjänster tar det bara några dagar och kan spara en privatperson många tusenlappar varje år. I förlängningen ger det också ökad konkurrens på bankmarknaden med allt vad det innebär i form av pressade priser, bättre tjänster och ökad innovation.

Att vara kund i flera banker är enligt Svenska Bankföreningen däremot ganska vanligt i dag. Där det vanligaste upplägget är att ha en huvudbank för vardagsekonomi och en eller flera andra för sparande, bolån eller investeringar. Det är också en rekommendation från bland andra Riksbanken att ha kort och konton hos minst två olika banker för att på så sätt inte stå utan betalningsmöjligheter vid tekniska störningar.

Hur gör man då som kund för att välja och byta bank? Konsumenternas bank- och finansbyrå är en oberoende stiftelse som erbjuder kostnadsfri vägledning inom bank, försäkring och pension. På deras hemsida finns stöd i form av bland annat checklistor och hjälp för att jämföra det bankerna erbjuder. Och en riktlinje att utgå från är att det ofta lönar sig att vara aktiv och jämföra bankernas olika erbjudanden och tjänster.

# Svenskarnas ekonomi stärks – men oron lever kvar

**Statistik och rapporter från** både Konjunkturinstitutet och Statistiska centralbyrån visar på att svenskar de två senaste åren åter börjar få det bättre. Men omvärlden är fortsatt instabil och hos hushållen finns en kvarstående oro för att inflation och räntor ska vända uppåt igen. Samtidigt tycks fokus gradvis förflyttas till frågor om arbetsmarknad och den långsiktiga ekonomiska tryggheten.

Trots stigande inkomster och en hög sparkvot upplever många att vardagen blivit dyrare och sex av tio har behövt dra ned på sin konsumtion. För 11 procent eller cirka 800 000 svenskar går ekonomin inte ens ihop. Samtidigt räcker inkomsten för de flesta, om än med varierande marginaler. Hushåll med stabila inkomster och eget boende har i större utsträckning kunnat dra nytta av den förbättrade ekonomin, medan barnfamiljer och hushåll med mindre marginaler fortsatt upplever en pressad vardagsekonomi. Att många ändå har det stabilt avspeglas i inställningen till arbetslivet där lön värderas i princip lika högt som balans mellan jobb och fritid, tätt följt av en trygg anställning.

Sparandet är utbrett och har fått en tydligare roll i hushållens vardag. Främst handlar det om att skapa handlingsutrymme. Bufferten har blivit en grundtrygghet som gör det möjligt att hantera oväntade utgifter, men också för att våga fatta större beslut. Att nio av tio sparar regelbundet eller till och från visar att sparandet inte längre främst handlar om framtida

**Trots stigande inkomster och en hög sparkvot upplever många att vardagen blivit dyrare och sex av tio har behövt dra ned på sin konsumtion.**

konsumtion. Samtidigt är skillnaderna tydliga: för vissa är sparande en strategi, för andra en ambition som krockar med höga levnadskostnader.

Relationen till banken präglas av stabilitet snarare än engagemang. Många upplever att bankerna är relativt lika varandra och att ett bankbyte är mer komplicerat än det faktiskt är. Samtidigt efterfrågas enkla digitala tjänster, konkurrenskraftiga räntor och personlig service. De flesta är nöjda men passiva och stannar av vana snarare än aktiva val även om det ofta finns tusenlappar att spara. I en tid där marginalerna är knappa för många kan den passiviteten bli kostsam.

Av svaren i undersökningen framträder ett Sverige där den ekonomiska återhämtningen är på väg, men ännu inte känns fullt ut i alla hushåll. Trygghet har blivit ett genomgående tema både i synen på arbete, sparande och bankval och många svenskar eftersträvar i dag mer kontroll över sin ekonomi.

# Bakom siffrorna

**Rapporten bygger på** en kvantitativ och en kvalitativ undersökning som har genomförts av Novus på uppdrag av Svea Bank.

Den kvantitativa undersökningen är genomförd via webbenkät i Novus slumpmässigt rekryterade Sverigepanel, vilket garanterar representativa resultat. Detta innebär att resultaten är generaliserbara till den aktuella målpopulationen. Undersökningen genomfördes 5–16 februari 2026 med 1 523 deltagare i åldrarna 18–75 år.

Den kvalitativa undersökningen är en sammanställning av två fokusgrupper i olika åldersspann; 20–39 och 40–65 år. I grupperna ingick elva personer vardera helt eller delvis ansvariga för beslut i hushållets ekonomi. Intervjun genomfördes i slutet av 2025.

## Om Svea

**Svea är en bank** för både företag och privatpersoner i hela Europa. Med lång erfarenhet och bred kompetens utvecklar vi tjänster som gör det enklare att fatta bra beslut och skapa hållbar tillväxt för alla lägen i livet.

Vill du läsa mer om oss? Besök oss på:  
**[www.svea.com](http://www.svea.com)**



**SVEA**