



TRENDER 2025

-ENLIGT UNGA!

En trendsparning baserat på 17 000 unga röster



ungdoms
barometern



"Pottfrillor av olika slag, för att
Oasis har gjort comeback!"

– Kille, 23 år

Unga trendspanar inför 2025

Varje höst låter Ungdomsbarometern tusentals unga i åldern 15-24 år trendspana inför det kommande året, som en del av Sveriges största ungdomsstudie. Med 17 447 deltagare i årets studie har vi samlat in 11 137 unika trendspaningar, som ligger till grund för denna rapport. Årets upplaga av Ungdomsbarometerns trendrapport är den fjärde i ordningen och samtidigt som vidden av ungas trendspaningar aldrig slutar förvåna oss är det flera teman som fortsätter att göra sig hörda från år till år. Nytt för årets trendrapport är därför en sammanställning av några trender som verkligen slagit rot hos dagens ungdomsgeneration och hängt med från år till år – de hittar du på nästa uppslag!

Såklart ska vi också dyka ner i det som är nytt och spännande bland årets trendspaningar – det som låter oss blicka runt hörnet och ger oss en hint kring vad som kommer uppta ungas tid, uppmärksamhet och plånböcker under 2025! I centrum för nästa års trender står områdena teknologi, livsstil och estetik – där trenderna fortsätter att gå stick i stäv med varann. I ena änden har vi de ungdomar som omfamnar den teknologiska utvecklingen, mer är bättre, snabbare och individuellt optimerat där framtiden är en värld i neon med generativ AI som ens högra hand. I den andra änden finner vi ungdomar som börjar

fundera över sin konsumtion av teknik och som längtar tillbaka till en enklare tid utan konstant stimulans. Vi ser också ett trendbrott på det estetiska planet, där clean- och soft girl-estetiken får ge vika när det stökiga 10-talsmodet och tumblr-eran gör comeback. Heads up, skinny jeansen är tillbaka!

Bakom årets trendrapport står förutom 11 137 unga röster även Ungdomsbarometerns team av trendanalytiker som varje dag arbetar med fingret på pulsen mot ungdomssverige. Med lite hjälp från AI och mycket erfarenhet ger vi er vår mest framåtlutade rapport – håll i hatten, nu är det full fart in i 2025!

XOXO

Johanna Göransson

UB:s trendteam:

Projektledare: Johanna Göransson
Analytiker: Cecilia Wahlgren och
Henrik Jodén
Form och illustration: Sofie Jonsson
och Tea Klaréus

Trenderna som hänger kvar

Efter ganska många år av att analysera ungas trendspaningar har vi lärt oss en ett och annat om vilka mönster som tenderar att återkomma när unga framtidsspanar. Även om det ofta går fort i sociala medielandskapet där många trender föds (och dör), finns det vissa trender som återkommer i nya iterationer år efter år. I trenddatan inför 2025 har vi identifierat tre teman från tidigare år som fortsätter göra avtryck:

*"Starta eget företag.
Ganska trendigt just nu."*

– Kille, 17 år

Tjäna pengar / entreprenörskap

Ett återkommande tema handlar om ungas fokus på entreprenörskap och att tjäna pengar, så kallat "grindset". Inför 2025 ser vi att många unga prioriterar att diversifiera sina inkomstkällor, exempelvis genom att sälja kläder och prylar online. Samtidigt ökar medvetenheten kring konsumentbeteenden och hållbara ekonomiska val.

"Den ökade medvetenheten om psykisk ohälsa, särskilt bland unga, har gjort mindfulness till ett centralt ämne. Meditation och terapi kommer bli nya trender."

– Kille, 17 år



Holistisk hälsa

Det holistiska synsättet på hälsa är, enligt unga, här för att stanna. Det märks bland annat i trender som handlar om yoga, meditation och manifestation, men också i att fler söker sig till meditativa aktiviteter som virkning, stickning eller målning.

"Jag tror att Gorpcore kommer att fortsätta växa bland unga. Det verkar som att friluftshintresset bland unga växer sig allt starkare, kanske framförallt bland de som bor i storstäder (...)"

– Tjej, 24 år

Resor och friluftsliv

Sedan pandemin 2020 har ungas längtan efter resande och intresset för friluftsliv succesivt ökat. Även 2025 förväntas fler söka sig både utanför husknuten och ut i världen för nya naturupplevelser. I trendspaningarna nämns aktiviteter som tågfluffande, fiske och gorpcore – en stil förknippad med funktionella friluftskläder. Även om dessa till viss del kan ses som "gamla trender" fortsätter de förekomma i stor utsträckning!



Vad ser unga fram emot 2025?

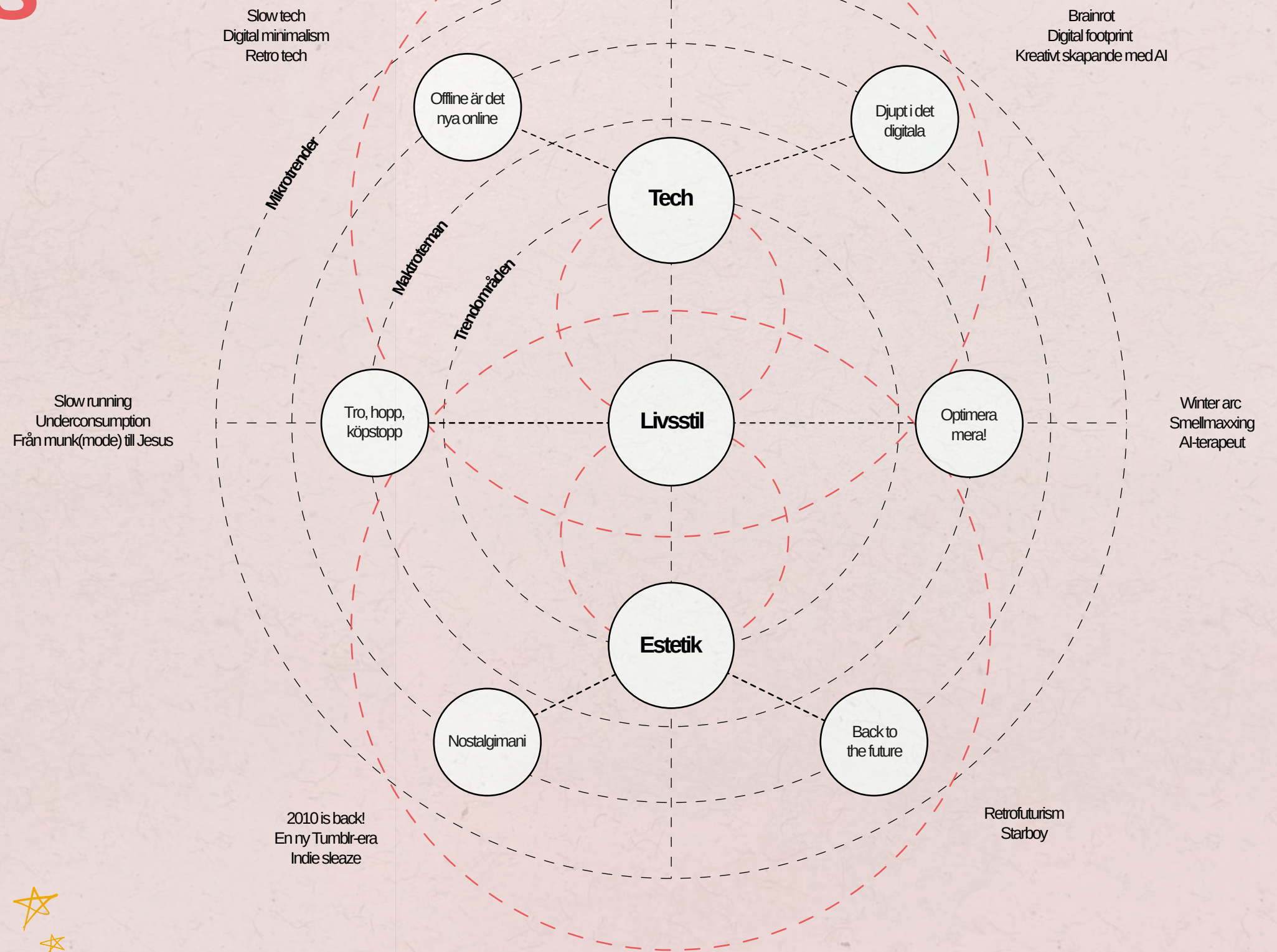
- Efterlängtade GTA6 släpps (förhoppningsvis...)
- Filmen A Minecraft movie har premiär
- Säsong två av den sydkoreanska gameshowen Squid game släpps
- Femte och sista säsongen av Stranger Things släpps
- Stora konserter/spelningar (Billie Eilish, Kent, Oasis)



Trender som formar ungas 2025

I centrum för ungas trendspaningar i år hittar vi en grundläggande frågeställning som genomsyrar deras liv just nu: hur ska de navigera i ett hyperdigitalt konsumtionssamhälle som bara snurrar snabbare och snabbare? Är det genom att ge sig hän eller genom att bryta sig loss som man når lycka och framgång? Årets trendspaningar avslöjar en ungdomsgeneration som är delad – eller kanske ambivalent. Det är tydligt att var man landar på skalan inte bara påverkar förhållandet till tekniken, utan också livsstilsvanor, konsumtionsmönster och identitetsuttryck i stort.

Förra året noterades en tydlig könsskillnad bland trenderna: unga killar tenderade att fokusera på optimering, medan unga tjejer sökte en mer balanserad livsstil. I år är skillnaderna inte lika tydliga. Kanske ser vi 2025 en generation där fler unga killar strävar efter mer balans, samtidigt som fler tjejer laddar upp för sin #winterarc – redo att prestera och ta för sig av livet?



Offline är det nya online

Mer är bättre! Eller? Det kan i många fall kännas som att dagens unga är uppvuxna med mobilen fastlimmad i handen men vi har under flera år sett tendenser på en attitydförändring till hur mycket tid som spenderas i den digitala världen. När vi frågar unga själva är det en stor mängd som tror att 2025 är året det blir trendigt att ta avstånd från den tekniska utvecklingen för att fokusera på andra delar av livet och vi ser flera mikrotrender som pekar i samma riktning!

1. Slow tech

Begreppet "slow tech" lyfts av flera unga som en av 2025 års stora trender, inspirerat av rörelser som "slow food" och "slow fashion". Det handlar dock inte om att det plötsligt kommer bli coolt att ha en långsam dator, utan snarare om ett mer medvetet förhållningssätt till teknikanvändning. Istället för sugas in i en oändlig ström av stimulans och optimerade algoritmer, ligger fokus på att skraddarsy sin användning av teknik för att skapa mer utrymme för reflektion, mental vila och andra delar av livet som känns viktiga.

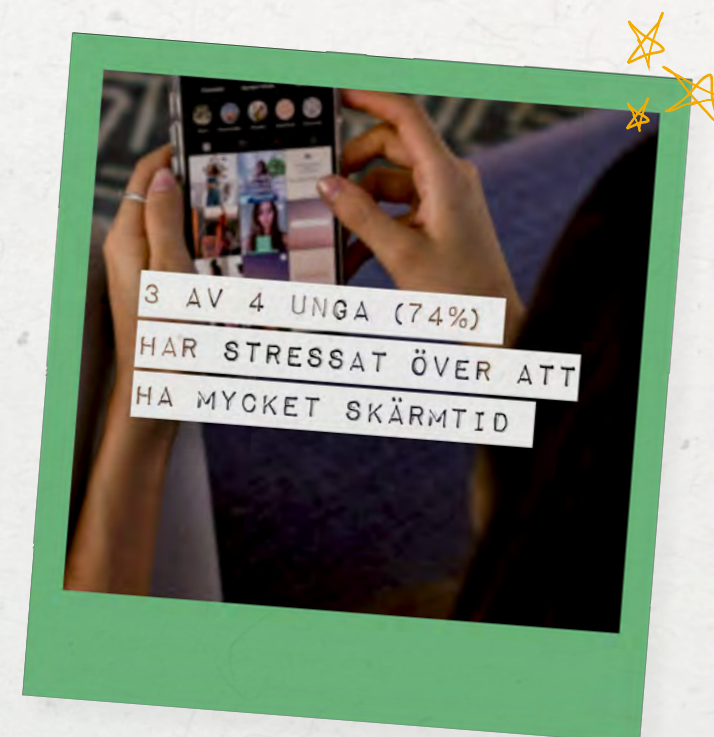
"Digital detox och 'slow tech'. I kontrast till den ständiga närvaron av digitala enheter kan en mottrend uppstå där unga söker mer balans och medvetet drar sig tillbaka från teknologi för att fokusera på långsammare, mer analoga aktiviteter som att läsa böcker, skriva för hand eller spendera tid utomhus utan distraktioner."

– Tjej, 20 år



2. Digital minimalism

Medveten konsumtion i all sin ära, men hur medveten digital konsument kan du vara när mobilen fickan är både en kamera, ett sätt att kommunicera, hålla koll på de senaste tiktok-danserna och en hemmabio? **Insert: digital minimalism!** Genom att förenkla sina digitala liv hoppas många unga nå en mer medveten teknologianvändning. Det kan handla om att minska antalet appar på telefonen eller att decentralisera tekniken genom att använda en separat kamera eller mp3-spelare för att minska distraktioner.



"Ett ännu starkare fokus på hållbarhet och mental hälsa. Allt fler unga verkar söka balans mellan digitalt och verkligt liv, samtidigt som klimatkrisen driver dem att agera mer medvetet. Tech-världen fortsätter att utvecklas snabbt, men jag tror att en kombination av digital detox och hållbar konsumtion blir trendigt, som en motreaktion till stress och överkonsumtion."

– Kille, 17 år

3. Retro tech

Sladdhörlurarna har redan varit ett Gen Z-signum under flera års tid, men enligt unga själva blir 2025 året då retro tech gör sin stora comeback. Vi pratar knapptelesoner, digitalkameror och iPods! Kopplat till trenden om ett mer balanserat digitalt liv är det kanske inte så förvånande att många längtar tillbaka till en tid då varje enhet hade ett tydligt syfte – och därmed skapade färre distraktioner.



TECH

Djupt i det digitala

Som vi konstaterat i tidigare års trenderapporter följs varje trend ofta av en mottrend. Precis som vi ser att en stor andel unga planerar att minska sin teknikanvändning under det kommande året, finns det också en grupp som har fingret på pulsen i det digitala landskapet och alltid ligger i framkant. För dessa individer ligger fokus på konsumtion, integrering och optimering av teknologi, där det digitala står i centrum.

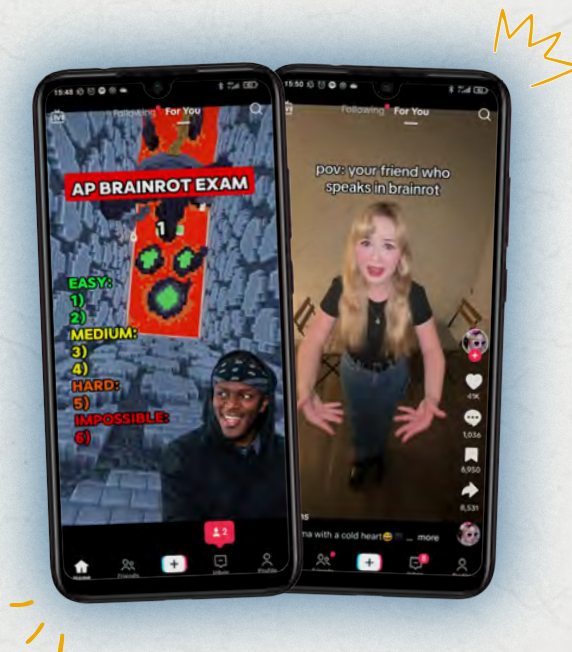


"Brainrot. För att den nya generationen har spammat alla nya ord och fraser så nu använder alla det. Och man ser och hör det överallt på TikTok, på gatan, bland barn och unga."

– Tjej, 17 år

4. Brainrot

Termen "brainrot" syftar till tillståndet av att vara mentalt marinerad av en viss typ av media, memes eller andra kulturella fenomen, till den grad att det är svårt att tänka på något annat. Brainrot kan bland annat uppstå som en följd av hög konsumtion av memes, vilket i sin tur ger upphov till brainrot-termer som unga använder använder sinsemellan. Exempel på termer som har sitt ursprung i meme-kulturen inkluderar "skibidi", "let him cook", "rizzler" och "what the sigma". Betydelsen av respektive uttryck kan variera beroende på sammanhang, och en del av charmen med brainrot är just att termerna inte alltid behöver ha en konkret innebörd.



"Ordet 'skibidi' och andra brainrot-termer. Man kan ha 'skibidi rizz', en 'skibidi gyatt', eller 'skibidi fanum tax grimace shake'."

– Kille, 19 år



@thequizmingle (2024-10-28) AP Brainrot Exam [Video]. TikTok. <https://vm.tiktok.com/ZNe3LaMrW/>

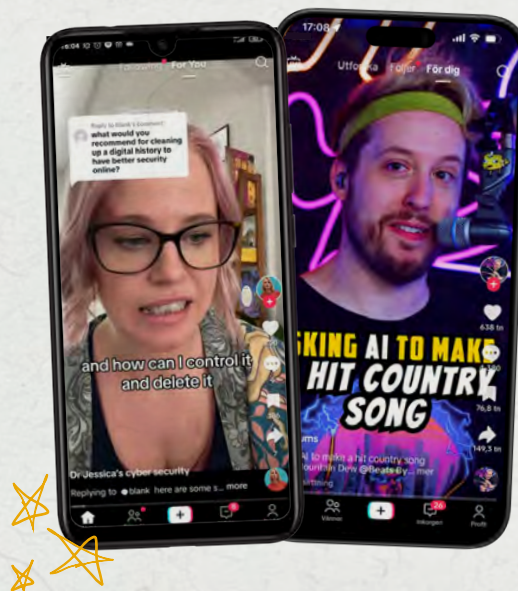
@cherriems (2024-05-11) POV: Your Friend Who Only Speaks In Brainrot [Video]. TikTok. <https://vm.tiktok.com/ZNe3LaQMJ/>

"2025 kan vi se en dystopisk men högst trolig trend där unga omfamnar anti-surveillance-mode, kläder och accessoarer designade för att skydda mot övervakning. Med allt fler kameror, drönare och ansiktsigenkänning blir dessa plagg och prylar en del av det dagliga modet för den generation som värdera..."

– Kille, 23 år

5. Digital footprint

Bland de unga som spenderar allt mer tid online ser vi ett växande fokus på cybersäkerhet. Många nämner en ökad medvetenhet kring sitt "digital footprint" som en av 2025 års stora trender. Men hur hanterar man livet i ett tech-samhälle? Lösningen är – inte oväntat – mer tech. Det blir allt vanligare att unga använder appar och program för att bli mer digitalt anonyma. Samtidigt spekuleras det om framtida kläder eller accessoarer som kan skydda mot ansiktsigenkänning och en allt mer övervakande omvärld.



6. Kreativt skapande genom AI

Ett framträdande tema bland de som spekulerar kring ett ökat användande av teknologi som nästa års stora trend är kreativt skapande med hjälp av AI. Jämfört med tidigare år, där kreativa trender ofta varit synonyma med handarbete som pyssel, stickning eller sömnad, ser vi nu ett tydligt skifte där det digitala skapandet tar större plats. Introduktionen av AI har gjort det enklare för gemene man att förverkliga sina idéer, och många unga förutspår att betydligt fler kommer att skapa musik, konst eller spel med hjälp av AI för att få utlopp för sin kreativitet.

"AI-driven kreativitet, där verktyg som skapar musik, konst och innehåll revolutionerar hur unga uttrycker sig och bygger sina plattformar online. Teknologin kommer att driva både personlig utveckling och nya sätt att vara kreativ, samtidigt som hållbarhet och mental hälsa fortsätter vara viktiga fokusområden."

– Tjej, 20 år



"Apokalyptiskt revolution 'core'"

– Kille, 24 år

"Överleva jordens undergång"

– Tjej, 20 år

Tro, hopp, köpstopp

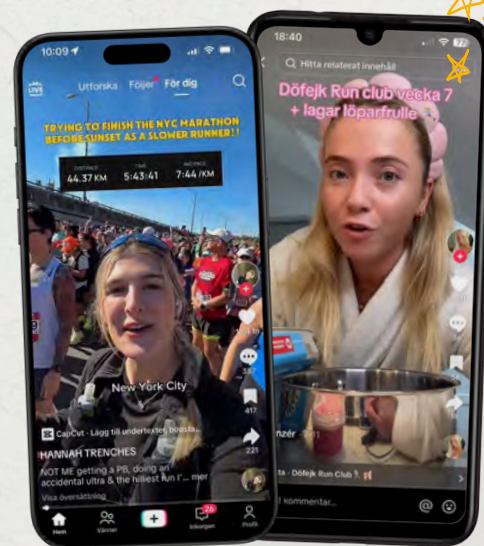
Livsstil är ett brett tema som omfattar olika attityder, värderingar och beteenden som formar hur vi lever våra liv. Likt förra året spanar många unga om ett liv med mer balans, ökad medvetenhet och färre krav – nu även med ett tydligare fokus på att distansera sig från den hyperdigitala och konsumtionsdrivna livsstil som dominerar idag. Oavsett om det handlar om att gå med i en löpgrupp eller hitta gemenskap i kyrkan är det tydligt att unga söker sig till sammanhang utanför det digitala flödet!

1. Slow running

Till skillnad från den gymtrend som dominerat ungas träning de senaste åren, tror många unga att fler kommer snöra på sig löparskorna under 2025. Nya löpgrupper, profiler som delar löparscheman eller förberedelser inför maraton ger uttryck för den mer prestationsdrivna sidan av löpartrenden. Men framför allt nämns slow running som det nya perspektivet för 2025. Slow running innebär att springa i ett lugnare tempo (zon 2 träning, if you will) där fokus inte ligger på att jaga nya personbästa utan på att springa för välmåendet och som en social aktivitet.

"Träning och framförallt konditionsträning som löpning. Gymna har varit en trend ganska länge som nu börjar dö ut."

– Tjej, 19 år

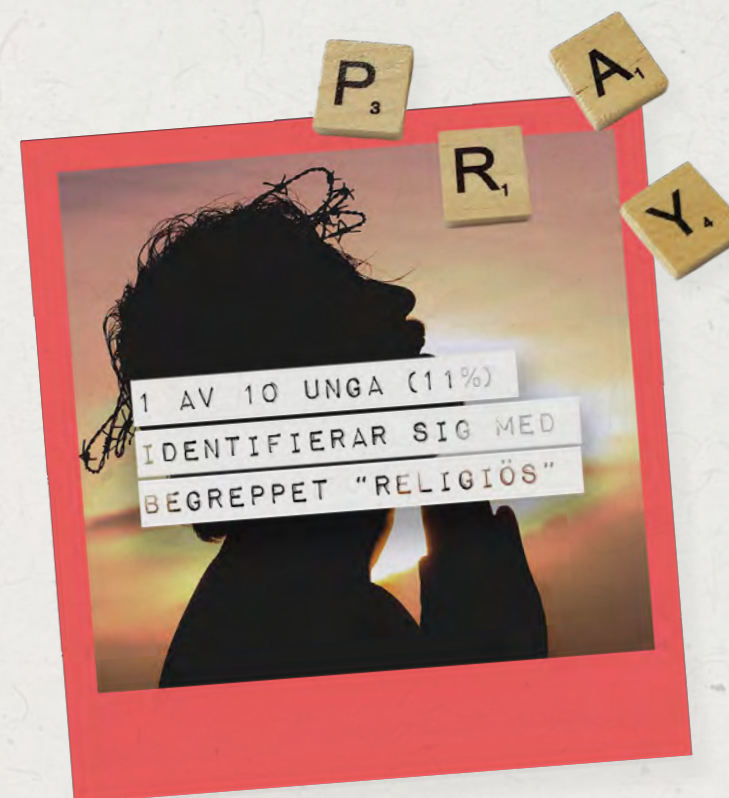


2. Underconsumption

I fotspåren av trender som recession core och defluencing ser vi nu en ny term växa fram: "underconsumption", vilket i sin kärna innebär att vara sparsam och minska sin konsumtion till det mest nödvändiga. Om detta är en reaktion på den konsumtionshets och de massiva hauls och PR-budskap som präglar sociala medier idag, eller ett sätt att göra konsekvenserna av ekonomiskt tuffa tider lite mer trendiga, återstår att se!

"Jag tror att det kommer bli en trend att vända sig till Gud. Vi lever i ett samhälle där många är vilsna, därför tror jag att det snart kommer hitta en väg genom kristendomen."

– Kille, 21 år



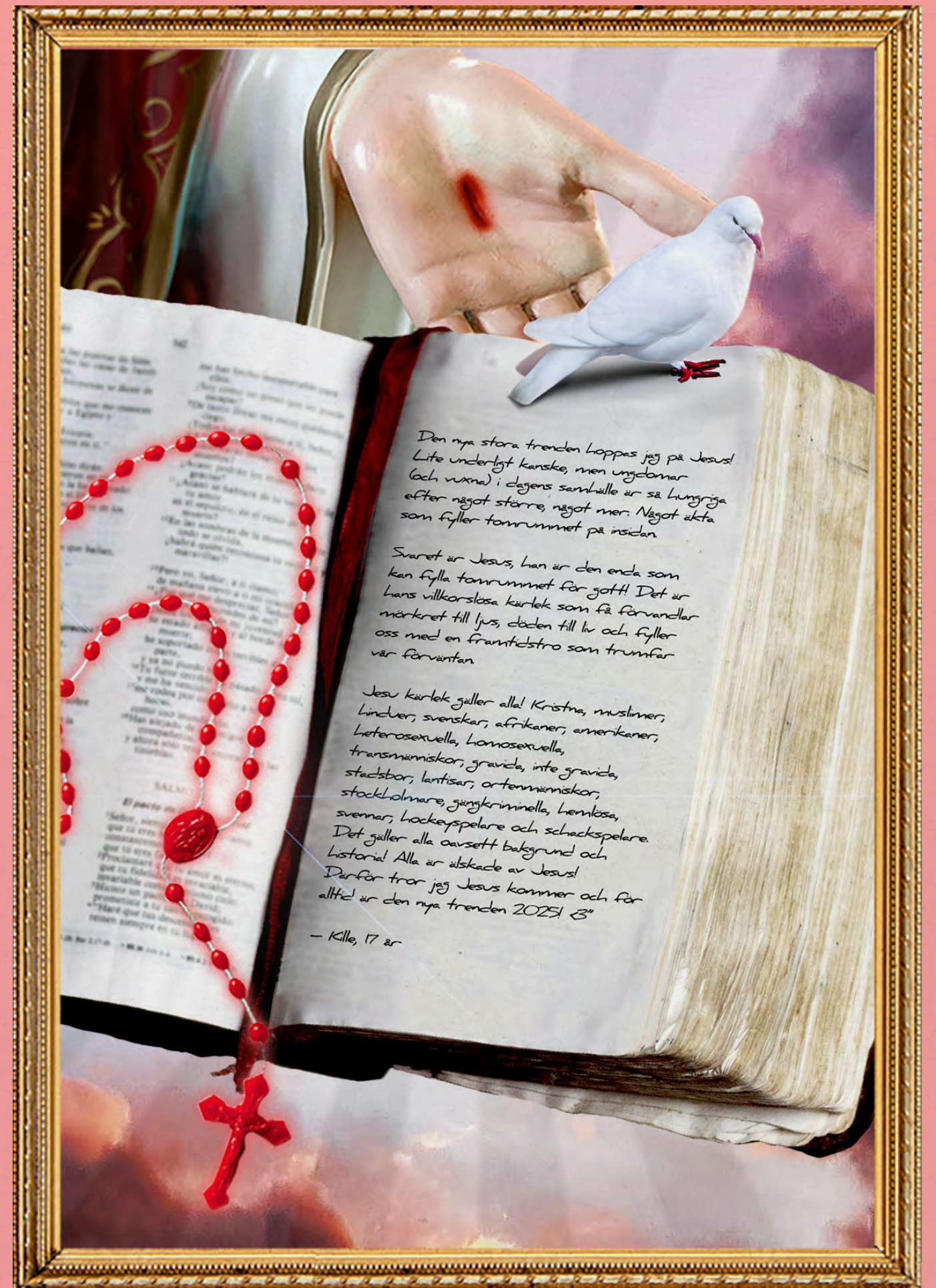
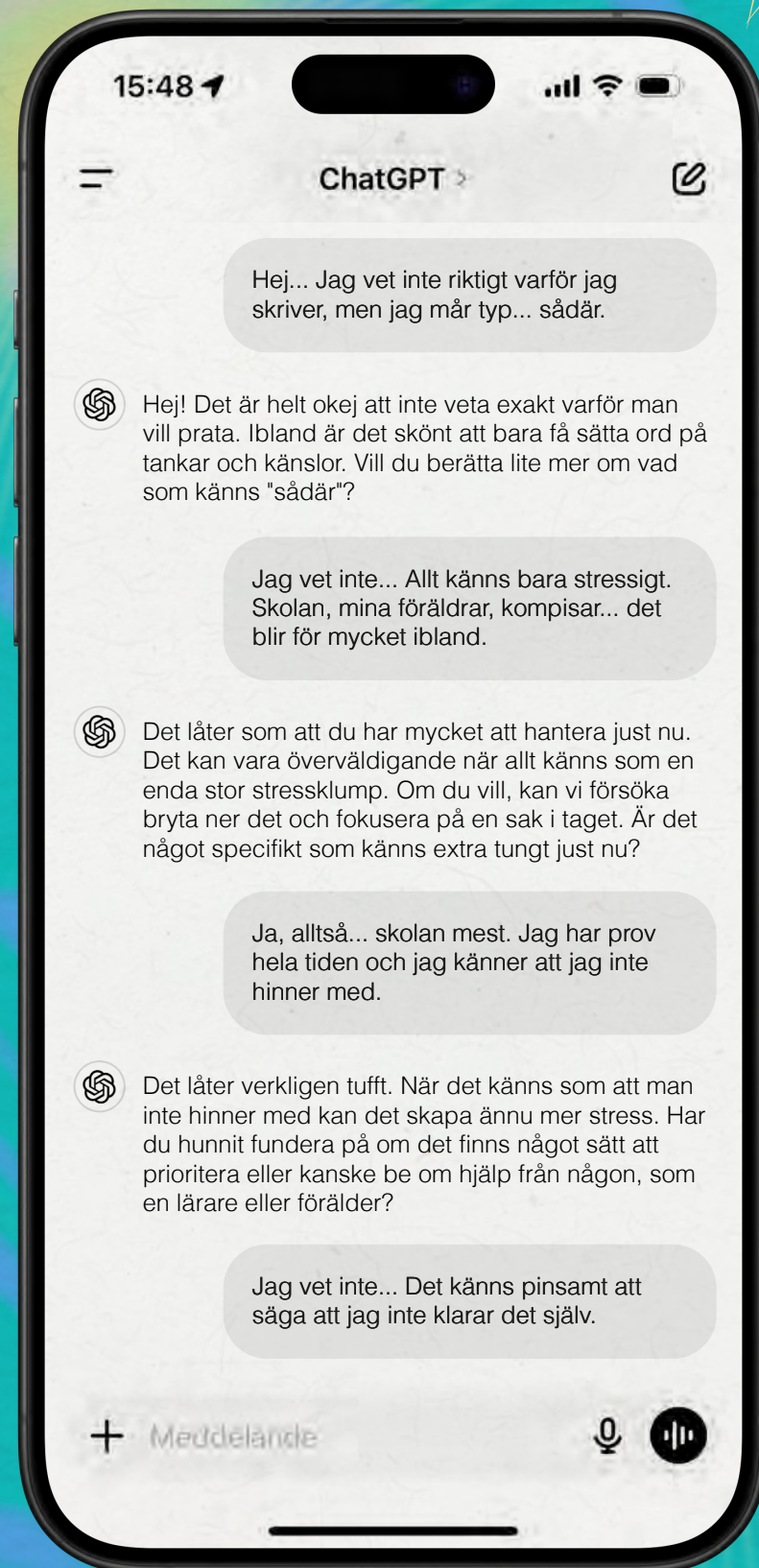
"Underkonsumtion, minimalism och second hand. Många har börjat inse hur mycket överkonsumtion det finns idag."

– Tjej, 21 år



3. Från munk(mode) till Jesus

Hur kommer det sig att flera unga säger att Jesus kommer bli nästa års stora trend? Ungas intresse för religion har bubblat ett tag och 2025 verkar vara året då fler hittar till tron på högre makter, enligt unga själva. Förra årets trend "munkmode" kretsade kring introspektion och återhållsamhet för att maximera prestation och målmedvetenhet. I år ser vi en förskjutning mot en mer andlig dimension, där sökandet efter djupare mening handlar om gemenskap, tro och att bygga ett sammanhang utanför digitala plattformar. Motivationen bakom trenden beskrivs som ett sätt att skapa mening i vardagen, men också som ett forum för att hitta stöd i många av livets lite svårare frågor.



Optimera mera!

Det övergripande temat kring att optimera sitt liv fortsätter att utvecklas och förgrena sig. Nästa års trender inom detta område handlar inte bara om att optimera den fysiska hälsan. Det växande intresset för mental hälsa har fått fler att spekulera kring trender som möter dessa behov, samtidigt som även mer ytliga aspekter får en mer nyanserad tolkning. Under det kommande året tror unga att det blir minst lika viktigt att lukta gott som att se snygg ut och vara vältränad.



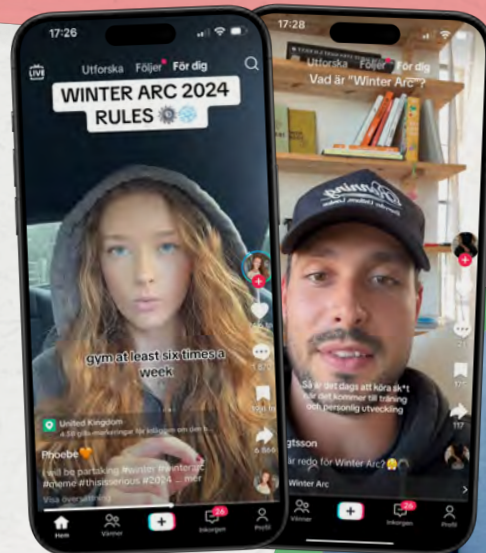
"Det blir att gå in i en "grind-period". Att man börjar med en hälsosam livsstil och stänger allt annat ute under en längre period, tills man har uppnått sitt utsatta mål."

– Kille 21 år



4. Winter arc

För de som vill optimera sin utveckling under årets mörkare månader har begreppet "winter arc" myntats som en av nästa års stora trender. Det är en fortsättning på den bredare trend vi har observerat, där fokus ligger på en själv och att uppnå specifika mål. Idén är att gå in i sin "winter arc" under vintern och komma ut på andra sidan som en förnyad och förbättrad version av sig själv. Trenden, som ofta förknippas med unga män, går ofta hand i hand med fysiska förändringar som att raka av sig håret och "bulka" för att maximera sin prestation på gymmet.



5. AI – terapeut

De som strävar efter att optimera sin livsstil tror att användandet av AI kommer att spela en stor roll i hur unga hanterar sin mentala hälsa under det kommande året. Att använda AI som personlig terapeut är ett tydligt tema bland ungas trendspaningar. Intresset för mental hälsa har vuxit stadigt under flera år, men det är inte alla som har möjlighet att prata med en terapeut. De unga som förespråkar trenden lyfter fram fördelarna med att kunna vända sig till AI för personliga problem – ett tillgängligt och kostnadsfritt sätt att få konkreta tips och råd för att bättre hantera vardagen. Även upplevelsen av att alltid ha någon som "lyssnar" nära till hands ses som en viktig aspekt, framförallt för de som inte vill eller vågar vända sig med sina problem till kompisar eller föräldrar.



"Att använda sig av ChatGPT som terapi. Det är tillgängligt, den kan analysera hela konversationer via screenshots på några sekunder och direkt ge respons på hur dessa kan tolkas. Man kan också ställa följdfrågor eller berätta sådant man inte vågat säga till en riktig person, hela "gömma sig bakom en skärm" grejen. Det är också gratis och pengar är ju inte direkt något unga har i överflöd (vanligtvis :))"

– Tjej 24 år



"Smellmaxxing blir nästa fas i "looksmaxing" trenden som lett till bland annat det enorma intresset för dyra parfymer."

– Kille, 19 år



6. Smellmaxxing

Även om det absolut går att argumentera för att smellmaxxing redan varit en trend under 2024, fortsätter begreppet att dyka upp bland unga som trendspanar inför det kommande året. Likt andra maxxing-trender handlar det om att maximera och optimera ett specifikt område – i detta fall din personliga doft. Trenden, som främst rotat sig bland unga killar, har bidragit till ett ökat intresse för dyra parfymer och lyxiga dofter. I många avseenden är det en naturlig förgrening av looksmaxxing-trenden som vi lyfte fram i förra årets trendspaning.



ESTETIK

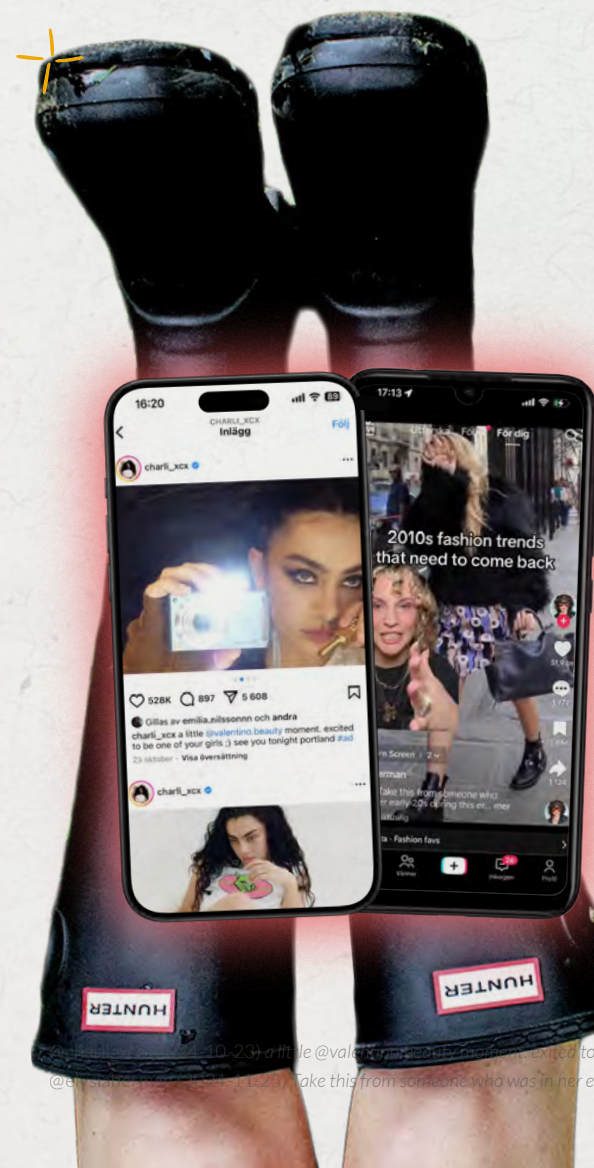
Nostalgimani

De cykliska modetrenderna tycks snart vara ett minne blott – gårdagens trender från 2010-talet är redan här, enligt unga. Nostalgi är en stark drivkraft när det kommer till trender för dagens ungdomsgeneration, och för det kommande året hämtas inspiration från 2010-talets estetik som grunge, indie sleaze och en ny tumblr-era.



"Nästa trend kommer att bli de trenderna vi hade för ungefär tio år sedan. Med detta menade jag låga jeans med något linne, en väldigt poppig musikstil och att se på Disney Chanel filmer. Detta är för att vi redan kan nu se att klädstilen och musikstilen börjar likna mer den vi hade på tio-talet plus en längtan tillbaka till högkonjunkturen."

– Vill inte ange kön, 17 år



1. 2010 is back!

Att 2024 bjöd på en "brat summer", signerat artisten Charli XCX, och återkomsten av "Victoria Secret Fashion Show" talar sitt tydliga språk – vi har redan mentalt förflyttat oss tillbaka till 2010-talet. Perfekt för dig som fortfarande har ett par Dr. Martens, UGGs eller Hunter-stövlar längst in på skohyllan. Och ja, det är nu fullt accepterat att plocka fram skinny jeansen ur garderoben!

10-23-a little @valerky, posted by charli_xcx, excited to be one of your girls :) see you tonight portland [Image]. Instagram. @charli_xcx, posted by charli_xcx, Take this from someone who was in her early 20s during this era! [Video]. TikTok. <https://vm.tiktok.com/ZNe3AVuyH/>

- Tjej, 24 år



Det perfekta och balanserade clean-girl-idealet tycks nu ersättas av en mer opolerad och rebellisk estetik. Unga spår nämligen att 2025 kommer att bli året för indie sleaze, en stil som har sina rötter i musik- och klubbscenen från det tidiga 2000-talet. Indie sleaze präglas av en obrydd attityd och en rå estetik. Trasiga, tajta jeans, grafiska t-shirts, läderjackor, cigaretter, utsmetad kajal och digitalkamerabilder tagna med blixtrast ger uttryck för en opolerad och mismatchad känsla.

"Indie sleaze!! Har sett bland mina vänner iallafall att mycket fashion från 2007-2012 har kommit tillbaka, mycket detaljer som inte matchar. Musik såsom the dare har blivit poppis."

- Tjej, 24 år



2. En ny Tumblr-era

Tumblr, en social mikrobloggplattform, hade sin storhetstid mellan 2010 och 2015. På denna plattform uttryckte sig användare genom att reposta bilder, citat och GIFs till sina personliga bloggar – tänk en blandning mellan Pinterest och Twitter. Likt alla sociala medieplattformar var Tumblr ett barn av sin tid, präglad av samtidens musikgenrer, klädstilar, skönhetsideal och kulturella strömningar. Att unga nu spår en ny Tumblr-era kan innebära återkomsten av allt från soft grunge och fandom-kultur till VSCO-filter och mustach-mani.

"Hårdare kroppsideal med skinny jeans, mer färg på kläder och mer ögonmakeup. En lite hårdare stil."

- Tjej, 15 år

mustache mania





Back to the future

Kommer alla unga gå i skinny jeans med mustaschtatueringar 2025? Nej, men även bland de som dras till mer futuristiska och tech-drivna trender syns tydliga inslag av nostalgi. Ofta handlar det om att kombinera estetiker som väcker minnen från tidigare årtionden med futuristiska element som neon och den senaste tekniken. Detta ser vi inte minst i utvecklingen av cyberpunk-estetiken retrofuturism och Starboy-stilen.



"Retro futurism. Det hände med bilmarknaden på 2000-talet med bilar som en ny VW Beetle och Mini Cooper. Båda blickade tillbaka till 1960-talet som då var 40 år sedan. Nu blickar bilmarknaden 40 år tillbaka till 80-talet med bilar som Hyundai Ioniq den nya Land Rover defender."

— Kille, 18 år

4. Retrofuturism

De som associerar begreppet "retrofuturism" med 50-talets illustrationer av strömlinjeformad arkitektur har troligen en lite annan bild än den som unga idag kopplar till termen. Bland unga har retrofuturism kommit att ses som en utveckling av cyberpunk-estetiken, där 80-talets kantiga former möter framtidens teknik i neon. Den växande estetiken omfattar allt från inredningsdetaljer till bilar och har nära kopplingar till musikstilen Vaporwave. Den som dyker ner i de delar av sociala medier där retrofuturism växer fram, möts ofta av bilder från exklusiva hotellmiljöer i neon, där lo-fi beats blandas med jazz och elektronisk musik. Andra visuella medier som förkroppsligar retrofuturism är filmer som *Blade Runner*, *Ghost in the Shell* och *Akira*.

5. Starboy

Vad händer när du blandar old-money och streetwear med en liten dos futurism och toppar med en gnutta bad boy? Det är en tolkning av Starboy-estetiken som många unga tror kommer att växa i popularitet under det kommande året. Estetiken är inspirerad av nattklubbslivet, med mörka plagg, neon och en känsla av mystik. Unga beskriver den som det nya alternativet till "grisch" och tangerar många av de estetiska elementen som återfinns inom retrofuturism.



Vad säger årets trendspaningar om unga idag?



TikTok-generationen strävar efter digital balans

I ungas trendspaningar för 2025 ser vi hur en generation uppväxt på internet tampas med vad det innebär att leva i hyperdigitalt konsumtionssamhälle. Ett samhälle där det alltid finns fler saker att lägga till på önskelistan, fler tips för bättre mående, fler meddelanden att svara på och fler roliga videos att scrolla igenom. För många unga verkar bågaren ha runnit över – vi ser en rörelse mot att söka sig bort från det digitala och istället omfamna mer analoga vägar till välmående, mening och sociala sammanhang. Det är en spännande utveckling för Gen Z, som av många dubbats till "TikTok-generationen", men som nu kanske vill skapa en ny berättelse om sig själva.

En fragmenterad eller nyanserad ungdomsgeneration?

Samtidigt som vissa unga söker sig bort från det digitala finns det många som är all-in på den digitala världen och dess möjligheter – vare sig det handlar om att använda AI som terapeut eller att låta hjärnan marinera i brainrot-content. Dragkampen mellan en

balanserad och optimerande approach till det digitala samhället väcker en intressant fråga: Vad händer med en redan fragmenterad ungdomsgeneration när vissa trycker på pausknappen och andra kör på för fullt? Utan att ge ett definitivt svar vill vi betona vikten av att nyansera bilden – få saker är svartvita när det gäller Generation Z. Även om vi i denna rapport lyfter fram olika förhållningssätt som motpoler på en linjär skala, finns det många unga som känner sig dragna åt båda hållen. Säkerligen finns det någon ungdom därute som både skaffat sig en gammal digitalkamera och testat att skapa konst med AI!

"Jag tror att akne kommer att slå snart! Senaste åren har man väl sett att det som tidigare uppfattats som fult/avvikande/estetiskt normbrytande blivit coolt. Typ fräknar och imperfekta tänder och lite "shaggy" frisyrrer. Allt ska inte vara så rent och perfekt som det var typ 2016-2019. Så nästa grej tror jag är akne och akneärr"

– Tjej, 23 år



Ett stökigare ideal gör comeback

Ett annat spännande skifte vi ser ta plats i årets trendrapport är på det estetiska planet. Efter flera år av städade och välvårdade ideal som *clean girl* och *soft girl* verkar det nu som att ett stökigare ideal tar plats i samband med 2010-talets comeback. Redan förra vintern såg vi *mob wife*-trenden göra entré, följt av *brat summer*, som snabbt blev ett globalt fenomen. Lyssnar vi på unga är det trasiga tajta jeans, rufsigt hår och utsmetat smink som står näst på tur! Även för killar har förra årets *grisch*-estetik fått ett stänk av *bad boy*, eller *star boy* som den nu kallas. Att mode går i cykler är inget nytt, men det blir en spännande kontrast när en annars så städad ungdomsgeneration börjar anamma stökigheten. Blir 2025 året då generation Z äntligen släpper loss?

Vad betyder dem för er verksamhet framåt?

I Ungdomsbarometerns trendworkshop djupdyker vi i vad 11 000 unga i Sverige tror kommer definiera det kommande året. Är det *grindset*, *slow tech* eller *brainrot* som styr deras val av tid, uppmärksamhet och pengar?

Under 2,5 timmar får ni en inspirerande genomgång av ungas trender, följt av en workshop där vi tillsammans diskuterar vad dessa insikter innebär för er verksamhet. Vad presenterar årets trendspaningar för möjligheter och utmaningar? Hur kan ni framtidsanpassa er organisation för att möta morgondagens behov?

"Jag tror att stilen clean girl kommer försvinna sakta men säkert. Mer vågade färger, stora och klumpiga skor, smycken som syns lite. Lite av en 2010 vibe med rufsigt hår och smink liksom."

– Tjej, 18 år

"Komma ut och roa sig mer på klubb och raveliknande. Jag tror modet kommer röra sig dit också. Recessions-pop lär också växa"

– Vill inte ange kön, 20 år

Workshopen inkluderar:

- Spännande insikter om dagens ungdomsgeneration
- Inspiration och nya perspektiv på samtid och framtid
- En gemensam handlingsplan för att stärka er framtidsplanering

Praktisk information:

- Tid: 2,5 timme (presentation och workshop)
- Pris: 30 000 kr exkl. moms och resekostnader
- Ni får tillgång till presentationen och en sammanställning av diskussionen efteråt.

Kontakta oss för att boka eller få veta mer på hej@ungdomsbarometern.se

Mindful tech, food kits, self sufficiency och så mycket mer!

Nu har du fått ta del av några av de mest tankeväckande och spännande trenderna som vi har identifierat bland ungas spaningar inför 2025. Men för varje trend som presenteras här finns hundratals andra som inte fick plats i årets rapport. Med 11 137 trendspaningar att utforska är möjligheterna oändliga! Är du nyfiken på vad unga spår är på gång inom hållbarhet, politik eller ekonomi? **Då finns våra trendexperter här för dig!** På denna sida hittar du ett smakprov på hur några av dessa trendspaningar ser ut inom utvalda områden.



De största trenderna 2025 bland...

... teknikintresserade:

- GTA 6
- "Mindful tech"
- Personlig AI/AI som kompis

"Jag tror stora trenden bland unga 2025 kommer vara att prata om gta 6 eftersom det är ett väldigt hypat spel som sägs ska släppas i slutet av 2025"

— Gamer, 17 år

... matlagningsentusiaster:

- Making things from scratch
- "Food kits" för att odla sina egna grönsaker
- "GRWM" (Get Ready With me) cooking style-videos på TikTok

Exempel på områden för djupare trendanalyser:

- Ekonomi och Entreprenörskap
- Resande och Utforskande
- Hållbarhet och Miljö
- Politik och Engagemang
- Musik och Spel
- Mat och Dryck

... miljö- och klimatengagerade:

- Upcycling och DIY av kläder
- Cirkulär ekonomi
- "Self-sufficiency"



