



GENERATIONS- RAPPORTEN 2026

UNGDOMSBAROMETERN – FÖRETAGET, STUDIEN OCH RAPPORTERNA

Trots att begreppet Ungdomsbarometern i vardagligt tal ofta används som ett samlingsnamn är det viktigt att skilja mellan **företaget** **Ungdomsbarometern**, **studien Ungdomsbarometern** och de **publika rapporter vi publicerar**. De bygger på samma kunskapsbas, men fyller olika funktioner.

Ungdomsbarometern **företaget**

Ungdomsbarometern är Sveriges ledande analys- och undersökningsföretag med fokus på barn och unga. Utöver våra årliga återkommande studier genomför vi varje år ett stort antal kvalitativa och kvantitativa undersökningar samt hundratals analyser på uppdrag av myndigheter, företag och organisationer.

Sedan 1991 har våra insikter bidragit till att öka förståelsen för hur ungas värderingar, livsstilar, utbildningsval och konsumtionsmönster förändras över tid – och hur denna kunskap kan omsättas i mer informerade beslut. Våra analyser används som underlag för strategiska prioriteringar, policyskapande och utvecklingsarbete inom allt från marknadsföring och rekrytering till samhällsplanering och ungdomspolitik.

Ungdomsbarometern **studien**

Studien [Ungdomsbarometern](#) är vår största och mest omfattande återkommande studie. Varje år besvaras den av omkring 15 000 unga i åldern 15–24 år, vilket genererar **över 10 miljoner unika datapunkter** om ungas värderingar, beteenden och livsvillkor.

För att förstå resultaten i sin helhet kombinerar vi det kvantitativa materialet med fokusgrupper, intervjuer, omvärldsbevakning och relevant forskning. Tillsammans bildar detta en unik och långsiktigt jämförbar kunskapsbas som gör det möjligt att både följa trender över tid och upptäcka nya rörelser när de uppstår.

Resultaten från Ungdomsbarometern 2026 ligger till grund för **två publika rapporter**, "*Generationsrapporten 2026*" och "*Trender 2026 – Enligt unga!*", samt **åtta fördjupande temarapporter**. Temarapporterna utgör områdesspecifika djuplodande analyser och ingår i vårt specialmaterial, vilket innebär att de erbjuds mot kostnad. De innehåller betydligt mer data, analys och slutsatser som inte ryms i de publika rapporterna. **Temarapporterna för Ungdomsbarometern 2026 är:**

- [Livsstil, identitet och hälsa](#)
- [Samhälle, politik och engagemang](#)
- [Gymnasierapporten](#)
- [Högskolerapporten](#)
- [Arbetslivsrapporten](#)
- [Mat och måltider](#)
- [Ekonomi och konsumtion](#)
- [Varumärken, kommunikation och sociala medier](#)



STUDIEN UNGDOMSBAROMETERN 2026

Besvarad av ca 15 000 unga, 15–24 år
Över 10 miljoner datapunkter

– Samma studie – olika typer av rapporter

ÅTTA TEMARAPPORTER

Fördjupade analyser inom specifika områden



PUBLIKA RAPPORTER



Generationsrapporten

Generationsrapporten är vår publika analys av hur unga 15–24 år tänker, prioriterar och orienterar sig i sin samtid. Den sammanfattar de viktigaste mönstren och rörelserna i ungas attityder, och sätter dem i kontext med hjälp av både data från studien och kvalitativa insikter från vårt löpande arbete med unga.

Generationsrapporten är inte "hela Ungdomsbarometern" i sin fulla bredd, och inte en komplett redovisning av all den data som samlas in inom studien. Den är i stället ett **kuraterat publikt utdrag**: en lättillgänglig, redaktionellt sammanställd överblick som lyfter några av våra mest centrala slutsatser. Syftet med rapporten är att göra komplexa insikter om unga mer tillgängliga och användbara för medier, organisationer och beslutsfattare som vill förstå hur unga ser på livet, samhället och framtiden just nu.

Trendrapporten

Trendrapporten "[Trender – Enligt unga](#)" är vår publika kvalitativa trendspaning, baserad på ungas egna förutsägelser inför det kommande året. Den bygger på analys av svaren på **en fritextfråga** i studien Ungdomsbarometern: "*Vilken blir [nästa] års stora trend bland unga, och varför?*" och sammanställs genom en omfattande analys där trendteamet identifierar återkommande teman, drivkrafter och uttryck i ungas svar.

Det innebär att Trendrapporten **inte sammanfattar hela studien** eller dess datamängd. I stället är den ett avgränsat utdrag som speglar ungas egna idéer och framtidsbilder, kompletterat med omvärldsbevakning och analys. Till skillnad från många andra trendrapporter bygger den alltså inte på användarbeteenden eller algoritmer, utan på **vad unga själva tror** kommer att göra avtryck under det kommande året.

VÄLKOMMEN TILL GENERATIONS- RAPPORTEN 2026!

Generationsrapporten 2026 ger en samlad bild av hur unga i Sverige orienterar sig i en samtid som upplevs som både rörlig och svår att överblicka. Med utgångspunkt i ungas egna erfarenheter följer vi hur trygghet, relationer och livskvalitet blivit centrala hållpunkter – både här och nu och i ungas syn på framtiden.

Samtidigt tecknas bilden av en generation som navigerar under ökande ekonomisk press, en arbetsmarknad i snabb förändring och en teknikutveckling där AI både skapar möjligheter och väcker osäkerhet. Rapporten visar hur allt detta påverkar ungas ideal, utbildnings- och yrkesval samt deras syn på arbete, pengar och ansvar.

Generationsrapporten 2026 har inte som ambition att definiera en ny generation eller att ringa in tydliga generationskillnader. Fokus ligger i stället på att förstå dagens ungdomsgeneration här och nu, det vill säga hur de som är 15–24 år orienterar sig i sin vardag, sin samtid och sin framtid. När vi gör det tvingas vi, som i alla övergripande analyser, att måla med breda penseldrag. Samtidigt blir just dessa generaliseringar allt svårare när ungdomsgenerationen blir mer heterogen.

Rapporten ska därför ses som en övergripande orientering – en utgångspunkt för vidare

fördjupning i olika grupper, sammanhang och individer. I rapporten rör vi oss från det nära till det samhällsrelaterade. Genom att kombinera ungas egna röster med långsiktiga mönster i våra data försöker vi inte bara beskriva hur unga har det, utan också ge en förståelse för hur deras prioriteringar förändras – och varför.

Det här behandlar Generationsrapporten 2026:

- Trygghet som identitet
- Relationer och intressen som nav
- Traditionella värden viktigare
- Pengar, arbete och framtidsoro
- AI och en föränderlig arbetsmarknad
- Samhällsengagemang i ett valår

Fakta om undersökningen:

Intervjumetod: Enkät via postal och digital inbjudan genom slumpmässiga urval*, samt fokusgrupper och djupintervjuer

Målgrupp: Unga i Sverige 15–24 år

Fältperiod: 3 oktober – 3 november 2025

Antal intervjuer: 14 926 st



Rättigheter & användning

Studien bakom denna rapport, **Ungdomsbarometern 2026**, är en omfattande undersökning som analyseras och sammanställs i flera olika format. I denna publika sammanfattning presenterar vi ett urval av de mest intressanta resultaten för att ge en inblick i ungas förutsättningar och perspektiv.

Vi vill att rapportens insikter ska nå så många som möjligt. För **kommersiell användning, vidarepublicering eller annan återanvändning av rapporten eller dess innehåll**, vänligen kontakta oss först. **Rapporten omfattas av upphovsrätt.**

TRYGGHET, RELATIONER OCH INTRESSEN I FOKUS

Trygghet som identitet

Dagens unga definierar i allt mindre utsträckning sig själva genom fasta etiketter eller ideologiska tillhörigheter. I stället växer identiteter fram som tar avstamp i det som finns nära till hands, till exempel relationer, intressen eller annat som skapar mening. Det blir tydligt när begrepp som *familjekär* och *livsnjutare* hör till de allra mest utbredda sätten att beskriva sig själv, snarare än tidigare generationers fokus på mer subkulturellt betingade begrepp. Att prata om subkulturernas död säger kanske mer om vuxnas referensramar än om hur unga faktiskt lever i dag. Många av samtidens estetiska och sociokulturella uttryck är helt enkelt för flyktiga för att kunna kallas subkulturer fullt ut, men helt borta är de inte.

Var tredje ung, och så många som 44 procent av tjejerna, beskriver sig som familjekär. Livsnjutare är något som ungefär var fjärde ung relaterar till, både killar och tjejer. Att just dessa identiteter samlar så många säger något viktigt om tidsandan. När framtiden upplevs som mer oviss och när samhällets spelregler förändras snabbt, söker unga stabilitet i det personliga. Familj, nära relationer, intressen och livskvalitet fungerar som sätt att skapa trygghet, balans och kontroll i en tillvaro som annars kan kännas svår att greppa.

Samtidigt handlar livsnjutande inte i första hand om ansvarslöshet eller flykt. Snarare speglar det en vilja att ta vara på nuet, prioritera det som ger energi och bygga ett liv som upplevs som hanterbart när allting runtomkring snurrar snabbare än någonsin. På samma sätt rymmer

begreppet *familjekär* både traditionella och nya former av gemenskaper: biologisk familj, valda relationer och sociala sammanhang som alla fungerar som emotionella ankare.



FIGUR 1.

44%

Fyra av tio unga tjejer beskriver sig som familjekär.

TABELL 1.

Topp tio begrepp unga använder för att beskriva sig själva:

1. Familjekär (32%)
2. Träningsmänniska (29%)
3. Livsnjutare (26%)
4. Feminist (23%)
5. Hundmänniska (22%)
6. Kattmänniska (21%)
7. Gamer (21%)
8. Foodie/matfantast (17%)
9. Festare (17%)
10. Ateist (15%)



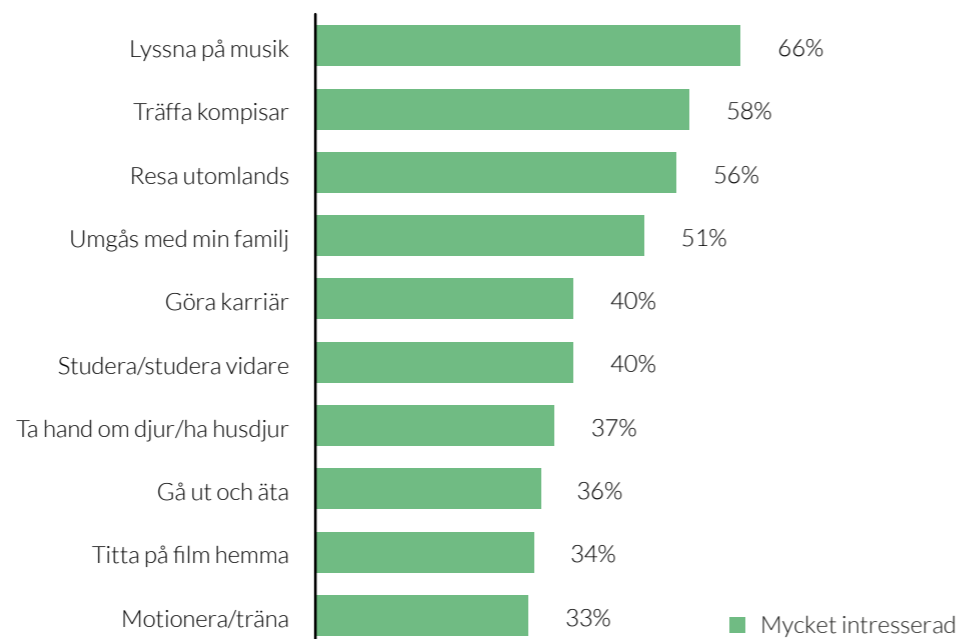
FIGUR 2. Ordmoln identiteter

FIGUR 3.

Skalfråga: Hur stort är ditt intresse för dessa ämnen/aktiviteter?

Filter: Svarat "5 – Mycket intresserad"

Topp 10 av 44 alternativ redovisas



Intressen är nav för inspiration, socialt liv och personlig utveckling

När unga i hög grad beskriver sig själva genom relationer och livskvalitet blir också deras intressen en förlängning av identiteten. Det handlar inte bara om vad de gör på sin fritid, utan om vad som upplevs skapa mening, sammanhang och energi i tillvaron. Att träffa vänner, lyssna på musik eller ta hand om sitt välmående blir det viktigaste för många i en tid där mycket annat känns oförutsägbart och rörigt.

Ungas intresselista präglas i hög grad av sådant som är roligt, relationsorienterat och upplevelse-baserat, snarare än av klassiska yttre markörer för framgång. Det betyder dock inte att ambitioner saknas. Som vi ska se senare i rapporten finns det fortsatt en stark materialistisk strömning bland unga, även om den inte tar sig lika tydliga uttryck i de frågor vi presenterar på just dessa sidor.

Intressen kopplade till studier, karriär och framtida möjligheter finns fortsatt med, vilket bland annat

syns i att var fjärde ungdom har ett *mycket stort* intresse för att göra karriär. Dessa mer framtidsorienterade intressen samexisterar med ett starkt fokus på balans, livskvalitet och sociala sammanhang. Det hänger i sin tur nära samman med livsfasen att vara ung, särskilt med tanke på var unga spenderar stora delar av sin tid.

Skillnaderna mellan olika grupper visar också på en stor heterogenitet i ungdomsgenerationen. Tjejer orienterar sig oftare mot relationella, omsorgsnära och kreativa intressen. En tydligt växande trend, framför allt bland tjejer, är att *pyssla*. Killar dras i högre grad till aktivitet, prestation och teknik, vilket bland annat visar sig i att var tredje kille uppger mycket stort intresse för bilar och motorcyklar, och lika många för att idrotta eller tävla.

”Med mina närmaste vänner pratar jag väl om livet rent allmänt, våra familjer jobb och skola. Vi pratar om känslor, skvaller och våra senaste hyperfixeringar. Allt mellan himmel och jord som man brukar säga. Sen så har jag en vängrupp som gillar att diskutera filosofi, konst, politik osv. Det blir en del prat om AI och hur det kan komma att påverka framtiden. Sen så känner jag vissa genom thaiboxningen och vi har väl ”ytligast” konversationer.”

– Tjej, 19 år

Prata med kompisar hjälper unga att förstå och hantera tillvaron

Att umgås med kompisar är ett av ungas allra största intressen, vilket också speglas i resultaten kring identitet. När relationer och livskvalitet är centrala delar av självbilden får samtalen med kompisarna en särskilt viktig funktion. De är inte bara socialt umgänge, utan en av de främsta arenorna där unga försöker förstå och bearbeta sin tillvaro.

I en tid präglad av ständiga intryck blir kompisarna en trygg plats för de flesta, oavsett om interaktionen sker ansikte mot ansikte eller digitalt. Kompisarnas betydelse är inget unikt för den nuvarande generationen, men vissa av samtalsämnena kan däremot vara det.

I fritextsvaren, där unga med egna ord fått berätta vad de pratar om med sina kompisar, framgår det att samtalen ofta kretsar kring det som ligger nära: vardagsliv, relationer, framtids tankar, oro och drömmar. Men också kring sådant som saknar tydlig riktning och ibland bara beskrivs som ”allt” eller ”inget”. Bland de teman som unga nämner allra oftast finns skolan, livet i stort, framtiden, relationer, vänner, politik och olika intressen som musik, gaming och tv-serier.

TABELL 2.

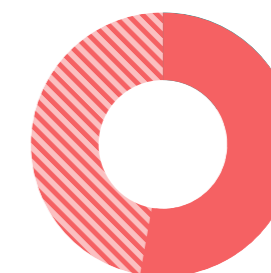
Topp tio ämnen/aktiviteter som tjejer är mycket intresserade av:

1. Lyssna på musik (70%)
2. Resa utomlands (63%)
3. Träffa kompisar (60%)
4. Umgås med min familj (58%)
5. Ta hand om djur/ha husdjur (48%)
6. Studera/studera vidare (47%)
7. Gå ut och äta (42%)
8. Titta på film hemma (41%)
9. Göra karriär (39%)
10. Mode/kläder (37%)

TABELL 3.

Topp tio ämnen/aktiviteter som killar är mycket intresserade av:

1. Lyssna på musik (62%)
2. Träffa kompisar (56%)
3. Resa utomlands (50%)
4. Umgås med min familj (44%)
5. Göra karriär (41%)
6. Motionera/träna (40%)
7. Studera/studera vidare (32%)
8. Bilar och motorcyklar (31%)
9. Idrotta/tävla (31%)
10. Gå ut och äta (30%)



FIGUR 4.

53%

Fler än varannan ung vänder sig till sina kompisar för att lära sig mer om ett ämne.

IDEAL I EN VARDAG SOM SNABBT FÖRÄNDRAS

Pengar prioriteras, skolan tappar och hälsoidealen pressas

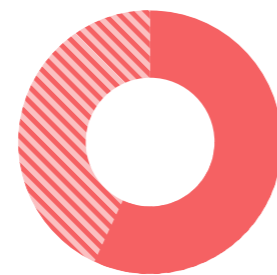
När vi tittar på vad unga själva lyfter som viktigast i livet just nu får vi en inblick i deras prioriteringar. Relationer, gemenskap och personlig utveckling fortsätter att stå högt i kurs, samtidigt som allt fler betonar vikten av trygghet på olika sätt. I tidigare års data har vi sett hur betydelsen av familjerelationer och nära sociala band successivt vuxit i styrka, något som fortsatt ligger i bakgrunden även här. Det stora skiftet i år handlar dock främst om hur ekonomisk press och snabb teknikutveckling omformar ungas prioriteringar.

Utvecklingen av vad unga prioriterar stärker denna bild. Allt fler lägger större vikt vid att tjäna pengar, något som både kan kopplas till materialistiska ideal och de ekonomiska utmaningar som många möter i dag. Höga kostnader, en osäker arbetsmarknad och en generell oro för den egna ekonomin gör att ekonomisk trygghet kliver längre upp på listan över vad som känns viktigt. Samtidigt minskar fokus på att prestera i skolan. Detta kan delvis förstås i ljuset av den snabba AI-utvecklingen och en känsla av att traditionella prestationsmått inte längre räcker som vägvisare inför framtiden. Vi återkommer till detta senare i rapporten.

Hälsa har länge varit en ökande prioritet för unga, men i denna fråga har trenden brutits något. Det finns andra siffror som nyanserar bilden till viss del, men i våra kvalitativa studier beskriver många hur begreppet har blivit så omfattande att det ibland känns orealistiskt att leva upp till. När ett hälsosamt liv förväntas inkludera sömn, träning, kost, balans och psykiskt välmående kan det upplevas som

lika svårt att navigera som framtiden i stort. För flera unga handlar det därför mindre om att uppnå perfektion och mer om att försöka hitta en rimlig nivå, där hälsa inte dominerar vardagen utan snarare fungerar som ett stöd i en pressad tillvaro.

Till detta kommer en ökande skärmrelaterad stress. Mer än hälften uppger att de varje vecka oroar sig för hur mycket tid de tillbringar framför en skärm. För många blir skärmen både ett sätt att koppla av och en källa till stress, vilket ytterligare förstärker bilden av att vardagen ibland är svår att balansera.



FIGUR 5.

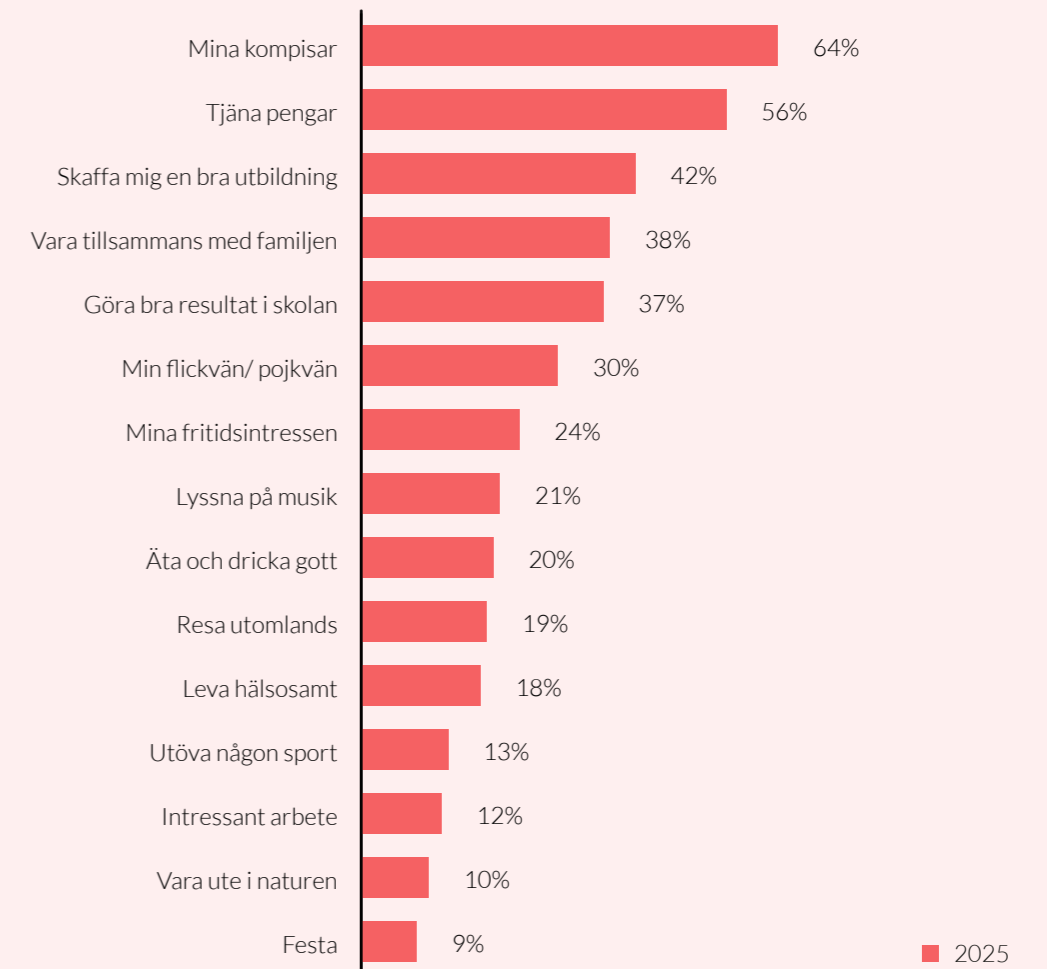
57%

Nästan tre av fem unga känner sig stressade över att de spenderar för mycket tid framför en skärm varje vecka.

FIGUR 6.

Flervalsfråga: Vad är viktigast för dig just nu?

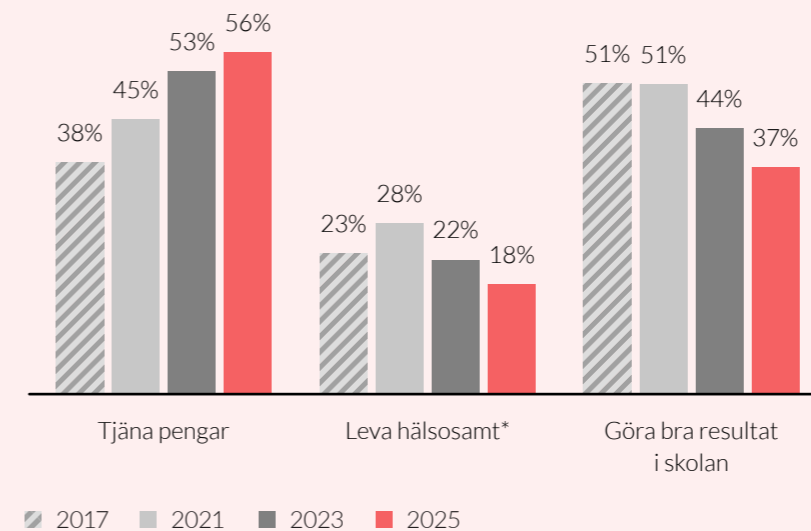
Topp 15 av 21 alternativ redovisas



FIGUR 7.

Flervalsfråga: Vad är viktigast för dig just nu?

– Alternativ: "Tjäna pengar", "Leva hälsosamt" och "Göra bra resultat i skolan"



Vill du fördjupa dig?

I temarapporten *Livsstil, identitet och hälsa* hittar du fler resultat om ungas syn på hälsa, välmående och livskvalitet.

LÄS MER

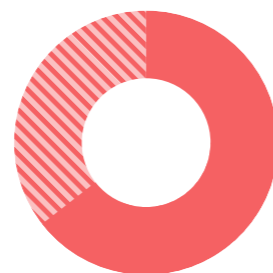


Utbildning och ekonomin stressar

När framtidssynen präglas av osäkerhet och snabb teknikutveckling uppger många unga vi pratar med att ansträngningar inom studier eller karriär inte ger samma garanterade avkastning som tidigare. Detta syns i årets resultat, där skola, jobb och ekonomi hör till de faktorer som flest unga uppger som mycket stressande. Stressen kring både utbildning och arbete har dessutom ökat de senaste tre åren, vilket även gäller den ekonomiska oron.

En ökande andel unga uppger att de känner ekonomisk stress varje vecka, något som utöver det osäkra läget på arbetsmarknaden kan kopplas till högre levnadsomkostnader. Samtidigt beskriver många att det är svårt att påverka sin ekonomiska situation på kort sikt, vilket för vissa kan innebära ett sug efter att ta genvägar. Här gäller det samtidigt att hålla tungan rätt i munnen när det handlar om unga och ekonomi. För oaktat att ungas ekonomiska

förutsättningar kan skilja sig mycket mellan olika grupper, finns också stora skillnader i ekonomiskt intresse, kunskap och ideal. Detta innebär att vi kan ha en stark spartrend bland unga, med allt fler som sparar i aktier och krypto eller jobbar på sitt "fuck off-kapital", samtidigt som andra kan ha svårt att sätta mat på bordet eller riskerar att hamna i en skuldfälla. Här, som inom de flesta områden, är det viktigt att påminna sig om generationens stora heterogenitet.



FIGUR 8.

58%

Sex av tio unga känner sig stressade över sin ekonomi varje vecka.

FIGUR 9.

Skalfråga: Hur upplever du följande saker i ditt liv just nu?

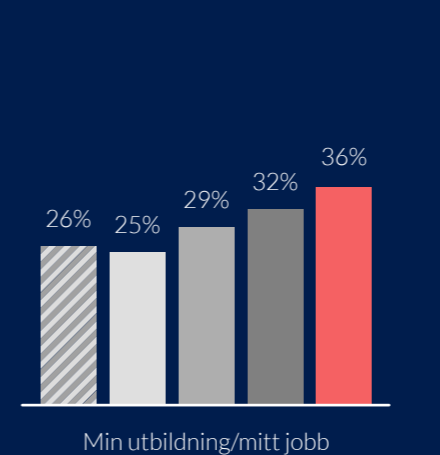
Filter: Svarat "1 - Mycket stressande" eller "2"



FIGUR 10.

Skalfråga: Hur upplever du följande saker i ditt liv just nu? – Alternativ: "Min utbildning/mitt jobb"

Filter: Sammanslaget "1 - Mycket stressande" och "2"

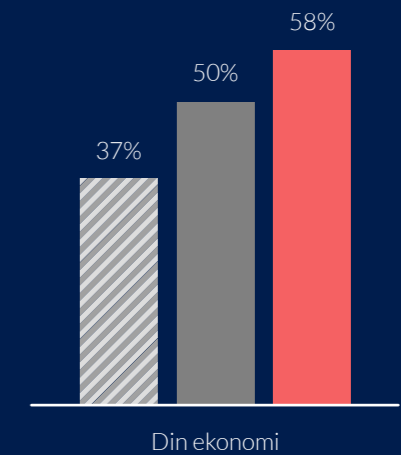


■ 2021 ■ 2022 ■ 2023 ■ 2024 ■ 2025

FIGUR 11.

Skalfråga: Under de senaste sex månaderna, ungefär hur ofta/sällan har du känt dig stressad över din ekonomi?

Filter: Stressat veckovis (Svarat "Varje dag", "4-6 ggr/veckan" eller "1-3ggr/veckan")



■ 2018 ■ 2022 ■ 2025



"Bli orimligt oinformerad kring politik, för att det snart är val och missinformationen lär vinna lol"

- Tjej, 19 år

"Att satsa på utbildning, för att det är ett osäkert läge i världen och många unga vill ha ett bra jobb med en bra lön ifall krisen kommer."

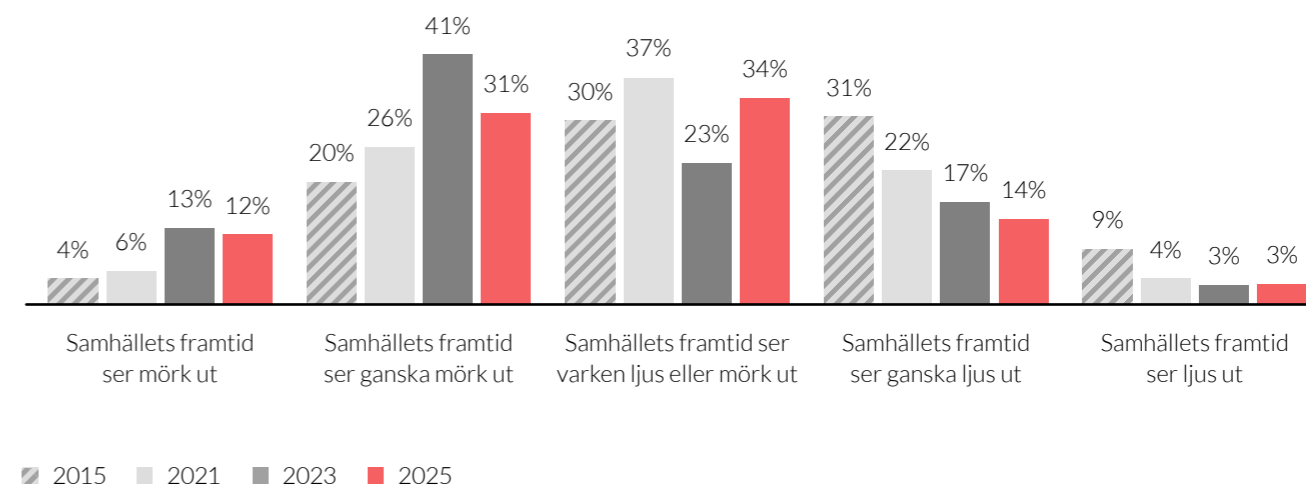
- Kille, 17 år



SYN PÅ FRAMTIDEN

FIGUR 12.

Fråga: Spontant, hur ser du på samhällets framtid?
Alternativet "Osäker/vet ej" redovisas ej

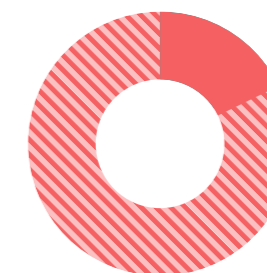


Samhällets framtid upplevs som mindre förutsägbar

De förändringar vi såg tidigare – där unga allt oftare beskriver utbildning, ekonomi och framtid som stressande och svåra att kontrollera – speglar mer än bara individuell press. De präglar också bilden av vart samhället som helhet är på väg.

I årets mätning ser vi hur unga fortsatt är pessimistiska i sin syn på samhällets framtid. Allt färre upplever att utvecklingen går åt ett ljusare håll, och fler beskriver den som ganska eller mycket mörk. Samtidigt finns en betydande grupp som varken ser samhällets framtid som ljus eller mörk, vilket tyder på att många inte främst är pessimistiska utan osäkra. Framtiden upplevs som svår att förstå och ännu svårare att förutspå. Osäkerhet och pessimism går därför hand i hand i ungas bild av samhällsutvecklingen.

FIGUR 13.



18%

Två av tio unga ser **ljus** på samhällets framtid. År 2015 svarade mer än dubbelt så många detsamma (40%).



”Samhället förändras snabbt. Befolkningen blir äldre, tekniken utvecklas i rasande takt och AI fortsätter att påverka både studier och arbetsmarknad. Det skapar nya möjligheter, men också en del oro inför framtiden. Samtidigt kämpar många unga med en tuff ekonomi. Bostäder är dyra, lönerna hänger inte med och det känns svårt att nå den där känslan av trygghet som tidigare generationer hade.”

– Kille, 21 år

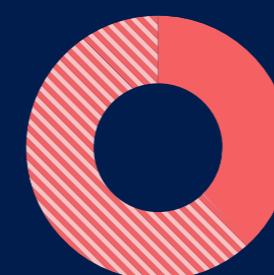
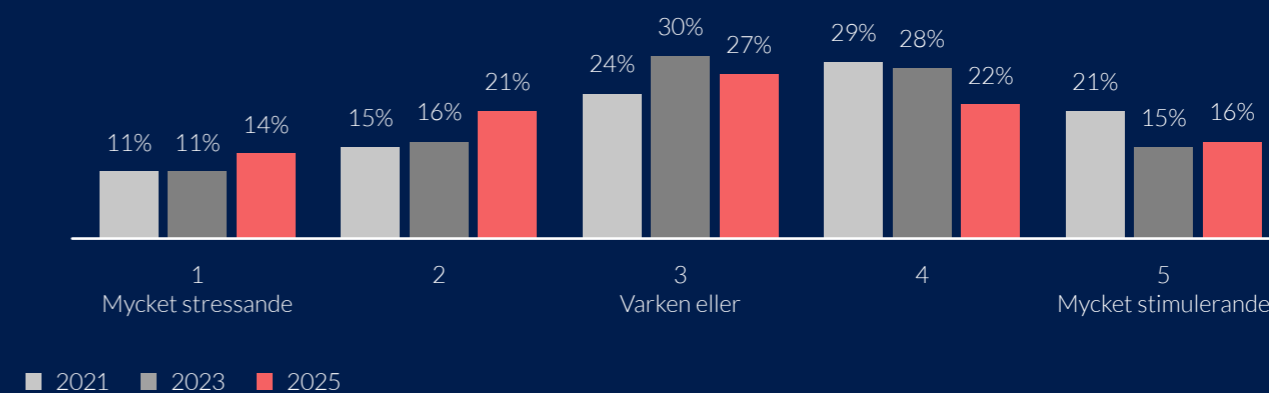
Den ljusnande framtiden är... min?

I tidigare Generationsrapporter har vi lyft den tydliga frikopplingen mellan å ena sidan en allt dyrare syn på samhällets framtid och å andra sidan en stabil och relativt ljus syn på den egna. Detta kan ibland uppfattas som en paradox, men att det kan gå åt pipsvängen för många och samtidigt ganska bra för en själv är inte nödvändigtvis motsägelsefullt för en generation som präglats av individualism, och som kanske inte fullt ut tror på det man sjunger om i studentsången.

I år syns vissa sprickor i denna fasad. De förändrar kanske inte den stora bilden, men väcker likväl eftertanke. Även om unga generellt fortfarande är mer positiva till sin egen framtid än till samhällets, minskar avståndet mellan dessa två perspektiv. Färre än tidigare upplever sin närmaste framtid som stimulerande, och en växande andel anger att de känner sig stressade över den. Endast 38 procent beskriver sin närmaste framtid som stimulerande, en tydlig nedgång sedan 2021. På längre sikt uppger 46 procent att framtiden känns stimulerande, men även det är en minskning jämfört med tidigare år.

FIGUR 14.

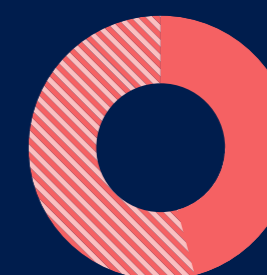
Skalfråga: Hur upplever du följande saker i ditt liv just nu?
– Alternativ: ”Min närmsta framtid”



FIGUR 15.

38%

Två av fem unga upplever den **närmaste framtiden** som stimulerande. År 2021 var andelen 50%.



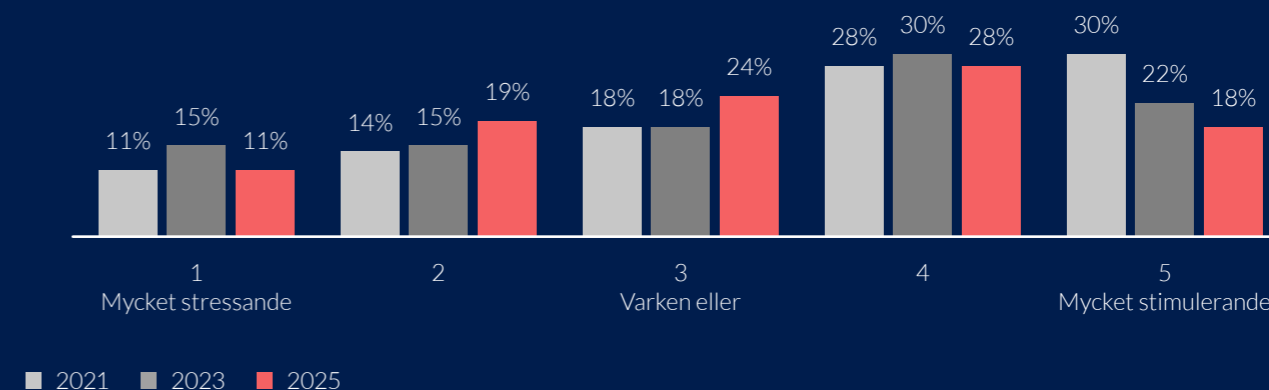
FIGUR 16.

46%

Nästan varannan ung upplever sin **framtid på längre sikt** som stimulerande. År 2021 var andelen 57%.

FIGUR 17.

Skalfråga: Hur upplever du följande saker i ditt liv just nu?
– Alternativ: ”Min framtid på längre sikt”



TRADITIONELLA VÄRDEN BLIR VIKTIGARE I EN TID AV FÖRÄNDRING

Bostad, bröllop, och kanske till och med barn?

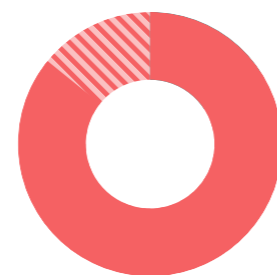
Utifrån föregående resonemang skulle man kunna dra slutsatsen att unga inte alls ser fram emot framtiden, men det är inte den bild vi möter. Osäker, javisst, men också fylld av drömmar, förväntningar och mål.

Figuren på nästa sida redovisar ungas svar på hur viktigt de tycker att olika saker är för att de ska bli nöjda med tillvaron i framtiden. Oavsett om vi endast tittar på andelen som svarat *väldigt viktigt* eller det sammanslagna måttet *ganska + väldigt viktigt* är det tydligt att äga en bostad är en central pusselbit i ungas framtidsvision. Här ryms allt från drömmen om en lyxvilla till att helt enkelt få tak över huvudet på en tuff bostadsmarknad. Men oavsett utgångspunkt beskriver många framtidsdrömmen i termer av hur, och ibland var, de vill bo.

Andra starka ideal är att ha mycket fritid, att hjälpa andra och att träffa den rätte. Det sistnämnda är särskilt intressant eftersom det både ligger på andra plats bland svaren mycket viktigt och samtidigt ökar tydligt i årets studie. Samma mönster syns för *gifta sig* och *skaffa barn*, som båda stiger jämfört med 2022.

Mål som har med relationer att göra och som signalerar stabilitet är alltså inte bara viktiga här och nu, som vi visade i inledningen, utan utgör också centrala komponenter i ungas framtidsvision. Det går att stanna där och konstatera att osäkerhet

skapar längtan efter trygghet, men det vore att missa en del av bilden. I flera av våra tidigare rapporter har vi sett en ökad betoning på mer traditionella – och ibland konservativa – ideal bland unga, något som även märks här. Att fler tycker att det är viktigt att skaffa barn, även om uppgången är försiktig sedan 2020, är en utveckling som sannolikt gläder den som följt befolkningsprognoser de senaste åren. I synnerhet eftersom ökningen återfinns bland både killar och tjejer.



FIGUR 18.

86%

Sex av sju unga anser att "ha mycket fritid" är viktigt för sin framtida livskvalitet.

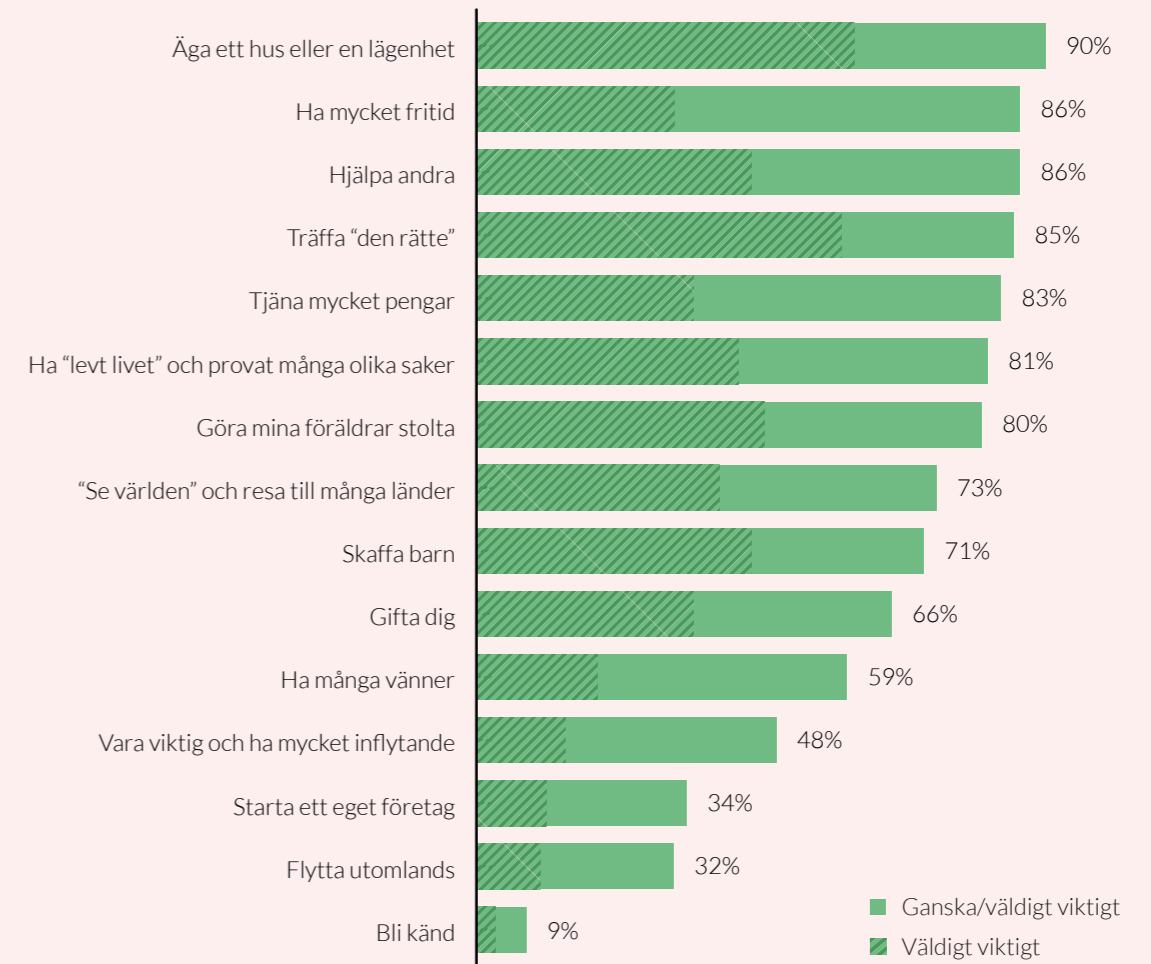
"Att ha ett förhållande och inte dejta flera samtidigt. Tycker detta syns idag på tik tok, önskan om att man ska ha en stabil partner. Jag tror detta hänger ihop med att unga inte vill använda dejtingappar, men ändå träffa någon. Känns som fler och fler är på strävan efter det långa förhållandet oavsett ålder man är i, inga fler one night stands."

– Tjej, 19 år

FIGUR 19.

Skalfråga: Hur viktigt känns följande för att du ska bli nöjd med tillvaron i framtiden?

Filter: Svarat "Ganska viktigt" eller "Väldigt viktigt". Endast sammanslaget resultat redovisas.

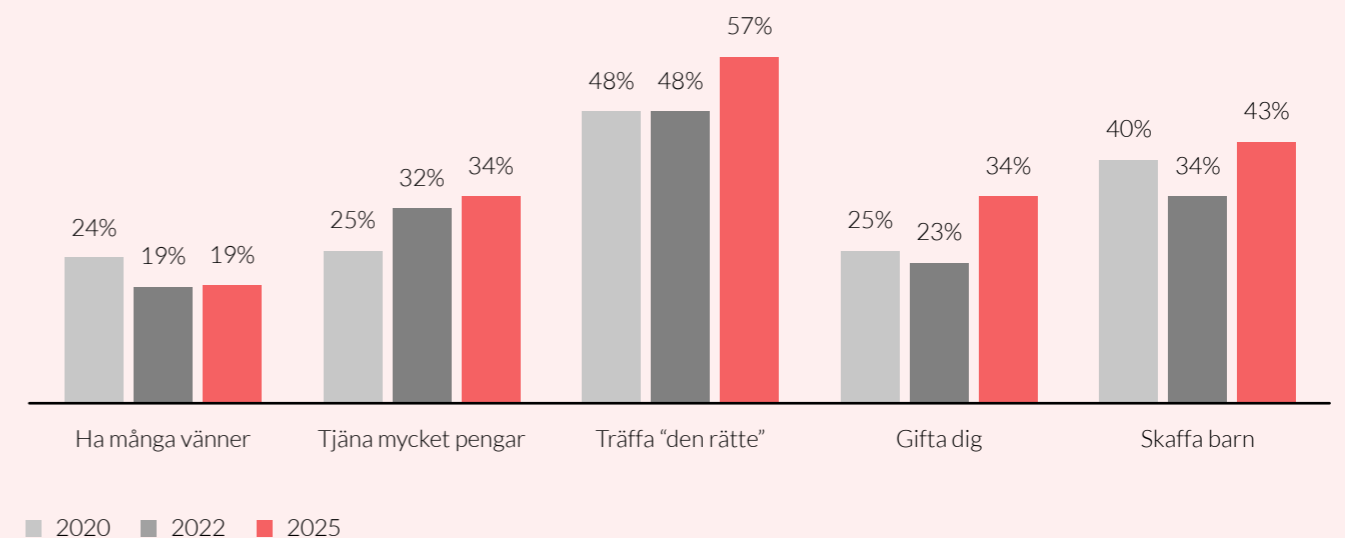


FIGUR 20.

Skalfråga: Hur viktigt känns följande för att du ska bli nöjd med tillvaron i framtiden?

– Ett urval av alternativ redovisas

Filter: Svarat "Väldigt viktigt"



FRAMTIDEN ÄR INTE SOM FÖRR



”Ja, det är lite svårt att planera. Man vet ju inte ifall man behöver gå lumpen eller inte, och sen hör man av andra vad man bör gå eller inte. Sen så måste du söka in dig till universitet och sen på det hitta ett jobb. Och om man hittar ett jobb, hur länge kommer man ha det, kommer man ens få ett fast jobb. Så jag känner att det är väldigt svårt att ha en plan just nu.”

– Tjej, 17 år

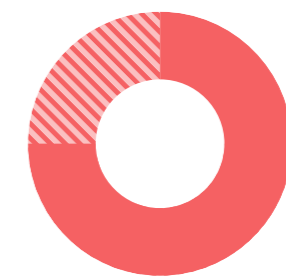
Unga möter en arbetsmarknad i ständig förändring

Att ta sig in i arbetslivet är för de allra flesta en förutsättning för att kunna bygga den framtid de vill ha. Men samtidigt som många unga försöker orientera sig mot yrkesval som känns trygga, beskrivs arbetsmarknaden som ett landskap som blir allt svårare att överblicka.

I våra studier talar unga om känslan av att spelplanen hinner förändras innan de själva hunnit kliva ut på den. Många vill göra genomtänkta och informerade val, och de flesta uppger att de försöker anpassa sina studie- och yrkesval i någon grad, även om få låter arbetsmarknadens behov styra fullt ut. En central utmaning är att det inte

alltid är tydligt vilka kompetenser som kommer att efterfrågas. Allt färre unga beskriver att de saknar tillräcklig information om vilka yrken och utbildningar som kommer att behövas, och fyra av tio säger att de inte har koll men gärna vill veta mer.

Den snabba tekniska utvecklingen, inte minst inom AI, gör att yrkesroller omformas och nya kompetenser växer fram i högt tempo. Utbildningar som för några år sedan upplevdes som kassakåpsäkra, till exempel utvecklare, möter nu liknande utmaningar som många andra i takt med en allt tuffare arbetsmarknad. I en annan tid hade somliga kanske tagit detta med en axelryckning och sagt ”det löser sig, bara jag studerar något intressant”. Men det är ett förhållningssätt som många unga upplever är en lyx förbehållen tidigare generationer. Detta skapar en situation där unga försöker navigera intressen, ambitioner och ideal utifrån en karta som hela tiden ritas om.



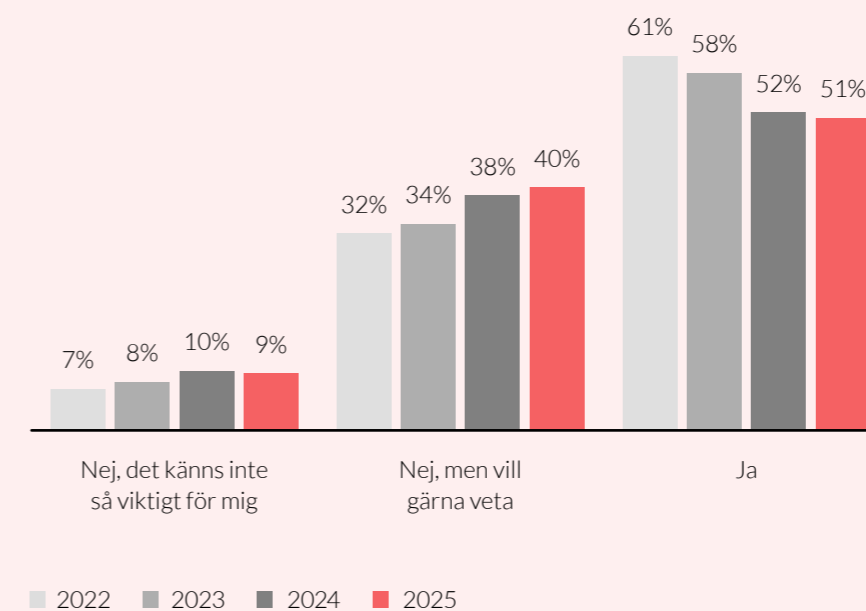
FIGUR 21.

75%

Tre av fyra unga känner sig stressade över skola/ jobb varje vecka.

FIGUR 22.

Fråga: Har du koll på vilka yrken och utbildningar som det kommer att behövas mer/mindre av i framtiden?



Vill du veta mer?

I *Arbetslivsrapporten* djupdyker vi resultat som berör ungas syn på arbetsliv, yrkesval och karriär.

[LÄS MER](#)

AI skapar både nya möjligheter och ökad osäkerhet

Det är lätt att peka på de utmaningar som den snabba AI-utvecklingen skapar, särskilt när det gäller framtidens jobb. Många unga delar också den här oron. En växande andel unga tror att AI kommer göra det svårare för deras generation att etablera sig på arbetsmarknaden. I årets mätning instämmer 69 procent i påståendet att AI försvårar inträdet på arbetsmarknaden, en ökning med åtta procentenheter sedan 2023.

Samtidigt är bilden av AI:s konsekvenser mer splittrad när det gäller upplevelsen av framtida jobbmöjligheter på ett personligt plan. Ungefär lika många instämmer som tar avstånd från att de är oroliga för att AI ska ersätta det yrke de vill arbeta med, och frågan om AI leder till fler eller färre jobb delar unga i två nästan lika stora grupper. Det visar att AI väcker både oro och tillförsikt.

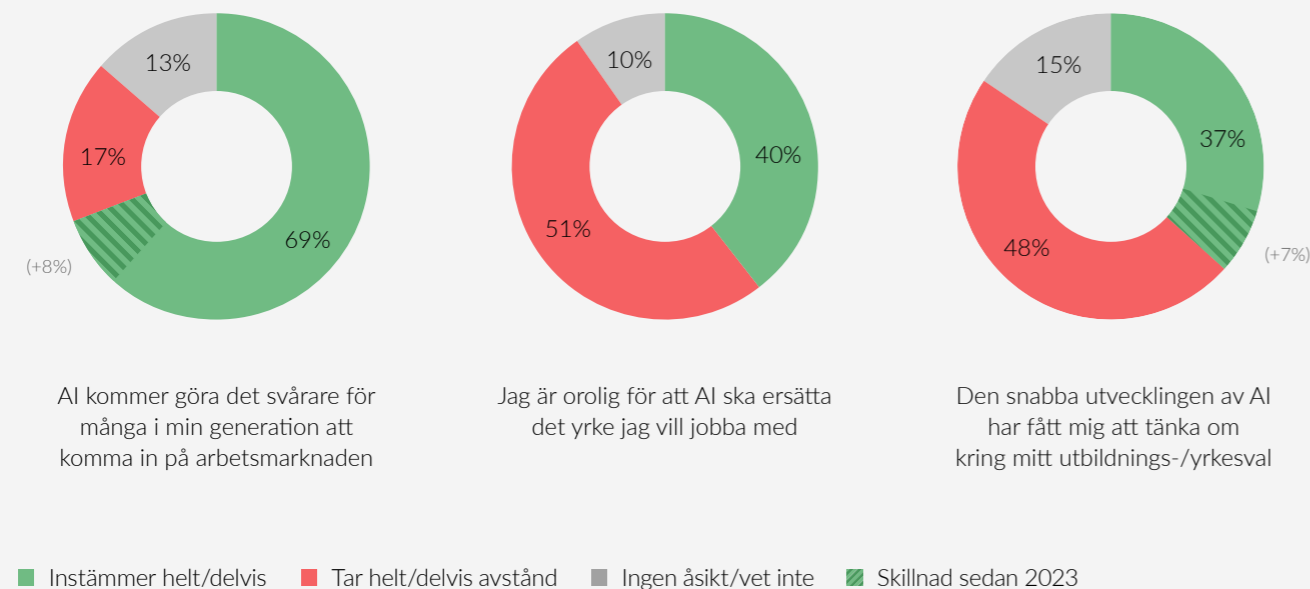
”Trenden bland unga år 2026 är att fler väljer yrken som är AI-anpassade och där ett garanterat jobb finns efteråt pga att det varit så svårt att få jobb i 2025 och unga inte vill gå igenom en utbildning för att stå arbetslösa efter den. Därför kommer man välja utbildningar med garanterad efterfrågan på arbetsmarknaden.”

– Tjej, 19 år

AI påverkar också hur unga resonerar kring sina utbildnings- och yrkesval. Andelen som uppger att AI-utvecklingen fått dem att tänka om kring sina framtidsval har ökat med sju procentenheter sedan 2023, och intresset för mer praktiska utbildningsvägar stiger. Det syns till exempel i att andelen sökande till yrkesprogram på gymnasiet ökade med nästan fem procent till hösten 2025

FIGUR 23.

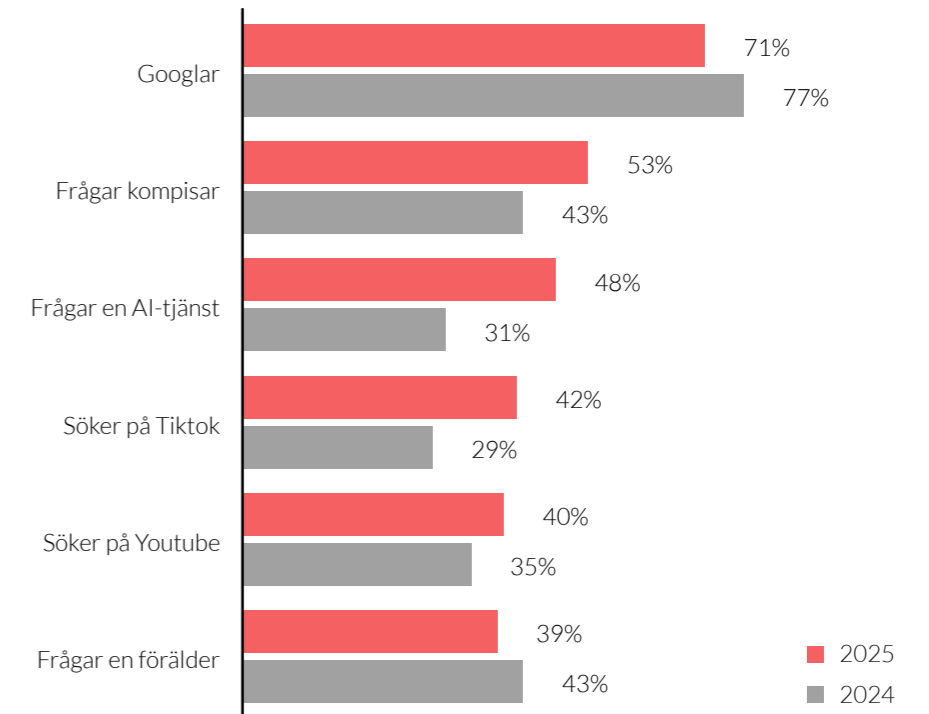
Skalfråga: Hur väl stämmer följande påståenden in på dig?
Filter: Sammanslaget "Instämmer helt" och "Instämmer delvis" samt "Tar helt avstånd" och "Tar delvis avstånd"



FIGUR 24.

Flervalsfråga: Vad av följande gör du om du är intresserad av att lära dig mer om ett visst ämne?

Topp 6 av 16 alternativ redovisas

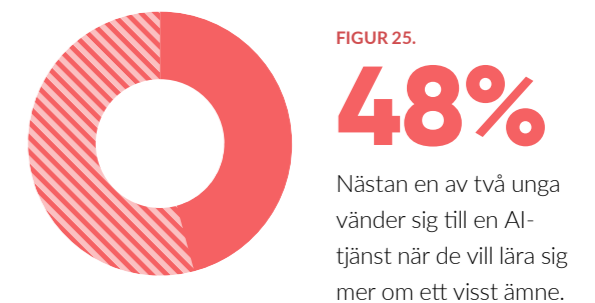


(Skolverket). I rapporten ["Trender 2026 – Enligt unga!"](#) lyfts också att blue-collar-yrken kan få ett uppsving. Det speglar både en dragning mot mer konkreta arbetsuppgifter och en känsla av att praktiska yrkesroller kan upplevas som tryggare när traditionella karriärvägar känns mindre givna.

En sista, och ibland lite bortglömd, dimension i debatten är hur mycket unga själva använder AI, både i skolan och på fritiden. Utöver att deras ofta kreativa AI-användning kan ge dem kompetenser som ingen ännu vet att man kommer efterfråga, använder många AI i hög grad för att lära sig nya saker. Här går det naturligtvis att föra en diskussion om risker kopplade till fusk och felaktig användning, men kanske är detta främst ett övergångsproblem när vi ser hur snabbt unga har förändrat sina inlärningsrutiner och integrerat AI i sitt vardagliga lärande.

”Jag tror att många unga kommer med hjälp av AI försöka skapa något dom kan leva på. Det är så enkelt att be AI göra nästan vad som helst åt en, musik, en film, en uppgift från skolan. Jag tror att många kommer försöka bygga upp hela företag med hjälp av AI.”

– Kille, 19 år



MED RIKSDAGSVALET I BLICKFÅNGET

Samhällsutvecklingen fortsätter att gå åt fel håll

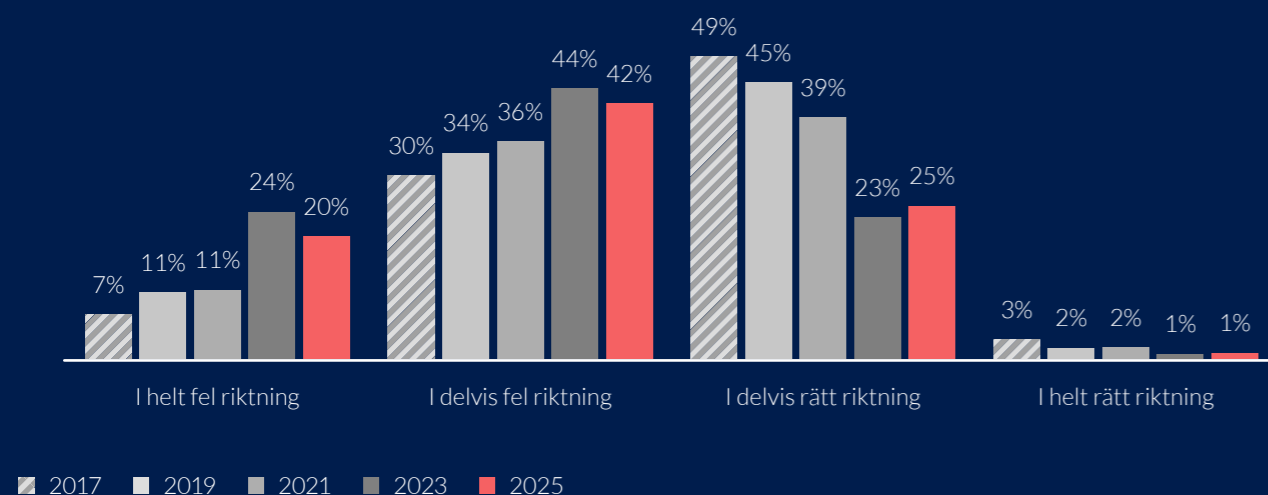
Vi går in i ett valår och möts av en tydlig uppfattning bland unga: samhällsutvecklingen rör sig åt fel håll. Jämfört med mätningen inför förra valåret, 2021, har synen blivit betydligt mer negativ, i synnerhet i relation till 2017 då optimismen var avsevärt större. I år dominerar en mer dämpad och kritisk samhällsbild, även om det faktiskt har ljusnat något sedan 2023.

Ett tydligt missnöje med samhällsutvecklingen kan låta som ett gynnsamt läge för oppositionen, åtminstone bland förstagångsväljarna, men riktigt så enkelt är det inte. För unga placerar sig fortsatt något till höger politiskt när vi ber dem ange position på en höger-vänsterskala. Huruvida detta också kommer att märkas i valresultatet är

ingenting vi spekulerar i här, men det är tydligt att även om ungas sakfrågemässiga prioriteringar har skiftat en hel del sedan förra riksdagsvalet, är det mestadels inte i en progressiv riktning. Mer om detta lite längre fram.

I ett läge där samhällsoptimismen är låg tenderar engagemanget att förskjutas från det kollektiva till det personliga. Det ligger i linje med tendenser vi sett under flera år, där unga i större utsträckning fokuserar på den egna tryggheten, ekonomin och möjligheten att skapa stabilitet i vardagen. Det väcker en viktig fråga: *hur förhåller man sig till samhället och sin egen möjlighet att påverka när man främst försöker trygga sitt eget liv?* För vissa blir valåret 2026 ett tillfälle att försöka påverka riktningen, för andra förstärks känslan av tvivel eller distans till politikens förmåga att göra skillnad.

FIGUR 26.
Skalfråga: Åt vilket håll skulle du säga att samhällsutvecklingen är på väg?
Alternativet "Osäker/vet ej" redovisas ej



Känslan av att kunna påverka samhället minskar

I förlängningen av ungas mer kritiska syn på samhällsutvecklingen framträder ytterligare ett mönster: den upplevda möjligheten av att kunna påverka samhället fortsätter att minska. Få unga upplever att de har stora möjligheter att göra skillnad, och gruppen som känner att de kan påverka samhället har blivit betydligt mindre över tid.

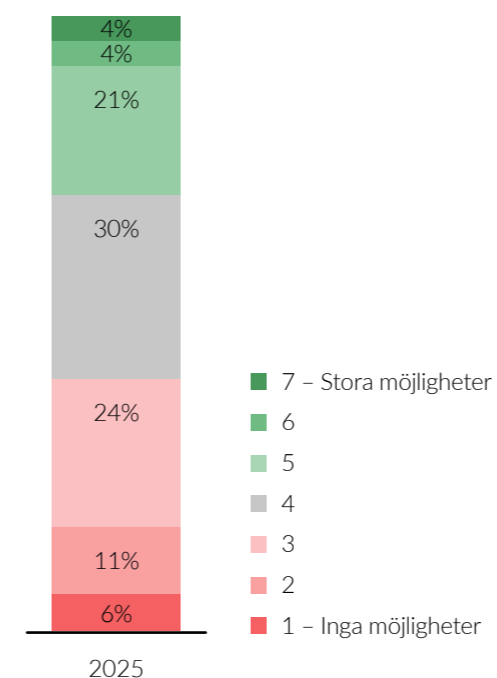
I årets mätning uppger endast 29 procent att de har ganska stora eller stora möjligheter att påverka, jämfört med över hälften 2019. Den största gruppen befinner sig i en mellanzon, där möjligheten att påverka upplevs som begränsad snarare än obefintlig. Detta speglar en bredare rörelse där unga både följer samhällsutvecklingen noggrant och samtidigt tvivlar på sin egen förmåga att påverka dess riktning.



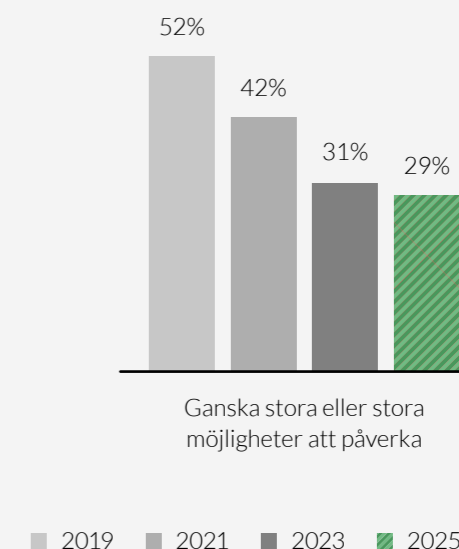
"Det känns som att det är en ganska lång bana om man vill ta sig in i politiken. Så det är ganska små chanser att påverka om man inte dedikerat sitt liv åt det."

– Tjej, 20 år

FIGUR 27.
Skalfråga: Vad anser du om dina möjligheter att påverka i samhället?



FIGUR 28.
Skalfråga: Vad anser du om dina möjligheter att påverka i samhället?
Filter: Sammanslaget "5", "6" och "7 – Stora möjligheter"



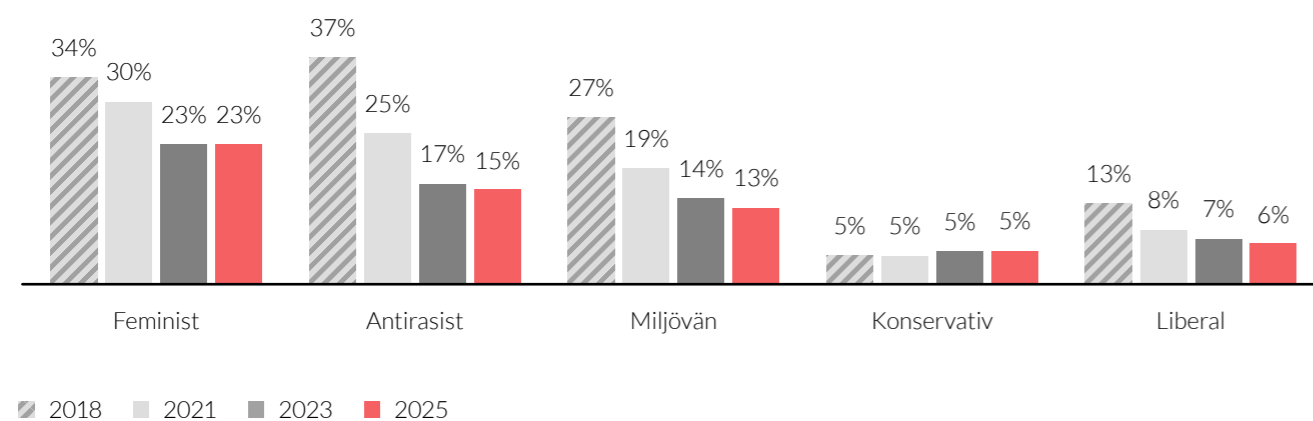
Politiska identiteter minskar när fokus flyttas mot det nära

Inledningsvis i rapporten beskrev vi hur ungas identiteter i hög grad präglas av intressen och relationer. Utifrån samma fråga, där unga får välja ord som beskriver dem själva, ser vi också hur de politiska begrepp som tidigare varit relativt vanliga fortsätter att minska. Det gäller både idealistiska och mer ideologiskt färgade identiteter. Feminist, antirasist och miljövän ligger alla på betydligt lägre nivåer än för bara några år sedan, och även identiteter som liberal och konservativ ligger kvar på låga nivåer. Att konservativ ligger stilla kan upplevas motsägelsefullt i relation till vad vi beskrivit tidigare i rapporten, men pekar snarare på att många inte längre tycker att politik är relevant nog för att beskriva en som person, eller att etiketterna upplevs som för endimensionella.

Från våra kvalitativa studier hör vi dessutom att dessa identiteter ofta kräver både engagemang och en tro på att saker går att förändra för att kännas meningsfulla – något som blivit svårare när samhällsoptimismen sjunker.

FIGUR 30.

Flervalsfråga: Här kommer en lista med olika begrepp – vilka av dem tycker du passar för att beskriva dig? – Alternativ: "Feminist", "Antirasist", "Miljövän", "Konservativ" och "Liberal"



I denna utveckling är det samtidigt kanske inte de exakta nivåerna på respektive ord som är mest intressanta, utan snarare den breda förflyttningen bort från mycket av det som har med politik att göra. Identitetsfrågan bygger på att unga kan välja många olika etiketter. Ett lägre resultat betyder därför inte att unga tar avstånd från en specifik identitet, utan att andra känns mer relevanta i stunden. Variationer i nivåerna ska alltså inte tolkas som enskilda ras, utan som del av en bredare förskjutning under de senaste åren.



FIGUR 29.

38%

Två av fem unga tjejer beskriver sig som feminist. Endast 8% killar identifierar sig med begreppet.



"För mig betyder feminism att man vill skapa ett samhälle där alla har samma rättigheter och möjligheter, oavsett kön eller bakgrund. Det handlar inte om att kvinnor ska vara bättre än män, utan om rättvisa och att utmana gamla normer som begränsar oss."

– Tjej, 19 år



"Att vara miljövän betyder för mig att jag försöker göra val som är bra för naturen och klimatet. Jag tänker på hur jag reser, vad jag köper och försöker minska mitt avfall. Jag tycker det är viktigt att alla tar lite ansvar för miljön"

– Kille, 21 år

Intresset för samhället består men engagemanget ändrar karaktär

Även om färre unga i dag upplever att de har möjlighet att påverka samhällsutvecklingen, och även om politiska identiteter fortsätter att tappa mark, innebär det inte att ungas intresse för samhällsfrågor håller på att försvinna. Årets resultat visar att 38 procent är mycket eller ganska intresserade av samhällsfrågor och politik, vilket ligger i nivå med perioden inför det senaste riksdagsvalet och fortfarande betydligt högre än nivån vi såg i början av 2000-talet. Samhällsintresset befinner sig alltså på en historiskt relativt hög nivå, även om det inte når upp till topparna strax innan pandemin.

Utvecklingen kan därför beskrivas som en avmattning snarare än en skarp nedgång. Detta stärks av att valdeltagandet bland

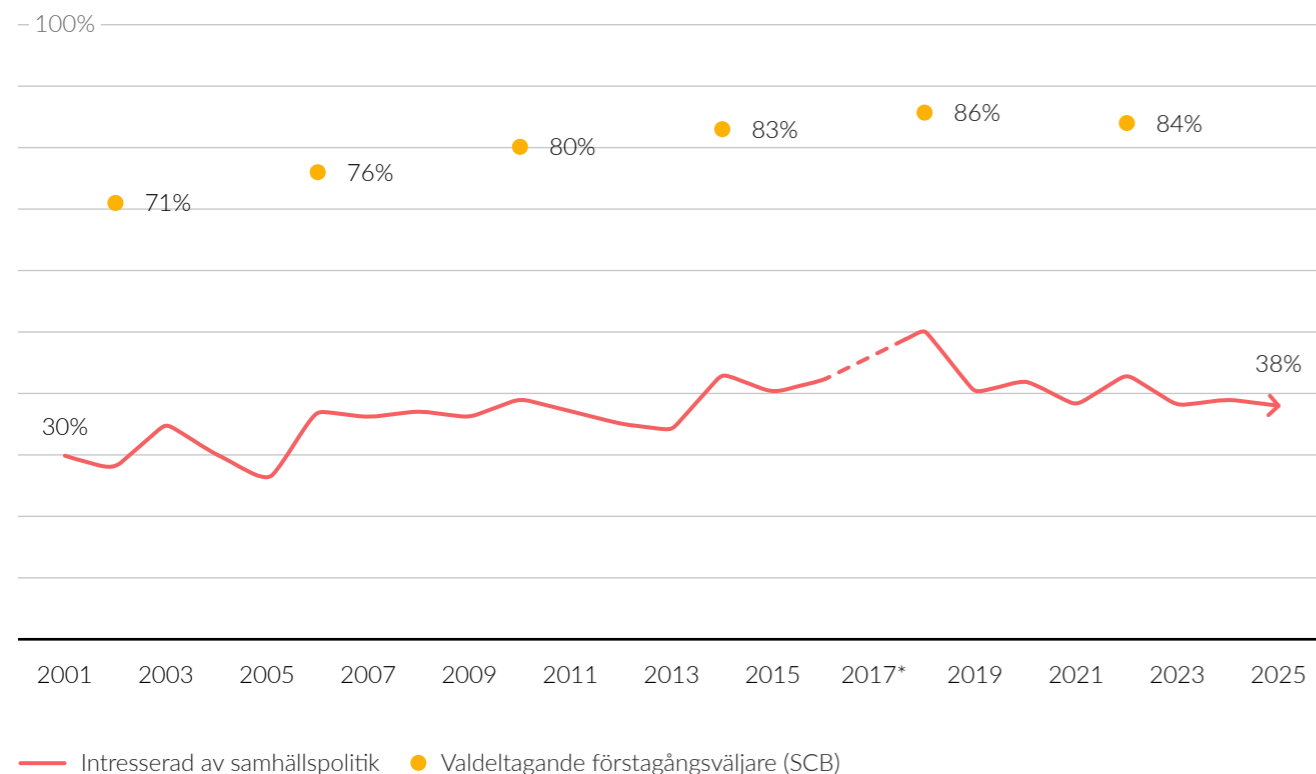
förstagångsväljare legat på relativt höga nivåer de senaste valen, vilket tyder på att viljan att delta i demokratin finns kvar även när optimismen om samhällsutvecklingen minskar. Engagemanget har med andra ord inte försvunnit, utan förändrats – från det ideologiska till det som påverkar individen här och nu.

”Jag tänker på miljön, vad man kan göra för att minska farliga utsläpp, källsorterar, pantar, försöker hålla nere på onödigt användande av rinnande rent vattnen, släcker lampor när dem inte behövs användas eller lämnar ett rum, klimatsmarta grejer, äter mindre kött”

– Kille, 23 år

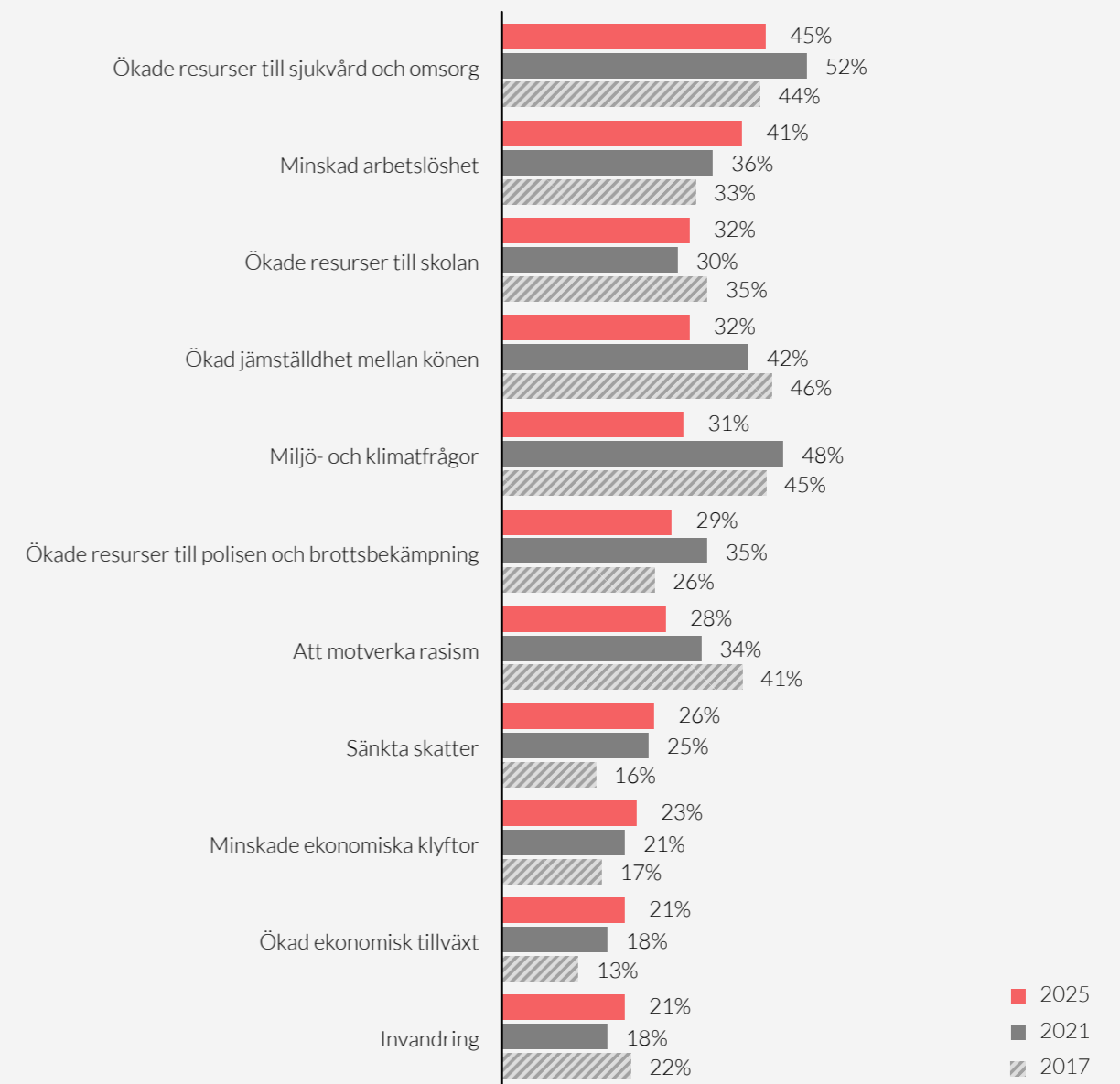
FIGUR 31.

Skalfråga: Hur stort är ditt intresse för inrikes/utrikespolitik/samhällsutveckling?
Filter: Svarat "4" eller "5 – Mycket intresserad"



FIGUR 32.

Flervalsfråga: Vilka av följande samhällsfrågor känns viktigast för dig?
Topp 11 av 19 alternativ redovisas



Unga prioriterar arbetsmarknad och trygghet framför klimat och ideologi

När unga får ange vilka samhällsfrågor som känns viktigast är det tydligt att fokus i hög grad ligger på sådant som påverkar vardagen direkt. Ekonomi, arbete, trygghet, skola och välfärd ligger högst i prioriteringarna, medan frågor som klimat, jämställdhet och antirasism tappar i styrka. Några av dem hamnar fortfarande relativt högt upp, men i stor utsträckning har de ersatts av frågor som upplevs som mer akuta här och nu.

Minskad arbetslöshet är en av de frågor som stigit mest i betydelse det senaste året, i takt med att arbetsmarknaden blivit tuffare för många unga. Trygghetsrelaterade frågor som resurser till sjukvård, skola och brottsbekämpning ligger fortsatt bland toppalternativen, även om nivåerna fluktuerar något över tid. Detta märks inte minst i stödet för mer resurser till polisen, som minskat något sedan 2021 men fortfarande ligger högre än 2017. I våra öppna frågor nämner många samtidigt detta som en av de viktigaste frågorna (se sida 31).

SLUTORD:

Att förstå unga i en tid som rör sig snabbt

Att växa upp 2026 är att forma sin framtid i ett landskap där AI-verktyg, sociala medier och snabba samhällsförändringar är en självklar del av livet. Att framtiden förändras är i sig inget nytt – så har det varit för varje ungdomsgeneration. Men den accelererande tekniska utvecklingen, de senaste årens omvärldshändelser och en tydlig dos framtids pessimism får ändå anses vara kännetecknande för dagens unga. Samtidigt är det lätt att, med denna utgångspunkt, fastna i en ensidigt negativ bild av hur det är att växa upp i dag. Här är det viktigt att påminna sig om att det ofta är vuxna som har något att jämföra med, snarare än de unga själva.

Med vuxenglasögonen kan ungas längtan efter trygghet och stabilitet ibland tolkas som försiktighet eller brist på driv. De förväntas vilja förändra, resa och leva mer gränslöst – gärna på samma sätt som tidigare generationer minns sin egen ungdom. Men bilden som framträder i årets resultat är mer sammansatt. Många unga beskriver en tillvaro som i grunden fungerar och som rymmer både gemenskap och glädje, men som är mindre präglad av riskbenägenhet och idealiserad frihet. Det är mot den bakgrunden som ungas förändrade politiska prioriteringar bort från klimatfrågor, jämställdhetsideal och antirasism ofta tolkas som ett tecken på minskat engagemang. Men även detta säger minst lika mycket om vuxnas förväntningar som om ungas verklighet.

Frågan om huruvida det var bättre förr är därför inte särskilt relevant för att förstå unga i dag. Däremot präglar föreställningen om ett enklare och mer förutsägbart dåtidssamhälle många av de jämförelser som görs. Ungdomsåren fortsätter dessutom att idealiseras och ibland också förskönas i efterhand, samtidigt som många har tydliga föreställningar om hur unga bör tänka, tycka och leva – ofta med den egna erfarenheten som utgångspunkt.

I ett valår riktas strålkastarljuset åter mot ungas värderingar och prioriteringar, när förstagsångsväljarna ska vinnas. Samtidigt visar årets resultat att bilden av unga är långt ifrån så entydigt dyster som den ibland framställs. De flesta upplever sin tillvaro som fungerande och uppger att de mår ganska bra. Intresset för samhällsfrågor finns kvar, men tar sig oftare uttryck i frågor som upplevs nära och begripliga: arbete, ekonomi, trygghet och framtid. Det är i detta spänningsfält, mellan vuxnas tolkningar av samhällsoro och ungas vardag, som Generationsrapporten 2026 har tagit sin utgångspunkt och där förståelsen av unga i dag behöver börja.

Ulrik Hoffman, VD

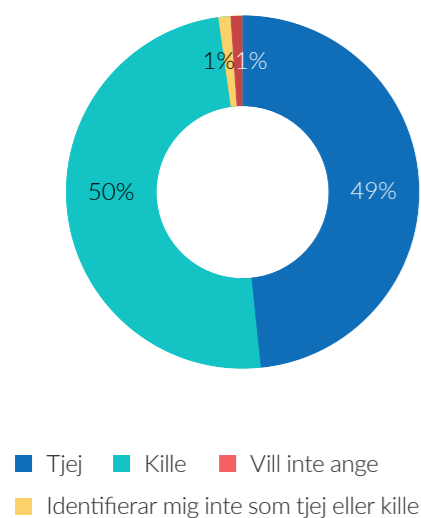
Ungdomsbarometern

Mars 2026

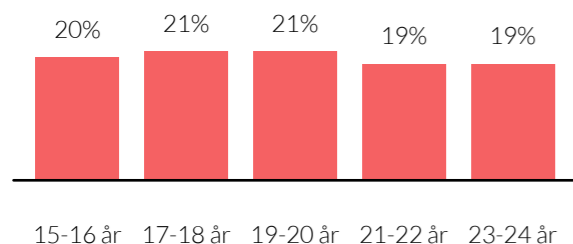


14 926 RESPONDENTER

Könsfördelning:



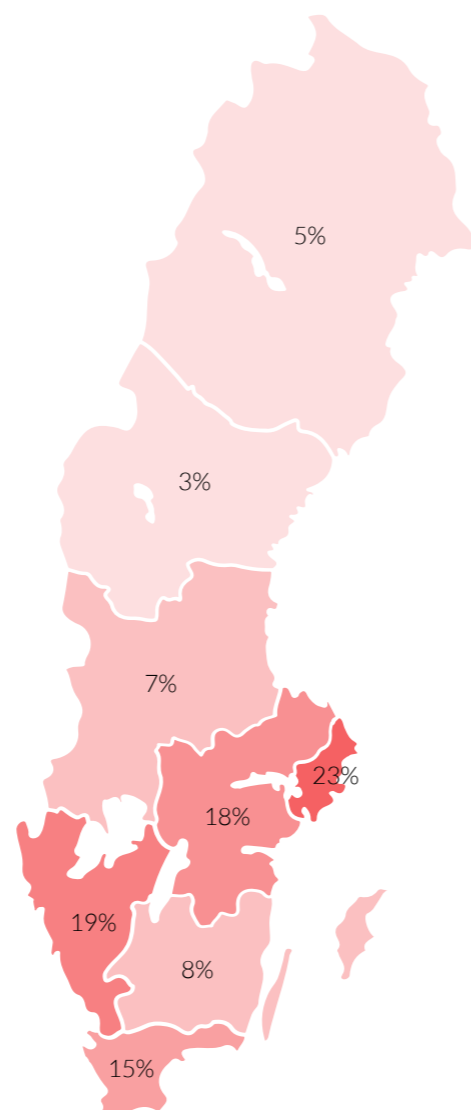
Åldersfördelning:



Huvudsaklig sysselsättning:

Studerar på högskolan (9%)
Studerar på gymnasiet (32%)
Studerar eftergymnasial utbildning (23%)
Studier övrigt (3%)
Arbetar (23%)
Är arbetslös/söker jobb (7%)
Annat (4%)

Regionsfördelning (NUTS2):



Fakta om undersökningen:

Intervjumetod: Enkät via postal och digital inbjudan genom slumpmässiga urval*, samt fokusgrupper och djupintervjuer
Målgrupp: Unga i Sverige 15-24 år
Fältperiod: 3 oktober – 3 November 2025
Antal intervjuer: 14 926 st

METOD OCH INSAMLING

Metod

Ungdomsbarometern som organisation arbetar med ett stort antal kvantitativa och kvalitativa studier årligen. Vi genomför metodmässigt alltifrån postala enkätstudier, studier i skolor, undersökningar i våra egna och andras paneler samt fokusgrupper och djupintervjuer. Nedan beskrivs hur vår största studie Ungdomsbarometern 2026 har genomförts.

Postalt och digitalt urval

Ungdomsbarometern 2026 består av två lika huvudsakliga urvalsramar:

- Ett slumpmässigt urval av personer i åldrarna 15-24 år baserat på SPAR. Dessa har fått en postal inbjudan att delta i en digital enkät. I detta urval samarbetar vi med Indikator Opinion.
- Ett kvoterat slumpmässigt urval i ett digitalt register av e-post/mobilnummer baserat på uppgifter från CSN. Dessa har fått inbjudan via SMS och e-post att delta i samma digitala enkät. I detta urval samarbetar vi med STUK.

Kvoter har använts vid de digitala urvalen i syfte att säkerställa en så jämn fördelning av svaren som möjligt. För att stärka upp några kvoter som får viss underrepresentation i urvalen ovan har även mindre kompletterande urval genomförts i Norstats och Keystones paneler.

Viktning

Även om urvalsramarna till största delen är slumpmässiga arbetar vi med ett så kallat kvoturval, där vi eftersträvar att respondenterna ska spegla ungdomssveriges sammansättning utifrån parametrarna kön, ålder, region och sysselsättning. Därför genomför vi även viktning av

svaren med hänsyn till dessa parametrar baserat på data från SCB. Eftersom studien har fler olika urvalsramar genomför vi inga signifikanstester, annat än i metodjämförelsen nedan.

Samma metod över tid

Ungdomsbarometerns metod har varit i stort sett oförändrad sedan 2005, med tillägg för det postala urvalet som adderats under 2024 samt svarsmöjlighet per SMS som infördes 2023. Över tid har dock andelarna som kommer från de olika urvalsramarna varierat något.

Inga skillnader mellan postal och digital urvalsram

Ungdoms svarsbeteenden förändras hela tiden, och vi på Ungdomsbarometern lägger stor vikt vid att genomföra så bra studier som möjligt. Därför provar vi emellanåt nya urvalsmetoder.

Under 2024 adderades det postala urvalet för att möjliggöra en metodjämförelse. För att inte riskera jämförelse-möjligheterna bakåt utgör detta urval en förhållandevis liten andel av den totala andelen respondenter (ca 1000 st.).

Samma vikt har applicerats på båda datakällorna i jämförelsen, men även oviktad data har jämförts.

I metodjämförelsen har vi tittat på ett större antal frågor i studien men framförallt lagt fokus på bakgrundvariabler, andra än kön/ålder/region/sysselsättning (då dessa egenskaper viktas för). Jämförelsen har gjorts som om det vore två separata urval/undersökningar som genomförts.

När svaren jämförs erhålls mycket små skillnader i resultat. Viss variation förväntas utifrån slumpen,

och det förefaller inte finnas något systematiskt i de skillnader som observerats. Såsom förväntat är skillnaderna något större i flervalfrågor med många svarsalternativ, än i singelfrågor.

Det ska här också nämnas att incitamentet att genomföra studien har varit större i det postala urvalet än det digitala. Detta tycks dock inte heller ha påverkat svaren i någon specifik riktning.

Enkättest och kvalitativ del

Inför enkätutskicket har ett test genomförts i Ungdomsbarometerens egen panel. Därutöver har vi genomfört fokusgrupper för att testa nya frågeställningar och fördjupa vissa undersökningsområden.

Svarsfrekvens och bortfall

Låga svarsfrekvenser är tyvärr ett problem bland många undersökningar, i synnerhet bland ungdomar. Svarsfrekvensen i det postala urvalet ligger kring 20%. Vår bortfallsanalys visar primärt att killar svarar i lägre utsträckning än tjejer, men i övrigt finns inga större systematiska skillnader. (Ingen fördjupad bortfallsanalys med t. ex. personliga kontakter annat än påminnelser har dock genomförts). Könsskillnaden syns även i det digitala urvalet. Vår vägning av resultaten kompenserar till del för bortfall på grund av kön, ålder, region och sysselsättning, men den allmänt låga svarsbenägenheten är naturligtvis ett problem både i vår och många andra studier. Sådillvida ska generalisering av resultaten i studien genomföras med viss försiktighet, även om en stor styrka i studien är att den genomförts över tid på samma sätt och således låter sig jämföras.

Studie i olika delar

Ungdomsbarometeren 2026 är en stor studie både sett till antalet respondenter och frågor. Studien inleds med en större bakgrundsdel som besvaras av samtliga respondenter, därefter är studien tematiskt uppbyggd där respondenter slumpas till olika områden. Detta gör att basen på vissa frågor

är mindre än andra. I typfallet är den minsta bas som används cirka 10%, vilket motsvarar cirka 1500 respondenter, vilket i sig skulle vara en stor studie. De flesta frågor har dock betydligt större bas än så.

Redovisning av data

Alla data som redovisas kommer från studien Ungdomsbarometeren 2026 och tidigare årgångar av samma studie. Vi presenterar Ungdomsbarometerens subjektiva urval av resultat, utifrån vad vi bedömer som allmänintressant. Detta innebär exempelvis att vi inte redovisar alla frågor som ställts inom ramen för studien, samt att samtliga svarsalternativ emellanåt inte presenteras i alla skalfrågor, så länge denna redovisningsmetod inte riskerar att vara missvisande i förhållande till resultaten i stort. På samma sätt redovisar vi sällan alla år en viss fråga har ställts.

Ungdomsbarometeren 2026 finns att ta del av i sin helhet genom våra publika rapporter *Trendrapporten* och *Generationsrapporten*, samt genom ett antal temarapporter och separata analysbeställningar mot en kostnad. Du kan läsa mer om det [här](#).

BILAGA

FRÅGOR I RAPPORTEN:

FIGUR 1. Flervalfråga (valfritt antal svarsalternativ): Här kommer en lista med olika begrepp – vilka av dem tycker du passar för att beskriva dig?
Alternativ: "Familjekär".
Nedbrytning: Tjejer.

FIGUR 2. Flervalfråga (valfritt antal svarsalternativ): Här kommer en lista med olika begrepp – vilka av dem tycker du passar för att beskriva dig?
Visualisering: Svaren redovisas som ett ordmoln, där begreppens storlek motsvarar hur ofta de valts.

FIGUR 3. Skalfråga (5-gradig skala): Hur stort är ditt intresse för dessa ämnen/aktiviteter?
Filter: Svarat "5 – mycket intresserad".
Urval: Topp 10 av totalt 44 svarsalternativ redovisas.

FIGUR 4. Flervalfråga (valfritt antal svarsalternativ): Vad av följande gör du om du är intresserad av att lära dig mer om ett visst ämne?
Alternativ: "Frågar kompisar".

FIGUR 5. Skalfråga (6-gradig skala): Under de senaste sex månaderna, ungefär hur ofta/sällan har du känt dig stressad över...?
Alternativ: "att spendera för mycket tid framför skärm"
Filter: Svarat "Varje dag", "4–6 ggr/veckan" eller "1–3ggr/veckan".

FIGUR 6. Flervalfråga (max 5 svarsalternativ): Vad är viktigast för dig just nu?
Urval: Topp 15 av totalt 21 svarsalternativ redovisas.

FIGUR 7. Flervalfråga (max 5 svarsalternativ): Vad är viktigast för dig just nu?
Alternativ: "Tjäna pengar", "Leva hälsosamt" och "Göra bra resultat i skolan".
Nedbrytning: Tidsjämförelse.

FIGUR 8. Skalfråga (6-gradig skala): Under de senaste sex månaderna, ungefär hur ofta/sällan har du känt dig stressad över...?
Alternativ: "din ekonomi"
Filter: Svarat "Varje dag", "4–6 ggr/veckan" eller "1–3ggr/veckan".

FIGUR 9. Skalfråga (5-gradig skala): Hur upplever du följande saker i ditt liv just nu?
Filter: Svarat "1 – Mycket stressande" eller "2".

FIGUR 10. Skalfråga (5-gradig skala): Hur upplever du följande saker i ditt liv just nu?
Alternativ: "Min utbildning/mitt jobb",
Filter: Svarat "1 – Mycket stressande" eller "2".
Nedbrytning: Tidsjämförelse.

FIGUR 11. Skalfråga (6-gradig skala): Under de senaste sex månaderna, ungefär hur ofta/sällan har du känt dig stressad över...?
Alternativ: "din ekonomi"
Filter: Svarat "Varje dag", "4–6 ggr/veckan" eller "1–3ggr/veckan".
Nedbrytning: Tidsjämförelse.

FIGUR 12. Skalfråga (6-gradig skala): Spontant, hur ser du på samhällets framtid?
Not: Alternativet "Osäker/vet ej" redovisas inte i figuren men utgjorde 5% år 2025.
Nedbrytning: Tidsjämförelse.

FIGUR 13. Skalfråga (6-gradig skala): Spontant, hur ser du på samhällets framtid?
Filter: Svarat "Samhällets framtid ser ljus ut" eller "Samhällets framtid ser ganska ljus ut".
Nedbrytning: Tidsjämförelse.

FIGUR 14. Skalfråga (5-gradig skala): Hur upplever du följande saker i ditt liv just nu?
Alternativ: "Min närmsta framtid".
Nedbrytning: Tidsjämförelse.

FIGUR 15. Skalfråga (5-gradig skala): Hur upplever du följande saker i ditt liv just nu?
Alternativ: "Min närmsta framtid".
Filter: Svarat "5 – Mycket stimulerande" eller "4".
Nedbrytning: Tidsjämförelse.

FIGUR 16. Skalfråga (5-gradig skala): Hur upplever du följande saker i ditt liv just nu?
Alternativ: "Min framtid på längre sikt".
Filter: Svarat "5 – Mycket stimulerande" eller "4".
Nedbrytning: Tidsjämförelse.

FIGUR 17. Skalfråga (5-gradig skala): Hur upplever du följande saker i ditt liv just nu?
Alternativ: "Min framtid på längre sikt".
Nedbrytning: Tidsjämförelse.

FIGUR 18. Skalfråga (4-gradig skala): Hur viktigt känns följande för att du ska bli nöjd med tillvaron i framtiden?
Alternativ: "Ha för mycket fritid"
Filter: Svarat "Väldigt viktigt" eller "Ganska viktigt".

FIGUR 19. Skalfråga (4-gradig skala): Hur viktigt känns följande för att du ska bli nöjd med tillvaron i framtiden?
Filter: Svarat "Väldigt viktigt" eller "Ganska viktigt".

FIGUR 20. Skalfråga (4-gradig skala): Hur viktigt känns följande för att du ska bli nöjd med tillvaron i framtiden?
Alternativ: "Ha många vänner", "Tjäna mycket pengar", "Träffa den rätte", "Gifva sig", "Skaffa barn".
Filter: Svarat "Väldigt viktigt".
Nedbrytning: Tidsjämförelse.

FIGUR 21. Skalfråga (6-gradig skala): Under de senaste sex månaderna, ungefär hur ofta/sällan har du känt dig stressad över...?
Alternativ: "skola/jobb"
Filter: Svarat "Varje dag", "4-6 ggr/veckan" eller "1-3ggr/veckan".

FIGUR 22. Skalfråga (3-gradig skala): Har du koll på vilka yrken och utbildningar som det kommer att behövas mer/mindre av i framtiden?
Nedbrytning: Tidsjämförelse.

FIGUR 23. Skalfråga (5-gradig skala): Hur väl stämmer följande påståenden in på dig?
Alternativ: "AI kommer göra det svårare för många i min generation att komma in på arbetsmarknaden", "Jag är orolig för att AI ska ersätta det yrke jag vill jobba med", "Den snabba utvecklingen av AI har fått mig att tänka om kring mitt utbildnings-/yrkesval".
Filter: Sammanslaget "Instämmer helt" och "Instämmer delvis" samt "Tar helt avstånd" och "Tar delvis avstånd".
Nedbrytning: Tidsjämförelse.

FIGUR 24. Flervalsfråga (valfritt antal svarsalternativ): Vad av följande gör du om du är intresserad av att lära dig mer om ett visst ämne?
Urval: Topp 6 av totalt 16 svarsalternativ redovisas.
Nedbrytning: Tidsjämförelse.

FIGUR 25. Flervalsfråga (valfritt antal svarsalternativ): Vad av följande gör du om du är intresserad av att lära dig mer om ett visst ämne?
Alternativ: "Frågar en AI-tjänst"

FIGUR 26. Skalfråga (5-gradig skala): Åt vilket håll skulle du säga att samhällsutvecklingen är på väg?
Not: Alternativet "Osäker/vet ej" redovisas inte i figuren men utgjorde 11% år 2025.
Nedbrytning: Tidsjämförelse.

FIGUR 27. Skalfråga (7-gradig skala): Vad anser du om dina möjligheter att påverka i samhället?

FIGUR 28. Skalfråga (7-gradig skala): Vad anser du om dina möjligheter att påverka i samhället?
Filter: Svarat "5", "6" eller "7 - Stora möjligheter".
Nedbrytning: Tidsjämförelse.

FIGUR 29. Flervalsfråga (valfritt antal svarsalternativ): Här kommer en lista med olika begrepp - vilka av dem tycker du passar för att beskriva dig?
Alternativ: "Feminist"
Nedbrytning: Kön.

FIGUR 30. Flervalsfråga (valfritt antal svarsalternativ): Här kommer en lista med olika begrepp - vilka av dem tycker du passar för att beskriva dig?
Alternativ: "Feminist", "Antirasist", "Miljövän", "Konservativ", "Liberal"
Nedbrytning: Tidsjämförelse.

FIGUR 31. Skalfråga (5-gradig skala): Hur stort är ditt intresse för dessa ämnen/aktiviteter?
Alternativ: "inrikes/utrikespolitik/samhällsutveckling"
Filter: Svarat "4" eller "5 - Mycket intresserad"
Nedbrytning: Tidsjämförelse.
Not: Valdeltagandedata i figuren är officiell statistik från SCB och ingår inte i UB:s egen undersökning.

FIGUR 32. Flervalsfråga (max 5 svarsalternativ): Vilka av följande samhällsfrågor känns viktigast för dig?
Urval: Topp 11 av totalt 19 svarsalternativ redovisas.
Nedbrytning: Tidsjämförelse.

FIGUR 33. Flervalsfråga (max 5 svarsalternativ): Vilka av följande samhällsfrågor känns viktigast för dig?
Alternativ: "Ökad jämställdhet mellan könen", "Minskad arbetslöshet", "Ökad ekonomisk tillväxt".
Filter: kön.

FIGUR 34. Skalfråga (5-gradig skala): Vänligen ta ställning till följande motsatspar:
Skala: (+2) Jämställdhet mellan könen är vår tids stora utmaning till (+2) Jämställdheten mellan könen har gått för långt".
Filter: Sammanslaget "+2" och "+1" för respektive påstående.
Nedbrytning: kön.

FIGUR 35. Fritextfråga: Vilka samhällsfrågor oroar dig mest?
Visualisering: Svaren redovisas som ett ordmoln, där ordens storlek motsvarar hur ofta de nämnts.
Not: Endast ord som nämnts minst två gånger är inkluderade i ordmolnet.

TABELL 1. Flervalsfråga (valfritt antal svarsalternativ): Här kommer en lista med olika begrepp - vilka av dem tycker du passar för att beskriva dig?
Urval: Topp 10 av totalt 58 svarsalternativ redovisas.

TABELL 2. Skalfråga (5-gradig skala): Hur stort är ditt intresse för dessa ämnen/aktiviteter?
Filter: Svarat "5 - mycket intresserad".
Nedbrytning: Tjejer.
Urval: Topp 10 av totalt 44 svarsalternativ redovisas.

TABELL 3. Skalfråga (5-gradig skala): Hur stort är ditt intresse för dessa ämnen/aktiviteter?
Filter: Svarat "5 - mycket intresserad".
Nedbrytning: Killar.
Urval: Topp 10 av totalt 44 svarsalternativ redovisas.



