



Söderberg
& Partners

2026

Pensionssprickan

En undersökning om svenskarnas mål,
förväntningar och kunskap om sin pension

Sammanfattning

Söderberg & Partners Insurance Consulting AB har låtit Novus undersöka hur den yrkesverksamma delen av den svenska befolkningen ser på sin pension – vad de har för målsättning och vad de förväntar sig att få. Syftet är att undersöka om pensionssprickan mellan mål och förväntningar är lika stor som i de tidigare undersökningarna 2021 och 2022.

Undersökningen visar bland annat att 64 procent har som mål att få ut minst 71 procent av sin lön i pension, men att endast 25 procent förväntar sig att nå den nivån. Om vi jämför detta med resultatet i Pensionssprickan från 2022 ville 62 procent få ut minst 70 procent av sin lön i pension, och endast 20 procent förväntade sig att uppnå det. Resultatet visar att målsättningarna och förväntningarna ökat marginellt, men att den stora sprickan kvarstår.

Införandet av riktåldern

I årets undersökning ställde vi även frågor om riktåldern, som infördes i det allmänna pensionsystemet tidigare i år. Av de svarande anser 63 procent att de vet vad riktåldern innebär, men endast hälften (52 procent) vet hur den påverkar pensionssparandet och möjligheten att gå i

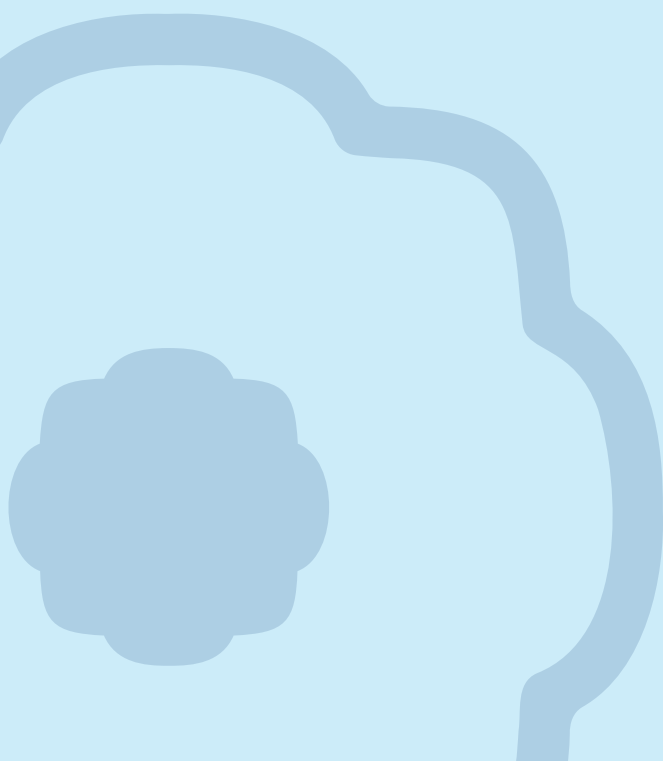
pension. Samtidigt vill 58 procent gå i pension vid 65 års ålder eller tidigare – trots att riktåldern för många åldersgrupper redan nu ligger på 67 år.

Rapporten visar även att kunskapsnivån om pensionen generellt sett är låg. Endast 35 procent vet vad som krävs i pensionssparande för att nå sin önskade pension, och lika få vet hur stor del av lönen arbetsgivaren avsätter till tjänstepension. Många saknar en tydlig bild av vilken pension de faktiskt kan förvänta sig.

I och med riktåldern och det faktum att vi lever längre kommer arbetslivet successivt att bli längre. Det är en ny spelplan som svenskarna inte är helt insatta i, och inte verkar vara fullt förberedda på.

Innehållsförteckning

1.	Inledning	4
2.	Resultat	5
2.1	Målpension	5
2.2	Förväntad pension	5
2.3	Pensionssparande	6
2.4	Sparformer	6
2.5	Sparnivåer	6
2.6	Riktålderns betydelse	7
2.7	Kunskapsfråga Riktåldern	7
2.8	Vad krävs för att nå pensionsmålet?	8
2.9	Vid vilken ålder vill svenskarna gå i pension?	8
3.	Analys och slutsats	9



1. Inledning

Hur stor del av lönen vill svenskarna ha i pension, och hur ser deras förväntningar ut? Vad vet svenskarna om riktåldern, och i vilken utsträckning känner de till hur den påverkar deras framtida pension?

Syftet med årets undersökning är att följa upp hur pensionssprickan, gapet mellan svenskarnas pensionsmål och förväntansbild, har utvecklats sedan mätningarna 2022 och 2021.

I och med att riktåldern började tillämpas 2026 har undersökningen utökats med frågor om detta för att se hur insatta svenskarna är i reformen och dess påverkan på pensionen.

Söderberg & Partners gav Novus i uppdrag att genomföra undersökningen. Den riktades till den yrkesverksamma delen av den svenska

befolkningen i åldern 25–65 år, som i rapporten benämns "svenskarna". Undersökningen besvarades av 1 013 personer under perioden 25 maj–8 juni 2026.

Den här rapporten innehåller inte individuella pensionsprognoser utan bygger enbart på Novus-undersökningen där individer uppskattat sin egen mål- och förväntansbild. Rapporten presenterar resultaten från undersökningen, vår analys och slutsats.



2. Resultat

2.1 Målpension

Vi frågade svenskarna vad de har som mål att få i pension när de slutar arbeta. Resultatet visar att 64 procent har som mål att få ut minst 71 procent av sin lön i pension. Inom denna grupp har 37 procentenheter som mål att få minst 81 procent av sin lön, och 12 procentenheters siktar på 91–100 procent.

Vi kan se att tre grupper är något överrepresenterade bland dem som vill få ut minst 81 procent av sin lön i pension: de som bor i Stockholmsområdet, de som arbetar i privat sektor och de som har en individuell tjänstepensionslösning.

Undersökningen visar även att männen har högre målsättning än kvinnorna. Bland männen har 72 procent som mål att få minst 71 procent av sin lön, jämfört med 55 procent av kvinnorna.

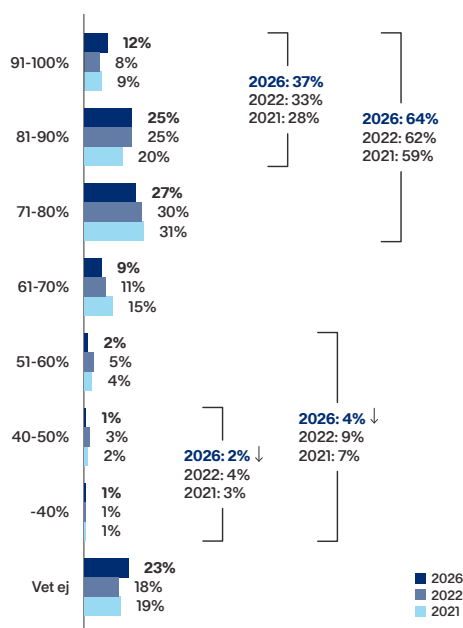
2.2 Förväntad pension

På frågan om vad svenskarna faktiskt förväntar sig att få i pension framträder en tydlig skillnad jämfört med deras målbild. Endast 25 procent tror att pensionen kommer att motsvara 71 procent eller mer av lönen, och 7 procent tror att den kommer att motsvara 81 procent eller mer.

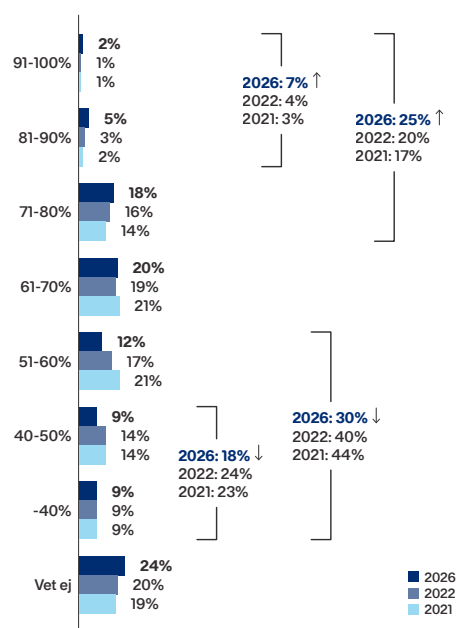
Skillnaderna mellan män och kvinnor är markanta även här. Bland männen tror 34 procent att de kommer att få minst 71 procent av sin lön i pension, medan motsvarande andel bland kvinnorna är 17 procent. Kvinnorna uppvisar också en större osäkerhet – 32 procent svarar "vet ej" på frågan om vilken pension de förväntar sig, jämfört med 17 procent av männen.

Undersökningen visar dessutom en tydlig koppling mellan ålder och förmågan att göra en självskattning. Andelen som svarar "vet ej" minskar successivt med stigande ålder. I gruppen 25–34 år svarar 44 procent att de inte kan uppskatta sin framtida pension, jämfört med 12 procent i gruppen 55–65 år.

Hur stor del av din lön är din målsättning att få ut i pension när du slutar arbeta?



Hur stor del av din lön tror du att du kommer att få ut i pension när du slutar arbeta?



2.3 Pensionssparande

I undersökningen uppger 78 procent att de har en kollektivavtalad tjänstepension via sin arbetsgivare och 16 procent att de har en individuell tjänstepensionslösning.

71 procent av svenskarna, lika stor andel män som kvinnor, uppger att de har någon form av privat pensionssparande utöver allmän pension och tjänstepension. Sparandet är lägst i gruppen 25–34 år (65 procent) och högst i gruppen 45–54 år (74 procent).

2.4 Sparformer

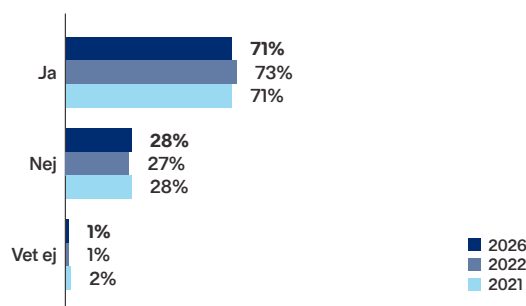
Bland dem som har privat pensionssparande uppger majoriteten - 89 procent - att de månadssparar på ett investeringssparkonto (ISK). Vidare anger 22 procent månadssparande på räntebärande bankkonto och 6 procent lönevaxling.

2.5 Sparnivåer

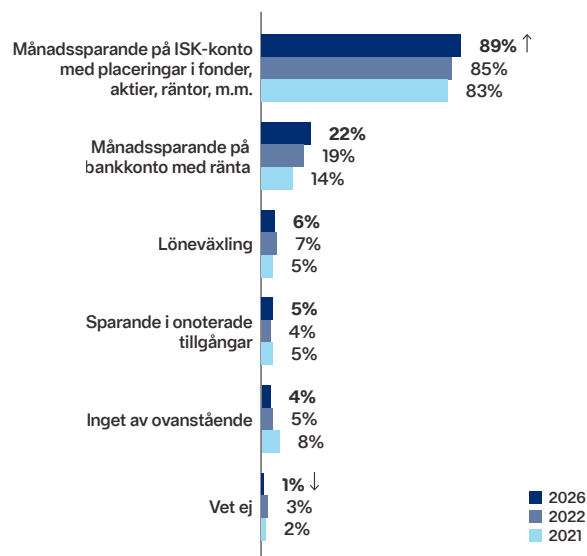
Bland de 71 procent som uppger att de har ett privat pensionssparande varierar sparnivåerna. Av dessa sparar 41 procent högst 1 000 kronor i månaden, medan 40 procent sparar mellan 1 001 och 5 000 kronor. Ytterligare 15 procent sparar mer än 5 000 kronor per månad.

I den grupp som sparar mer än 5 000 kronor är män i åldern 55–65 år överrepresenterade, 31 procent jämfört med 16 procent av kvinnorna i samma åldersgrupp. Samtidigt uppger 22 procent av kvinnorna att de sparar mindre än 500 kronor per månad, vilket är dubbelt så stor andel som bland männen (11 procent).

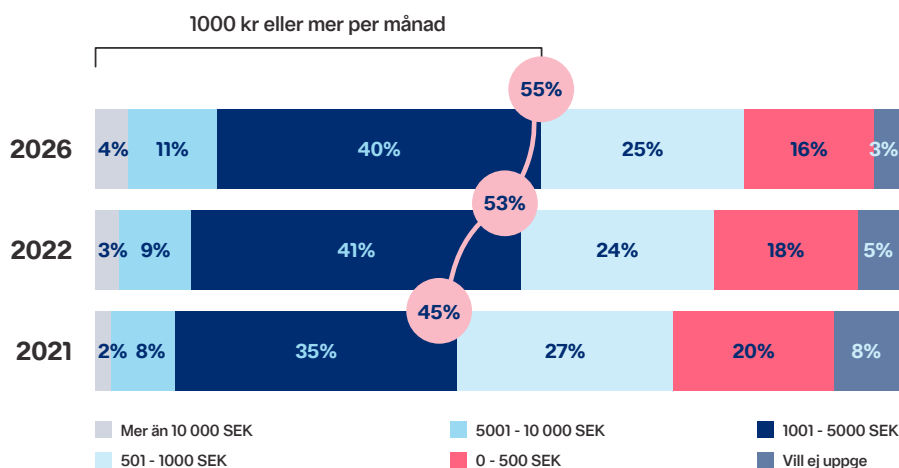
Har du något privat pensionssparande idag? (utöver allmän pension, tjänstepension, m.m?)



Ange ett eller fler alternativ som bäst beskriver ditt privata pensionssparande. Flera svar möjliga.



Ange vilket belopp du sparar varje månad



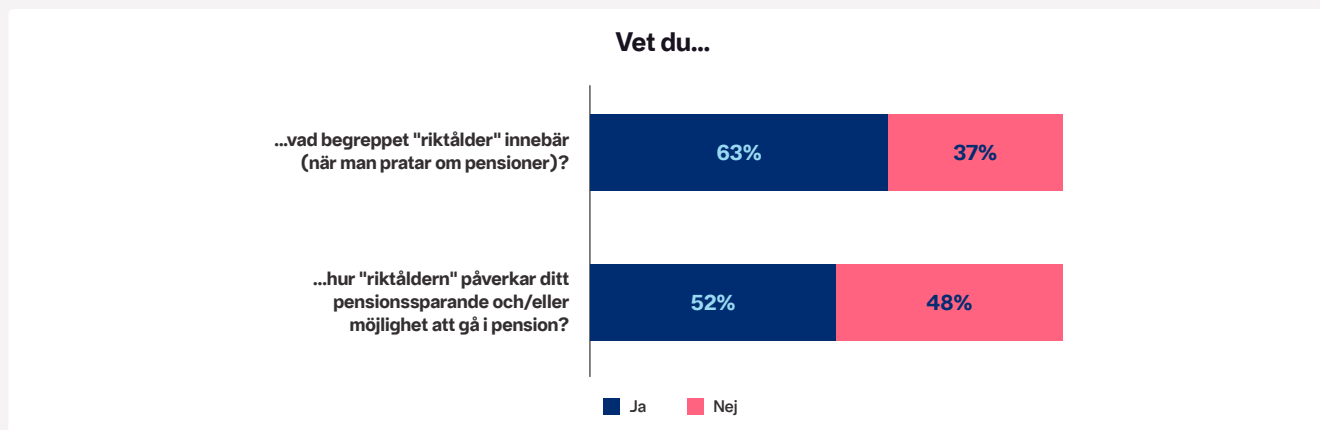
2.6 Riktålderns betydelse

På frågan om svenskarna vet vad begreppet riktålder innebär uppger 63 procent att de vet. På frågan om de vet hur riktåldern påverkar pensionssparandet och möjligheten att gå i pension uppger hälften (52 procent) att de vet.

I resultatet ser vi att osäkerheten om vad riktåldern innebär och hur den påverkar pensionen minskar med åldern. Bland 55–65-åringarna

uppger 80 procent att de vet vad riktåldern innebär, jämfört med 52 procent i gruppen 25–34 år.

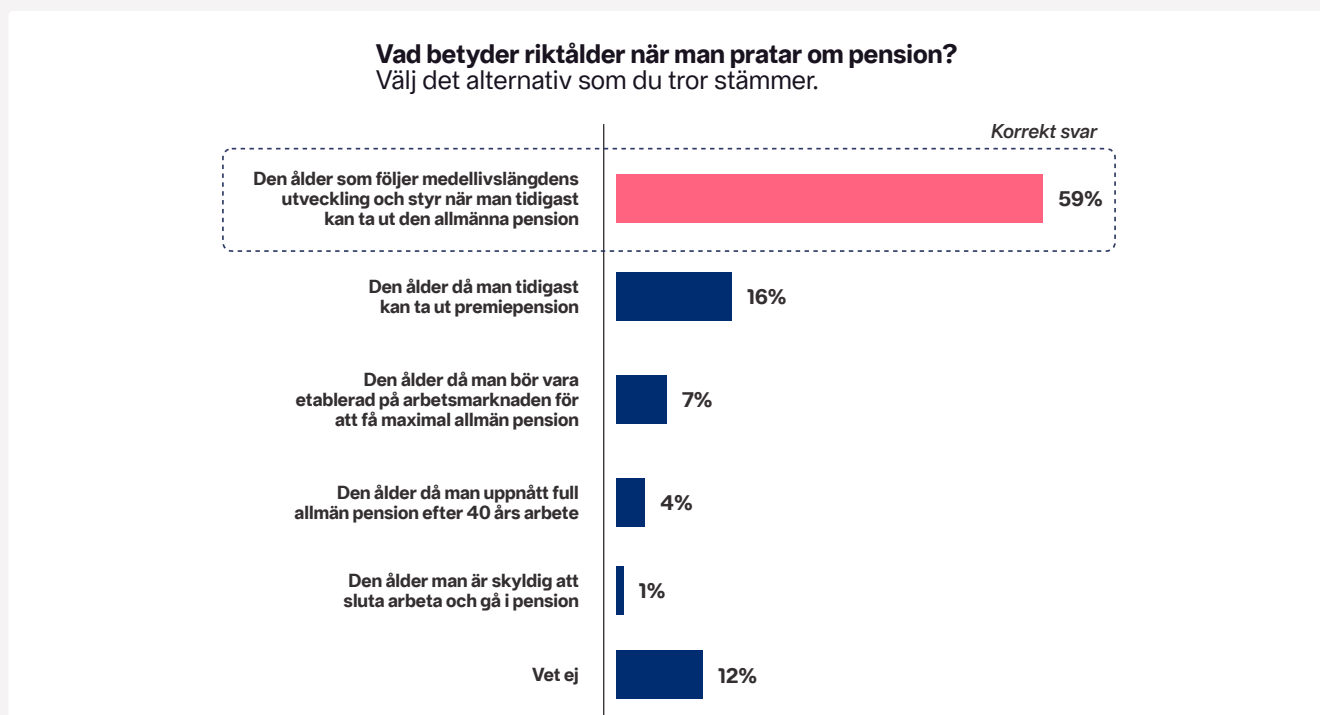
Vi ser även en skillnad mellan män och kvinnor. På frågan om man vet vad begreppet riktålder innebär svarar 56 procent av kvinnorna att de vet, jämfört med 69 procent av männen. Bland kvinnorna uppger 55 procent att de inte vet hur riktåldern påverkar pensionen, jämfört med 41 procent av männen.



2.7 Kunskapsfråga Riktåldern

För att se om de tillfrågade faktiskt vet vad riktåldern betyder ställdes en kontrollfråga där vi bad dem välja det rätta svaret på riktålderns betydelse. Här svarar 59 procent rätt.

Vi kan se att kvinnorna svarar rätt i högre grad än männen, 61 procent jämfört med 57 procent. Åldersgruppen 55–65 år är däremot den grupp där flest svarar fel: endast 53 procent svarar rätt, jämfört med 62 procent i gruppen 25–34 år.

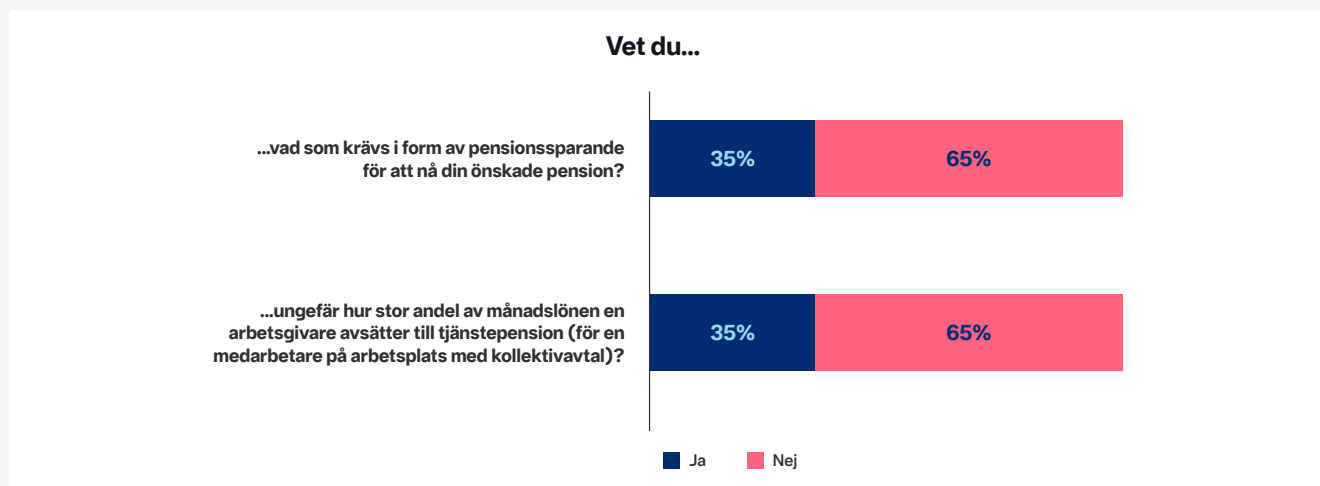


2.8 Vad krävs för att nå pensionsmålet?

Av alla tillfrågade uppgav 35 procent att de vet hur stor andel av lönen arbetsgivaren avsätter till tjänstepensionen. Lika stor del uppger att de vet vad som krävs i form av pensionssparande för att nå den önskade pensionen. Det innebär att 65 procent inte vet, eller är osäkra på, vad som krävs.

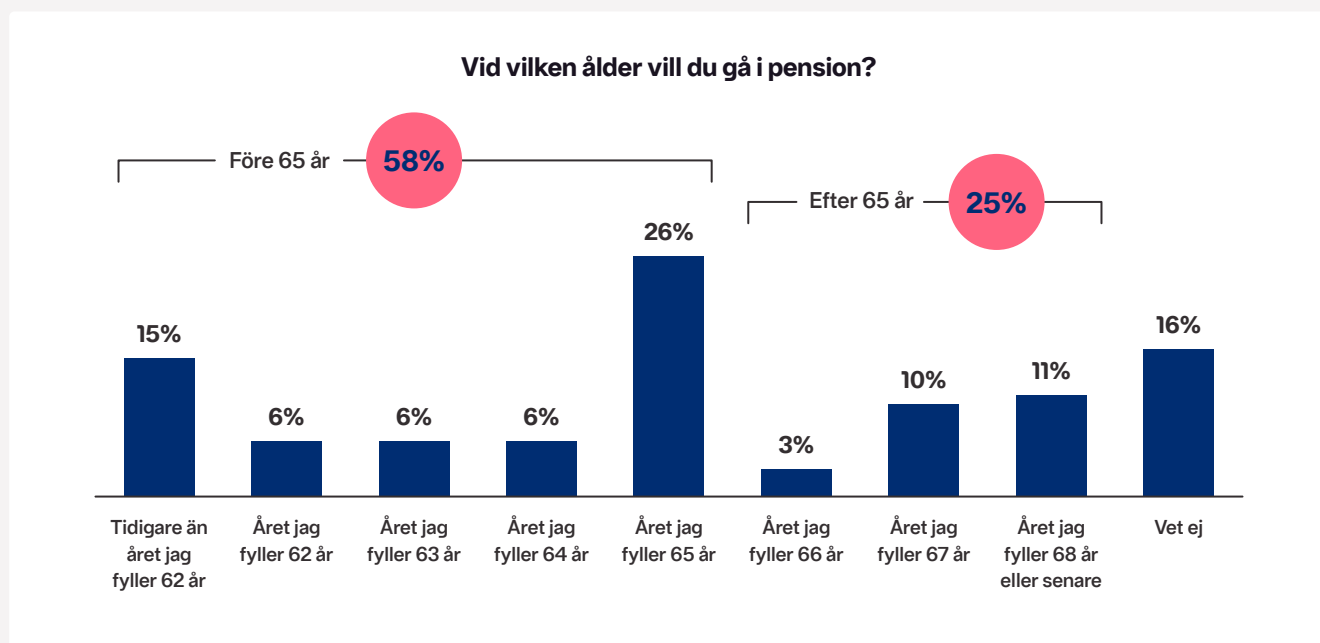
I gruppen 25–34 år uppger 77 procent att de inte vet vad som krävs i pensionssparande för att nå sin önskade pension. I gruppen 55–65 år uppger 50 procent samma sak.

Även här kan vi se en skillnad mellan män och kvinnor. Bland männen uppger 43 procent att de vet vad som krävs för att nå sin önskade pension, jämfört med 28 procent av kvinnorna. Med andra ord vet 72 procent av kvinnorna inte vad som krävs.



2.9 Vid vilken ålder vill svenskarna gå i pension?

En ny fråga i årets undersökning, kopplad till riktåldern, är vid vilken ålder svenskarna vill gå i pension. Här svarar 58 procent att de vill gå i pension vid 65 års ålder eller tidigare. Endast 21 procent vill gå i pension vid 67 års ålder eller senare.



3. Analys och slutsats

Pensionssprickan består

Undersökningen visar att pensionssprickan, gapet mellan vad svenskarna *vill* ha i pension och vad de *tror* att de kommer att få, består - även om målsättningarna och förväntningarna har ökat något.

Av de svarande har 64 procent som mål att få ut minst 71 procent av sin lön i pension, men endast 25 procent tror att de kommer att nå den nivån. Samtidigt är det bara 35 procent som anser sig veta vad som krävs i pensionssparande för att nå sin önskade pension. Det visar att många saknar tillräcklig kunskap för att kunna göra realistiska bedömningar av sin pension - särskilt nu när riktåldern har införts.

Yngre uppger större osäkerhet

I undersökningen kan vi även se att osäkerheten och kunskapsnivån varierar mellan åldersgrupperna. De yngre är mer osäkra på hur pensionen påverkas av riktåldern och på vad som krävs för att nå deras målsättning. Det är problematiskt, eftersom det minskar möjligheterna att fatta välgrundade beslut och påverka pensionen i god tid - särskilt när riktåldern väntas höjas ytterligare i takt med ökande medellivslängd, med prognoser mot 68 år runt 2035.

Stora skillnader mellan män och kvinnor

Undersökningen visar också tydliga skillnader mellan kvinnors och mäns attityd till och kunskap om pensionen. Kvinnorna har lägre målsättning och lägre förväntan, är mer osäkra i sina svar och sparar mindre per månad till pensionen. Om det beror på olika ekonomiska förutsättningar eller skillnader i hur säkra kvinnor och män är i sina bedömningar framgår inte av undersökningen.

Oavsett orsak är skillnaderna i vår undersökning markanta, och speglar även Pensionsmyndighetens uppgifter från 2024* där: kvinnors genomsnittliga totala pension var 20 600 kronor per månad, jämfört med männens 27 700 kronor. Det innebär att kvinnors pension motsvarar 74 procent av männens.

Skillnaden är alltså inte bara en fråga om upplevelse eller kunskap, utan har en konkret grund i arbetslivet. Enligt Försäkringskassans rapport från 2025** tar kvinnor ut 69 procent av föräldrapenningdagarna, jämfört med männens 31 procent, och står för drygt 60 procent av dagarna för vård av sjukt barn. Eftersom pensionssystemet bygger på livsinkomstprincipen slår lägre livsinkomst, mer deltidsarbete och mer obetalt omsorgsarbete igenom direkt i lägre pension.

Diagram över riktåldrar baserat på födelseår

FÖDELSEÅR	RIKTÅLDER	STATUS
1958-1959	66 år	Beslutad
1960-1965	67 år	Beslutad
1966	67 år	Prognos
1967-1981	68 år	Prognos
1982-1997	69 år	Prognos
1998-2014	70 år	Prognos
2015-2017	71 år	Prognos

Bristande förståelse för riktåldern kan förstärka pensionssprickan

Vi kan se att det finns ett stort behov av mer kunskap och förståelse för riktåldern och dess konsekvenser. Att så få vet hur riktåldern påverkar den egna pensionen – som uttag av garantipension, bostadstillägg samt inkomst- och premiepension – anser vi är problematiskt.

Det som sticker ut i rapporten är att åldersgruppen 55–65 år anser sig ha god kännedom om riktåldern, men är samtidigt den grupp där minst andel svarat rätt på kunskapsfrågan om vad riktåldern faktiskt betyder. Det visar att många som snart ska gå i pension kan sakna viktig kunskap som behövs för att kunna fatta välinformerade beslut om sin framtida ekonomi.

I undersökningen kan vi även se att kvinnorna är mer osäkra än männen om riktåldern och dess betydelse – men är trots det den grupp där flest svarar rätt på kunskapsfrågan.

Trots att riktåldern har höjts och i dag ligger på 67 år för många åldersgrupper vill majoriteten gå i pension tidigare. Det innebär att många vill gå tidigare i pension, vilket inte är förenligt med systemets nya förutsättningar. Detta kräver mer kunskap, mer planering och i många fall ett större eget sparande.

Summering:

Undersökningen visar att pensionssprickan består. Svenskarna har höga ambitioner för sin framtida pension, men låg tilltro till att de kommer att nå dem. Obalansen drivs av bristande kunskap, skillnader mellan män och kvinnor och en begränsad förståelse för hur riktåldern påverkar pensionen. Därför behöver vi, arbetsgivare och samhället i stort se till att information om pensionssystemet når ut än mer, och finns lättillgängligt för alla att ta del av.

En ökad förståelse för pensionssystemet och en större förståelse för hur riktåldern påverkar pensionens storlek kan samtidigt hjälpa till att minska pensionssprickan. Senarelagda uttag i kombination med fortsatta inbetalningar till pensionen kan höja kompensationsgraden. Det förutsätter dock att pensionen tas ut senare än vad majoriteten av de tillfrågade önskar.

Här ska vi komma ihåg att 65 år har varit normen länge. Den allmänna pensionsåldern sänktes från 67 år till 65 år 1976, och sedan dess har 65 år blivit den självklara referenspunkten för både individer och arbetsgivare. Att flytta en sådan norm tar tid.

I och med införandet av riktåldern behöver frågan om hur ett förlängt arbetsliv ska möjliggöras, genom flexibilitet, hälsoinvesteringar och förändrade attityder, hanteras. Det kommer att ställa högre krav på såväl arbetsgivare som individ och samhälle.

*, <https://www.pensionsmyndigheten.se/nyheter-och-press/pressrum/kortapensionsfakta>

***, <https://www.forsakringskassan.se/statistik-och-analys/barn-och-familj/statistik-inom-området-barn-och-familj---tillfallig-foraldrapenning-bland-annat-vab/nar-vabbas-det-som-mest>



Söderberg
& Partners