



Konjunkturbarometern Fördjupning

Hushållens AI-användning

11 mars 2026

BAKGRUND

För att öka förståelsen för hur artificiell intelligens (AI) påverkar hushållens användning och upplevd produktivitet bad Europeiska kommissionen medlemsländerna att ställa vissa frågor till hushållen om deras användning av AI.¹ Deltagandet var frivilligt för medlemsländerna och frågorna skulle ställas i februari eller mars 2026. Konjunkturinstitutet valde att ställa frågorna till de svenska hushållen under februari månad 2026.

EU planerar att redovisa resultaten den 20 april 2026 för de medlemsländer som valt att delta.

MER ÄN HÄLFTEN AV HUSHÅLLEN ANVÄNDER AI

En majoritet av hushållen uppger att de använder någon form av AI-teknologi, antingen i sitt arbete eller för personliga ändamål (se tabell 1).

Tabell 1 Använder du AI-teknologier

Procent

	Ja, i mitt arbete	Ja, för personliga uppgifter	Nej	Vet inte / vill inte svara
Totalt	32	43	43	3
Kön				
Kvinnor	31	42	42	3
Män	32	45	44	2
Ålder				
18-24 år	29	56	31	4
25-34 år	46	54	30	1
35-49 år	46	52	29	4
50-64 år	35	39	44	2
65-84 år	3	21	75	3
Utbildning				
Förgymnasial utbildning	5	23	70	5
Gymnasial utbildning	20	39	51	3
Eftergymnasial utbildning	43	49	35	1

Anm. Flera svar är möjliga, varför andelarna inte summerar till 100 procent

Bland hushållen uppger 32 procent att de använder AI i sitt arbete. Vanligast är det dock att använda AI för personliga ändamål, vilket 43 procent svarade att de gör. Det är ungefär en lika stor andel som inte använder AI alls.

Vanligast är AI-användning i arbetet i åldersgrupperna 25–34 år och 35–49 år, där 46 procent i båda grupperna uppger att de använder AI. För personliga ändamål är AI-användningen störst i åldersgruppen 18–24 år, där knappt sex av tio använder AI, tätt följt av åldersgrupperna 25–34 år och 35–49 år, för att minska något i åldersgruppen

¹ Se bilaga för den medföljande information hushållen fick samt frågornas formulering.

50–64 år. Den åldersgrupp där AI används minst är 65–84 år. I denna grupp uppger drygt två av tio att de använder AI.

Den största skillnaden i användning av AI ses i skärningen efter utbildningsnivå, där endast fem procent av de förgymnasialt utbildade använder AI i sitt arbete, medan mer än fyra av tio med eftergymnasial använder AI. De som har gymnasium som högsta utbildning ligger däremellan med knappt två av tio. Även när det gäller personlig användning är det vanligare bland hög- än lågutbildade.

ARBETSRELATERADE UPPGIFTER PÅVERKAS AV AI

Av de hushåll som använder AI tycker 84 procent att de slutför arbetsuppgifter snabbare, varav 24 procent dessutom anser att det går mycket snabbare. 14 procent upplever inte att AI alls bidrar till att arbetet går snabbare (se tabell 2).

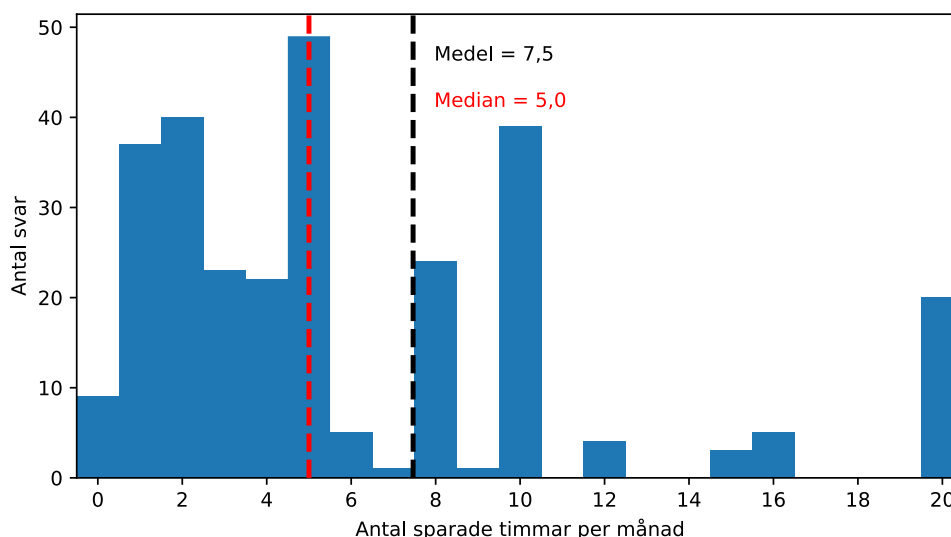
Tabell 2 AI gör att jag slutför arbetsuppgifter snabbare

Procent

	Ja, mycket snabbare	Ja, något snabbare	Nej	Vet inte / vill inte svara
Totalt	24	60	14	3

Diagram 1 visar att medianen för tidsbesparingen, bland personer som uppger att AI sparar tid, ligger på 5 timmar per månad medan medelvärdet uppgår till 7,5 timmar. Skillnaden mellan median och medelvärde beror på att ett fåtal personer med stora tidsbesparingar driver upp genomsnittet för medelvärdet.

Diagram 1 Hur mycket tid sparar du per månad genom att använda AI?



Anm. Diagrammet visar svar på högst 20 timmar. Dessa utgör 96 procent av alla svar. Medelvärde och median är dock beräknade på alla observationer.

AI UPPLEVS FRÄMST HÖJA KVALITETEN OCH UNDERLÄTTA ARBETET – MEN VISS ORO FÖR JOBBFÖRLUST

Av de hushåll som använder AI i arbetet upplever en majoritet positiva effekter. Nästan tre av fyra som använder AI ser en förbättring av kvaliteten i arbetet.

Effekten på upplevd arbetsbörda är mer blandad: 57 procent uppger att AI gör arbetsbördan mer hanterbar samtidigt som en relativt stor andel inte upplever att arbetsbördan blir lättare.

Samtidigt är en ganska hög andel av de svarande som använder AI oroliga för att AI ska göra att man blir överflödig på sitt arbete. Totalt uppger nästan två av tio att de i någon mån är rädda för att förlora sitt arbete eller bli överflödig på grund av AI.

Tabell 3 AI förbättrar kvaliteten på mitt arbete

Procent

	Ja, mycket	Ja, lite	Nej	Vet inte / vill inte svara
Totalt	18	55	24	4

Tabell 4 AI gör att min arbetsbörda känns mer hanterbar

Procent

	Ja, mycket	Ja, något	Nej	Vet inte / vill inte svara
Totalt	11	46	38	4

Tabell 5 Jag är rädd att förlora mitt arbete eller bli överflödig på grund av AI

Procent

	Ja, mycket	Ja, något	Nej	Vet inte / vill inte svara
Totalt	3	15	79	3

Bilaga

MEDFÖLJANDE INFORMATION OCH FRÅGORNAS FORMULERING

Generativa AI-teknologier har blivit allt mer populära sedan 2022. De hjälper användare att skapa olika typer av innehåll utifrån textbeskrivningar. Populära AI-verktyg inkluderar ChatGPT för textgenerering, DALL·E och Midjourney för bildskapande, Adobe Firefly för multimedieinnehåll och Copilot för kodgenerering.

Fråga 1

Använder du AI-teknologier (såsom ChatGPT, DALL·E, Midjourney, Adobe Firefly och Copilot) i ditt arbete (avlönade arbetsuppgifter, att driva företag eller frilansverksamhet) eller för personliga uppgifter? (flera svar möjliga)

- Ja, i mitt arbete
- Ja, för personliga uppgifter som inte är arbetsrelaterade
- Nej

Enkätlogik: Om ”ja, i mitt arbete”, gå vidare till fråga 2 annars avsluta.

Fråga 2

Hur tycker du att användningen av AI-teknologier påverkar dina arbetsrelaterade uppgifter?

- Jag slutför arbetsuppgifter snabbare
 - Ja, mycket snabbare
 - Ja, något snabbare
 - Nej
- Det förbättrar kvaliteten på mitt arbete
 - Ja, mycket
 - Ja, lite
 - Nej
- Det gör att min arbetsbörda känns mer hanterbar
 - Ja, mycket mer hanterbar
 - Ja, något mer hanterbar
 - Nej
- Jag är rädd för att förlora mitt arbete eller att bli överflödigt
 - Ja, mycket rädd
 - Ja, något rädd
 - Nej

Enkätlogik: (om ”Ja” på ”Jag slutför arbetsuppgifter snabbare”), gå vidare till fråga 3, annars avsluta

Fråga 3

Under en typisk arbetsmånad, hur mycket tid sparar du när du utför dina arbetsuppgifter genom att använda AI-teknologier?

- Jag sparar ____ timmar per månad
- Jag vet inte