



Kortare arbetsvecka ger lägre köpkraft för hushållen

– kortrapport om arbetstidsförkortning

April 2026



Kortare arbetsvecka ger lägre köpkraft för hushållen

Förespråkarna för en generell arbetstidsförkortning brukar hävda att reformen kan genomföras med bibehållen månadslön. Tanken att arbeta mindre men behålla inkomsten är för många attraktiv. Tyvärr vilar den på en grundläggande missuppfattning om hur löner och priser hänger samman i en marknadsekonomi.

För att förstå varför arbetstidsförkortning med bibehållen lön inte fungerar måste man skilja på den nominella lönen (den siffra som står i lönekuvertet) och den reala lönen (den mängd varor och tjänster som går att köpa för siffran i lönekuvertet). Det är hjälpsamt att tänka på sambandet i tre steg:

Steg 1: Arbetstiden minskar. En lagstadgad arbetstidsförkortning från 40 till 35 timmar innebär en minskning av standardarbetstiden med drygt 11 procent. Med ett genomslag på 80 procent i faktisk arbetstid innebär det en minskning av faktiskt arbetade timmar med cirka 9 procent för heltidsanställda.¹

Steg 2: Produktionen faller. Forskningen ger inget stöd för att en arbetstidsförkortning från dagens nivåer skulle ge någon betydande ökning av produktiviteten per timme.² Slutsatsen är att produktionen faller i stort sett proportionerligt med arbetstiden.

Steg 3: De reala inkomsterna minskar. När den totala produktionen minskar finns det helt enkelt mindre varor och tjänster att fördela. Resultatet blir att de reala inkomsterna minskar.

Varför realinkomsterna minskar

Det finns tre huvudsakliga mekanismer som förklarar varför realinkomsterna minskar:

- *För det första* innebär en arbetstidsförkortning med bibehållen lön att samma löner som tidigare nu jagar ett mindre utbud av varor och tjänster. Det skapar incitament hos företagen att höja priser för att möta efterfrågan, vilket försämrar hushållens köpkraft.
- För det andra ökar lönekostnaden för att producera en viss vara eller tjänst för företagen. Även det skapar incitament att höja priserna, för att kompensera sig.
- För det tredje kan den försämrade företagslönsamhet som arbetstidsförkortningen innebär påverka konjunkturen negativt, genom minskade investeringar och ökade

¹ Antagandet vilar på en bred forskningsöversikt av europeiska arbetstidsreformer (Svenskt Näringsliv, 2023).

² De positiva produktivitetseffekter som finns i litteraturen uppstår framför allt vid väsentligt längre arbetsveckor än de svenska (Svenskt Näringsliv, 2023).

konkurser. Sämre konjunktur har en dämpande effekt på sysselsättningen och den allmänna löneutvecklingen, vilket minskar hushållens köpkraft.

Följden blir att den högre nominella timlönen äts upp av högre konsumentpriser och eventuellt lägre sysselsättning. Resultatet blir att reallönen är tillbaka på ruta ett, men med sammantaget minskad produktion och sämre tillgång till välfärdstjänster.

I den offentliga debatten om arbetstidsförkortning framställs kostnaden ofta som något som drabbar företagen. Företagens vinstmarginaler förväntas krympa, och löntagarna förväntas vara opåverkade. Så fungerar det möjligen på mycket kort sikt. Men på längre sikt är det konsumenterna som bär kostnaden genom lägre investeringar och höjda priser.

Särskilt kännbart i arbetsintensiva tjänster

Sambandet mellan arbetstidsförkortning och högre konsumentpriser blir särskilt påtagligt i arbetsintensiva branscher där arbetskostnaden utgör en dominerande andel av priset. Bygg- och reparationer i hemmet är ett typiskt exempel på en sådan bransch. När en elektriker eller rörmokares timpris stiger med 12–13 procent – vilket är vad som krävs för att kompensera en arbetstidsförkortning med bibehållen månadslön – så slår det direkt mot konsumentens plånbok.

För en privatperson som anlitar en hantverkare för ett renoveringsprojekt innebär det inte bara ett högre timpris utan också att projektet tar längre tid eftersom hantverkaren arbetar färre timmar per vecka. Den dubbla effekten – högre pris per timme och fler veckor till färdigställande – gör att den totala kostnaden för konsumenten stiger markant. Högre priser riskerar dessutom att driva fler transaktioner till den svarta marknaden, med minskade skatteintäkter som följd.

I grund och botten gäller dock samma samband i hela ekonomin: oavsett om vi talar om livsmedel, kläder och restaurangbesök – eller skola, vård om omsorg – är det oundvikligt att en reform som minskar arbetstiden men inte sänker arbetskostnaden kommer att leda till högre priser och försämrad köpkraft.

För många svenska hushåll är redan dagens prispress kännbar. Livsmedelspriser, energikostnader och boendekostnader har stigit kraftigt under de senaste åren. Att i det läget genomföra en åtgärd som ytterligare ökar produktionskostnaderna är ytterligare försvåra situationen.

Köpkraftsjusterat minskar medianlönen med 36 000 kr per år

En lagstadgad arbetstidsförkortning från 40 till 35 timmar innebär en minskning av standardarbetstiden med drygt 11 procent. Med ett genomslag på 80 procent i faktisk

arbetstid³ innebär det en minskning av faktiskt arbetade timmar med cirka 9 procent för heltidsanställda och, med hänsyn tagen till deltidsarbetande, drygt 8 procent för arbetsmarknaden som helhet.

Forskningen ger inget stöd för att en arbetstidsförkortning från dagens nivåer skulle ge någon betydande ökning av produktiviteten per timme. Slutsatsen är att produktionen faller i stort sett proportionerligt med arbetstiden. I huvudscenariot innebär det en minskning av BNP med 8,1 procent, motsvarande 509 miljarder kronor per år och knappt 49 000 per person och år.

Lönernas andel av BNP utgör ungefär 60 procent. För en person med en medianlön (år 2024) på 37 100 kronor motsvarar en försämring av reallönen med 8,1 procent ett tapp i köpkraft med 36 061 kronor per år. För ett tvåpersonershushåll med två barn handlar det om ett bortfall i köpkraft på över 72 000 kronor årligen.

Över ett yrkesliv minskar köpkraften med över 2 miljoner kronor för en vanlig familj

Köpkraftsförlusten är inte en engångseffekt utan innebär en permanent sänkning av hushållets realinkomst. Nedan följer en förenklad analys över hur förlusterna ackumuleras över en livstid. Analysen visar att för ett hushåll med två förvärvsarbetande vuxna uppgår det årliga bortfallet till drygt 72 000 kronor (se tabell 1).

Tabell 1. Ackumulerad köpkraftsförlust för ett tvåvuxenhushåll

År efter reform	Årligt bortfall	Ackumulerat bortfall
1	72 100 kr	72 100 kr
3	72 100 kr	216 400 kr
5	72 100 kr	360 600 kr
10	72 100 kr	721 200 kr
15	72 100 kr	1 081 800 kr
20	72 100 kr	1 442 400 kr
25	72 100 kr	1 803 100 kr
30	72 100 kr	2 163 700 kr
35	72 100 kr	2 524 000 kr

Anm. Medianlön 37 100 kr/mån (2024). Reallöneförsämring 8,1 procent. Belopp i 2024 års penningvärde, avrundat.

Redan efter fem år har ett tvåvuxenhushåll förlorat köpkraft på sammanlagt över 360 000 kronor jämfört med ett scenario utan arbetstidsförkortning. Efter tio år passeras 721 000 kronor. Över en längre tidshorisont – 30 år – handlar det om över 2,1 miljoner kronor i

³ Antagandet om 80-procentigt genomslag innebär att en arbetstidsförkortning på 5 fem timmar ger en faktisk kortning av arbetsveckan på fyra timmar, exempelvis till följd av ett en del väljer att arbeta mer övertid vid arbetstidsförkortning. Det är ett antagande som vilar på en bred forskningsöversikt av europeiska arbetstidsreformer.

förlorad köpkraft. Det är pengar som annars hade kunnat gå till boende, fritidsboende, nöjen, sparande eller pensionsförsäkring.

För att sätta det i perspektiv: det kumulativa bortfallet efter tio år – drygt 720 000 kronor – motsvarar vad en genomsnittlig kontantinsats för ett småhus i stora delar av Sverige. Och det månatliga bortfallet på 6 010 kronor motsvarar ungefär vad ett vanligt hushåll lägger på livsmedel per månad.⁴

Även köpkraften under pensionsåldern försämras

Lägre realinkomster under yrkeslivet påverkar inte bara den löpande köpkraften. De slår också igenom i pensionen, eftersom det svenska pensionssystemet bygger på livsinkomstprincipen. Lägre årsinkomst innebär lägre pensionsavsättningar varje år, och effekten ackumuleras över hela yrkeslivet.

Inkomstpensionen. Varje år avsätts 16 procent av den pensionsgrundande inkomsten till inkomstpensionen. När årsinkomsten är 36 061 kronor lägre innebär det att avsättningen minskar med 5 770 kronor per år. Över en 35-årig yrkeskarriär – med omräkning via inkomstindex – resulterar det i en väsentligt lägre pensionsbehållning.

Tjänstepensionen. Enligt ITP1-avtalet avsätts 4,5 procent av lönen. Lägre lön ger lägre tjänstepensionsavsättningar – med en real fondavkastning på 3 procent per år ackumuleras även dessa till en kännbar effekt.

Tabell 2. Lägre månadspension per person till följd av arbetstidsförkortning

Karriärlängd	Inkomstpension	Tjänstepension	Totalt
30 år	-1 060 kr/mån	-330 kr/mån	-1 390 kr/mån
35 år	-1 290 kr/mån	-420 kr/mån	-1 710 kr/mån
40 år	-1 530 kr/mån	-530 kr/mån	-2 060 kr/mån

Anm. Inkomstpensionen beräknad med 16 % avsättning, 1,5 % real årlig omräkning och delningstal 17,26 (Pensionsmyndighetens föreskrift PFS 2024, vid 65 års uttag, årskull 1959). Tjänstepensionen beräknad med 4,5 % avsättning, 3 % real avkastning, fördelad på 20 utbetalningsår. Belopp i 2024 års penningvärde.

Tabell 3. Pensionseffekt för ett tvåpersonershushåll

Karriärlängd	Lägre pension per månad	Lägre pension per år
30 år	-2 790 kr/mån	-33 400 kr/år
35 år	-3 420 kr/mån	-41 000 kr/år
40 år	-4 120 kr/mån	-49 400 kr/år

Anm. Avser summan av båda partners pensionsförlust. Belopp i 2024 års penningvärde.

För en person med 35 års yrkeskarriär innebär arbetstidsförkortningen en lägre pension på närmare 1 700 kronor per månad. För ett tvåpersonershushåll handlar det om drygt 3 400

⁴ Enligt Konsumentverket kostar maten för en familj på två vuxna och två barn cirka 8 440 kronor per månad.

kronor per månad över hela pensionsåldern (se diagram 2 och 3). Det är en kännbar försämring för en grupp som redan idag har pressade ekonomiska marginaler.

Ett vanligt hushåll går miste om över 3 miljoner kronor i förlorad köpkraft under en livstid

Den fulla bilden framträder först när man lägger ihop förlorad köpkraft under yrkeslivet med den lägre pensionen.

Tabell 4. Total livstidsförlust för ett tvåvuxenhushåll (35 års karriär)

Komponent	Belopp
Förlorad köpkraft under 35 års yrkesliv	2 524 000 kr
Lägre pension under 20 år som pensionär	821 000 kr
Total livstidsförlust per hushåll	3 345 000 kr

Anm. Köpkraftsförlust = årligt reallönebortfall per hushåll (72 122 kr) × 35 år. Pensionsförlust = månatlig pensionsförlust för två personer (3 539 kr) × 240 månader. Belopp i 2024 års penningvärde, avrundat.

Det tvåpersonshushåll som börjar arbeta vid 30 och går i pension vid 65 förlorar tillsammans över 2,5 miljoner kronor i köpkraft under yrkeslivet. Därefter väntar en pension som är drygt 3 400 kronor lägre per månad, så länge pensionen betalas ut. Det lägger ytterligare 821 000 kronor till förlusten. Sammanlagt handlar det om en livstidsförlust på över 3,3 miljoner kronor per hushåll.

Pensionärer är dubbla förlorare

Redan i SOU 2002:58 konstateras att personer som lever på transfereringar – som pensionärer, studerande och sjukskrivna – är förlorare på en arbetstidsförkortning eftersom deras inkomst minskar i takt med den allmänna inkomstutvecklingen.

Denna beräkning illustrerar effekten. Pensionsförlusten är en fördröjd kostnad av arbetstidsförkortningen som först märks fullt ut när det är för sent att göra något åt den. Dagens pensionärer drabbas dessutom omgående, eftersom pensionerna är kopplade till den allmänna inkomstutvecklingen via inkomstindex. När reallönerna i ekonomin sjunker följer pensionerna med nedåt. Pensionärerna betalar alltså för en reform som ger dem mindre inkomst men ingen ytterligare fritid. De är därmed dubbla förlorare.

Slutsats: arbetstidsförkortning en reform för sämre köpkraft

En arbetstidsförkortning från 40 till 35 timmar per vecka leder oundvikligen till lägre produktion. Lägre produktion innebär lägre i sin tur realinkomster för hushållen. Reallönebortfallet uppgår till uppemot 30 000 kronor per person och år. För att bibehålla

köpkraften vid en kortare arbetsvecka skulle det krävas en produktivetsökning som saknar stöd i forskningen: ett produktivetsmirakel.

I en tid då svenska hushåll redan brottas med höga levnadskostnader är det avgörande att inte införa reformer som ytterligare urholkar köpkraften. Arbetstidsförkortning är inte en reform som ger mer fritid med bibehållen lön, utan en reform för minskad köpkraft. Den som vill höja hushållens levnadsstandard måste i stället fokusera på det som faktiskt driver reallönerna: högre produktivitet och tillväxt.