En undersökning om döden och livet

bliwa

Rapporten i siffror

54% oroar sig för att praktiska frågor blir för betungande för de efterlevande.

46% har inte gjort någon förberedelse inför sin egna död.

28% oroar sig för att familjen ska få ekonomiska problem.

46% oroar sig för att sina barn eller andra närstående inte ska få tillräckligt med stöd.

Innehåll

ORO FÖR DÖDEN HANDLAR MEST OM LIVET SOM FORTSÄTTER 4

OM UNDERSÖKNINGEN 5

VÅR ORO INFÖR DÖDEN 6

VÅRA FÖRBEREDELSER INFÖR DÖDEN 12

Oro för döden handlar mest om livet som fortsätter

Döden är en del av livet, men för många också något som väcker oro. Samtidigt som fler än hälften av svenskarna uppger att de oroar sig för sin egen död handlar oron sällan om dem själva. I stället kretsar den oftast kring de människor som blir kvar och hur de ska klara sig när någon närstående går bort.

Undersökningen visar att våra största farhågor handlar om konsekvenserna för familj och närstående. Många oroar sig för att praktiska frågor ska bli en belastning, att barn eller andra anhöriga inte får det stöd de behöver eller att ekonomin påverkas negativt.

Resultaten visar också att förberedelser inför döden ökar med åldern. Äldre har i högre utsträckning skrivit testamente, pratat med närstående om sina önskemål eller på andra sätt planerat för framtiden. Bland yngre är det betydligt vanligare att inte ha gjort några förberedelser alls.

Rapporten ger en bild av hur vi ser på döden i dag, vad som oroar oss mest och hur väl vi är förberedda när det oväntade inträffar.

Läs och stanna upp en stund,

Johan Barrefelt
VD på Bliwa

Om undersökningen

Rapporten bygger på en undersökning genomförd av analysföretaget Verian på uppdrag av Bliwa. Undersökningen genomfördes genom en webbenkät genom den riksrepresentativa Sifo-panelen under perioden 22 september 2026 - 25 september 2026.

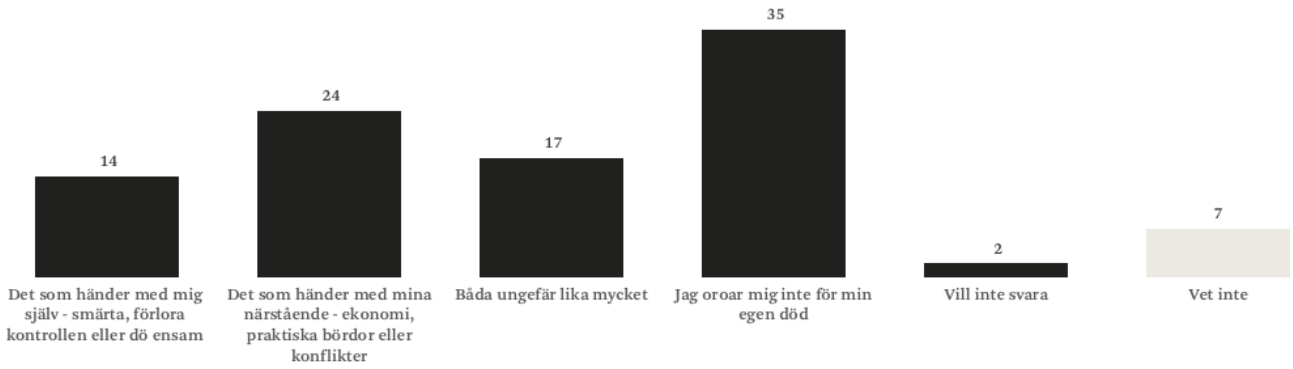
MÅLGRUPP
Allmänheten mellan 18-84 år.

ANTAL RESPONDENTER
1 556 personer.

URVAL OCH VIKTNING
I rapporten redovisas ett urval av signifikanta skillnader mellan olika undergrupper i löpande text. Resultaten har vägts på kön, ålder och region.

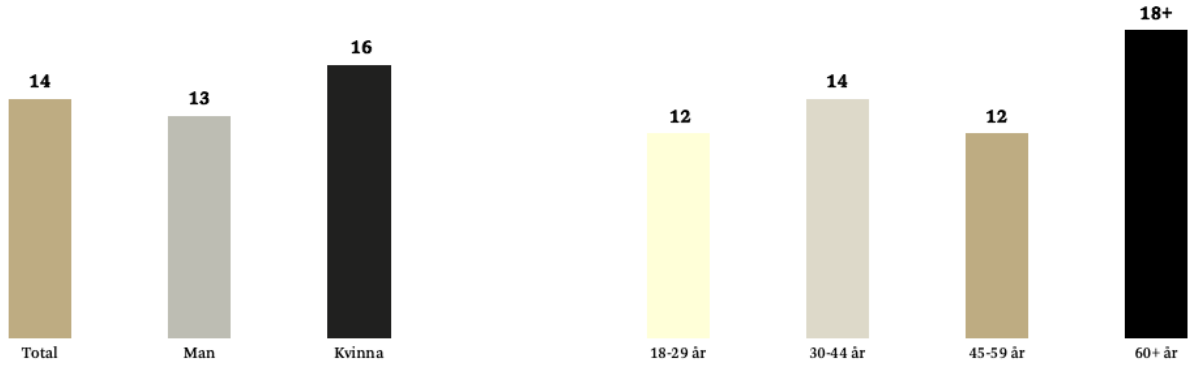
Vår oro inför döden

En av fyra oroar sig främst över vad som händer med närstående.



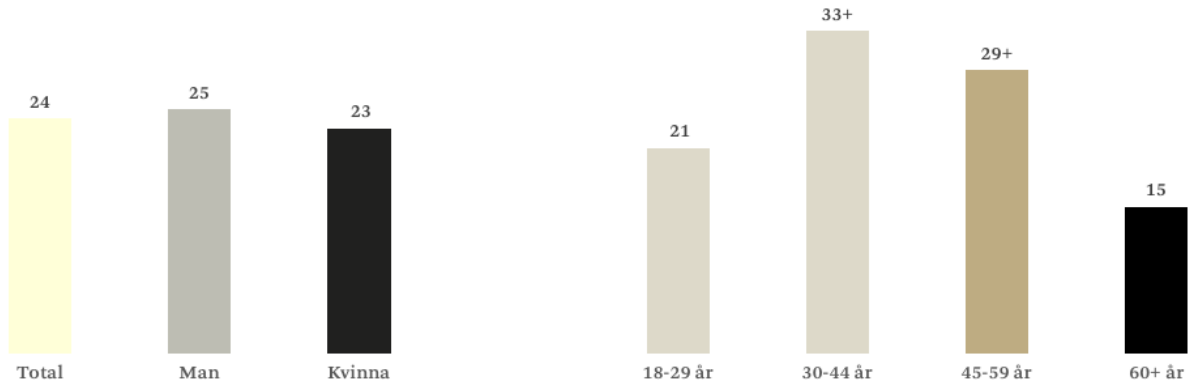
Fråga: När du tänker på din egen död – vad oroar dig mest?. Andel i %.

Oro för den egna situationen något vanligare bland äldre.



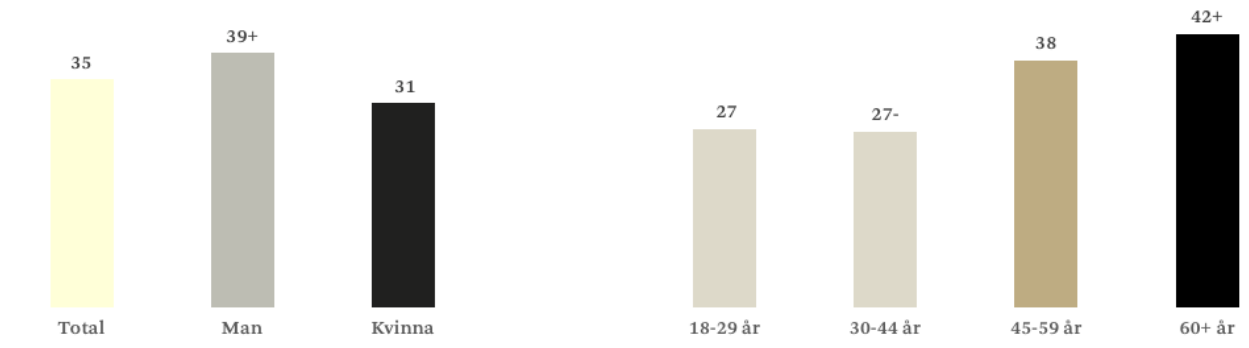
Fråga: När du tänker på din egen död – vad oroar dig mest?
Svar: Det som händer med mig själv, till exempel smärta, att förlora kontrollen eller att dö. Andel i %.

Oro för närstående är som mest utbredd i åldern 30-44 år.



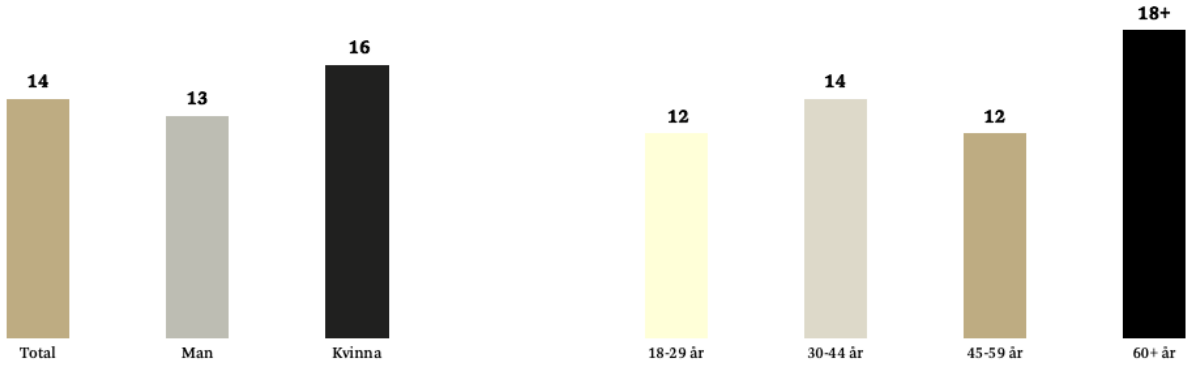
Fråga: När du tänker apå din egen död – vad oroar dig mest?
Svar: Det som händer med mina närstående, till exempel deras ekonomi, praktiska bördor eller konflikter. Andel i %.

Fyra av tio äldre oroar sig inte för sin egen död.



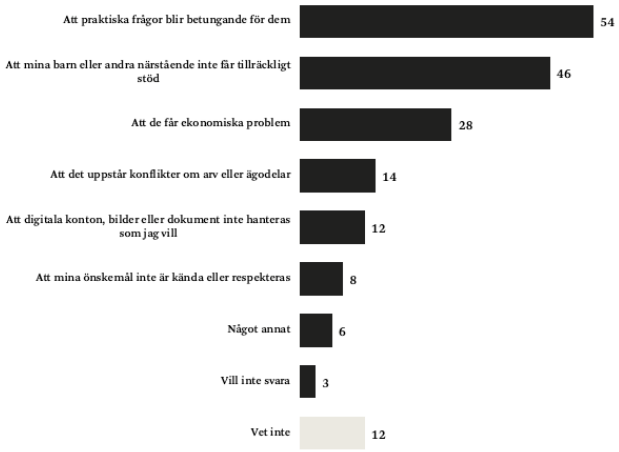
Fråga: När du tänker på din egen död – vad oroar dig mest?
Svar: Jag oroar mig inte för min egen död. Andel i %.

Oro för den egna situationen något vanligare bland äldre.



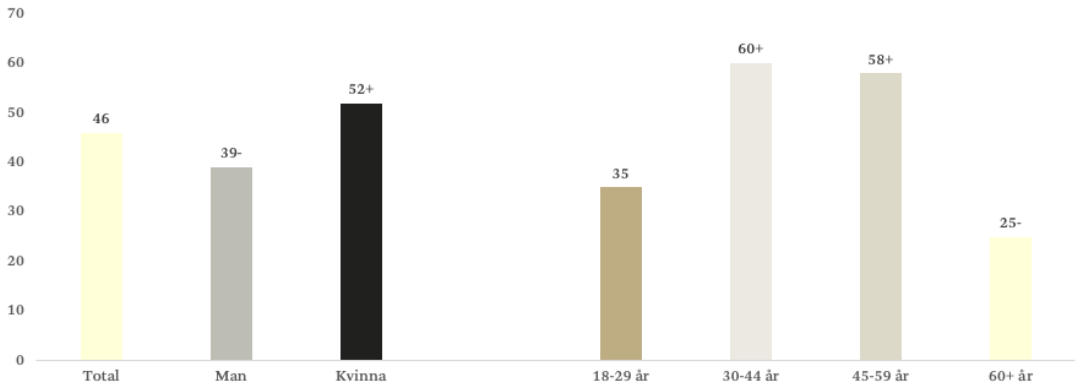
Fråga: När du tänker på din egen död – vad oroar dig mest?
Svar: Det som händer med mig själv, till exempel smärta, att förlora kontrollen eller att dö. Andel i %.

Omsorg går före juridik.



Fråga: Vad oroar dig mest när du tänker på hur din död påverkar dina närstående?
Andel i %. Högst tre svar.

Tydligt större oro bland kvinnor än bland män för att närstående inte ska få tillräckligt stöd.



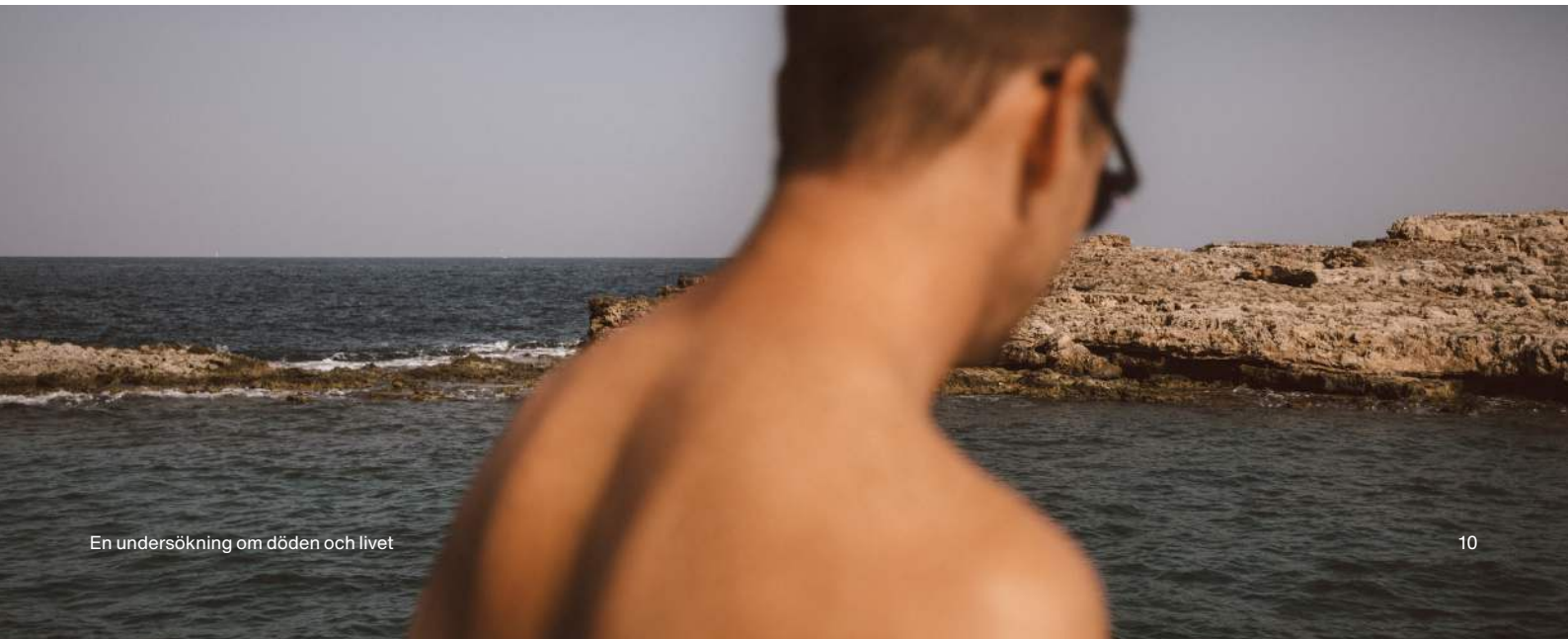
Fråga: Vad oroar dig mest när du tänker på hur din död påverkar dina närstående?
Svar: Att mina barn eller andra närstående inte får tillräckligt stöd. Andel i %.

Män är långt mer oroliga än kvinnor för att närstående ska få ekonomiska problem.

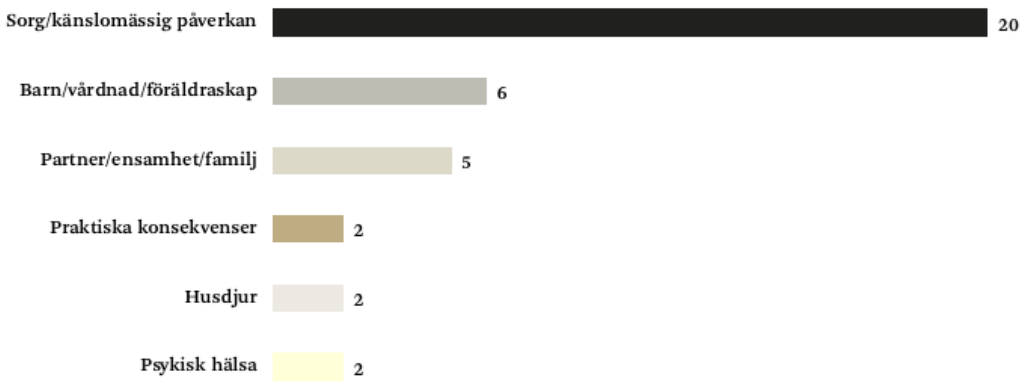
Åldersgrupper Man:
18-39 år: 35%
40-59 år: 50% (+)
60+ år: 30%

Åldersgrupper Kvinna:
18-39 år: 11% (-)
40-59 år: 26%
60+ år: 12% (-)

Fråga: Vad oroar dig mest när du tänker på hur din död påverkar dina närstående?
Svar: Att de får ekonomiska problem. Andel i %.



Störst oro inför hur närstående ska påverkas känslomässigt på ens egna bortgång.



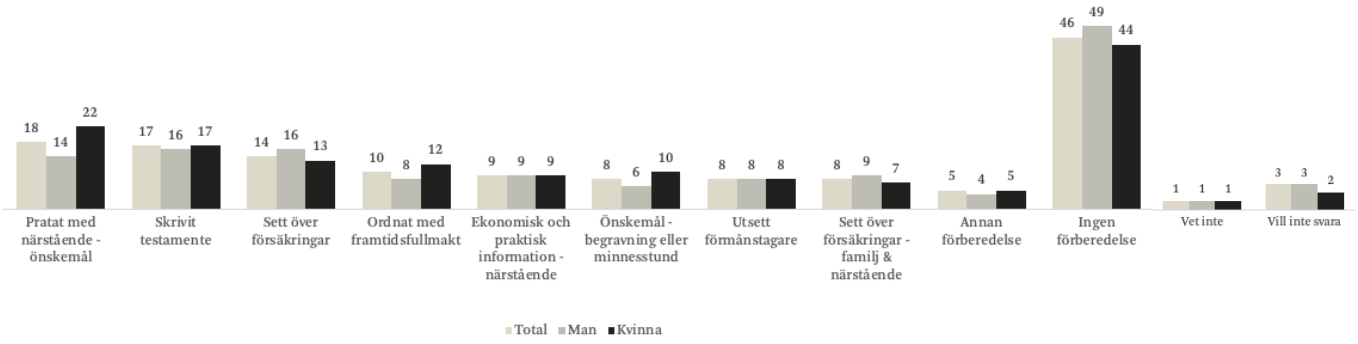
Fråga: Vad oroar dig mest när du tänker på hur din död påverkar dina närstående?
Öppna svar. Antal öppna svar per tema.

Våra förberedelser inför döden

Varannan har inte gjort någon förberedelse inför sin död.

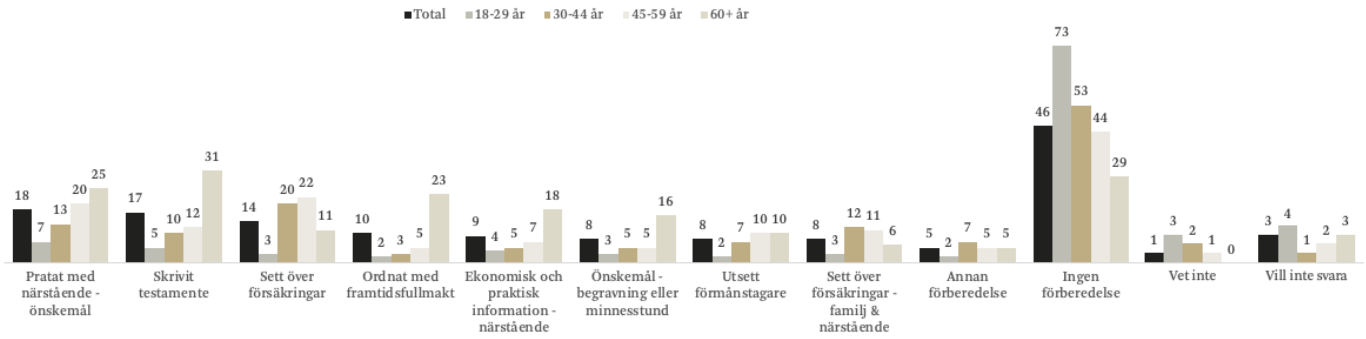
Fråga: Vilken eller vilka av följande praktiska förberedelser har du gjort inför din egen död?
Flera svar möjliga. Andel i %.

Relativt små skillnader mellan män och kvinnor.



Fråga: Vilken eller vilka av följande praktiska förberedelser har du gjort inför din egen död?
Flera svar möjliga. Andel i %.

3 av 10 äldre har inte gjort några förberedelser.



Fråga: Vilken eller vilka av följande praktiska förberedelser har du gjort inför din egen död?
Flera svar möjliga. Andel i %.

försäkrar Människor.

Bliwa Livförsäkring, ömsesidigt
Organisationsnummer: 502006-6329
Styrelsens säte: Stockholm

Postadress: Box 13076, 103 02 Stockholm
Besöksadress: Fleminggatan 18

Telefon: 08-696 22 80

info@bliwa.se

www.bliwa.se