



KONDOMKOLLEN 2025

En rapport från RFSU om nordbornas attityd
och beteende kring sex och kondom.

INTRO

Om Kondomkollen

Sedan 2009 har RFSU årligen genomfört en nordisk undersökning för att kartlägga nordbornas sex- och kondomvanor. Undersökningen omfattar områden inom målgruppens användning, attityd, kunskap och beteende, med särskild fokus på unga i åldersgruppen 16-35 år.

Om undersökningen

Undersökningen genomfördes i augusti 2025 som en onlineundersökning via Bilendis panel i Sverige, Norge, Danmark och Finland. Datainsamlingen riktades mot ett riksrepresentativt urval av personer mellan 16 och 65 år, med över 1 000 intervjuer genomförda i målgruppen i samtliga länder och ett särskilt fokus på åldersgruppen 16-20 år. Resultaten jämförs delvis med tidigare genomförda undersökningar från somrarna 2019, 2020, 2022, 2023 och 2024. Statistisk säkerhet har säkerställts genom signifikanstester.



NORDISK SAMMANFATTNING

ANVÄNDNING

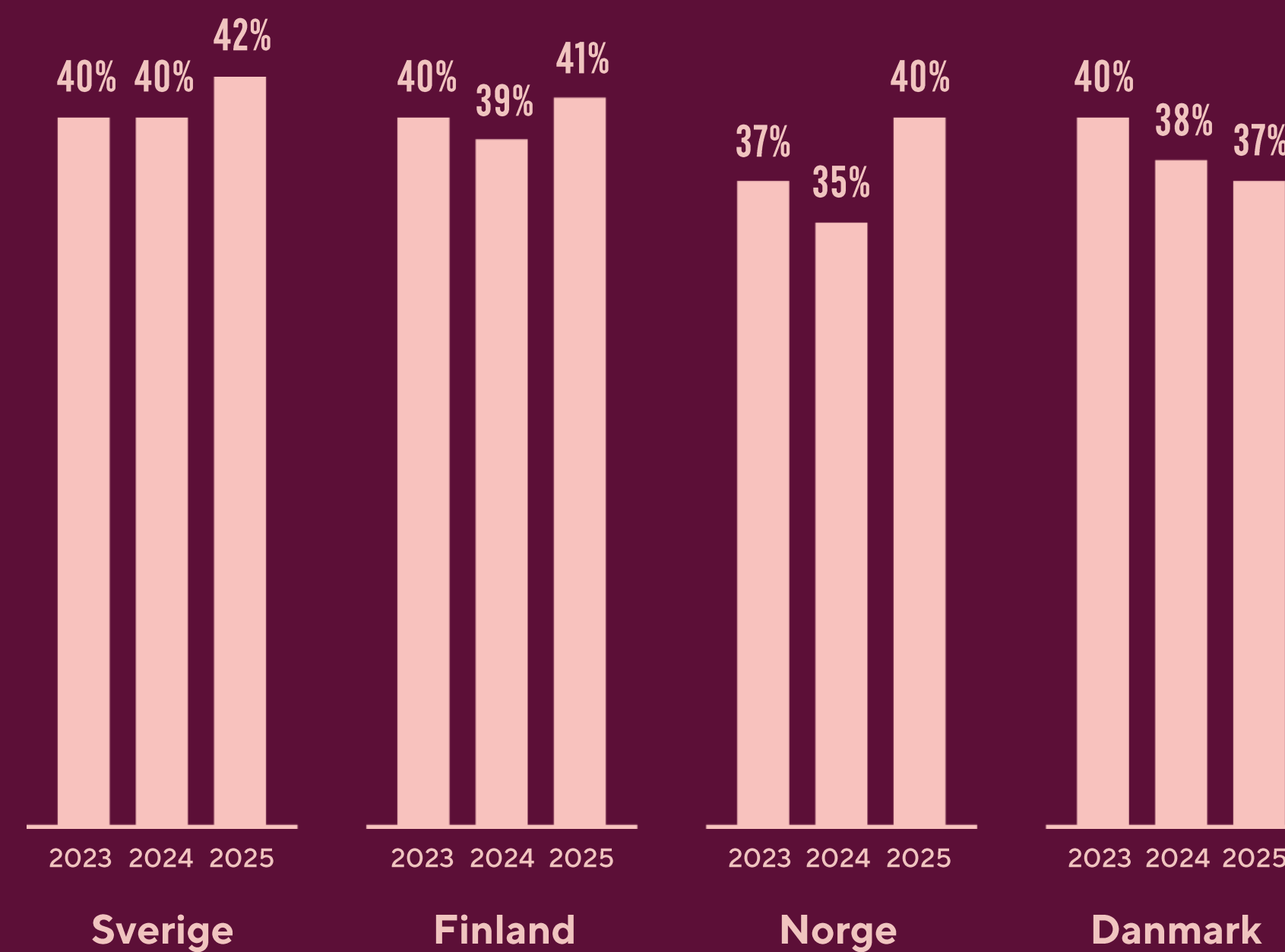
KONDOMANVÄNDNINGEN I NORDEN ÖKAR IGEN – MEN INTE I DANMARK

Under 2024 skedde ett trendbrott i nordbornas kondomanvändning när andelen som använde kondom minskade i samtliga länder förutom Sverige, där utvecklingen låg still. Under 2025 vände trenden åter uppåt – i Sverige ökade kondomanvändningen från 40 till 42 procent och i Finland från 39 till 41 procent. Allra mest ökade kondomanvändningen i Norge, från 35 till 40 procent, vilket innebär den högsta kondomanvändningen som uppmätts i Norge på 5 år.

I Danmark fortsatte istället användningen av kondom att minska, från 40 procent 2023, 38 procent 2024 och nu 37 procent 2025. Det innebär att danskarna numera är sämst i Norden på att använda kondom.

Kondom är fortsatt det vanligaste preventivmedlet i Norden, 29 procent uppger att det är deras vanligaste preventivmedel (2024 var motsvarande siffra 28 procent).

Kondomanvändningen i Norden

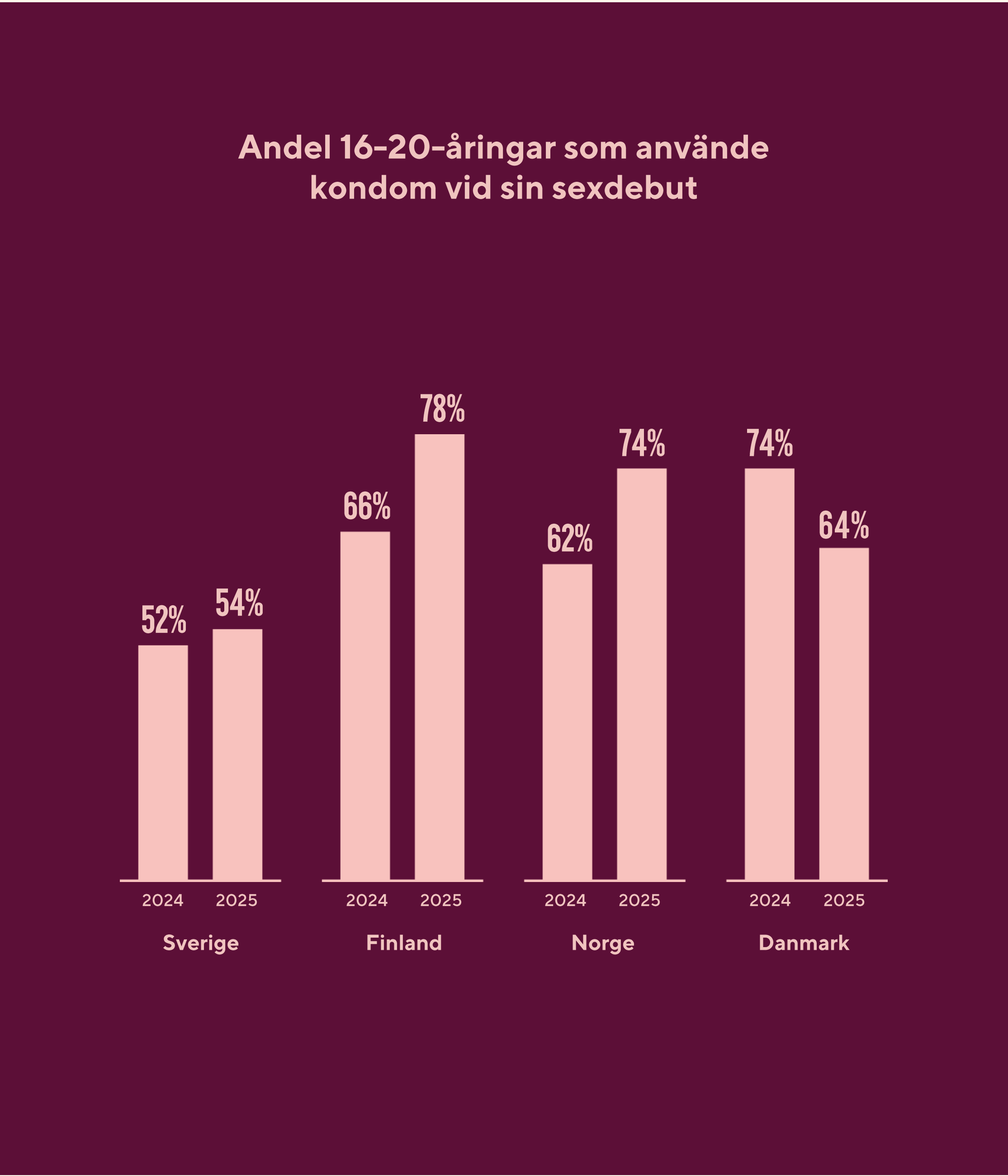


ANVÄNDNING

FLER UNGA ANVÄNDE KONDOM VID SIN SEXDEBUT – SVENSKA UNGDOMAR FORTFARANDE SÄMST

Andelen unga mellan 16–20 år som använde kondom vid sin sexdebut har ökat i samtliga nordiska länder utom i Danmark där den minskade från 74 till 64 procent. Trots detta är det dock fortsatt svenska ungdomar som i lägst grad använder kondom vid sexdebuten (54 procent). Högst är användningen bland finländska ungdomar (78 procent) följt av norska (74 procent).

Även andelen unga (16–20 år) som använde kondom senaste gången de hade sex med en ny partner har ökat, i Sverige från 47 till 50 procent, i Norge från 50 till 56 procent och i Finland från 60 till 68 procent. I Danmark har även denna andel minskat, från 61 procent 2024 till 50 procent i år.



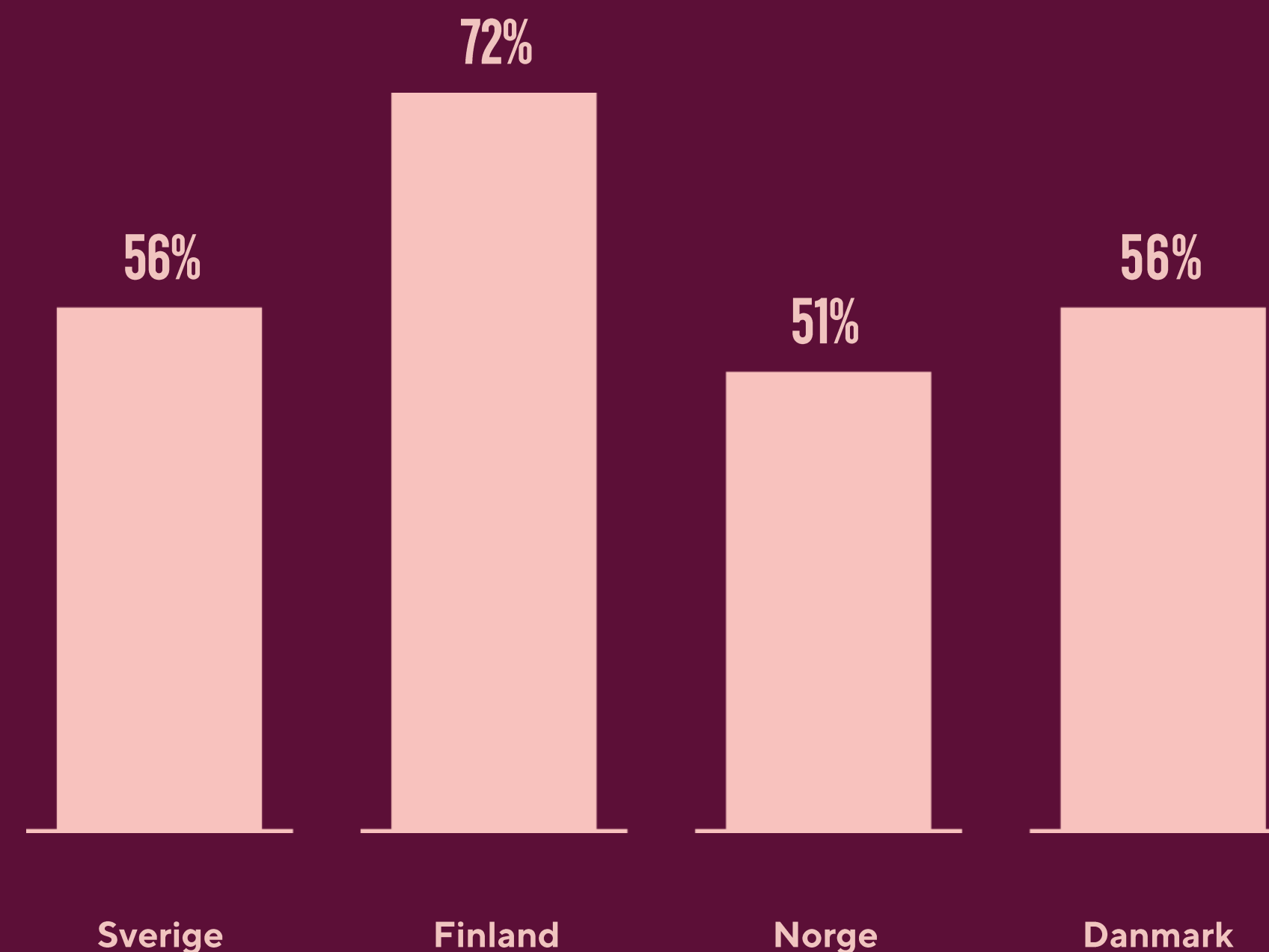
ANVÄNDNING

SVÅRAST FÖR NORRMÄNNEN ATT FÖRESLÅ KONDOM – ENKLAST FÖR FINLÄNDARNA

72 procent av finländarna tycker att det är lätt att föreslå kondom vid sex med en ny partner, vilket är fortsatt högst i Norden. I övriga länder är det färre som upplever det som lätt, 56 procent i Sverige, 56 procent i Danmark och 51 procent i Norge. 2024 var motsvarande siffra i Norge 53 procent, vilket innebär att andelen som upplever det som lätt att föreslå kondom minskat något.

Norge också är det land där man tycker det är svårast att föreslå kondom andra gången om det inte användes första gången man hade sex med någon. 48 procent av norrmännen uppger att kondom blir svårare att föreslå andra gången, att jämföra med 35 procent i Sverige, 31 procent i Danmark och 26 procent i Finland.

Andel som tycker det är lätt att föreslå kondom vid sex med en ny partner

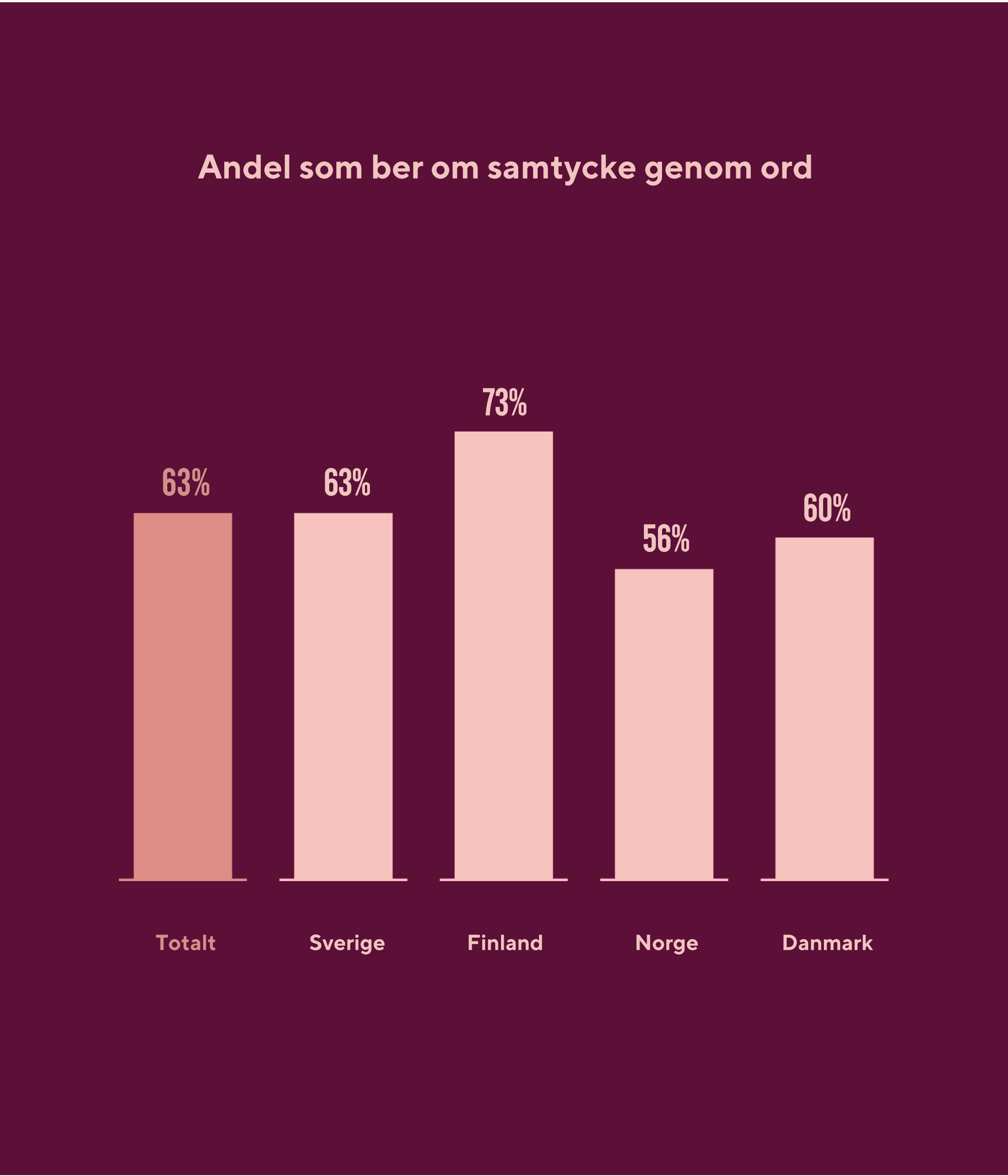


ANVÄNDNING

FINLÄNDARE BER OM SAMTYCKE GENOM ATT FRÅGA – NORRMÄNNEN ANVÄNDER KROPPSSPRÅK

Finländare är fortsatt de nordbor som i störst utsträckning använder ord för att be om samtycke i samband med sex, 73 procent initierar sex genom att ställa en rak fråga. Näst vanligast är det verbala tillvägagångssättet bland svenskarna, där 63 procent använder sig av en rak fråga, och därefter danskarna där 60 procent använder denna metod.

I Norge är frågan mindre vanlig (56 procent), istället föredrar norrmännen att initiera sex genom kroppsspråk (71 procent). Andelen normän som ber om samtycke genom att fråga har också minskat sedan föregående år, då motsvarande siffra var 59 procent.



A close-up, shallow depth-of-field shot of a yellow rubber duck floating in a bathtub. The water is filled with thick, white, bubbly foam. The duck is positioned in the center of the frame, slightly behind the large text. The background is out of focus, showing a wooden towel rack with folded towels and the white edge of the bathtub. The floor is covered in a layer of white foam. A purple towel is visible on the left, and a red towel is on the right.

SVERIGE

A close-up photograph of a woman in a shower, her mouth wide open in a scream or shout. She has dark, wet hair and is wearing a gold chain necklace. The background shows the white tiled wall of the shower with dark grout. The word "ANVÄNDNING" is overlaid in large, bold, white capital letters across the center of her face.

ANVÄNDNING

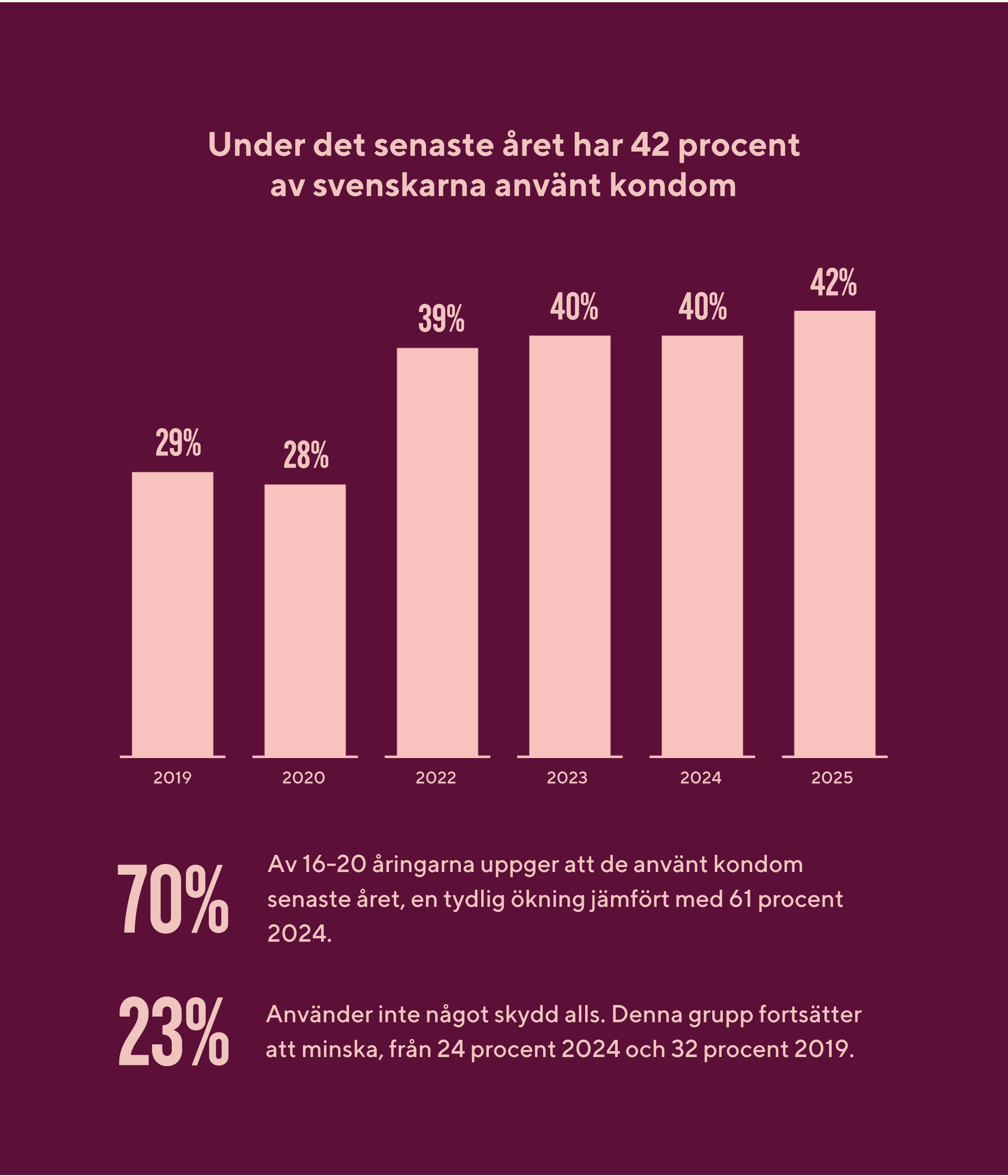
ANVÄNDNING

KONDOMANVÄNDNINGEN ÖKAR BLAND UNGA

Det senaste året har 42 procent av svenskarna använt kondom, vilket är en viss ökning jämfört med de senaste tre åren då andelen varit i princip oförändrad (39 procent 2022, 40 procent 2023 och 40 procent 2024).

De som står för den ökade kondomanvändningen är unga, 58 procent av 16-35 åringarna har använt kondom senaste året, jämfört med 56 procent 2024. Störst är ökningen i kondomanvändning bland de yngsta, 70 procent av 16-20 åringarna uppger att de använt kondom senaste året, jämfört med 61 procent 2024.

Andelen som inte använder något skydd fortsätter samtidigt att minska, och uppgår nu till 23 procent (jämfört med 24 procent 2024 och 32 procent 2019).



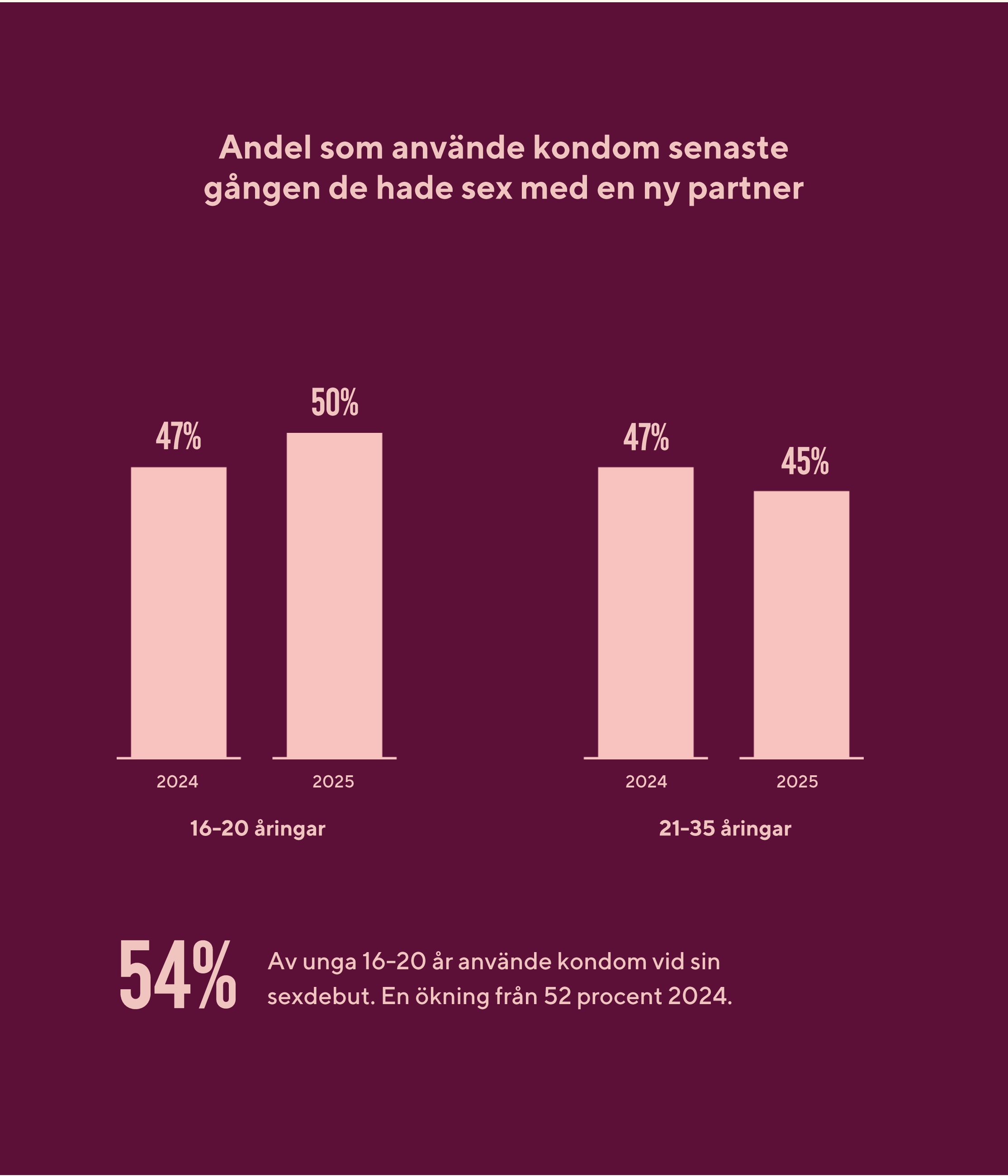
ANVÄNDNING

FLER UNGA ANVÄNDE KONDOM VID SEX MED NY PARTNER OCH VID SIN SEXDEBUT

42 procent av svenskarna använde kondom senaste gången de hade sex med en ny partner, vilket är en viss minskning jämfört med föregående då motsvarande andel var 44 procent. Även andelen unga mellan 21-35 år som använde kondom senaste gången de låg med någon ny minskade från 47 till 45 procent.

Bland de yngsta mellan 16-20 år ökade däremot andelen som hade kondom senaste gången de hade sex med en ny partner, från 47 till 50 procent.

Andelen unga mellan 16-20 år som använde kondom vid sin sexdebut har också ökat från 52 procent 2024 till 54 procent 2025.



ANVÄNDNING

KONDOM SVENSKARNAS POPULÄRASTE PREVENTIVMETOD – HORMONELLA ALTERNATIV VANLIGT BLAND YNGRE

Kondom är den populäraste preventivmetoden bland svenskarna, 29 procent uppger att kondomen är deras vanligaste preventivmetod. Detta följs av p-piller, minipiller, P-stav eller P-ring (16 procent) och spiral (12 procent).

Bland yngre mellan 16–35 år är dock de hormonella alternativen vanligare än i resten av befolkningen, 32 procent uppger att kondom är deras vanligaste preventivmedel och 25 procent använder hormonella preventivmedel. Bland de yngsta är de hormonella alternativen till och med vanligare än kondom, 37 procent använder p-piller, minipiller, P-stav eller P-ring medan 33 procent använder kondom.

De vanligaste anledningarna till att använda kondom är skydd mot graviditet (43 procent) och könssjukdomar (34 procent) följt av att man inte vill använda preventivmedel som innehåller hormoner (22 procent). Andelen som väljer kondom för att undvika hormonella preparat har ökat sedan 2024, då motsvarande siffra var 19 procent.



A close-up photograph of a man with a beard and tattoos lying on a blue surface. His eyes are closed, and his mouth is open, showing his teeth. The word "ATTITYD" is overlaid in large, white, bold, sans-serif capital letters across the center of his face.

ATTITYD

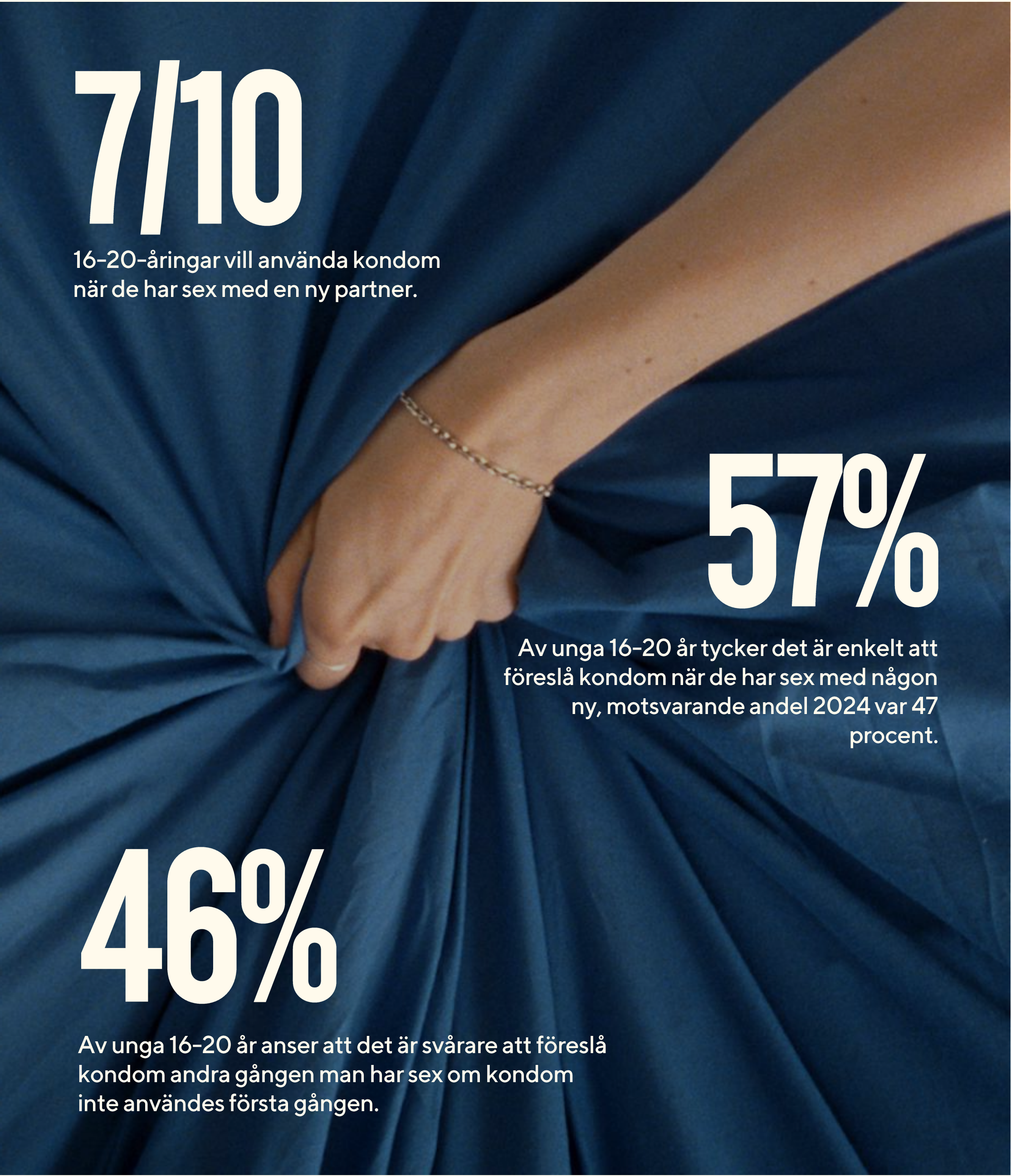
ATTITYD

FLER UNGA VILL ANVÄNDA OCH TYCKER DET ÄR LÄTT ATT FÖRESLÅ KONDOM – MEN SVÅRARE OM DET INTE ANVÄNDES FÖRSTA GÅNGEN

Svenskarnas intention att använda kondom har minskat något sedan förra året, 66 procent anger att de skulle använda kondom med en ny partner – jämfört med 68 procent 2024. Bland 16-20-åringarna har utvecklingen dock gått i motsatt riktning – 70 procent har intentionen att använda kondom när de har sex med någon ny, en ökning från 65 procent förra året.

56 procent tycker det är lätt att föreslå kondom när de har sex med en ny partner, vilket är i linje med föregående år då motsvarande andel var 55 procent. Bland de yngsta, mellan 16-20 år, har andelen som tycker det är enkelt att föreslå kondom ökat från 47 till 57 procent.

Fler unga (16-20 år) anser samtidigt att kondom är svårare att föreslå andra gången man har sex med någon, om det inte används vid första tillfället. 46 procent av 16-20-åringarna tycker att det är svårare, jämfört med 35 procent i totala befolkningen.



ATTITYD

FORTSATT POSITIVA ASSOCIATIONER TILL KONDOM – FLER UNGA UPPFATTAR DEN SOM SEXIG

Associationerna till den som föreslår kondom är fortsatt positiva, de vanligaste är ansvarstagande (61 procent), vuxen (43 procent) och omtänksam (42 procent).

Bland unga är det också vanligare att kondomen uppfattas som något sexigt, 12 procent av 16–20 åringarna och 7 procent av 21–35-åringarna uppfattar en person som föreslår kondom som sexig, jämfört med 5 procent bland 36–65 åringarna.

Så uppfattas en person som föreslår
kondom enligt svenskarna

ANSVARSTAGANDE 61% (2024: 57%)

VUXEN 43% (2024: 44%)

OMTÄNKSAM 42% (2024: 42%)

ERFAREN 26% (2024: 27%)

SJÄLVSÄKER 25% (2024: 23%)

KOMMUNIKATION

A hand with a tattoo and bracelet rests on an ornate wooden headboard against a textured wall. The word "KOMMUNIKATION" is overlaid in large white letters.

KOMMUNIKATION

UNGA BÄTTRE PÅ ATT KOMMUNICERA OM SEX – OCH UPPFATTAR KOMMUNIKATIONEN SOM VIKTIGARE

63 procent tycker kommunikation är en mycket viktig del av en tillfredsställande sexuell upplevelse, en andel som är något högre bland kvinnor (68 procent) än män (58 procent) och högre bland unga 16–35 år (65 procent) än äldre 36–65 år (62 procent).

Unga är också de som anser sig vara bäst på att kommunicera kring sex med sin partner. 72 procent av 16–35 åringarna anser att de är bra på att kommunicera kring sex, jämfört med 68 procent bland 36–65-åringarna.

Bäst är svenskarna på att kommunicera var de egna gränserna går (74 procent). Fler är bättre på att kommunicera kring partners preferenser (71 procent) än sina egna (67 procent).

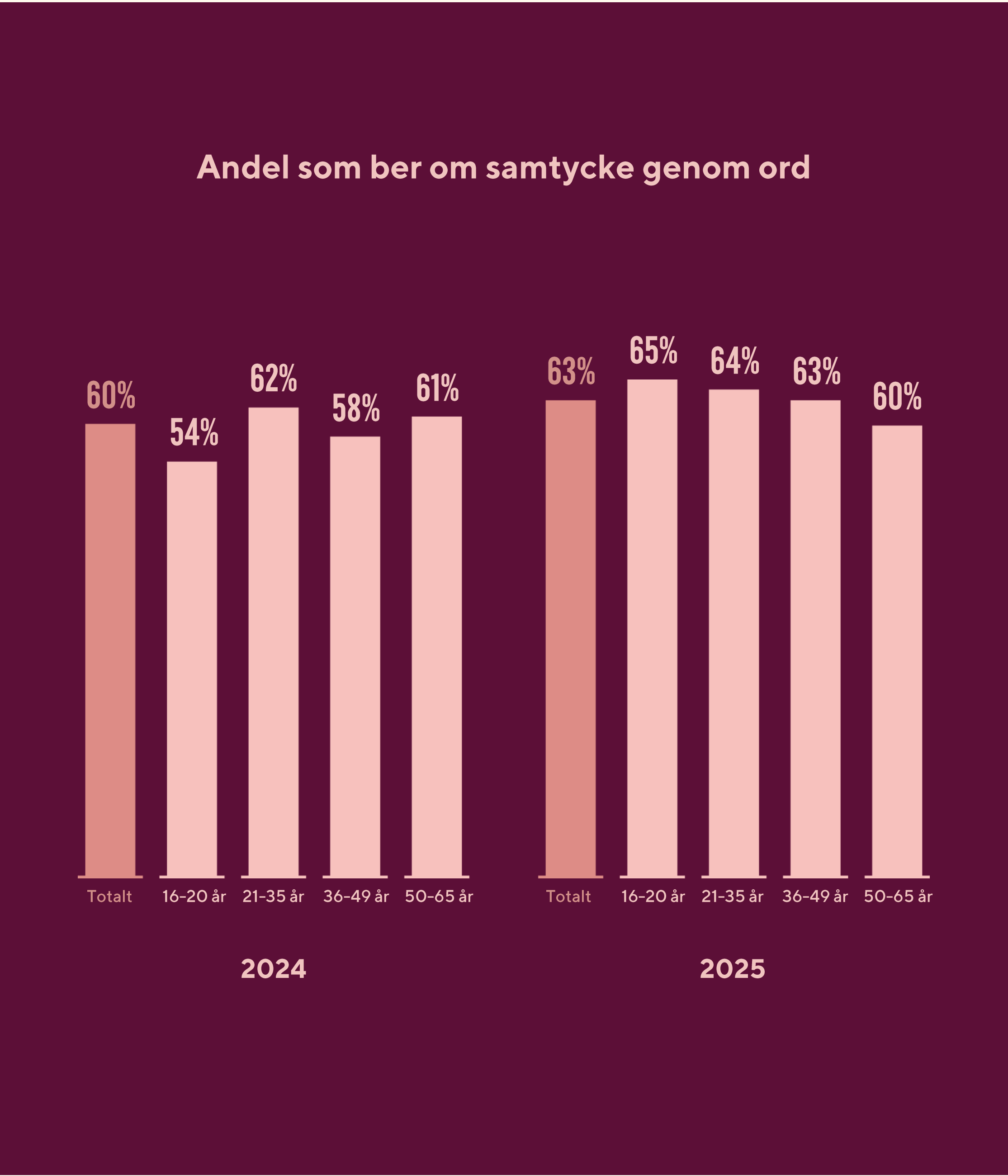


KROPPSSPRÅK VANLIGASTE SÄTTET ATT BE OM SAMTYCKE – UNGA MER VERBALA ÄN ÄLDRE

När det gäller hur sex initieras använder sig 63 procent av svenskarna av en rak fråga, vilket är en ökning jämfört med förra året då motsvarade siffra var 60 procent. Vanligast är dock att använda sig av kroppsspråk (70 procent).

Vanligast är den raka frågan som tillvägagångssätt bland yngre mellan 16-35 år (64 procent) medan färre äldre mellan 50-65-år använder sig av denna metod (60 procent). Bland de yngsta 16-20 år har andelen som verbalt ber om samtycke ökat från 54 till 65 procent mellan 2024 och 2025.

Vanligaste associationerna till samtycke är respekt (74 procent), självklart (57 procent) och ömsesidighet (53 procent). Unga mellan 16-20 år har generellt starkare associationer till ordet och kopplar det i högre utsträckning än andra till tydlighet, villighet, acceptans och godkännande.



NORGE

Sex Drive
Freedom block

6-9



A close-up photograph of a woman in a shower, her mouth wide open in a scream or shout. She has dark, curly hair and is wearing a gold chain necklace. The background shows the white tiled wall of the shower with dark grout. The word "ANVÄNDNING" is overlaid in large, bold, white capital letters across the center of her face.

ANVÄNDNING

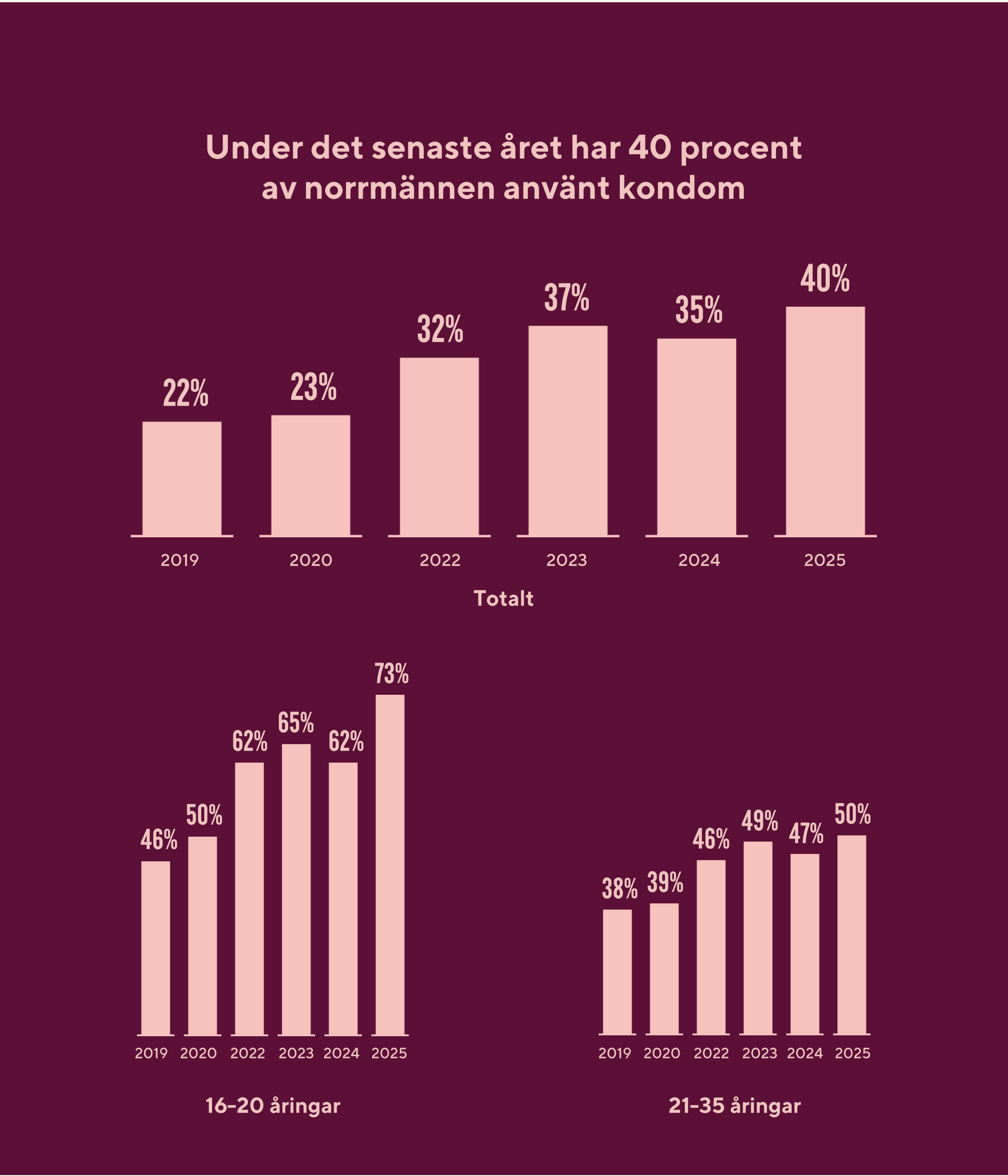
ANVÄNDNING

HÖGSTA KONDOMANVÄNDNINGEN I NORGE PÅ 5 ÅR – STÖRST ÖKNING BLAND UNGA

Det senaste året har 40 procent av befolkningen i Norge använt kondom, vilket är en stor ökning jämfört med föregående år då motsvarande siffra var 35 procent och den högsta andelen på 5 år. Ökningen har framförallt skett bland unga, där andelen som uppgett att de använt kondom senaste året ökat från 62 till 73 procent bland 16-20-åringar. Även bland 21-35 åringar har användningen ökat från 47 till 50 procent och bland 36-49-åringar från 28 till 36 procent.

Även frekvensen av kondomanvändningen har ökat, 18 procent av normmännen uppger att de ofta använder kondom, jämfört med 11 procent 2024 samtidigt som andelen som uppger att de aldrig använder kondom minskat från 49 till 44 procent.

Samtidigt ligger andelen som inte använder något skydd på 23 procent, 2019 var det 33 procent av normmännen som inte använde skydd alls.



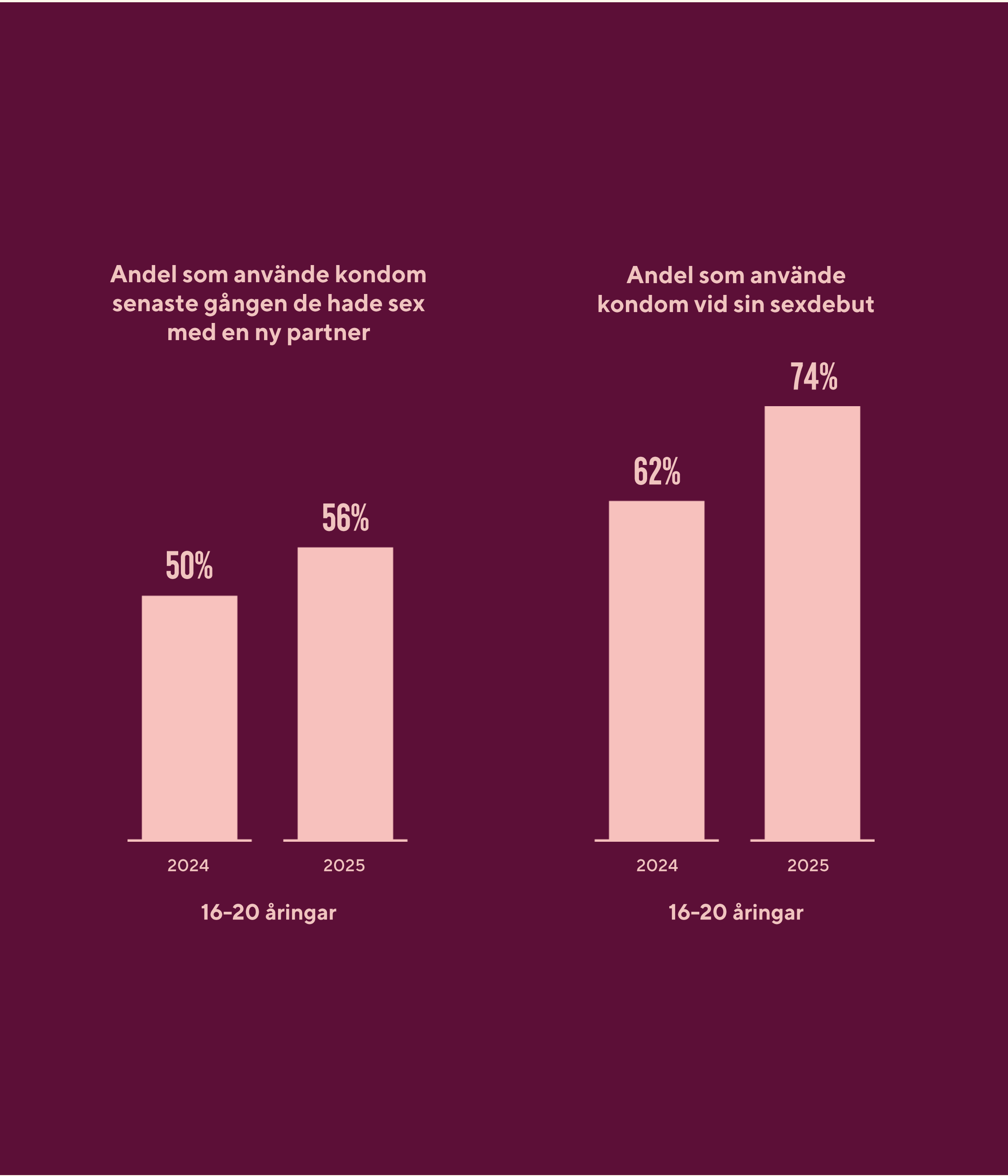
ANVÄNDNING

FLER UNGA ANVÄNDE KONDOM VID SEX MED NY PARTNER OCH VID SIN SEXDEBUT

4 av 10 (39 procent) normän använde kondom senaste gången de hade sex med en ny partner, vilket är i linje med föregående år då motsvarande andel var 40 procent. Även andelen unga mellan 21-35 år som använde kondom senaste gången de låg med någon ny är i linje med förra året, 40 procent.

Bland de yngsta mellan 16-20 år ökade samtidigt andelen som hade kondom senaste gången de hade sex med en ny partner, från 50 till 56 procent.

Andelen unga mellan 16-20 år som använde kondom vid sin sexdebut har också ökat från 62 procent 2024 till 74 procent 2025.



ANVÄNDNING

KONDOM NUMERA NORRMÄNNENS POPULÄRASTE PREVENTIVMETOD

Sedan förra året har kondom gått om p-piller, minipiller, P-stav eller P-ring som norrmännens vanligaste preventivmetod. 28 procent av norrmännen uppger att de vanligtvis använder kondom, vilket är en ökning jämfört med förra året då motsvarande siffra låg på 24 procent. Näst vanligast är p-piller, minipiller, P-stav eller P-ring (22 procent) och därefter spiral (12 procent).

Även bland unga är kondomen numera vanligare än hormonella preparat, 37 procent av unga mellan 16-35 år uppger kondom som det vanligaste preventivmedlet, och 33 procent p-piller, minipiller, P-stav eller P-ring. Förra året var hormonella preparat vanligast bland unga (37 procent) följt av kondom (30 procent).

De vanligaste anledningarna till att använda kondom är skydd mot graviditet (37 procent) och könssjukdomar (28 procent). Andelen som väljer kondom för att undvika hormonella preparat har ökat sedan 2024, från 21 till 24 procent.



A close-up photograph of a man with a beard and tattoos lying down. His mouth is open, showing his teeth. The word "ATTITYD" is overlaid in large, white, bold, sans-serif capital letters across the center of his face.

ATTITYD

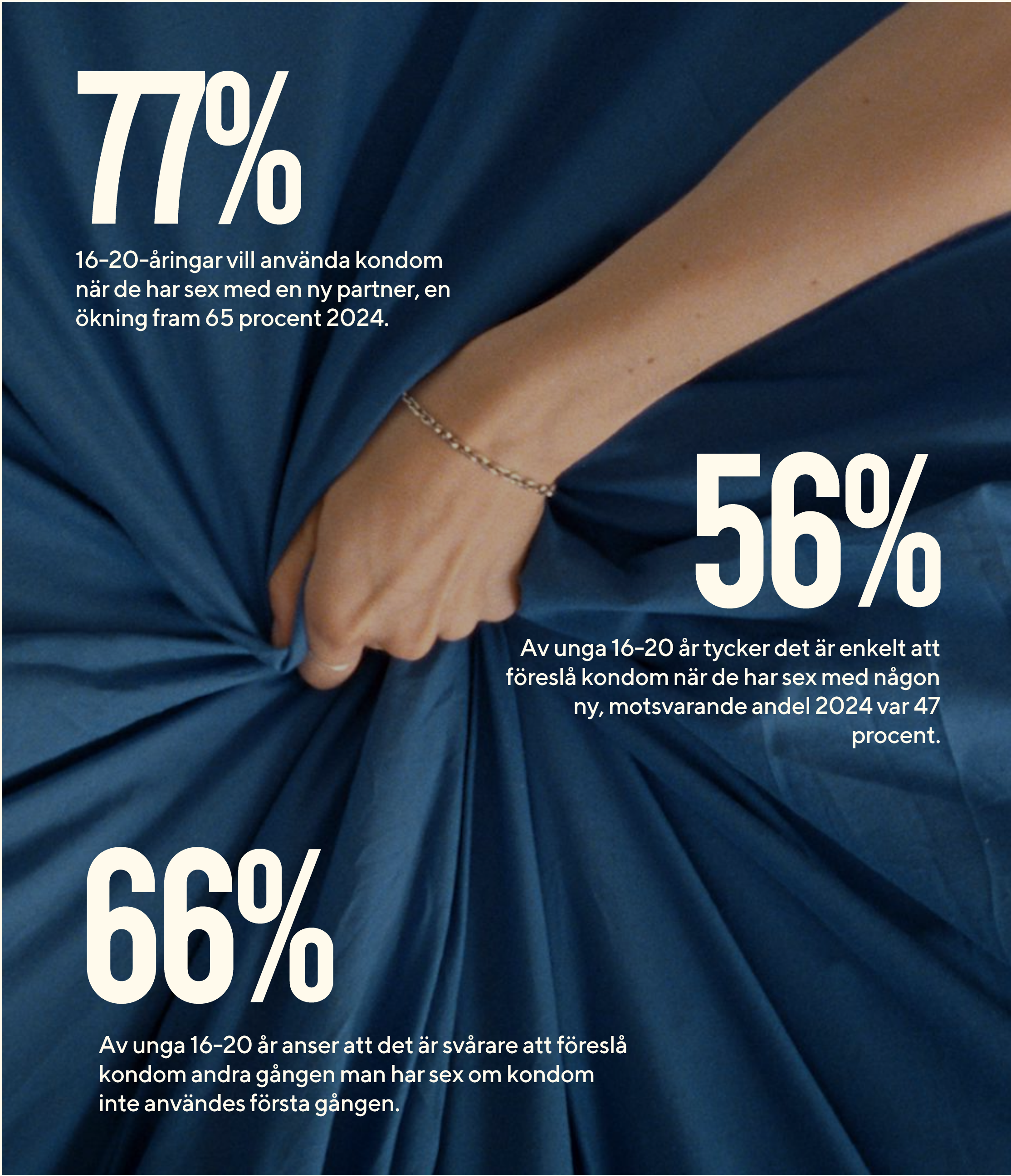
ANVÄNDNING

FLER UNGA VILL ANVÄNDA OCH TYCKER DET ÄR LÄTT ATT FÖRESLÅ KONDOM – MEN SVÅRARE OM DET INTE ANVÄNDES FÖRSTA GÅNGEN

64 procent av normmännen uppger att de skulle använda kondom med en ny partner – vilket ligger i linje med 2024 då motsvarande siffra var 63 procent. I åldersgruppen 21-35 år har intentionen att använda kondom minskat något sedan föregående år, från 67 till 65 procent. Bland de yngsta, 16-20-åringarna, har utvecklingen dock gått i motsatt riktning – 77 procent har intentionen att använda kondom när de har sex med någon ny, en ökning från 65 procent förra året.

51 procent av normmännen tycker det är lätt att föreslå kondom när de har sex med en ny partner, vilket är något lägre än förgående år då motsvarande andel var 53 procent. Bland de yngsta, mellan 16-20 år, har andelen som tycker det är enkelt att föreslå kondom ökat från 47 till 56 procent, vilket gör det till den grupp som tycker det är enklast att föreslå kondom.

Fler unga anser samtidigt att kondom är svårare att föreslå andra gången man har sex med någon, om det inte används vid första tillfället. 66 procent av 16-20-åringarna och 58 procent av 21-35-åringarna tycker att det är svårare, jämfört med 48 procent i totala befolkningen.



77%

16-20-åringar vill använda kondom när de har sex med en ny partner, en ökning fram 65 procent 2024.

56%

Av unga 16-20 år tycker det är enkelt att föreslå kondom när de har sex med någon ny, motsvarande andel 2024 var 47 procent.

66%

Av unga 16-20 år anser att det är svårare att föreslå kondom andra gången man har sex om kondom inte användes första gången.

KOMMUNIKATION



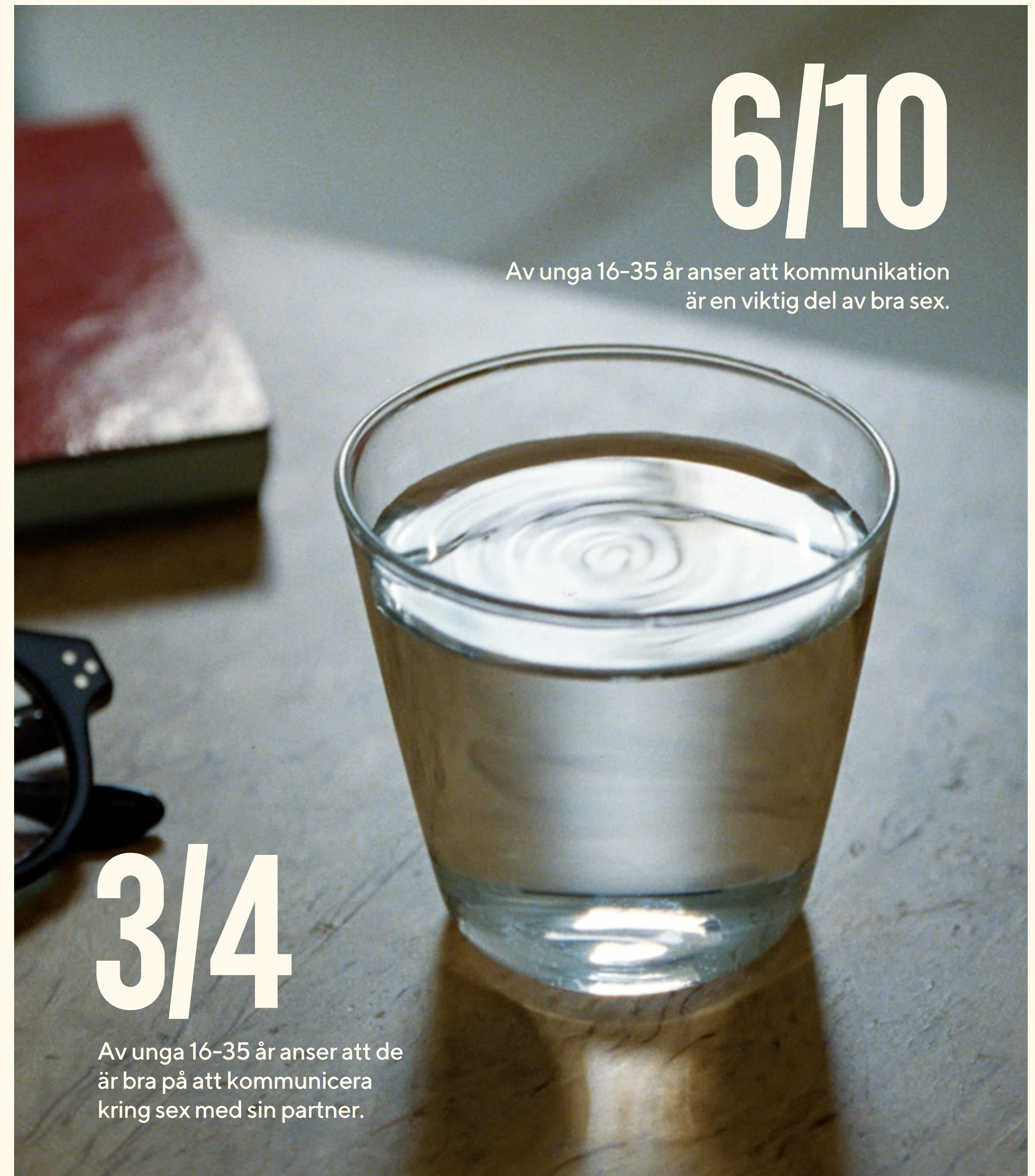
KOMMUNIKATION

UNGA BÄTTRE PÅ ATT KOMMUNICERA OM SEX – OCH UPPFATTAR KOMMUNIKATIONEN SOM VIKTIGARE

56 procent tycker kommunikation är en mycket viktig del av en tillfredsställande sexuell upplevelse, en andel som är högre bland kvinnor (66 procent) än män (47 procent) och högre bland unga 16–35 år (60 procent) än äldre 36–65 år (54 procent).

Unga är också de som anser sig vara bäst på att kommunicera kring sex med sin partner. 75 procent av 16–35 åringarna anser att de är bra på att kommunicera kring sex, jämfört med 64 procent bland 36–65-åringarna.

Bäst är normmännen på att kommunicera var de egna gränserna går (76 procent). Fler är bättre på att kommunicera kring partners preferenser (74 procent) än sina egna (69 procent).

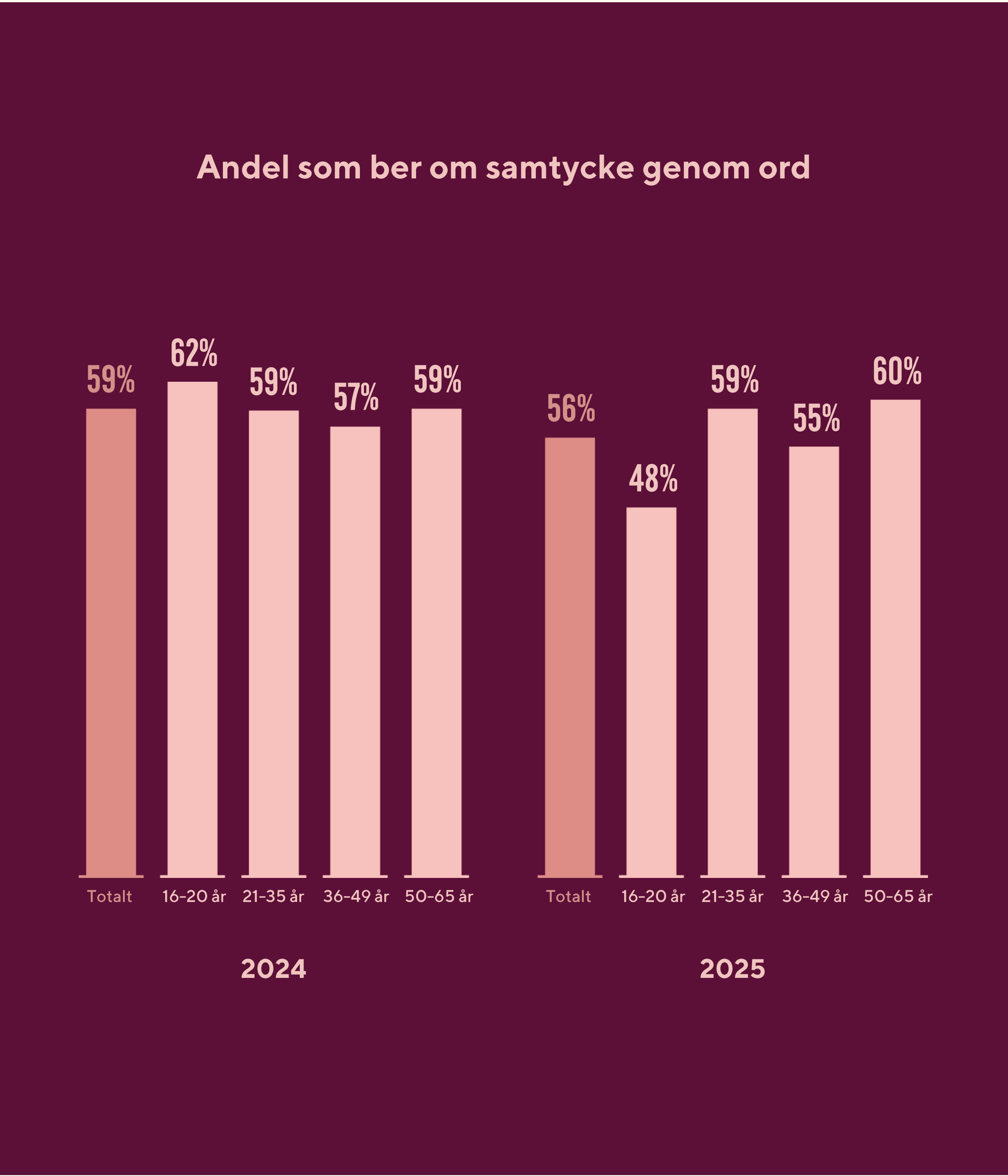


KROPPSSPRÅK VANLIGASTE SÄTTET ATT BE OM SAMTYCKE – UNGA MINDRE VERBALA ÄN ÄLDRE

När det gäller hur sex initieras använder sig 56 procent av normmännen av en rak fråga, vilket är en minskning jämfört med förra året då motsvarade siffra var 59 procent. Istället använder sig fler av kroppsspråk (71 procent), en metod som också ökat sedan 2024 (68 procent).

Vanligast är den raka frågan som tillvägagångssätt bland 21-35-åringar (59 procent) och 50-65-åringar (60 procent). Ovanligast är den bland 16-20 åringarna, där andelen som verbalt ber om samtycke minskat från 62 till 48 procent mellan 2024 och 2025.

Vanligaste associationerna till samtycke är respekt (71 procent). Unga mellan 16-20 år kopplar det i högre utsträckning godkännande men också till mer negativa ord som opraktiskt, svårt och otydligt.



DANMARK

A close-up, warm-toned photograph of a hand reaching towards a wooden board game. The board is covered with numerous circular tokens. Some tokens have orange numbers (0, 6, 7, 10) and others have various symbols (a cross, a bell, a swastika-like symbol, and a crown). The lighting is soft and focused on the hand and the tokens it is about to touch.

A close-up photograph of a woman with dark, curly hair, her mouth wide open in a scream or shout. She is in a shower, with white foam visible around her neck. The background shows a white shower wall with dark circular patterns. A large, bold, white text "ANVÄNDNING" is superimposed over the center of the image, partially covering her face.

ANVÄNDNING

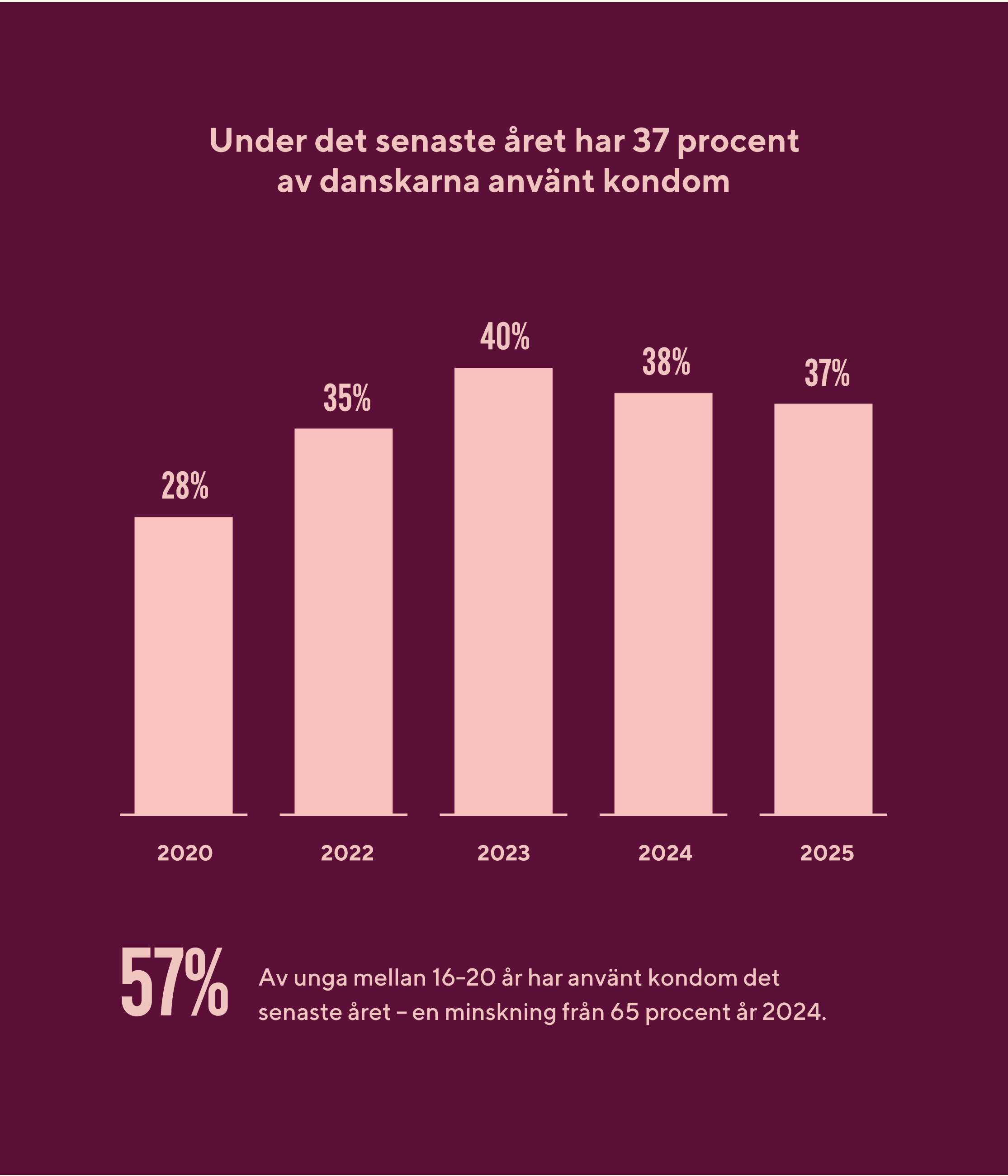
ANVÄNDNING

KONDOMANVÄNDNINGEN I DANMARK SJUNKER – STÖRST MINSKNING BLAND TONÅRINGAR

Det senaste året har 37 procent av danskarna använt kondom, vilket innebär en fortsatt minskning i kondomanvändande som pågått under de senaste två åren (40 procent 2023, 38 procent 2024).

Tydligast är minskningen i kondomanvändande bland de yngsta, 16-20-åringarna, där användningen minskat från 65 till 57 procent det senaste året. Bland 21-35-åringarna har användandet dock gått i motsatt riktning, och ökat från 48 till 51 procent det senaste året.

Andelen som inte använder något skydd fortsätter samtidigt att minska, och uppgår nu till 26 procent (jämfört med 27 procent 2024 och 32 procent 2019).



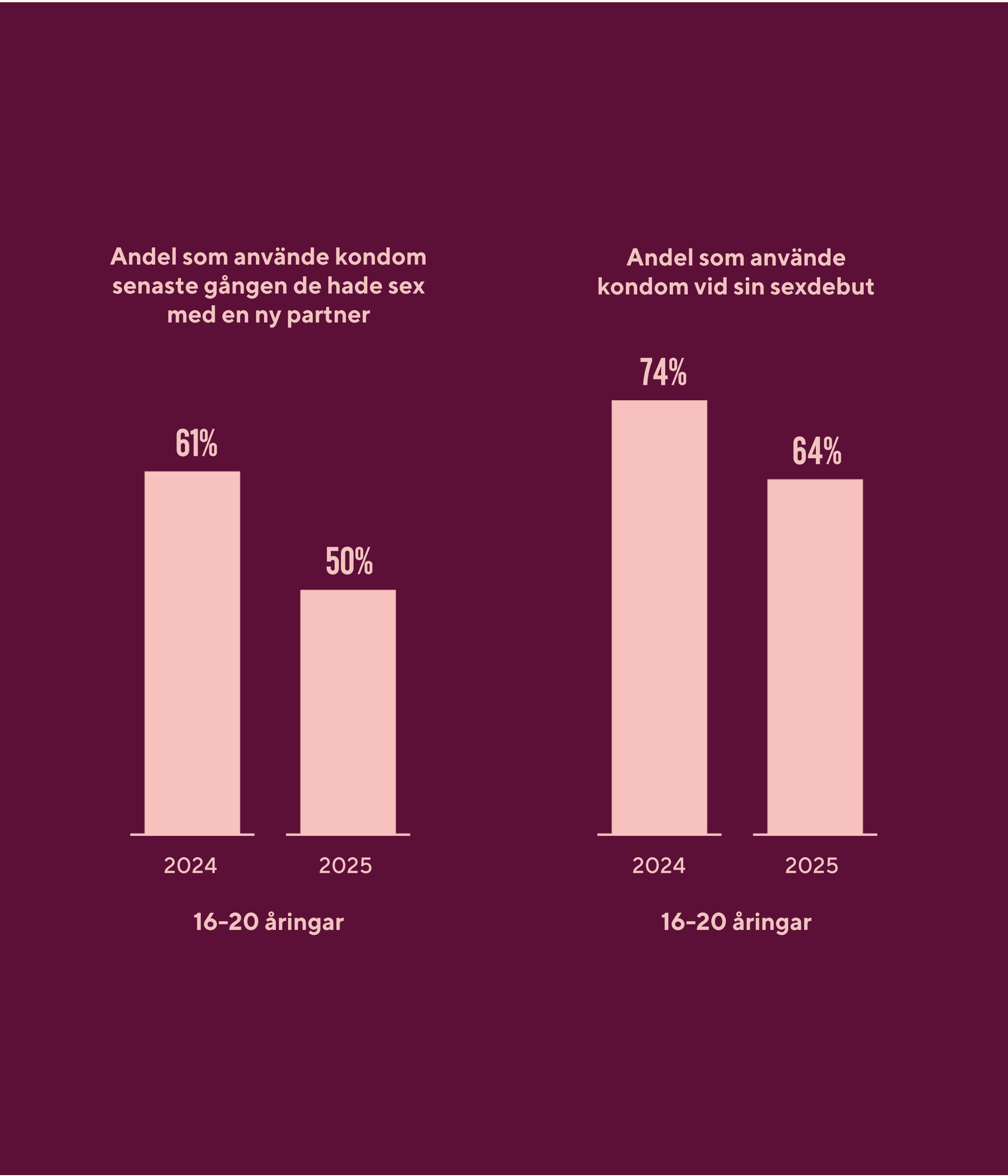
ANVÄNDNING

FÄRRE UNGA ANVÄNDE KONDOM VID SEX MED NY PARTNER OCH VID SIN SEXDEBUT

49 procent av danskarna använde kondom senaste gången de hade sex med en ny partner, vilket innebär att andelen minskat de senaste två åren. 2024 var motsvarande andel 50 procent och 2023 52 procent.

Bland de yngsta danskarna, mellan 16-20 år, märks nedgången särskilt tydligt. Förra året uppgav 61 procent av de yngsta att de använt kondom senaste gången de hade sex med en ny partner, i år var samma siffra 50 procent.

Även när det kommer till andelen unga som hade kondom vid sin sexdebut har användningen minskat. Förra året uppgav 74 procent av 16-20 åringarna att de hade kondom första gången de hade sex, att jämföra med 64 procent i år.



ANVÄNDNING

KONDOM FORTSATT DANSKARNAS POPULÄRASTE PREVENTIVMETOD – MEN FÄRRE ANVÄNDER DET FÖR ATT SKYDDA MOT KÖNSSJUKDOMAR

Kondom är fortsatt den populäraste preventivmetoden bland danskarna, 28 procent uppger att kondom är deras vanligaste preventivmetod, vilket ligger i princip i linje med föregående år (29 procent). Näst vanligast är p-piller, minipiller, P-stav eller P-ring (19 procent) och därefter spiral (14 procent).

Bland unga mellan 16–20 år är hormonbaserade preventivmedel vanligast (34 procent), samtidigt har andelen som använder p-piller, minipiller, p-stav eller p-ring minskat sedan föregående år då motsvarande siffra var 44 procent.

De vanligaste anledningarna till att använda kondom är skydd mot graviditet (47 procent) samt könssjukdomar (35 procent). Andelen som uppger att de använder kondom för att skydda mot könssjukdomar har samtidigt minskat sedan föregående år, då motsvarande siffra var 39 procent.



35%

Använder kondom för att skydda mot
könssjukdomar, jämfört med 39 procent 2024.

28%

Uppger att kondom är deras vanligaste
preventivmetod. Det gör den till den
vanligaste metoden bland danskarna.

ATTITYD

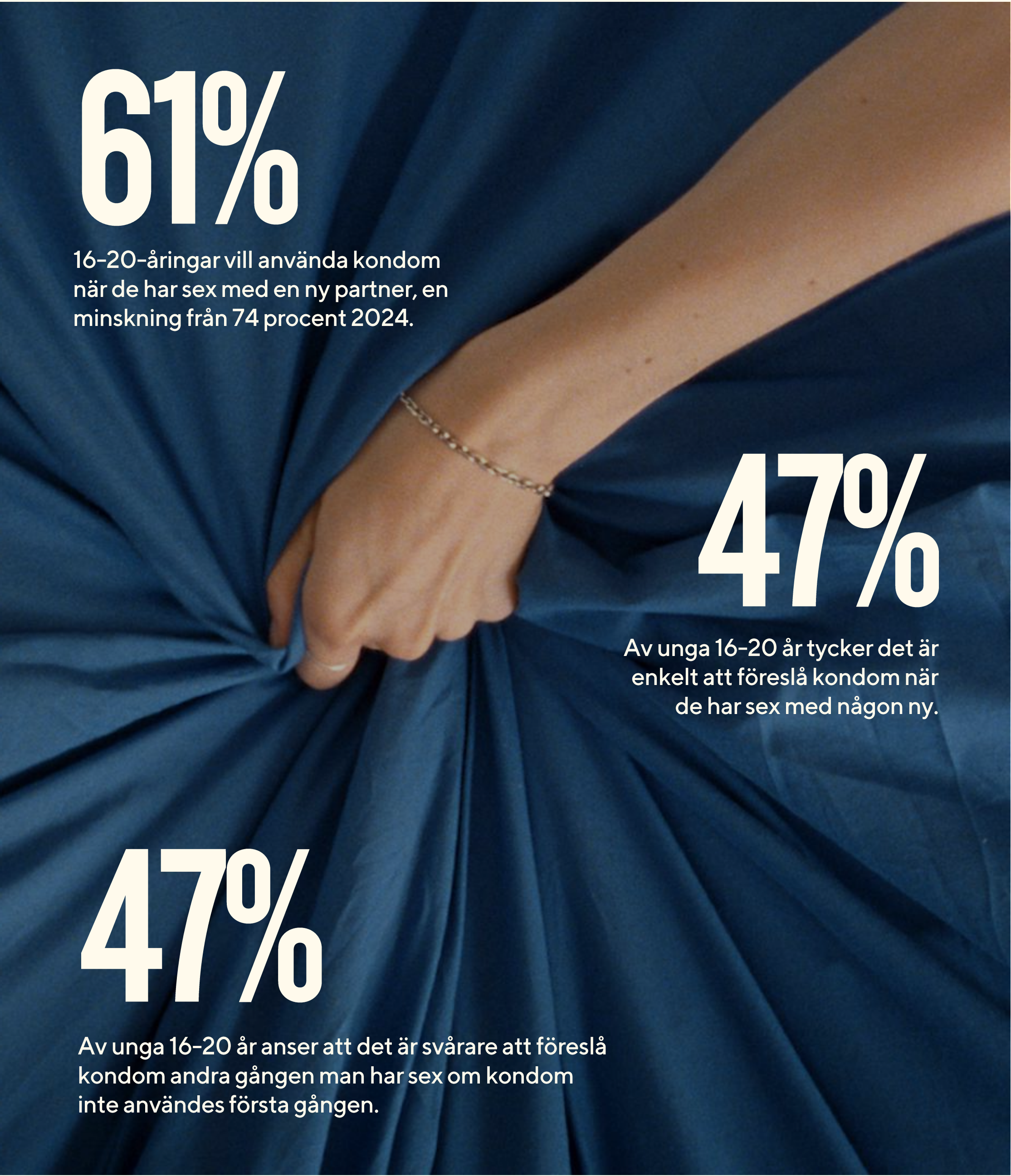
ATTITYD

UNGAS INTENTION ATT ANVÄNDA KONDOM MINSKAR – SVÅRARE ATT FÖRESLÅ FÖR NY PARTNER

70 procent av danskarna uppger att de skulle använda kondom med en ny partner – en liten ökning jämfört med 2024 då motsvarande siffra var 68 procent. Även i åldersgruppen 21-35 år har intentionen att använda kondom ökat något, från 75 till 76 procent. Bland de yngsta, 16-20-åringarna, har utvecklingen dock gått i motsatt riktning – 61 procent har intentionen att använda kondom när de har sex med någon ny, en minskning från 74 procent förra året och den lägsta siffran på 5 år.

56 procent av danskarna tycker att det är lätt att föreslå kondom när de har sex med en ny partner – vilket är en ökning jämfört med föregående år då motsvarande siffra var 51 procent. Enklast är det för åldersgruppen 21-35 där 61 procent tyckte att det var lätt. De yngsta, 16-20 år, är den grupp som upplevde det svårast att föreslå kondom, endast 47 procent upplevde det som lätt.

Fler unga anser också att kondom är svårare att föreslå andra gången man har sex med någon, om det inte används vid första tillfället. 47 procent av 16-20-åringarna och 40 procent av 21-35-åringarna tycker att det är svårare, jämfört med 31 procent i totala befolkningen.



KOMMUNIKATION



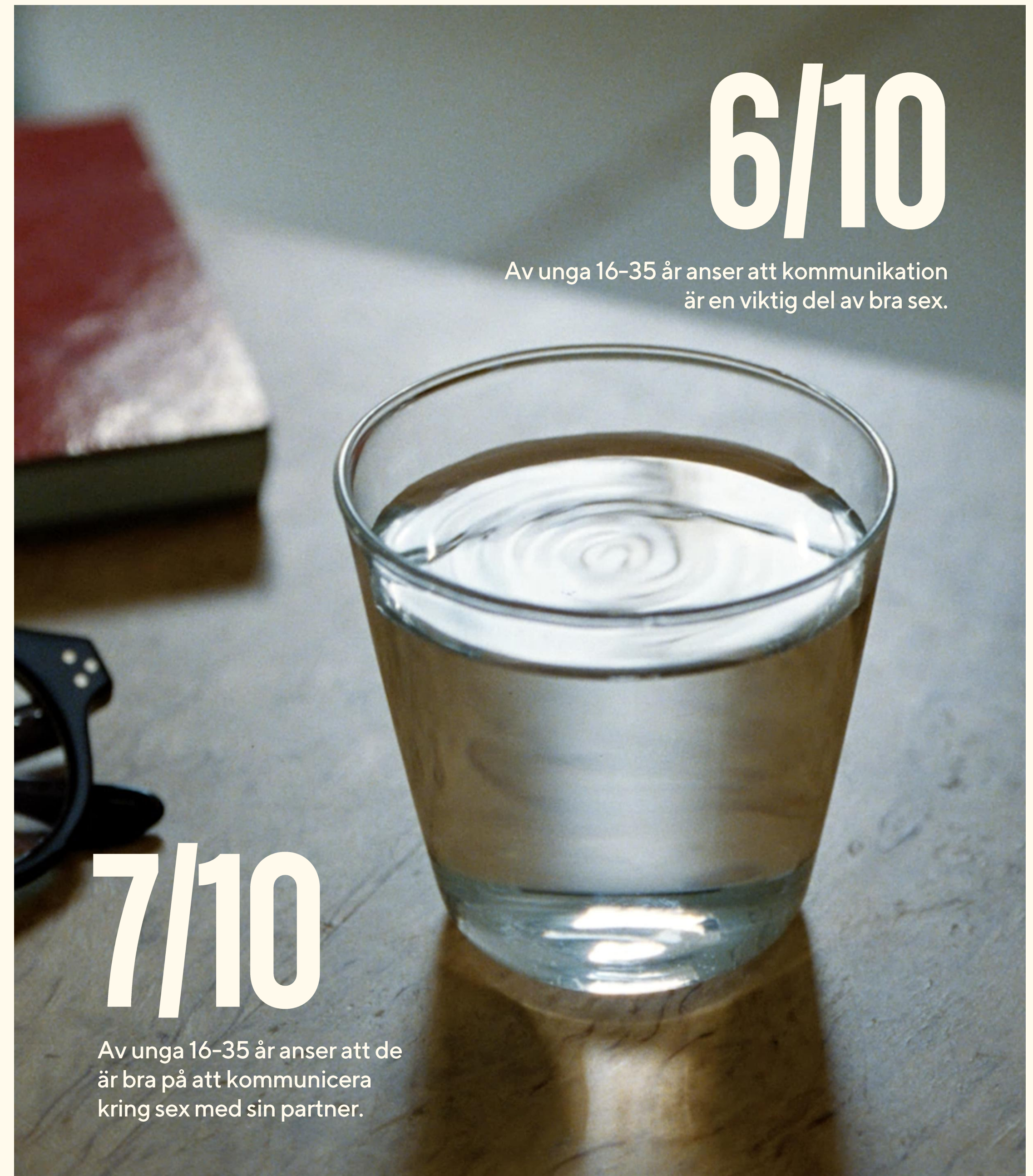
KOMMUNIKATION

UNGA BÄTTRE PÅ ATT KOMMUNICERA OM SEX – OCH UPPFATTAR KOMMUNIKATIONEN SOM VIKTIGARE

59 procent tycker kommunikation är en mycket viktig del av en tillfredsställande sexuell upplevelse, en andel som är högre bland kvinnor (64 procent) än män (54 procent) och högre bland unga 16–35 år (63 procent) än äldre 36–65 år (55 procent).

Unga är också de som anser sig vara bäst på att kommunicera kring sex med sin partner. 70 procent av 16–35 åringarna anser att de är bra på att kommunicera kring sex, jämfört med 67 procent bland 36–65-åringarna.

Bäst är danskarna på att kommunicera var de egna gränserna går (75 procent). Fler är bättre på att kommunicera kring partners preferenser (72 procent) än sina egna (64 procent).

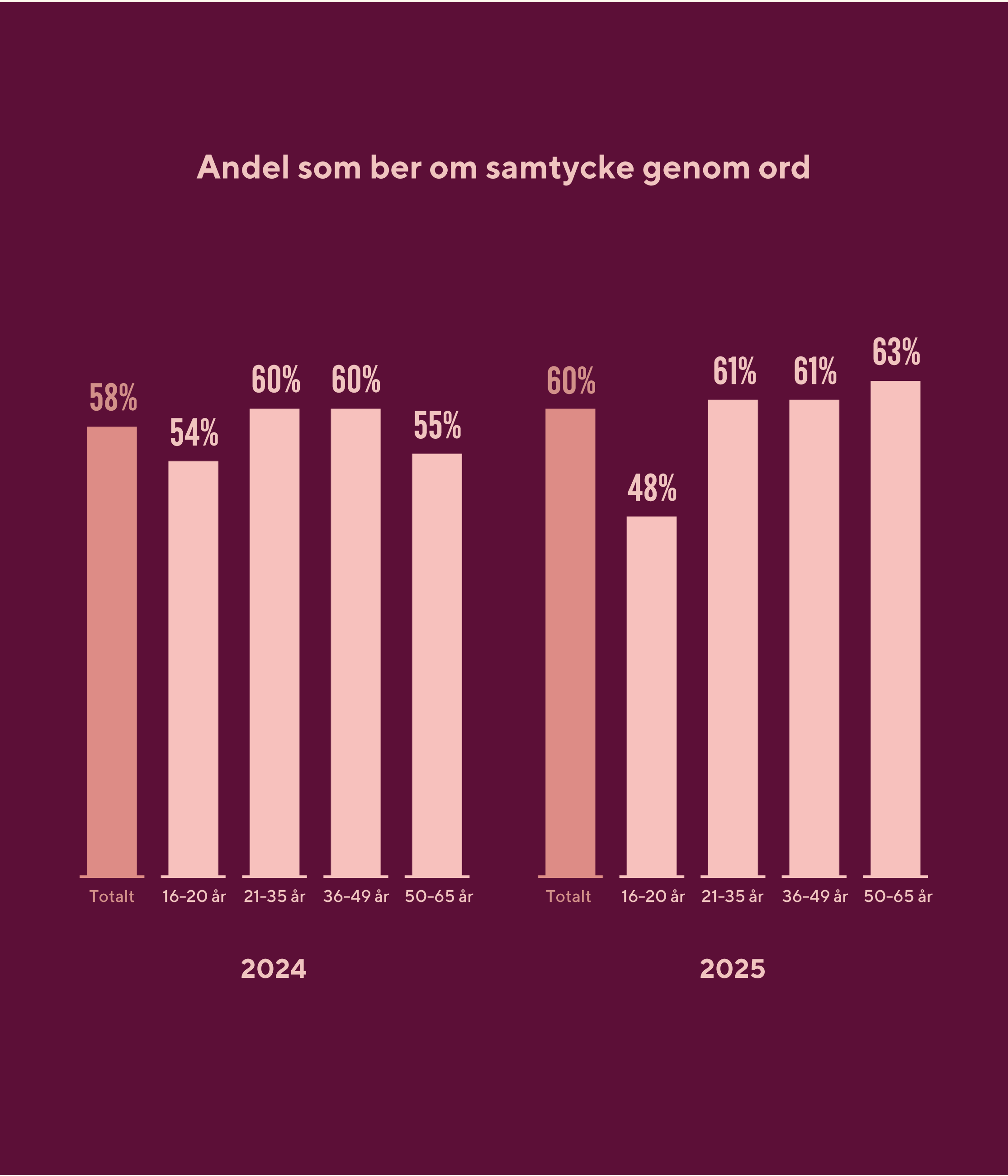


KROPPSSPRÅK VANLIGASTE SÄTTET ATT BE OM SAMTYCKE – UNGA MINDRE VERBALA ÄN ÄLDRE

När det gäller hur sex initieras använder sig 60 procent av danskarna av en rak fråga, vilket är en viss ökning jämfört med förra året då motsvarande siffra var 58 procent. Vanligast är dock fortsatt att använda sig av kroppsspråk (66 procent).

Vanligast är den raka frågan som tillvägagångssätt bland 50-65-åringar (63 procent), en andel som ökat från 2024 då motsvarande siffra var 55 procent. Ovanligast är den bland 16-20 åringarna, där andelen som verbalt ber om samtycke har minskat från 54 procent 2024 till 48 procent 2025.

Vanligaste associationerna till samtycke är respekt (64 procent). Unga mellan 16-20 år kopplar det i högre utsträckning godkännande men också till mer negativa ord som opraktiskt, svårt och otydligt.



A white horse is rearing up on its hind legs in a lush green field. The sun is low on the horizon, creating a warm, golden glow and a lens flare effect. The background consists of a dense line of trees under a clear sky. The word "FINLAND" is overlaid in large, white, bold capital letters across the center of the image.

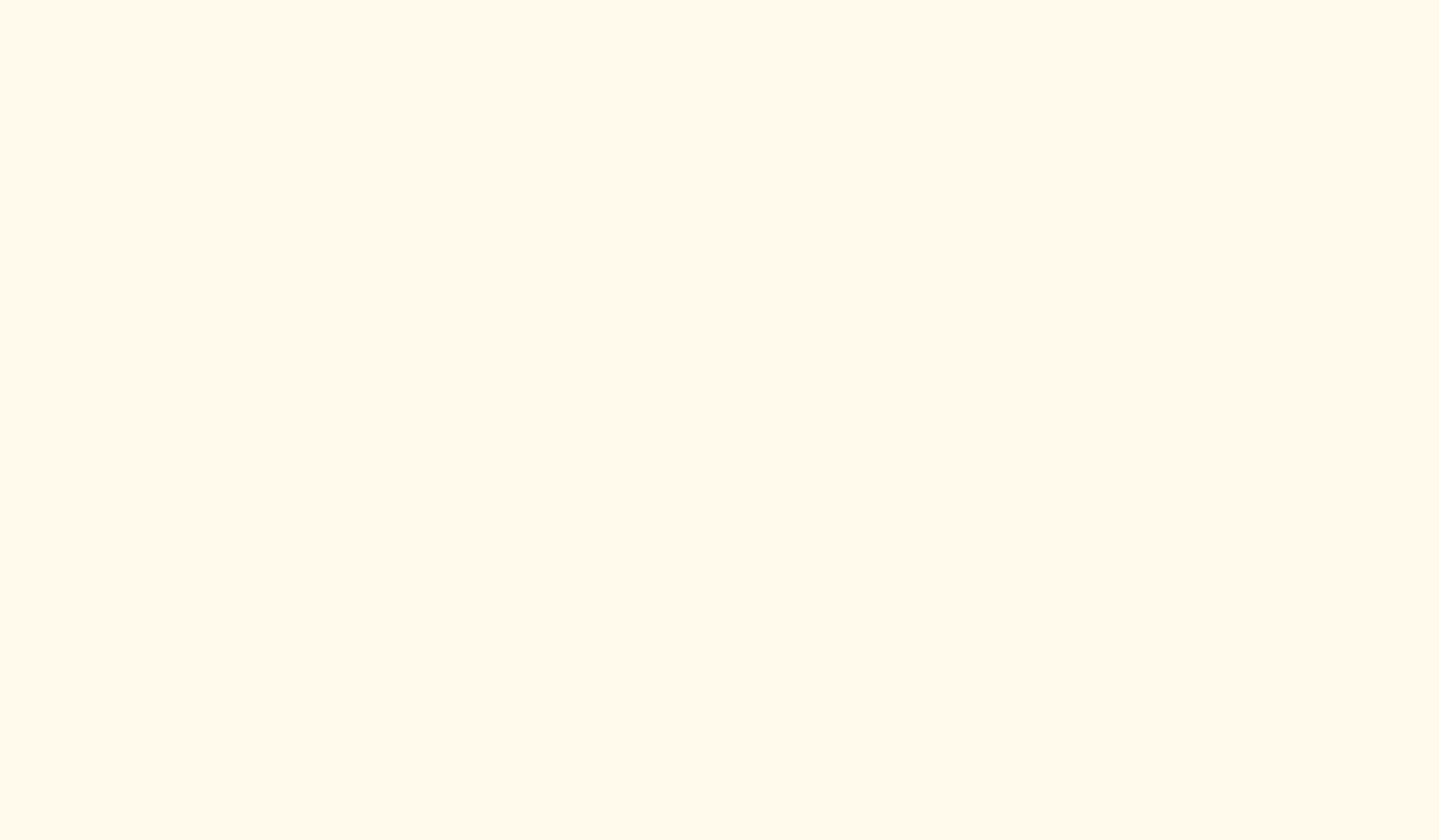
FINLAND

ANVÄNDNING

A close-up photograph of a woman in a shower, her mouth wide open in a scream or shout. She has dark, wet hair and is wearing a gold chain necklace. The background shows the white tiled wall of the shower with dark grout. The word "ANVÄNDNING" is overlaid in large, bold, white capital letters across the center of the image.

ANVÄNDNING

KONDOMANVÄNDNINGEN I FINLAND ÖKAR



Det senaste året har 41 procent av finländarna använt kondom, vilket är en ökning jämfört med föregående år då motsvarande siffra var 39 procent.

Även bland unga är kondomanvändningen stabil, 70 procent av 16-20-åringarna och 53 procent av 21-35-åringarna har använt kondom senaste året, vilket ligger i linje med förra årets resultat.

Andelen som inte använder något skydd fortsätter samtidigt att minska, och uppgår nu till 25 procent (jämfört med 27 procent 2024 och 31 procent 2019).

Under det senaste året har 41 procent av finländarna använt kondom

År	Andelen som använder kondom (%)
2019	33%
2020	33%
2022	41%
2023	40%
2024	39%
2025	41%

7/10 Unga mellan 16-20 år har använt kondom det senaste året.

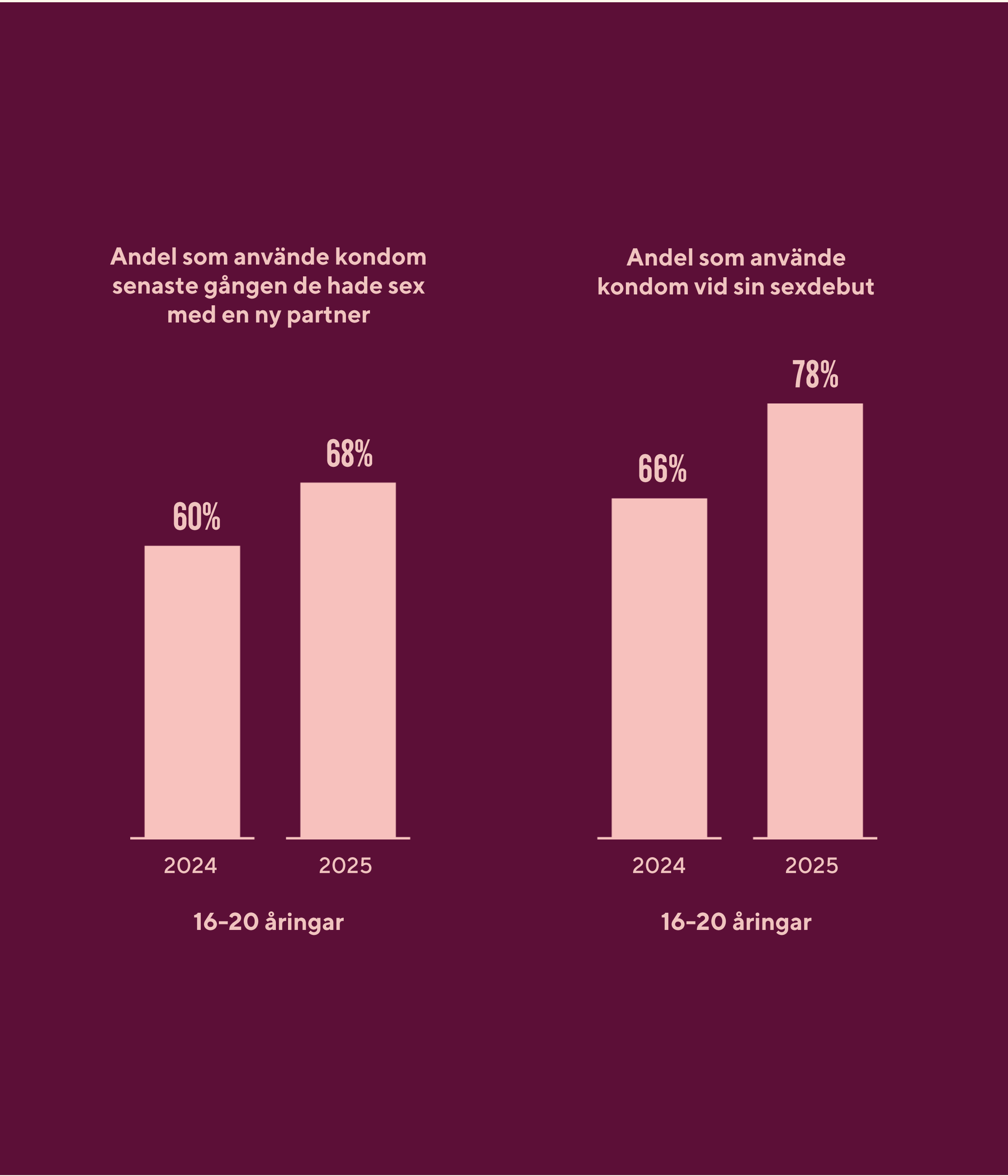
ANVÄNDNING

FLER UNGA ANVÄNDE KONDOM VID SEX MED NY PARTNER OCH VID SIN SEXDEBUT

Drygt hälften (54 procent) av finländarna använde kondom senaste gången de hade sex med en ny partner, vilket är viss minskning sedan föregående år då motsvarande andel var 55 procent. 2023 låg andelen på 57 procent. Även andelen unga mellan 21-35 år som använde kondom senaste gången de låg med någon ny minskar något, från 60 till 59 procent.

Bland de yngsta mellan 16-20 år ökade samtidigt andelen som hade kondom senaste gången de hade sex med en ny partner, från 60 till 68 procent.

Andelen unga mellan 16-20 år som använde kondom vid sin sexdebut har också ökat från 66 procent 2024 till 78 procent 2025.



ANVÄNDNING

KONDOM ÖKAR I POPULARITET HOS FINLÄNDARNA – INTE MINST BLAND UNGA

32 procent av finländarna anger kondom som sin vanligaste preventivmetod, en stadig ökning från 30 procent 2024 och 28 procent 2023. Näst vanligast är hormonbaserade preventivmedel som p-piller, minipiller, P-stav eller P-ring (15 procent) tillsammans med spiral (15 procent). Hormonbaserade preventivmedel har samtidigt minskat i popularitet sedan 2024, då 17 procent av finländarna angav det som sin vanligaste preventivmetod.

Även bland unga ökar kondomens popularitet mer än i resten av befolkningen, 58 procent av unga mellan 16-20 år uppger kondom som sitt vanligaste preventivmedel, jämfört med 50 procent 2024 och 41 procent 2023.

De vanligaste anledningarna till att använda kondom är skydd mot könssjukdomar (47 procent) och graviditet (46 procent).



A close-up photograph of a man with a beard and tattoos lying on a blue surface. His eyes are closed, and his mouth is open, showing his teeth. The word "ATTITYD" is overlaid in large, white, bold, sans-serif capital letters across the center of his face.

ATTITYD

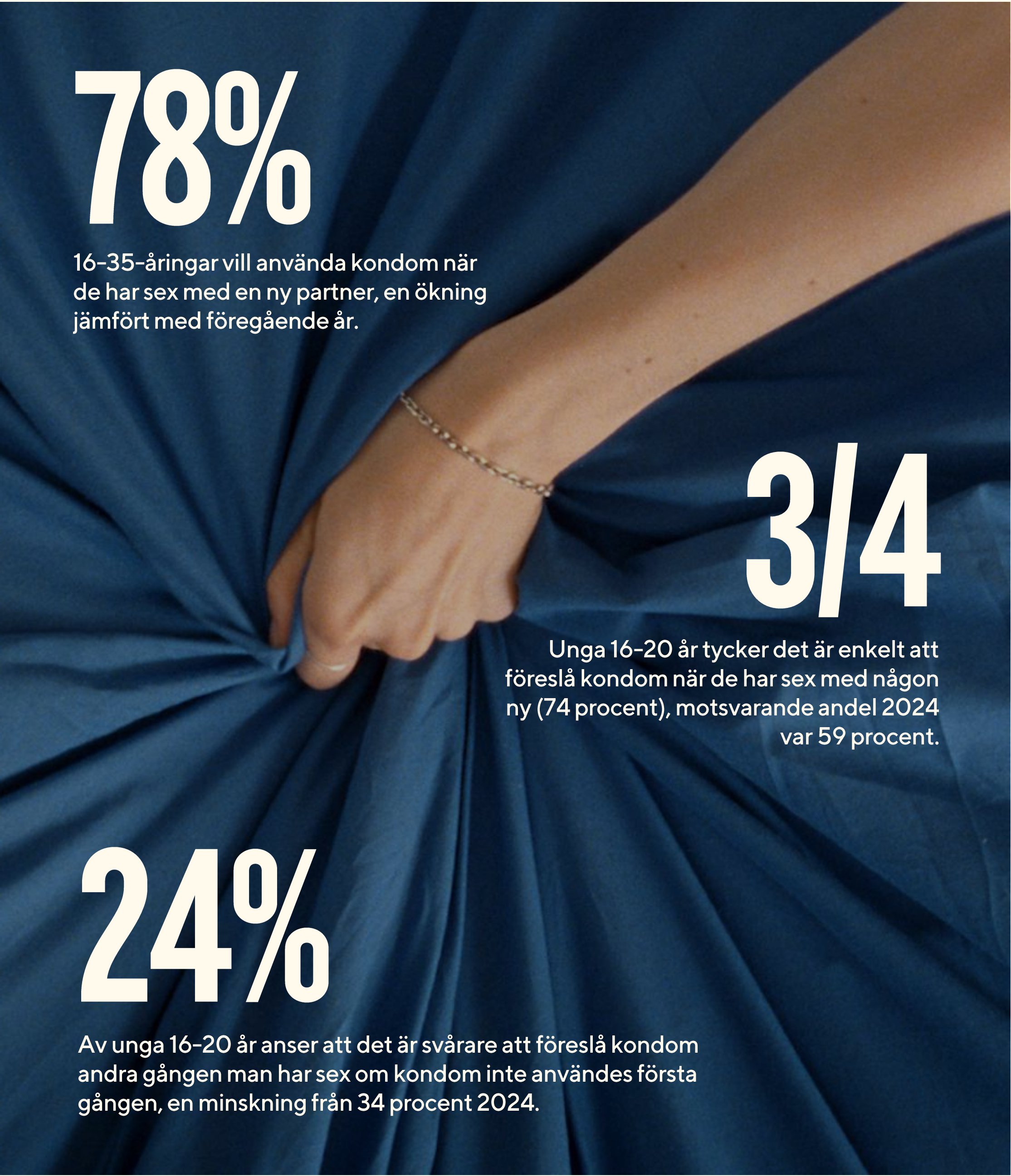
ATTITYD

FLER UNGA VILL ANVÄNDA OCH TYCKER DET ÄR LÄTT ATT FÖRESLÅ KONDOM – ÄVEN OM DET INTE ANVÄNDES FÖRSTA GÅNGEN

71 procent av finländarna uppger att de skulle använda kondom med en ny partner – en viss ökning jämfört med 2024 då motsvarande siffra var 69 procent. Bland unga har intentionen att använda kondom ökat mer, i åldersgruppen 21-35 år från 75 till 78 procent och bland de yngsta, 16-20-åringarna, från 70 till 78 procent det senaste året.

72 procent av finländarna tycker det är lätt att föreslå kondom när de har sex med en ny partner, vilket är i linje med förra årets resultat. Störst ökning har skett bland de yngsta, mellan 16-20 år, där andelen som tycker det är enkelt att föreslå kondom ökat från 59 till 74 procent.

Även när det kommer till huruvida det är svårare att föreslå kondom andra gången man har sex, om det inte användes första gången, syns en positiv trend bland unga. Andelen unga 16-20-åringarna som tycker att det är svårare att föreslå kondom andra gången man har sex har minskat från och 34 till 24 procent senaste året.



KOMMUNIKATION

A close-up photograph of a hand with a colorful floral tattoo and a silver bracelet resting on the top edge of a dark, ornate wooden headboard. The headboard features intricate carvings and a curved top. The background is a wall with a textured, light-colored fabric or paper covering. The word 'KOMMUNIKATION' is overlaid in large, white, bold, sans-serif capital letters across the center of the image.

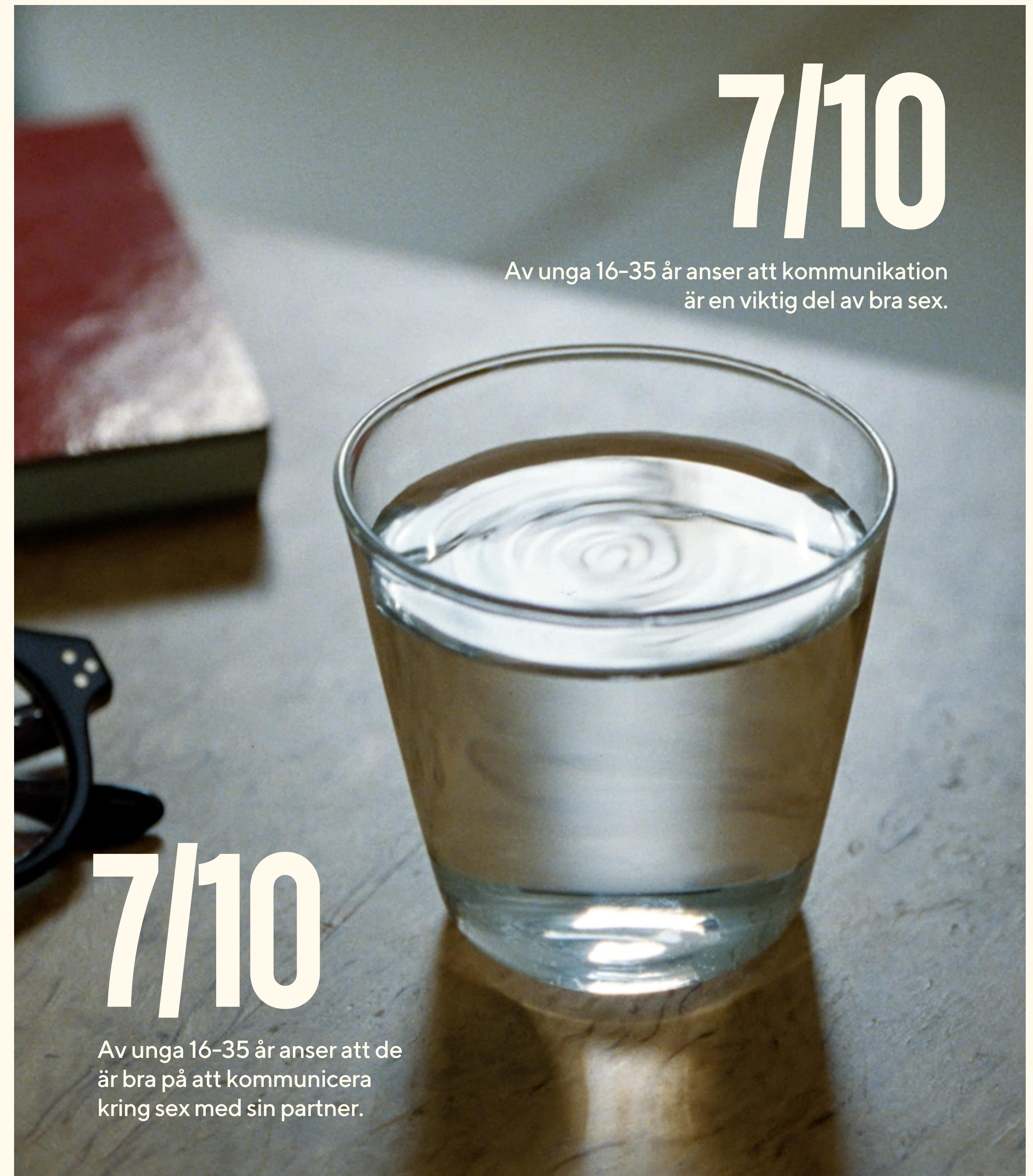
KOMMUNIKATION

UNGA BÄTTRE PÅ ATT KOMMUNICERA OM SEX – OCH UPPFATTAR KOMMUNIKATIONEN SOM VIKTIGARE

65 procent tycker kommunikation är en mycket viktig del av en tillfredsställande sexuell upplevelse, en andel som är högre bland kvinnor (75 procent) än män (55 procent) och högre bland unga 16–35 år (69 procent) än äldre 36–65 år (61 procent).

Unga är också de som anser sig vara bäst på att kommunicera kring sex med sin partner. 69 procent av 16–35 åringarna anser att de är bra på att kommunicera kring sex, jämfört med 61 procent bland 36–65-åringarna.

Bäst är finländarna på att kommunicera var de egna gränserna går (78 procent). Fler är bättre på att kommunicera kring partners preferenser (73 procent) än sina egna (66 procent).

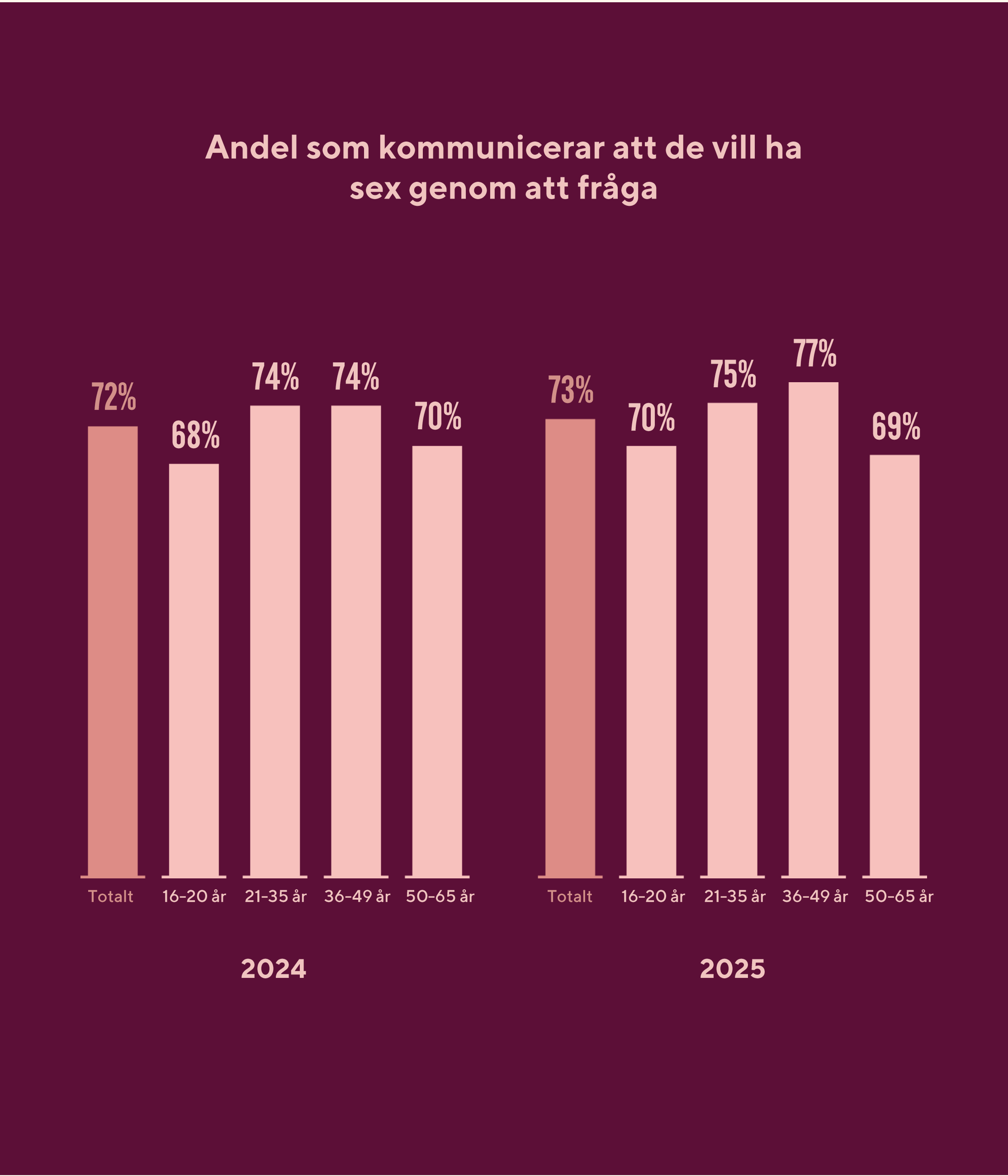


FINLÄNDARE BER OM SAMTYCKE GENOM ATT FRÅGA

När det gäller hur sex initieras använder sig 73% av finländarna av en rak fråga, vilket gör det till det vanligaste tillvägagångssättet följt av kroppsspråk (70%). Resultaten är i linje med förra året då motsvarande siffror var 72% respektive 70%

Bland unga mellan 16–35 år det något vanligare att man använder sig av kroppsspråk än en rak fråga. Andelen unga som verbalt ber om samtycke har samtidigt ökat sedan föregående år, från 71 till 73%, samtidigt som andelen som använder sig av kroppsspråk minskat från 78 till 74%.

Vanligaste associationerna till samtycke är respekt (66%) och acceptans (61%). Unga mellan 16–20 år kopplar det i högre utsträckning "självklart".





FOR THE FREEDOM OF EVERY BODY

Undersökningen genomfördes med hjälp av Bilendis onlineundersökning i paneler i Sverige, Norge, Finland och Danmark i augusti 2025.