

RESULTATER OG ANBEFALINGER 3/2026

Bærekraftige energipraksiser blant norske husholdninger: Like vilkår eller ønskedrøm?

Av Eivind Hjort Matthiasen (Fridtjof Nansens Institutt)

19. juni 2026

Forskningsspørsmål

Avhandlingen studerer hvordan husholdninger i Oslo-området med ulike sosioøkonomisk bakgrunn bruker og snakker om elektrisk strøm i hverdagen. Målet var å kartlegge hvilke grupper som har mulighet til å delta i bærekraftige energipraksiser. Bærekraftige energipraksiser kan forstås som alt fra atferdsendringer – som for eksempel å endre tidspunktet man bruker strøm for å avlaste nettet – til bruk av klimavennlig teknologi i form av energieffektive varmesystemer, isolering av hjem, smart-teknologi med mer. Studien tar utgangspunkt i tre ulike sosioøkonomiske grupper – eller sosiale klasser – som alle har forskjellig grad av økonomisk kjøpekraft og utdanningsbakgrunn. Litt forenklet vil det si at utvalget består av: en gruppe med antatt lav inntekt og utdanning; en gruppe med høyere utdanning, men relativt sett lavere inntekt enn neste gruppe; en gruppe med høyere inntekt, men lavere utdanning relativt til gruppe nummer to. Totalt ble 37 personer med ulike typer klassebakgrunn intervjuet.

Det er viktig å se på ulikhetsperspektiver i energiforbruk i en norsk kontekst, ettersom Norge er et relativt egalitært land, kombinert med at strømpriser har vært lave historisk sett. Dette har resultert i at ulikhet i strømforbruk har fått lite oppmerksomhet. Det snudde med strømkrisen i 2022, som gikk parallelt med studien. Med høyere strømpriser har fokuset blitt rettet mer mot ulikhet i strømforbruk, og begrepet energifattigdom har kommet lengre opp på dagsorden. Samtidig har en rekke politiske tiltak blitt iverksatt for å oppfordre til «smartere» bruk av strøm (for eksempel billigere nettleie om natten) og for å lette på det økonomiske trykket som følger av høye strømpriser gjennom strømstøtte og norgespris.

Sentrale funn

Studien viser hvordan klassetilhørighet (i form av inntekt og utdanning) farger hvordan elektrisk strøm brukes, samt hvordan det snakkes om den. Klasse og alder påvirker også andre sentrale parametere for strømforbruk, som for eksempel boligtype (enebolig versus leilighet) og eierform (eier versus leietaker). Videre ble ulike temaer rundt husholdningers forbruk av strøm belyst – for eksempel hvordan yrker med visse arbeidstidsordninger kan gi mindre fleksibilitet i strømbruken og lede til mer tidspress, forskjeller i hvordan høye



strømpriser og strømreregninger oppleves økonomisk, og hvordan leietakere eller eiere av leiligheter opplever begrenset handlingsrom.

Overordnet finner studien at husholdninger med sterk økonomi har bedre tilgang på energieffektiv teknologi og smarte systemer som gjør at de enklere kan delta i bærekraftige energipraksiser. Dette viste seg ofte i form av automatiserte systemer som endret når strømmen ble brukt for å unngå høye priser, samt omfattende renoveringer som innebar isolering av store eneboliger. Men, studien viser at det er i samspillet mellom økonomi og kultur at ulikheten blir større. De med mer økonomiske og utdanningsmessige ressurser kobler ofte strømforbruket sitt til legitime diskurser og koder i samfunnet, for eksempel ved å knytte bruk av energieffektive og smarte apparater til miljøbevissthet, energieffektivitet og det å være en «first mover» på teknologi. Dette er alle diskurser som i stor grad kan sies å verdsettes i det norske samfunnet, og som ofte er legitimert gjennom ulike former for politikk. På tross av disse bærekraftige endringene i strømforbruk så bodde mange av personene i utvalget med mest ressurser i store eneboliger sammen med partneren sin, noe som medførte et betydelig strømforbruk.

I motsetning til disse ressurssterke husholdningene har de med dårligere økonomi og lavere utdanning mindre tilgang på dyr teknologi og renoveringer. I mange tilfeller hadde disse husholdningene imidlertid gått gjennom adferdsendringer ved å bli bevisst på når strøm brukes, hvor mye strøm husholdningen brukte på en og samme tid, og ved å gå til innkjøp av rimeligere energieffektive tiltak som LED-pærer og bedre panelovner. Selv om de gjennomgikk alle disse endringene og tiltakene, så ble koblingen mellom miljø og strømforbruk sjeldent trukket fram. Tvert imot, så var det i stor grad den økonomiske nødvendigheten knyttet til strømsparing som ble nevnt. Det er i skjæringspunktet mellom økonomi og kulturell kompetanse at forskjellene oppstår, hvorav de mer sårbare, mindre ressurssterke husholdningene ikke blir vedkjent samme legitimitet rundt sine bidrag til energiomstillingen. Dette er problematisk fordi ressurssterke gruppers bidrag til energiomstillingen potensielt blir tillagt mer vekt enn bidrag fra mindre ressurssterke grupper, som igjen har implikasjoner for rettferdighet, fordeling og legitimitet for omstillingen.

Implikasjoner

Funnene har implikasjoner for politikkutvikling. Som nevnt innledningsvis, så har det vært innført en hel rekke strømtiltak og politikk underveis i strømkrisen, enten det er i form av økonomisk støtte til strømforbruk eller incentiver til å flytte strømforbruk til timer hvor det er mer kapasitet i nettet. Disse tiltakene er ofte universelt utformet, slik at omfordelingsnøkkelen er lik for alle. For å bruke et litt forenklet eksempel: strømtøtta og norgespris kompenserer på bakgrunn av en husholdnings totale forbruk (antall kilowatt-timer i måneden). Det vil si at de som bruker mest blir premiært med mer økonomisk støtte,



og vice versa. Dette bidrar til å forsterke den ovennevnte dynamikken, hvor de mindre ressurssterke gruppene relativt sett får et dårligere grunnlag til å delta i bærekraftige energipraksiser.

Studien støtter derfor tiltak som går mer i retning av sosial energipolitikk, hvor omfordeling av goder som økonomi og insentiver kompenserer for de sosiale ulikhetene som eksisterer i det norske samfunnet.

Forskningen som ligger til grunn

Forskningen er basert på doktorgradsavhandlingen «Understanding households' transitions to sustainable energy practices: A level playing field or a pipe dream?», som inngår i INCLUDEs Arbeidspakke 1: «Energisystemer i endring». Avhandlingen ble skrevet i perioden 2021-2025 og forsvart 19. januar 2026 ved UiO. Fulltekst er tilgjengelig i Nasjonalt Vitenarkiv (lenke under).

Publikasjoner

- Matthiasen, Eivind Hjort (2026): Understanding households' transitions to sustainable energy practices: A level playing field or a pipe dream? Ph.d.-avhandling, Universitetet i Oslo. Lenke: <https://nva.sikt.no/registration/019c0473c0e7-ff680a83-f9d6-4e6a-9f2b-25388217f323>