Visit Sweden News Room

Sverige lanserar resebyrå för introverta

Resor är ofta utformade med den extroverta resenären i åtanke - med dagar fyllda av aktiviteter och upplevelser och där sociala möten avlöser varandra. Ändå är det bara 14 procent av resenärerna som beskriver sig som extroverta medan hela 41 procent ser sig som introverta och 45 procent som en blandning av båda. Nu tar Sverige ett nytt grepp där personligt utrymme och umgänge på egna villkor blir en reseanledning.



Foto: The Introvert Travel Agency, Visit Sweden (Ladda ner HÄR)

Samtidigt som populära resmål i världen brottas med överturism, trängsel och fullbokade upplevelser visar en ny undersökning att många resenärer söker något annat: lugnare miljöer, mindre sociala krav och friheten att uppleva ett resmål i sin egen takt. Undersökningen, som omfattar nio marknader och som Visit Sweden låtit YouGov genomföra, visar att hela 67 procent föredrar resmål där socialt umgänge känns som ett val snarare än en förväntan och 53 procent skulle vara beredda att betala extra för resealternativ som erbjuder mer lugn, avskildhet eller mindre trängsel.

Som svar på den här längtan lanserar nu Sverige *The Introvert Travel Agency* – en resetjänst för resenärer som vill uppleva mycket och samtidigt ha utrymme för sig själva och friheten att bestämma när och hur de umgås med andra.

Se filmen *The Introvert Travel Agency* HÄR

Sverige har särskilt goda förutsättningar för den här typen av resande. Här finns gott om plats för stora upplevelser, i ett lugnt tempo alltid med naturen nära till hands – även i städerna. Men här finns också en social kultur där det personliga utrymmet respekteras och tystnaden inte behöver fyllas med ord. Att ta en kaffe på egen hand är inget märkvärdigt och vänlighet behöver inte innebära ständig konversation. Det ger utrymme att själv välja när man vill ha sällskap och när man vill ha stunder för sig själv.

– För introverta handlar återhämtning ofta mindre om att vara ensam och mer om att själv kunna styra när och hur man umgås med andra, ***säger Mattias Lundberg, Docent i Psykologi vid Umeå universitet*** *Miljöer med mindre social press, mer personligt utrymme och möjlighet att dra sig undan kan göra det lättare att både behålla och återfå energi. Sverige erbjuder naturligt många av de här förutsättningarna, vilket gör landet särskilt väl lämpat för resenärer som vill uppleva ett resmål på sina egna villkor.*

I undersökningen som Visit Sweden låtit YouGov genomföra beskriver sig endast 14 procent av de tillfrågade resenärerna som extroverta, medan 41 procent ser sig som introverta och 45 procent som en blandning av båda. Något mindre än hälften uppger dessutom att de åtminstone ibland behöver en ”semester från semestern” för att återhämta sig och ladda om efter en resa.

– Många resenärer söker egentligen något väldigt enkelt: friheten att själva bestämma när de vill ha sällskap och när de vill vara för sig själva, säger Susanne Andersson, VD för Visit Sweden.*I Sverige finns det utrymmet naturligt – i naturen, i våra städer och genom vårt sätt att umgås. The Introverts’ Travel Agency gör det enklare att upptäcka Sverige på sina egna villkor. Här är umgänge en val, inte ett måste.*

En pop-up och digital resebyrå – för introverta
The Introvert Travel Agency öppnar även som en fysisk pop-up-resebyrå i tre europeiska storstäder. Här kan resenärer få

personlig rådgivning och inspiration inför en resa till Sverige.

- **Berlin:** 14–17 oktober
- **Paris:** 21–24 oktober
- **London:** 28–31 oktober

För den som inte har möjlighet att besöka någon av de tre städerna finns *The Introvert Travel Agency* online på Visitsweden.com, med inspiration och resor som går att boka till Sverige.

Resultaten från undersökningen i Norden
I **Norge** uppger 70 procent av respondenterna att de föredrar destinationer där social interaktion är valfri, inte förväntad. Dessutom uppger 54 procent att de ofta eller alltid söker efter lugnt boenden och 39 procent säkerställer ofta eller alltid möjligheten att få tid för sig själv när de väljer resmål.
I Norge är det endast 17 procent som identifierar sig som primärt extroverta, 38% identifierar sig som primärt introverta och 44 procent som en blandning av båda.

I **Danmark** uppger 76 procent av respondenterna att de föredrar destinationer där social interaktion är valfri, inte förväntad. Dessutom uppger 52 procent att de ofta eller alltid söker efter lugnt boenden och 52 procent säkerställer ofta eller alltid möjligheten att få tid för sig själv när de väljer resmål.
I Danmark är det endast 13 procent som identifierar sig som primärt extroverta, 42% identifierar sig som primärt introverta och 45 procent som en blandning av båda.

I **Finland** uppger 72 procent av respondenterna att de föredrar destinationer där social interaktion är valfri, inte förväntad. Dessutom uppger 53 procent att de ofta eller alltid söker efter lugnt boenden och 34 procent säkerställer ofta eller alltid möjligheten att få tid för sig själv när de väljer resmål.
I Finland är det endast 12 procent som identifierar sig som primärt extroverta, 45% identifierar sig som primärt introverta och 43 procent som en blandning av båda.

I Sverige uppger 69 procent av respondenterna att de föredrar destinationer där social interaktion är valfri, inte förväntad. Dessutom uppger 45 procent att de ofta eller alltid söker efter lugnt boenden och 38 procent säkerställer ofta eller alltid möjligheten att få tid för sig själv när de väljer resmål.
I Sverige är det endast 17 procent som identifierar sig som primärt extroverta, 37% identifierar sig som primärt introverta och 47 procent som en blandning av båda.

Besök *The Introvert Travel Agency* här: https://visitsweden.com/the-introvert-travel-agency/

Pressbilder och Video: https://visitsweden.qbank.se/mb/?h=cee19062982d06cf3451bf08f5cb2b69&p=dccda36951e6721097a93eae5c593859&fid=1475
Pressbilder Sverige: https://imagebank.sweden.se/my-selections/5uevm3026

För mer information vänligen kontakta Ebba Ekelund, PR Norden och Nederländerna på Visit Sweden, ebba.ekelund@visitsweden.com

För media: Mattias Lundberg, Docent i Psykologi vid Umeå universitet finns tillgänglig för intervjuer. Vänligen kontakta Mattias direkt på mattias@aplato.se eller telefon +46 70 315 40 78.

***Undersökningsmetod:** Undersökningen genomfördes av analysinstitutet YouGov mellan den 26 juni och 6 juli 2026 via onlinepaneler med 9 212 respondenter, 18 år och äldre, i följande länder: Danmark (1 030 respondenter), Finland (1 025), Frankrike (1 017), Tyskland (1 038), Nederländerna (1 014), Norge (1 015), Sverige (1 017), Storbritannien (1 021) och USA (1 035).*

Om Visit Sweden: Visit Sweden har ett statligt uppdrag att marknadsföra Sverige som resmål och skapa förutsättningar för en växande och konkurrenskraftig turismnäring. Visit Sweden arbetar nära med svenska turism- och besöksnäringen för att effektivt nå de mest eftertraktade målgrupperna för långsiktigt hållbar turism. Visit Sweden är baserat i Stockholm med lokal representation i en handfull länder. Visit Sweden har närmare 50 anställda.

https://press.visitsweden.com/press-releases?item=123456