

Arbeidsmarkedet nå – januar 2026

«Arbeidsmarkedet nå» er et månedlig notat fra Forskningsseksjonen i Arbeids- og velferdsdirektoratet.

Notatet er skrevet av Audun Gjerde, audun.gjerde@nav.no, 30. januar 2026.

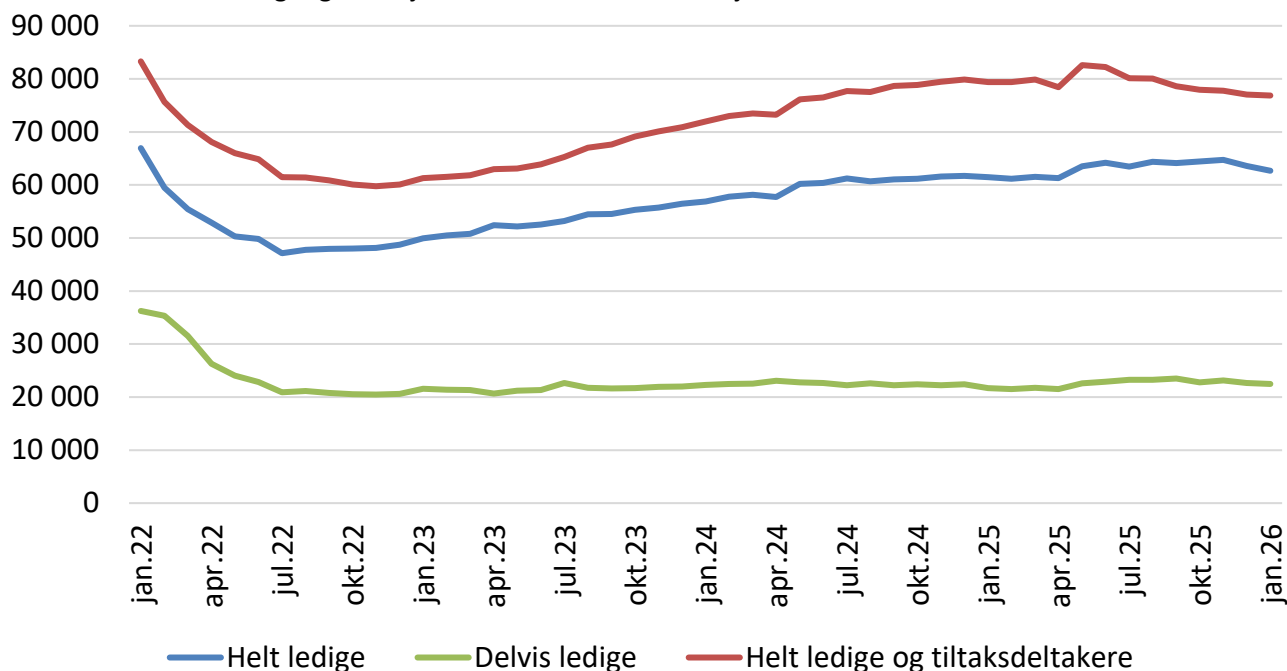
Nedgang i ledigheten i januar

Antallet som er registrert som helt ledige hos Nav, falt med 900 personer i januar, justert for normale sesongvariasjoner (figur 1). De helt arbeidsledige utgjorde dermed 2,1 prosent av arbeidsstyrken, justert for sesongvariasjoner. I tillegg falt antallet delvis ledige med 200 personer.

Ved utgangen av januar var 68 900 personer registrert som helt arbeidsledige hos Nav (ikke sesongjustert). De utgjør 2,3 prosent av arbeidsstyrken. I tillegg var 22 500 personer registrert som delvis arbeidsledige og 11 300 som arbeidssøkere på tiltak. De utgjør henholdsvis 0,7 og 0,4 prosent av arbeidsstyrken.

Som følge av tidligere brudd i arbeidsmarkedsstatistikken har det ikke blitt publisert sesongjusterte tall for summen av helt ledige og arbeidssøkere på tiltak (bruttoledighet) og arbeidssøkere samlet den siste tiden¹. Denne måneden publiserer vi igjen tall på summen av helt ledige og tiltaksdeltakere, samt arbeidssøkere, men definisjonen vil være noe annerledes enn tidligere².

Figur 1. Antall personer registrert som helt og delvis arbeidsledige og summen av helt ledige og tiltaksdeltakere. Sesong- og bruddjusterte tall. Januar 2022 – januar 2026



Kilde: Nav

¹ [Les mer om bruddet her.](#)

² Summen av helt ledige og tiltaksdeltakere er nå definert som alle helt ledige og tiltaksdeltakere, med unntak av de som går på tiltak kategorisert som arbeidsrettet rehabilitering, helsemessig utredning eller behandling og tilrettelegging eller er personer med nedsatt arbeidsevne.

Bruttoledigheten falt gjennom fjoråret

Bruttoledigheten, altså summen av helt ledige og tiltaksdeltakere, falt med 200 personer fra desember til januar, justert for normale sesongvariasjoner. Siden antall helt ledige kan bli direkte påvirket av antall tiltaksplasser, gir bruttoledigheten et bedre bilde på den samlede situasjonen på arbeidsmarkedet. På grunn av budsjettmessige årsaker var økningen i tiltaksnivået vi normalt ser utover høsten mye mindre enn vanlig i fjor. Dette har også påvirket de sesongjusterte tallene for helt ledige. Vi har tidligere indikert at vi mest sannsynlig hadde sett en liten nedgang i antall helt ledige gjennom høsten om vi hadde hatt en mer normal økning i tiltaksbruken.

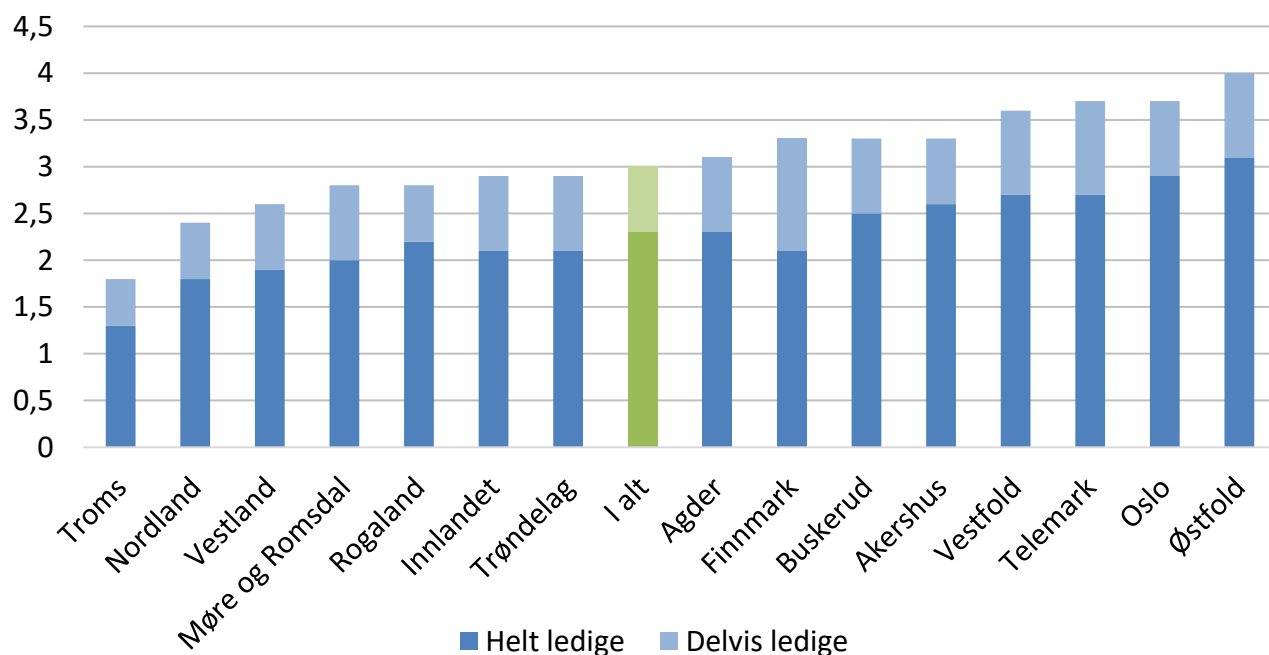
Den nye serien på bruttoledigheten bekrefter dette. Mens antall helt ledige var om lag uendret fra mai til desember 2025, falt bruttoledigheten med 5 600 personer i samme periode. Det gir en litt annen tolkning av utviklingen utover høsten i fjor. I januar var det derimot en mindre nedgang i bruttoledigheten enn i antallet helt ledige. Det henger sammen med at Nav ikke lenger må holde igjen på samme måte av budsjettmessige årsaker som i høst. Dermed forventer vi også at tiltaksnivået tar seg opp framover, og at vi får en noe større nedgang i helt ledige enn i bruttoledigheten.

Nedgang i ledigheten i de fleste fylker

Antall helt ledige falt i de fleste fylkene i januar, justert for normale sesongvariasjoner. Nedgangen var størst i Østfold, Akershus og Buskerud, alle med 3 prosent færre helt ledige. Økningen var størst i Nordland, med 4 prosent flere helt ledige, fulgt av Rogaland med 3 prosent flere helt ledige. Rogaland er fylket med klart størst økning i antall helt ledige det siste halvåret. Mens de andre fylkene har hatt nokså stabil eller fallende ledighet, har antall helt ledige i Rogaland økt med 13 prosent siden juli.

Arbeidsledigheten er høyest i Østfold og Oslo, med henholdsvis 3,1 og 2,9 prosent av arbeidsstyrken som er registrert som helt ledige (figur 2). Ledigheten er lavest i Troms og Nordland, med henholdsvis 1,3 og 1,8 prosent av arbeidsstyrken. Andelen som er registrert som delvis arbeidsledig er høyest i Finnmark, med 1,2 prosent av arbeidsstyrken, og lavest i Troms med 0,5 prosent av arbeidsstyrken.

Figur 2. Andel av arbeidsstyrken registrert som helt og delvis arbeidsledige hos Nav. Etter fylke. Januar 2026



Kilde: Nav

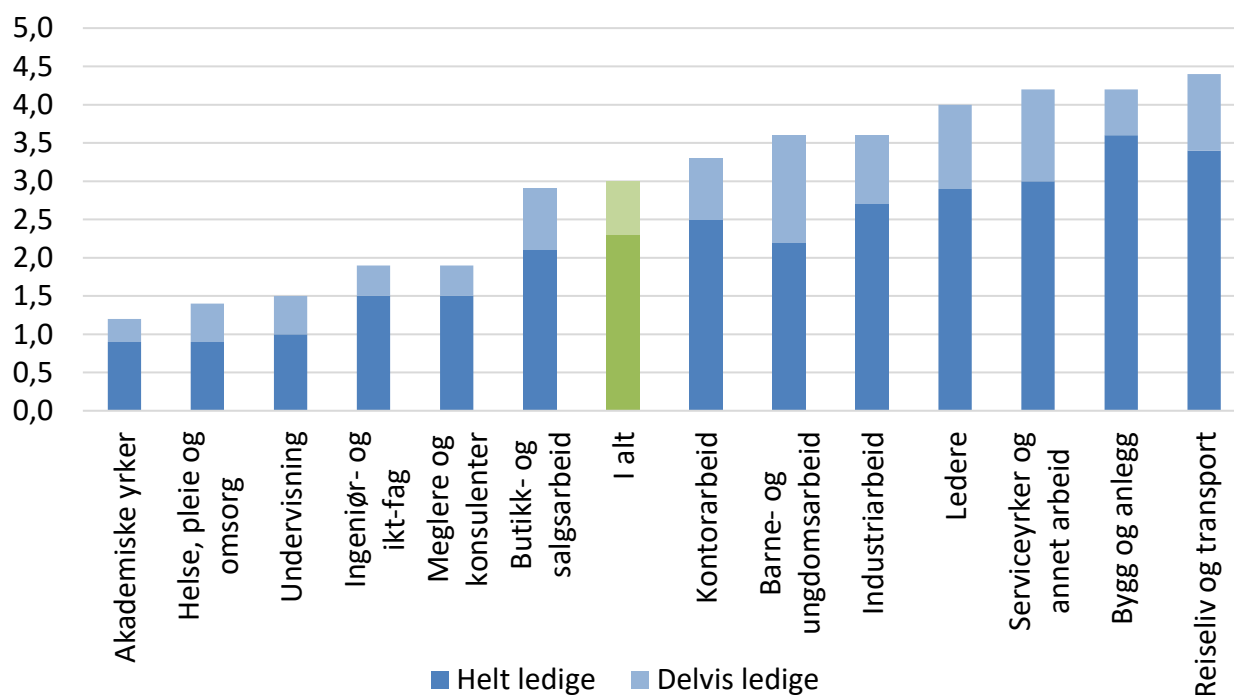
Størst nedgang for de uten registrert yrkesbakgrunn

Antallet helt ledige falt eller var uendret i de fleste yrkesgrupper i januar, justert for normale sesongvariasjoner. Nedgangen var størst for de uten registrert yrkesbakgrunn, hvor det ble 300 (4 %) færre helt ledige. Denne gruppen har økt mye de foregående årene, i hovedsak som følge av ukrainske flyktninger som har meldt seg som arbeidssøkere. Antall helt ledige fortsatte også å falle innen bygg og anlegg, som er yrkesgruppen med størst nedgang det siste året sammen med de uten registrert yrkesbakgrunn. Samtidig økte ledigheten innen undervisning og ingeniør- og ikt-fag. Antall helt ledige innen ingeniør- og ikt-fag har nå økt ni måneder på rad, og er den yrkesgruppen som har hatt størst økning målt i antall personer det siste året, med 600 flere helt ledige.

Arbeidsledigheten er høyest innen bygg og anlegg med 3,6 prosent av arbeidsstyrken registrert som helt ledige i januar (figur 3). Ledigheten er lavest innen akademiske yrker og helse, pleie og omsorg med 0,9 prosent av arbeidsstyrken. Andelen delvis ledige er høyest innen barne- og ungdomsarbeid, med 1,4 prosent av arbeidsstyrken.

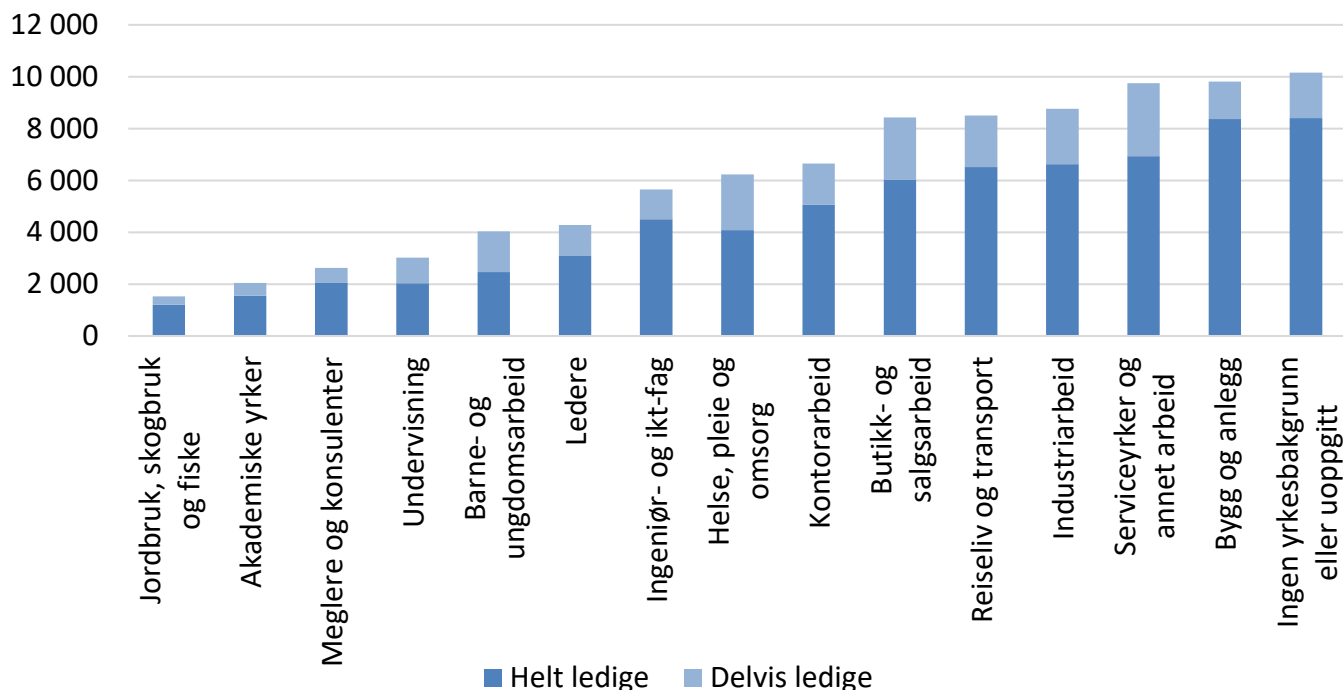
Målt i antall personer er de største gruppene blant de helt ledige personer som står uten registrert yrkesbakgrunn og personer med bakgrunn fra bygg og anlegg, begge med 8 400 av de helt ledige i desember (figur 4). Personer med bakgrunn fra serviceyrker og annet arbeid, samt butikk- og salgsarbeid utgjør de største gruppene blant de delvis ledige, med henholdsvis 2 800 og 2 400 personer.

Figur 3. Andel av arbeidsstyrken registrert som helt og delvis arbeidsledige hos Nav. Etter yrkesbakgrunn. Januar 2026



Kilde: Nav

Figur 4. Antall personer registrert som helt og delvis arbeidsledige hos Nav. Etter yrkesbakgrunn. Januar 2026



Kilde: Nav

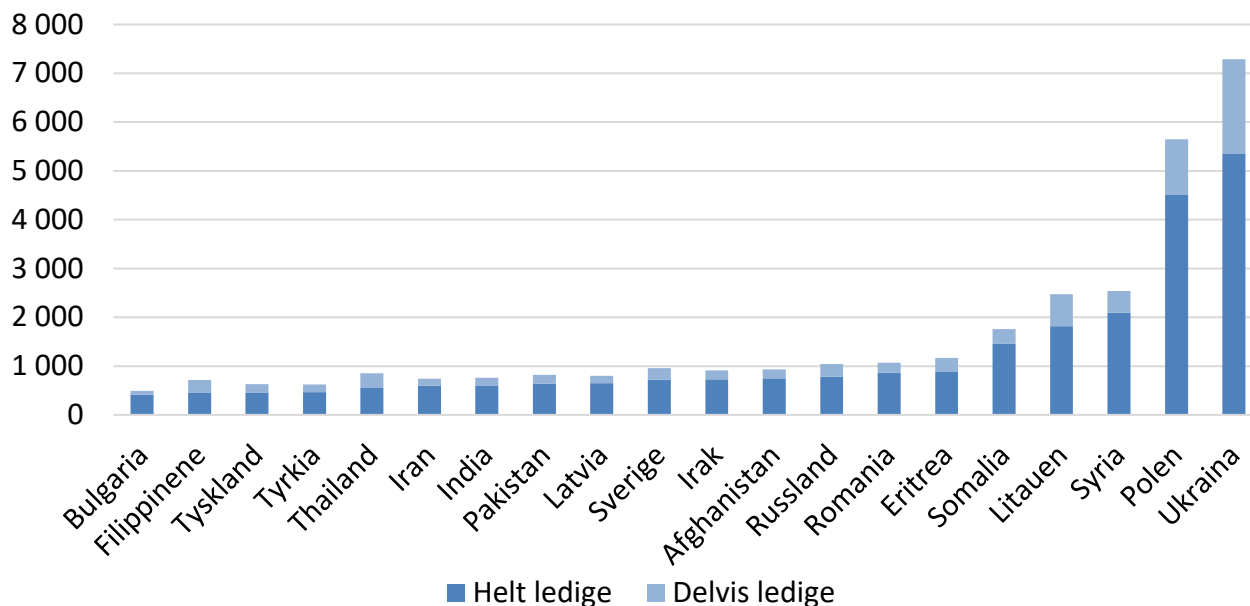
Halvparten av de helt ledige har innvandrerbakgrunn

Om lag halvparten av de helt ledige i januar, 33 700 (49 %), har innvandrerbakgrunn.³ Den største gruppen er personer fra Ukraina, som nå utgjør 5 300 personer (figur 5). Deretter følger personer fra Polen (4 500) og Syria (2 100). Av de totalt 22 500 som er registrert som delvis ledige, har 10 200 (45 %) innvandrerbakgrunn. Også her utgjør personer fra Ukraina (1 900) og Polen (1 100) de største gruppene.

Antallet ukrainere økte kraftig de første årene etter fullskalainvasjonen, og var en av hovedgrunnene til at antall helt ledige økte fra midten av 2022. I takt med færre nyankomne flyktninger har også utviklingen bremsset opp. I januar i år var det 100 færre helt ledige enn samme måned i fjor. Samtidig er antall delvis ledige fra Ukraina litt høyere, med 500 flere enn i fjor.

³ Fra 2022 bruker Nav opplysninger mottatt fra SSB til å definere *innvandrere* i arbeidsmarkedsstatistikken. Dermed følges [definisjonen SSB bruker for innvandrere](#). Se punkt 4.2.9 i [Om statistikken - Arbeidssøkere - nav.no](#) for nærmere informasjon.

Figur 5. Antall innvandrere registrert som helt og delvis arbeidsledige hos Nav, etter fødeland. De 20 vanligste fødelandene. Januar 2026



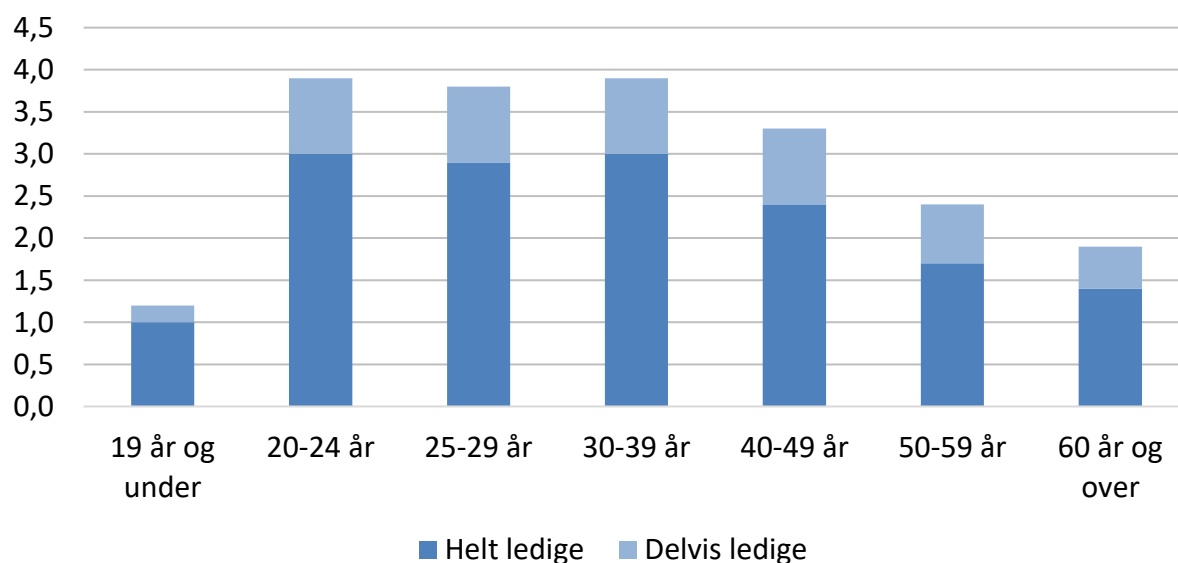
Kilde: Nav

Lavere eller stabil ledighet for alle aldersgrupper

I løpet av januar gikk ledigheten ned eller var uendret for alle aldersgrupper, justert for normale sesongvariasjoner. Ledigheten var uendret blant de under 30 år, samt blant de som er 60 år eller eldre. Antall helt ledige falt for de mellom 30 og 59 år, med 2 prosent færre helt ledige enn forrige måned.

I januar er andelen helt ledige høyest blant personer i aldersgruppene 20-24 år og 30-39 år, begge med 3,0 prosent av arbeidsstyrken (figur 6). Andelen helt ledige er lavest blant de under 20 år, med 1,0 prosent av arbeidsstyrken. Andelen delvis ledige er høyest blant med mellom 20 og 49 år, med 0,9 prosent av arbeidsstyrken. De under 20 år har også lavest andel delvis ledige, med 0,2 prosent av arbeidsstyrken.

Figur 6. Andel av arbeidsstyrken registrert som helt og delvis arbeidsledige hos Nav. Etter aldersgruppe. Januar 2026



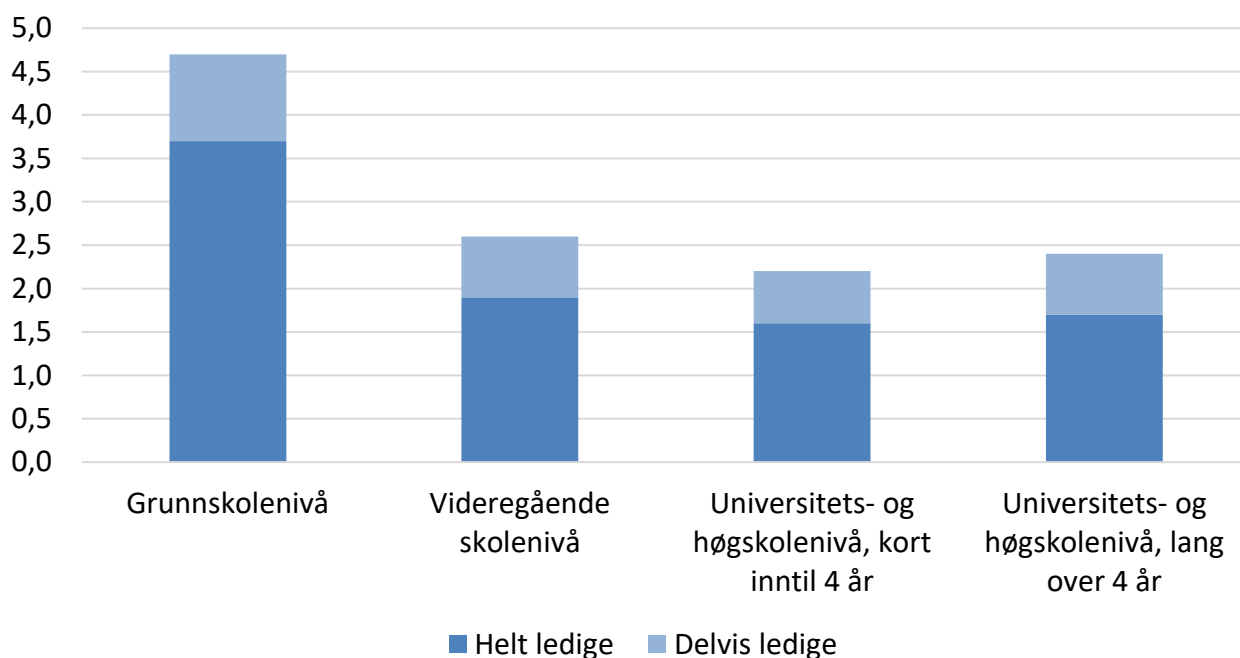
Kilde: Nav

Høyest ledighet for personer uten fullført videregående utdanning

Den registrerte arbeidsledigheten er høyest for de med bare grunnskoleutdanning. I januar var 3,7 prosent av denne gruppen registrert som helt ledige (figur 7). Ledigheten er lavest for personer med kort og lang høyere utdanning, med henholdsvis 1,6 og 1,7 prosent av arbeidsstyrken. Det er likevel personer med videregående utdanning som utgjør den største enkeltgruppen i antall personer, med 19 700, eller 29 prosent av de helt ledige.

Sammenlignet med januar i fjor er det flere helt ledige både blant de med videregående utdanning og høyere utdanning. Økningen blant de med høyere utdanning må sees i sammenheng med økningen i ledigheten innen yrkesgrupper som ingeniør- og ikt-fag og undervisning, som begge krever høyere utdanning. Samtidig er antallet personer uten registrert utdanningsbakgrunn en del lavere enn samme måned i fjor.

Figur 7. Andel av arbeidsstyrken registrert som helt og delvis arbeidsledige hos Nav. Etter fullført utdanningsnivå. Januar 2026



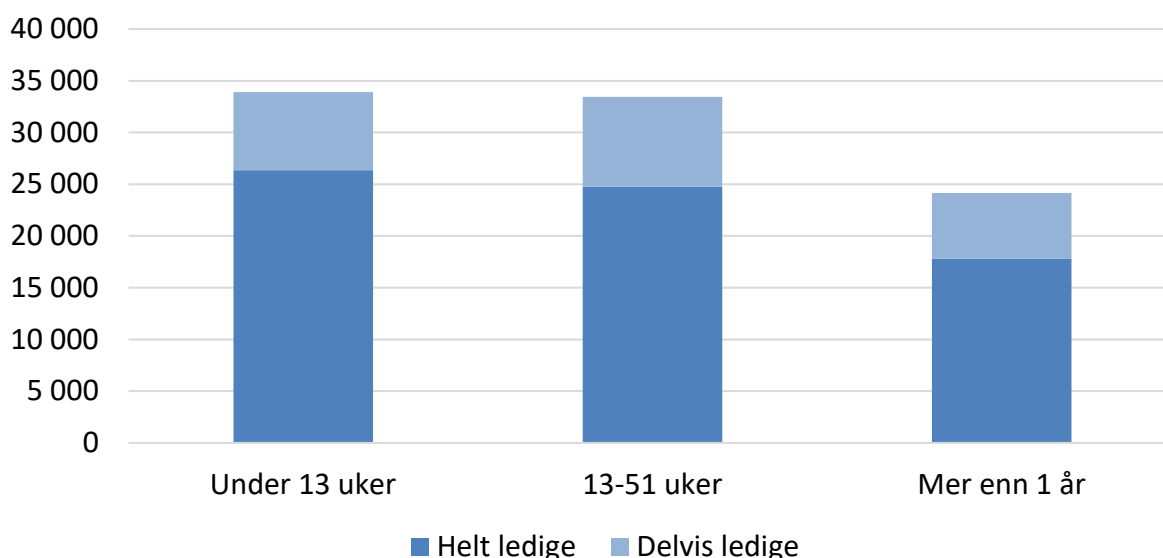
Kilde: Nav

Flere har vært arbeidssøker i mer enn ett år

Av de 68 900 personene som er registrert som helt ledig hos Nav i januar, har 38 prosent vært registrert som arbeidssøker i mindre enn tre måneder (figur 8). 26 prosent har vært registrert som arbeidssøker i mer enn ett år, og 8 prosent i mer enn to år.

Sammenlignet med januar i fjor er antallet helt ledige som har vært registrert som arbeidssøker i mer enn ett år noe høyere. Samtidig er antallet arbeidssøkere som har vært registrert i mindre enn tre måneder tilsvarende lavere. Det har sammenheng med at tilgangen på nye arbeidssøkere som registrerer seg har vært lavere de siste månedene enn på tilsvarende tidspunkt året før.

Figur 8. Antall helt og delvis ledige fordelt på arbeidssøkervarighet. Januar 2026



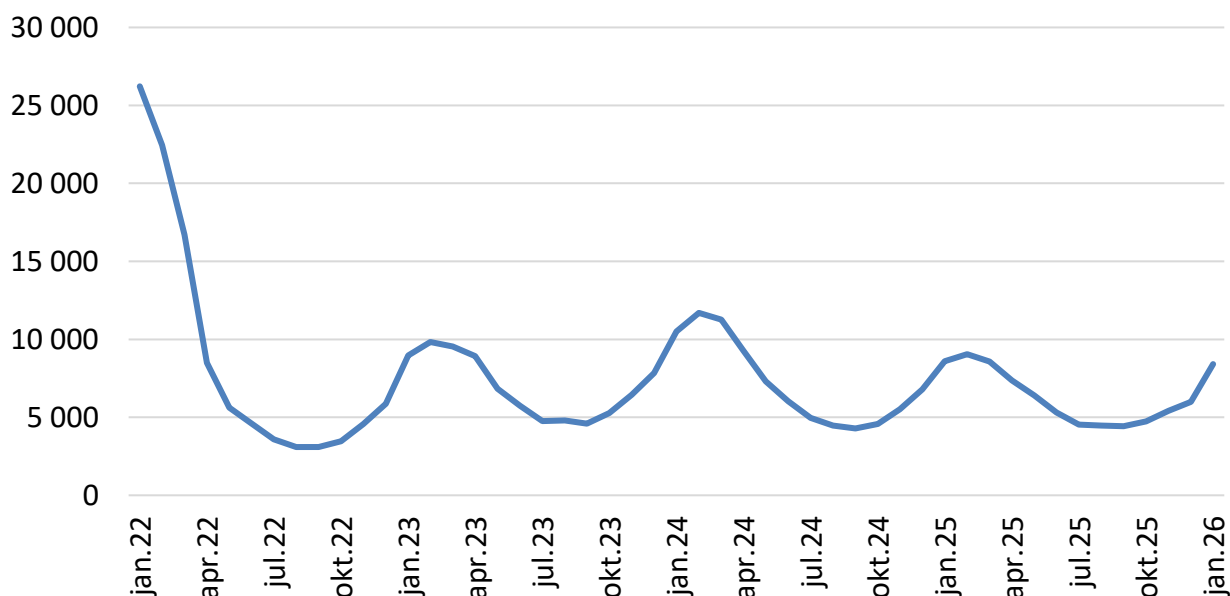
Kilde: Nav

Få nye arbeidssøkere, og litt færre permitterte

Det var 22 400 nye personer som registrerte seg som arbeidssøkere i løpet av januar. Det tilsvarer 720 nye arbeidssøkere per virkedag, justert for normale sesongvariasjoner. Det er uendret fra forrige måned, og litt lavere enn snittet i fjor. Personer som oppgir å ha mistet eller at de kommer til å miste jobben utgjør 32 prosent av de nye arbeidssøkerne. Videre oppgir 18 prosent at de er permittert eller kommer til å bli permittert og 11 prosent at de har sagt opp eller kommer til å si opp.

I januar var 8 400 personer registrert som permitterte (figur 9), hvorav 5 100 var helt permitterte. Det er om lag 200 færre enn samme måned i fjor, hovedsakelig som følge av en nedgang i antall permitterte med bakgrunn fra bygg og anlegg. Samtidig er antallet permitterte med bakgrunn fra ingeniør- og ikt-fag og industriarbeid litt høyere. Personer med bakgrunn fra bygg og anlegg (28 %) og industriarbeid (23 %) utgjør de to klart største gruppene.

Figur 9. Antallet permitterte arbeidssøkere. Ikke sesongjustert. Januar 2022 – januar 2026



Kilde: Nav

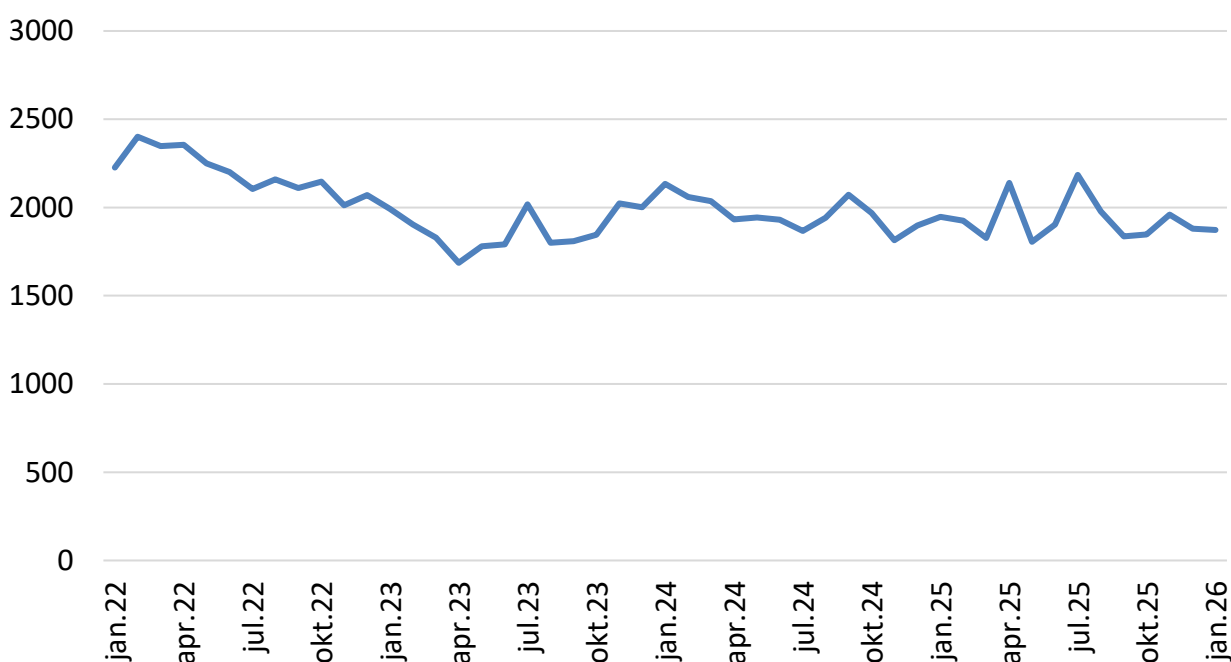
Fortsatt mange utlyste stillinger

Det ble registrert 56 900 nye ledige stillinger på arbeidsplassen.no i løpet av januar. Det tilsvarer 1 900 nye stillinger per virkedag (figur 10), justert for normale sesongvariasjoner. Det er uendret fra desember, og litt under gjennomsnitt fra fjoråret. Sammenlignet med januar i fjor er det en nedgang på tre prosent per virkedag.

Det er flest ledige stillinger innen helse, pleie og omsorg (17 600), butikk- og salgsarbeid (5 500) og serviceyrker og annet arbeid (4 300). Sammenlignet med januar i fjor, er nedgangen i antallet stillinger per virkedag størst for yrker innen undervisning (-19 %). Samtidig er det prosentvis størst økning innen jordbruk skogbruk og fiske (27 %).

Det ble lyst ut flest stillinger i Oslo (8 800), fulgt av Vestland (7 700) og Rogaland (6 400). Det var størst økning i antallet utlyste stillinger i Trøndelag (6 %), mens Rogaland (-11 %) var fylket med størst nedgang.

Figur 10. Tilgang ledige stillinger per virkedag. Sesongjustert. Januar 2022 – januar 2026



Kilde: Nav

Spesielle forhold

Det pågår for tiden et større moderniseringsarbeid på arbeidsmarkedsområdet i Nav. Samtidig pågår det en regelverksanalyse av arbeidsmarkedslovens §10, som omhandler retten til å stå registrert som arbeidssøker.

Som følge av moderniseringen må statistikk-løsningene som ivaretar arbeidsmarkedsstatistikken tilpasses og etter hvert etableres på nytt med data fra nye fagsystemer. Dette medfører at det i en periode framover vil være justeringer og mulige brudd i arbeidsmarkedsstatistikken. Les mer om dette på denne siden <https://www.nav.no/no/nav-og-samfunn/statistikk/arbeidssokere-og-stillinger-statistikk/hovedtall-om-arbeidsmarkedet>