

Barndom utan baksmälla

2025 års rapport

Johan Orbe
Sofia Ahrén

September 2025

verian 



Kunskap och mod fattas för att fler ska göra skillnad

Rapportens viktigaste insikter

1	2	3	4	5
De närmaste som dricker	Barnen bär själva en del av bördan	Stödet gör stor skillnad	Vem tar steget och agerar?	Okunskap och oro tystar de vuxna
Som barn upplevde nästan 3 av 10 att en vuxen upprepat drack för mycket alkohol (27%). I majoriteten av fallen var det en förälder eller vårdnadshavare (67%), en vuxen boende under samma tak (9%) , eller en vuxen familjemedlem boende på annan adress (27%).	Att befinna sig i närheten av en vuxen som dricker för mycket påverkar barnet negativt. Nästan vart tredje barn lämnades också ensam med upplevelsen (30%), ingen annan vuxen uppmärksammade situationen. Varannan svarar att deras läge uppmärksammades av en annan vuxen, men för nästan var tredje (30%) hände ändå inget. Den vuxne agerade inte.	I de fall där en vuxen agerade (61%) upplevde de flesta, som då var barn, att det var till hjälp (62%). De hade önskat att den vuxne skulle ha pratat med den som druckit för mycket, varit ett stöd och någon att vända sig till, samt ha pratat direkt med barnet.	När personer själva i vuxen ålder har uppmärksammat en annan vuxen som druckit för mycket med barn närvarande, så berättar var tredje person berättar att det var en släkting eller familjemedlem (34%) som druckit för mycket. Bland dem som såg situationen valde lite mer än en tredjedel (36%) att inte göra något alls, medan nästan sex av tio agerade: Oftast genom att prata med den vuxne som druckit för mycket.	Många vuxna tvekar att ingripa när de ser att ett barn far illa av en vuxens drickande. En del vet inte hur de skulle agera, och andra känner en oro för att relationen till den berusade personen kan ta skada, eller en rädsla att göra fel och förvärra läget. Man vet inte heller riktigt om eller hur barnen påverkas. Det är svårt att veta hur man ens ska börja prata med barnet om det som händer.

Budskapet går fram – kännedomen behöver öka

Känslan för vad som är rätt för barnet finns där redan, det som övergripande saknas är kunskap om vad barnet behöver, om hur barnet påverkas – och mod att agera.

**BARNDOM
UTAN BAKSMÄLLA**

Barndom utan baksmälla ger faktabaserad kunskap om hur barn upplever att finnas nära vuxna som dricker för mycket. Men få känner till initiativet – bara var tjugonde svarar att de känner till Barndom utan baksmälla.

Samtidigt är mottagandet positivt: De som tagit emot budskapen och faktainnehållet från Barndom utan baksmälla har reflekterat kring frågan, kring barnens situation, hur de själva skulle agera och hur de själva berusar sig i barns sällskap.

Budskapet fungerar alltså, men för att initiativet ska kunna skapa förändring på samhällsnivå behöver kännedomen om Barndom utan baksmälla öka.

Om undersökningen: Barndom utan baksmälla

Metod, urval och mätperiod

4 415

Totalt antal intervjuer

25-79

Ålder på de som
svarat

För sjunde gången undersöker Systembolaget erfarenheter och attityder till om en vuxen återkommande drack för mycket i ens närhet när man var liten, hur man påverkades av det samt om man själv i vuxen ålder bevittnat någon annan vuxen som druckit för mycket i barns närhet.

Rapporten är framtagen av Verian baserad på svar insamlade mellan 20 och 29 augusti 2025 via Sifopanelen, en slumpmässigt rekryterad onlinepanel. Nytt för i år är att undersökningen har skickats ut efter sommaren, i stället för på våren.

Vi genomförde 4 415 intervjuer i spannet 25-79 år. Urvalet kvoterades på län. Resultatet är riksrepresentativt för allmänheten. Vissa svarsalternativ i rapporten är förkortade av platsskäl.

Mer information om Barndom utan baksmälla finns på barndomutanbaksmalla.se.



A photograph of a man with a beard and dark hair, wearing a white t-shirt, sitting and holding a baby in his arms. The baby is looking up at him. In the background, another baby is sitting at a table, looking towards the camera. The table has various items on it, including a laptop, a bottle, and some papers. The room is dimly lit, with a warm, cozy atmosphere. The text is overlaid on the left side of the image.

Upplevelser av vuxna som druckit för mycket i ens barndom

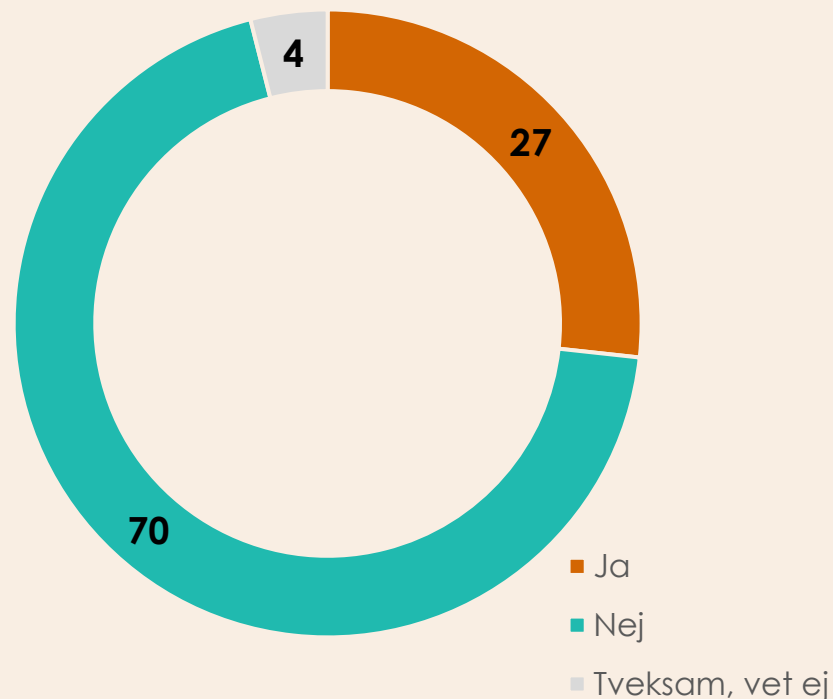
Vem som dricker och hur vanligt det är.
Hur det påverkar barnen och om andra
vuxna agerar för att hjälpa dem.

Nästan 3 av 10 växte upp med någon som drack för mycket

I två av tre fall var det en förälder eller vårdnadshavare

Fanns det någon vuxen person i din närhet som återkommande drack för mycket alkohol under din uppväxt?

Andelar i %



Antal intervjuer: 4 415

Vem i din närhet var det som återkommande drack för mycket alkohol?

Andelar i %

Förälder eller vårdnadshavare

67

Annan vuxen person i din familj, boende utanför hemmet

27

Annan vuxen person i din familj, boende i hemmet

9

Annan, nämligen:

8

Vill ej uppge

1

Återkommande svar

- Vän till familjen
- Släkting
- Granne

Antal intervjuer: 1 164

Nästan 9 av 10 barn påverkas när vuxna dricker för mycket

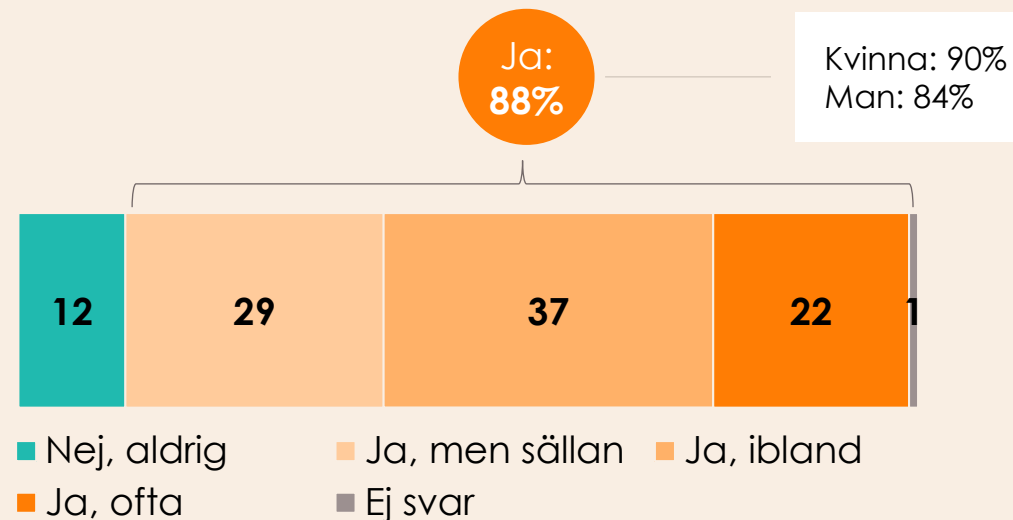
Kvinnor upplever något oftare än män att de påverkats negativt

88%

Svarar att de blev negativt påverkade av att en vuxen i närheten drack för mycket

Blev du negativt påverkad av detta?

Andelar i %

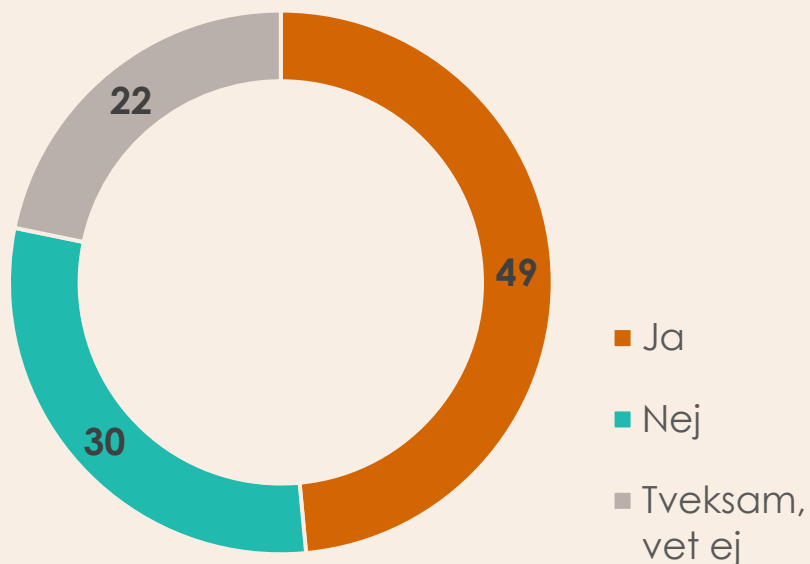


Antal intervjuer: 1 164

Vartannat barn fick sin situation uppmärksammad av en vuxen – oftast en annan förälder eller släkting

Var det någon annan vuxen som uppmärksammade att du påverkades negativt av att den vuxna drack för mycket alkohol?

Andelar i %



Antal intervjuer: 1018 – Blev negativt påverkade av att en vuxen i närheten drack för mycket alkohol

Du svarade att en vuxen person uppmärksammade detta. Vem eller vilka var den eller de vuxna? Flera svar möjliga.

Andelar i %

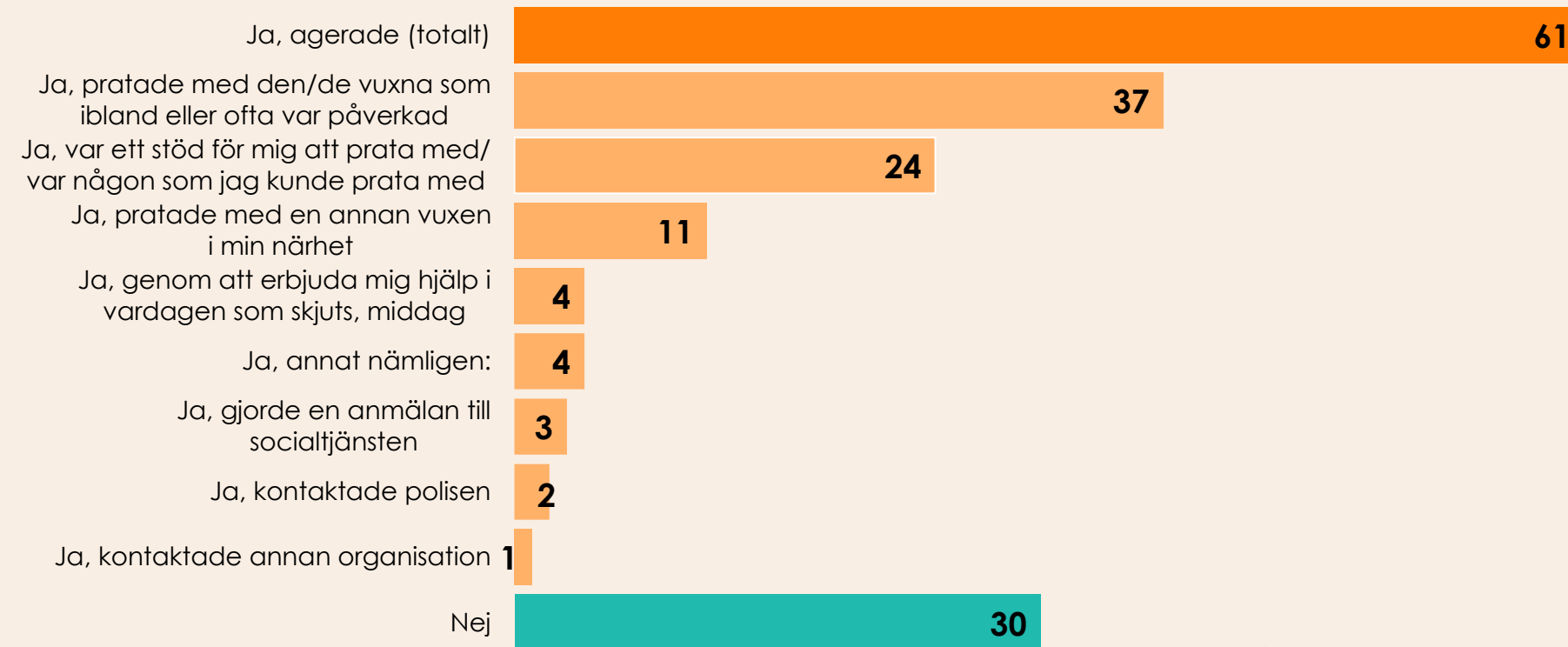


Antal intervjuer: 484

Den vuxne valde oftast att prata med den som var påverkad

Agerade den/de vuxna som uppmärksammade detta? Flera svar möjliga

Andelar i %



Tveksam, vet ej: 9%

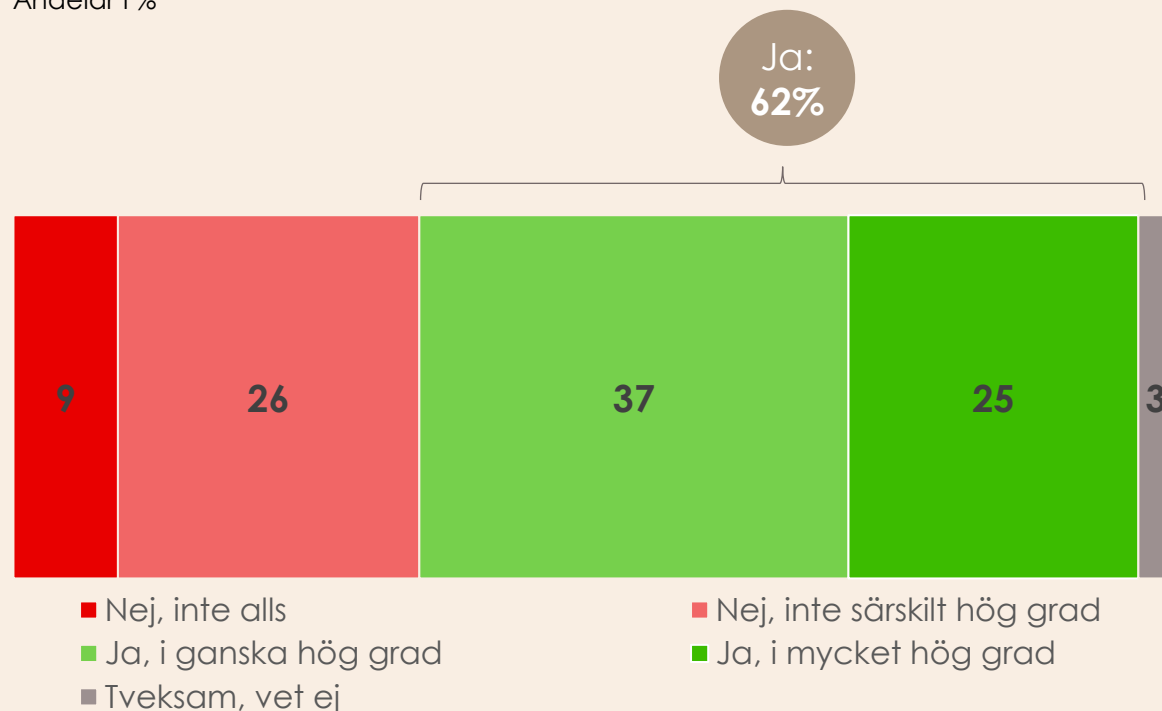
Antal intervjuer: 484; Blev negativt påverkade av att en vuxen i närheten drack för mycket alkohol

Vuxnas stöd gör skillnad – så vill barnen bli bemötta

Prata med den vuxna, var ett stöd för barnet och prata med barnet

Upplevde du att detta agerande hjälpte dig?

Andelar i %



Antal intervjuer: 298, Blev negativt påverkade av att en vuxen i närheten drack för mycket alkohol och annan vuxen agerade

Hur önskar du att den/de vuxna som uppmärksammade detta hade agerat?

Flera svar möjliga. Andelar i %



Antal: 484 intervjuer, blev negativt påverkade av att en vuxen drack för mycket alkohol.



De närvarande vuxna, när andra dricker för mycket i barns sällskap

Agerar man och i så fall hur? Om inte, vad beror det på?

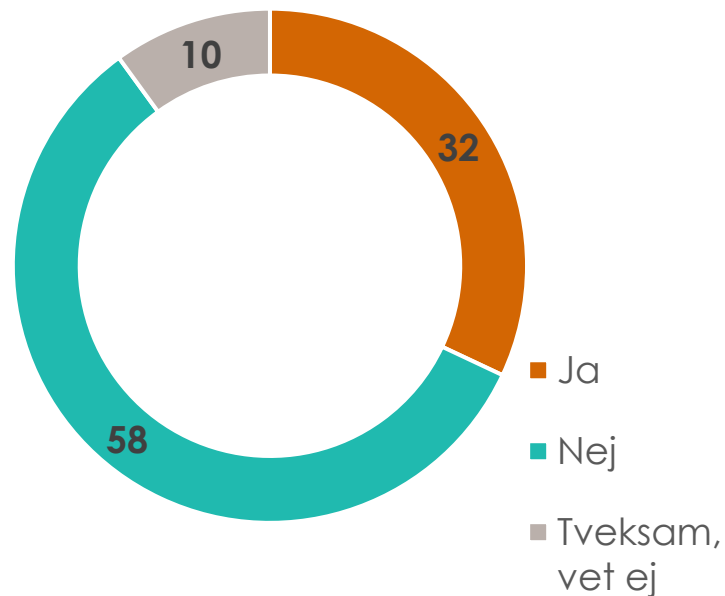
Var tredje har sett barn nära vuxna som druckit för mycket

Släktingar och familjemedlemmar är oftast de man sett dricka för mycket kring andra barn

Har du sett barn bland berusade vuxna?

Har du själv i vuxen ålder någon gång uppmärksammat en vuxen som återkommande druckit för mycket alkohol och som bor eller då bodde tillsammans med barn under 18 år?

Andelar i %

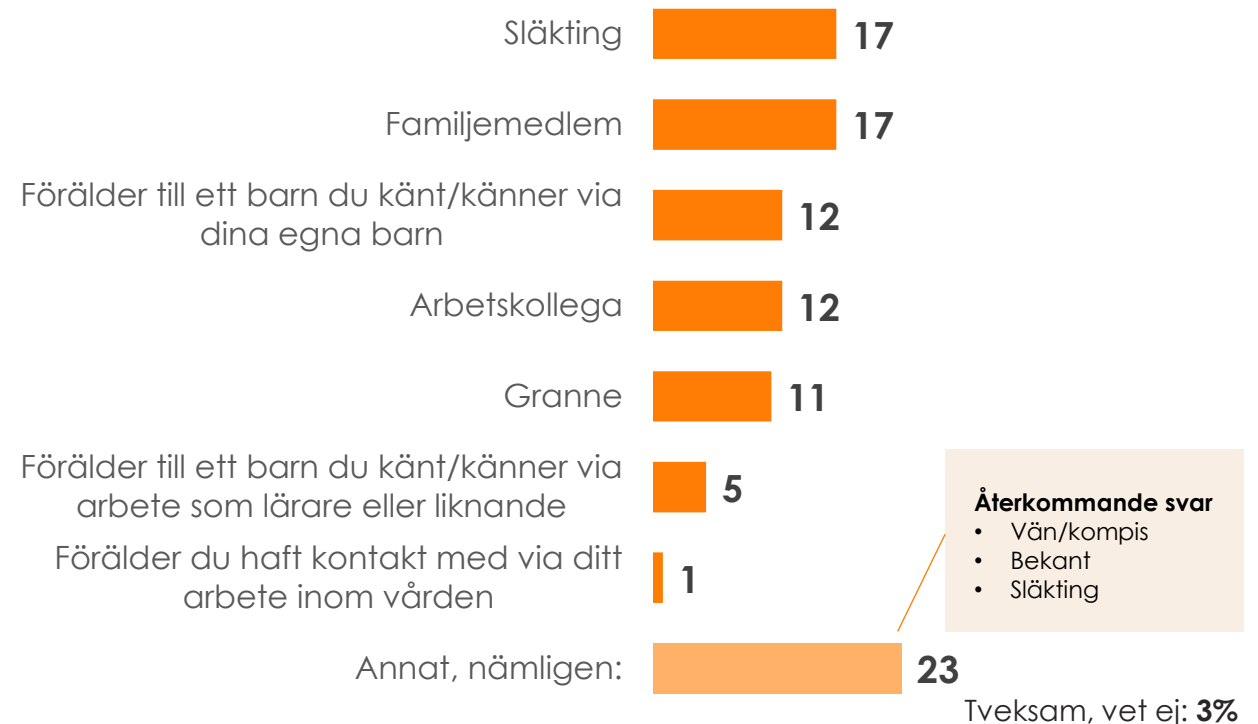


Antal: 4415 intervjuer

Vem var det som drack för mycket alkohol?

Den senaste gången du uppmärksammade detta hos någon som bor eller då bodde tillsammans med barn, vilken relation hade du till personen som drack för mycket alkohol? Det var en...

Andelar i %



Antal: 1377 intervjuer

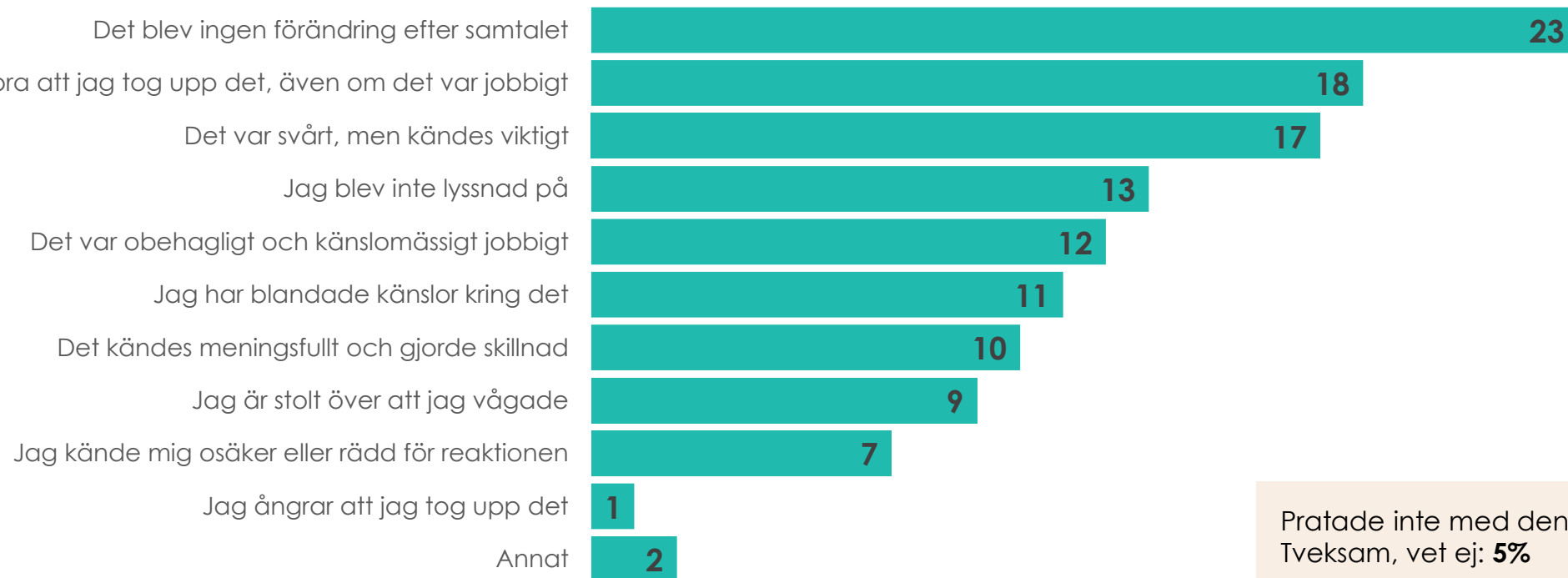
Att våga ta samtalet – hur kändes det?

Erfarenheter av att samtala om alkoholvanor

Om du pratade med den vuxna, hur var din upplevelse av samtalet? Flera svar möjliga.

Du svarade att du själv i vuxen ålder någon gång har uppmärksammat en vuxen som återkommande druckit för mycket alkohol och som bor eller då bodde tillsammans med barn under 18 år.

Andelar i %



Pratade inte med den vuxna: **37%**
Tveksam, vet ej: **5%**

4 av 10 vuxna agerar inte – rädsla och okunskap bakom

Kvinnor agerar i större utsträckning än män

Agerade du på något sätt?

Den senaste gången du uppmärksammade en vuxen som återkommande druckit för mycket alkohol och som bodde ihop med barn, agerade du på något sätt?

Andelar i %

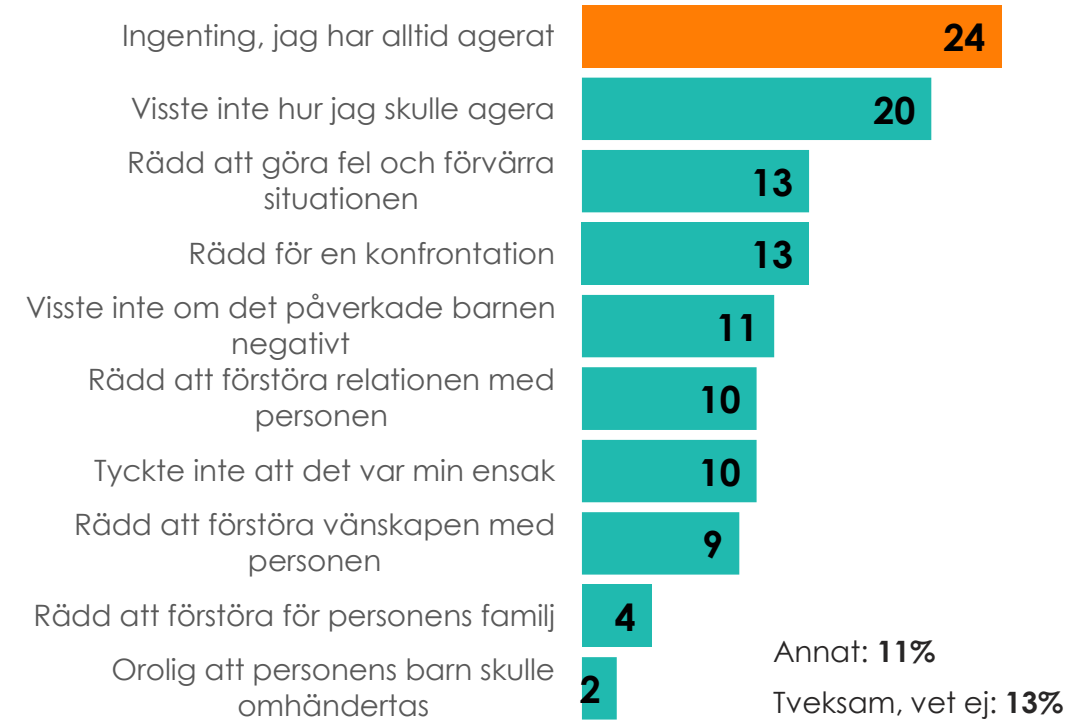


Antal: 1377 intervjuer.

Vad hindrade dig från att agera? Flera svar möjliga.

Om du uppmärksammat en vuxen som druckit för mycket alkohol, som bodde med barn under 18 år, där du inte agerat. Vad hindrade dig från att agera?

Andelar i %



Antal: 1377 intervjuer.

Allvarsgrad, kunskap, mod och stöd

Vanligt förekommande teman på frågan om vad som krävts för att agera i stunden

Vad hade krävts för att du skulle ha agerat i den/de situationerna?

Urval av öppna svar

Barnets välmående som avgörande faktor

- "Att man med stor sannolikhet visste att barnen påverkades negativt" – Man, 46 år

Återkommande i varianter som "att barnen far illa", "att barnet mår dåligt", "att barn kommit till skada".

Risk eller fara för barnet

- "Om det är fara för barnet" – Kvinna, 41 år
- Många svar uttrycker explicit trösklar kopplade till barnens säkerhet.

Behov av mod och civilkurage

- "Mer mod" – Kvinna, 37 år
- Vanligt förekommande formuleringar är "mod", "civilkurage", och "våga".

Kunskap och vägledning

- "Mer kunskap om hur och vart jag ska vända mig" – Kvinna, 25 år
- Vanligt förekommande ord som relaterar till kunskap, som "information", "vägledning" och "stöd".

Stöd från andra vid konfrontation

- "Vara fler än en som tog samtalet" – Kvinna, 54 år
- Flera svar tyder på att många vill vara "fler", få "stöd av andra" eller "kunna vara anonym".

Närmare relation till personen och tydliga bevis

- "Närmare relation till personen" – Man, 44 år
- "Tydliga bevis, detta var bara antaganden och rykten" – Man, 63 år

Vanliga svar som "känna personen bättre", "stå närmare", "mer insikt" och "säker på att".

8 av 10: Inte okej att dricka sig berusad i barns närhet

Påståenden om alkohol och barn

I vilken utsträckning instämmer du i följande påståenden?

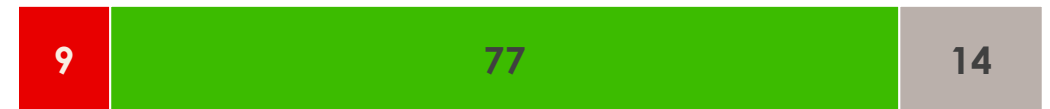
Andelar i %

■ Instämmer ej ■ Instämmer ■ Vet ej

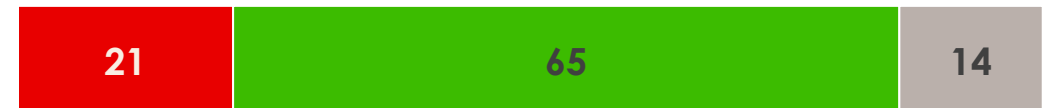
Jag anser att man som vuxen inte ska dricka sig berusad när det finns barn i närheten



Jag upplever att det behövs mer kunskap till allmänheten som visar hur barn påverkas av vuxnas alkoholkonsumtion



Jag anser att barn påverkas negativt av att vistas med vuxna som dricker sig berusade, även om det sker vid enstaka tillfällen



Jag vet inte hur jag skulle börja prata med ett barn som jag tror far illa av att en förälder/vårdnadshavare dricker för mycket alkohol



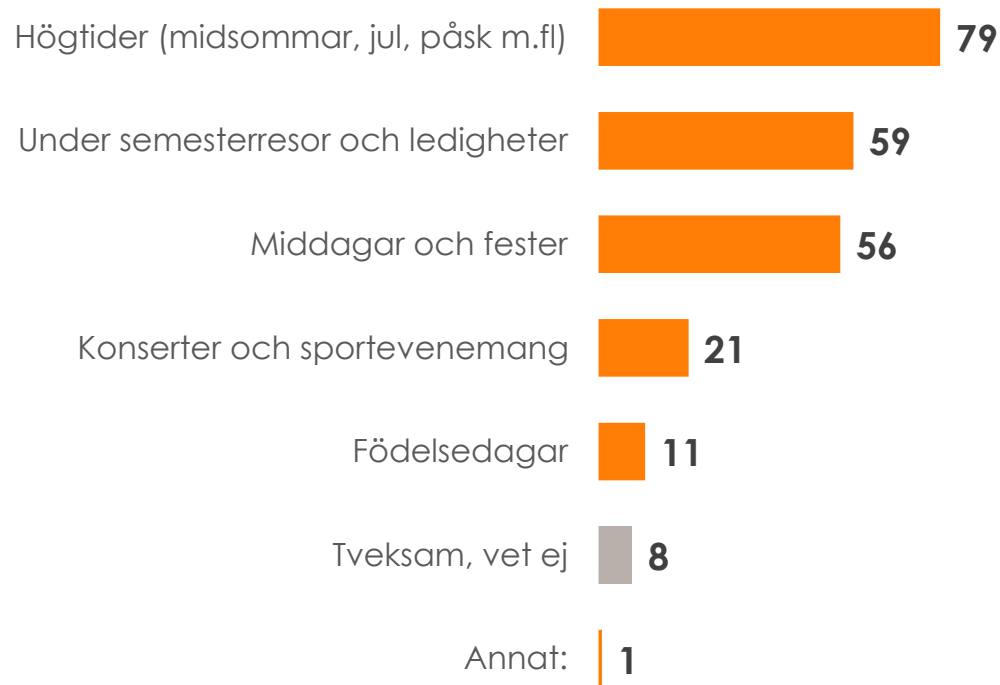
Om jag misstänkte att ett barn hade föräldrar/vårdnadshavare som drack för mycket alkohol skulle det vara jobbigt att ta upp det med en annan vuxen



Alkoholkonsumtion vid högtider – vanligt och ofta socialt accepterat

Vid vilka tillfällen upplever du att det är mer vanligt att vuxna dricker sig berusade framför barn? Flera svar möjliga.

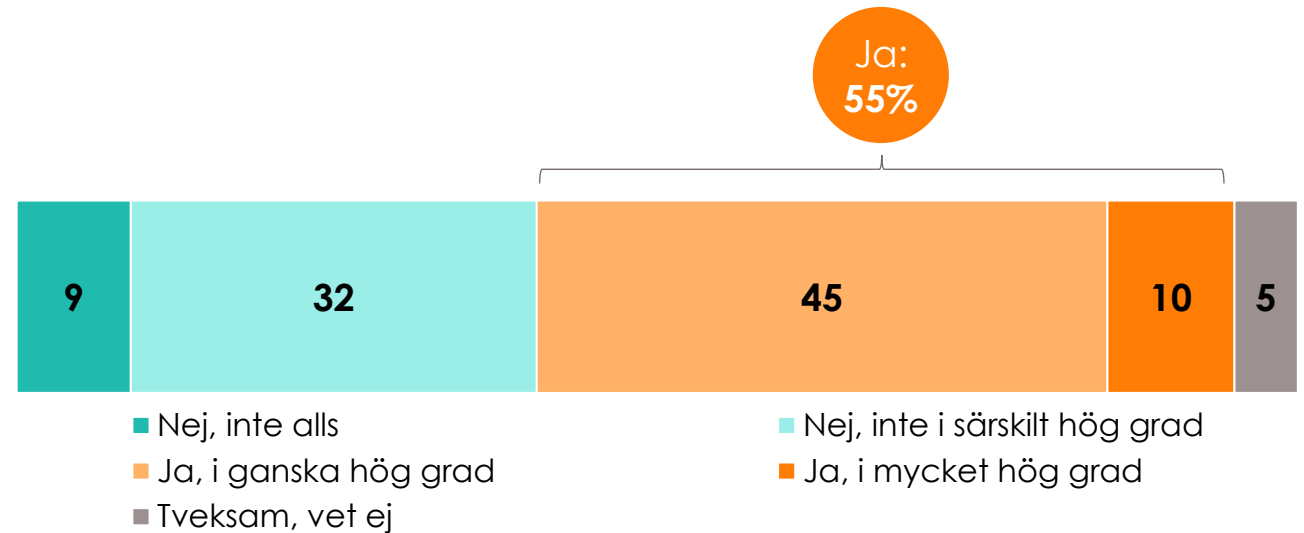
Andelar i %



Antal: 4415 intervjuer

Anser du att det är socialt accepterat att vuxna konsumerar alkohol framför barn?

Andelar i %



Antal: 4415 intervjuer

The background image shows an elderly woman with short white hair and glasses, focused on reading a newspaper. She is seated at a table. In the background, slightly out of focus, is a younger woman with dark hair, also seated and looking down. The setting appears to be a library or a study, with tall wooden bookshelves filled with books in the background. A desk lamp is visible on the right side of the frame. The overall lighting is warm and soft.

Kännedom om och effekt av ”Barndom utan baksmälla”

Var tjugonde känner till "Barndom utan baksmälla"

Känner du till initiativet Barndom utan baksmälla?

Andelar i %

■ Ja ■ Nej ■ Tveksam, vet ej



Antal: 4415 intervjuer

Högst kännedom i undergrupper, i fallande ordning

Andelar i %



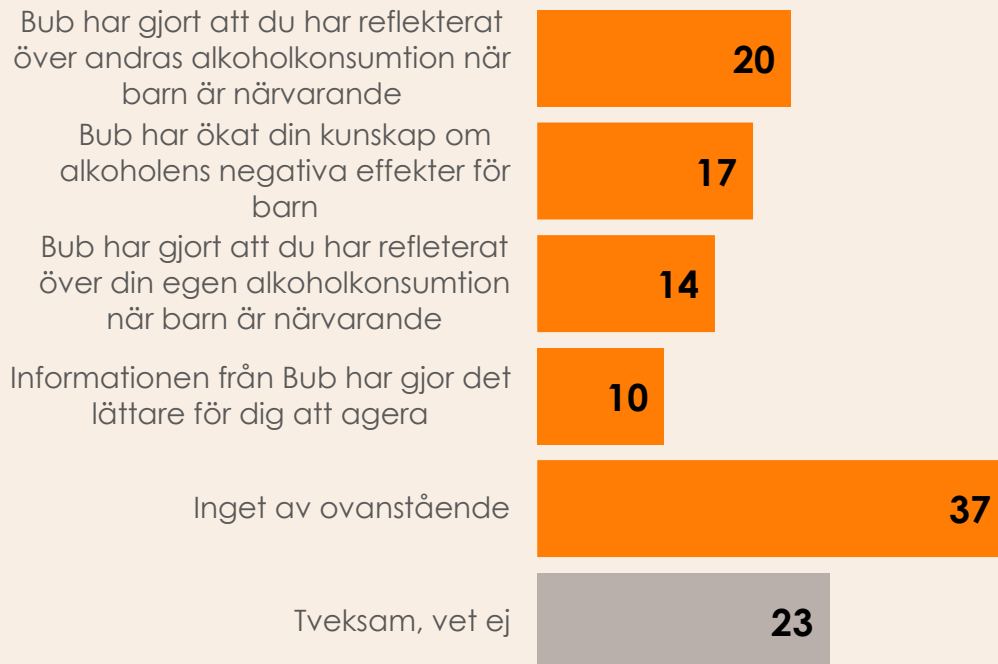
- Kvinnor känner till initiativet (6%) i högre utsträckning än vad män gör (2%)
- Kännedomen är högst i Skåne län.
- De yngre åldersgrupperna känner i högre grad till initiativet än de äldre.

Antal: 4415 intervjuer. Antal intervjuer per undergrupp: 25-29 år (487), Skåne län (200), 30-49 år (1245), kvinna (1982)

“Barndom utan baksmälla” ökar kunskap, samtal och leder till reflektion

Vad stämmer överrens med din uppfattning eller erfarenhet utifrån initiativet Barndom utan baksmälla?

Andelar i %

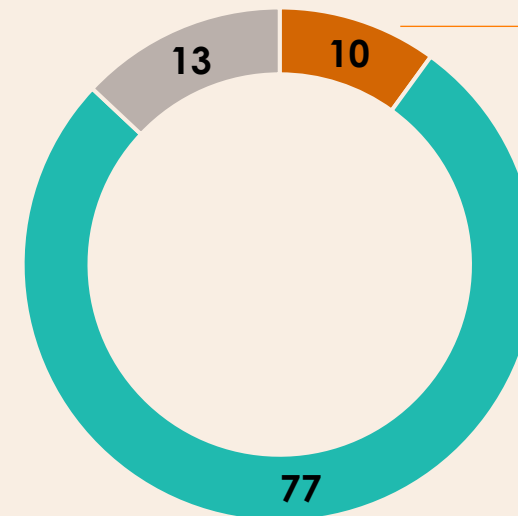


Antal: 162 intervjuer, de som har kännedom om Barndom utan baksmälla

Har du på något sätt agerat eller konkret påverkats av initiativet Barndom utan baksmälla?

Andelar i %

Ja Nej Tveksam, vet ej



- "Delat information i sociala medier för att sprida budskapet och information till fler"
- "Gått undan och pratat med folk"
- "Jag lyfter frågan"
- "Tanken har väckts i alla fall: Hur skulle jag agera om jag hade vetskap om barn med överkonsumerade föräldrar?"

Antal: 162 intervjuer, de som har kännedom om Barndom utan baksmälla

Tack för oss!



Johan Orbe, Verian

johan.orbe@veriangroup.com
+46 70 791 84 48



Sofia Ahrén, Verian

sofia.karlssonahren1@veriangroup.com



Powering decisions
that shape the world.

© 2025 Verian Group. All rights reserved. Please see www.veriangroup.com for further details.