



augusti 2024

# Rus & unga 02

Vänner, grupptryck & FOMO



# Varför dricker unga alkohol?

Det är en fråga vi försöker ta oss an i denna rapport. Det enkla svaret är att unga dricker för att de tycker att det är kul. Generellt upplevs alkohol som något positivt, det är förknippat med fest, att hänga med kompisarna och att göra roliga saker.

Men alkohol är inte vilken dryck som helst. Med alkoholen kommer baksidor. Alltifrån snedfyllor som kan leda till diverse olyckor, fylleslagsmål, utsatthet, beroendeproblematik och ökad risk för diverse sjukdomar. Detta vet många unga om, men de dricker ändå. Så frågan är varför? Motiv till varför unga dricker är något som forskningen vridit och vänt på och svaret är inte enkelt. Även om det finns forskning som pekar på att unga dricker för att de upplever det som kul lyfts grupptryck ofta upp som en anledning till ungas drickande rent generellt.

Som ett komplement till pågående forskning för att förstå ungas motiv till att dricka går vi i denna rapport direkt till källan och ställer frågor till unga om just grupptryck och hur de ser på kompisarnas påverkan på hur de själva dricker.

Vår undersökning visar att det finns ett majoritetsmissförstånd bland unga. De tror att pressen på att dricka är större än vad den är. Ofta visar sig pressen kanske mer subtilt och outtalat än mer direkt och överhängande. Intressant nog visar vår rapport att en av de absolut starkaste drivkrafterna som bidrar till att det dricks mer är FOMO, det vill säga, rädsla för att gå miste om något kul. Det är ytterst generationstypiskt för dagens unga att vara ständigt uppkopplade, med ett konstant informationsflöde och matade med viljan att uppleva så mycket som möjligt.

Bland annat genom att lyfta fram och porträttera att väldigt många unga i dag har en annan syn på alkohol, än den traditionella, vill vi utmana både den uttalade, och den mer outtalade känslan av grupptryck som många unga känner och som gör att de kanske dricker mer än vad de annars hade gjort.

En ambition vi har är att inspirera unga till att vara trygga i sina val när det kommer till ett smartare förhållningssätt till alkohol.

**Mojtaba Ghodsi**  
Vd, IQ

# Alkohol är socialt. Unga dricker om kompisarna gör det.

**Andra påverkas av gruppsyck – men inte jag.** Samtidigt som få unga upplever att alkohol är status bland deras vänner (7%), så är gruppsycket fortsatt närvarande bland dagens unga. Få vill kännas vid att gruppsyck skulle vara något de själva påverkas av, men många tror att gruppsyck är en av de vanligaste anledningarna till att unga generellt dricker.

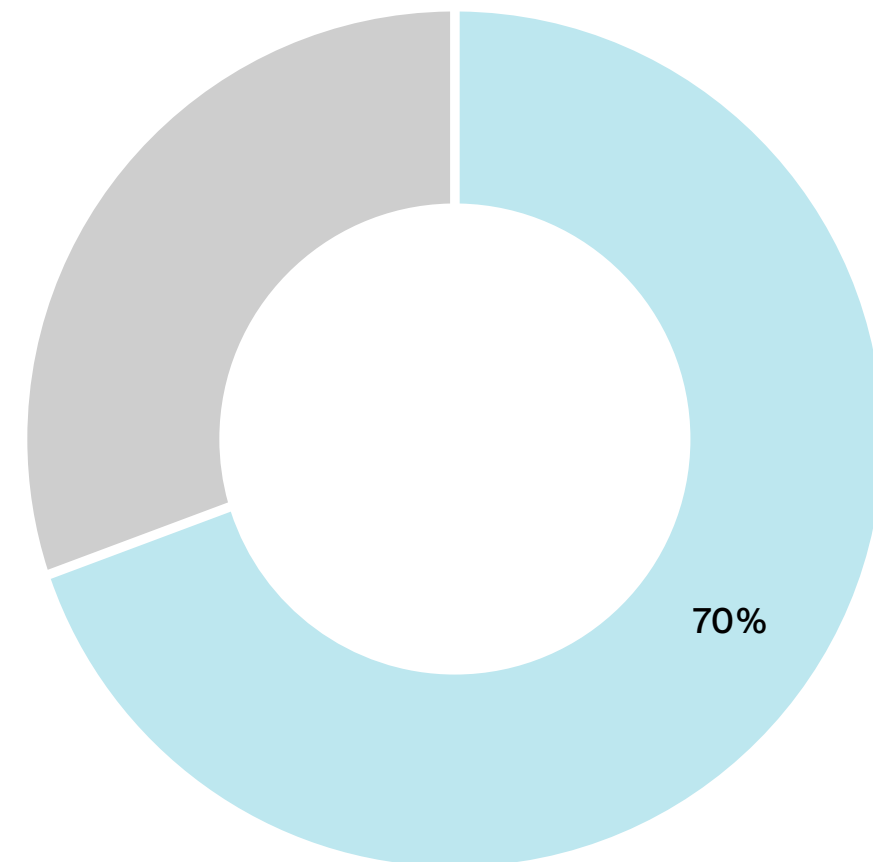
**Det upplevda gruppsycket har blivit starkare.** Jämfört med för 15 år sedan så tycker unga i dag att det är svårare att låta bli att dricka i situationer där andra dricker. De upplever också i högre utsträckning än förr att de dricker mer än vad de själva vill för att de känner sig tvingade. Kanske är den stora förändringen från då till nu att unga i dag har en större medvetenhet och tycker att kontroll är viktigare. Det gör det mer reflekterat och kanske svårare att hålla sig till det ideal man har satt upp? Oavsett så kan vi konstatera att unga fortfarande påverkas av människorna och kontexten runt omkring.

**FOMO – en av de yttersta drivkrafterna för "ofrivillig" alkoholkonsumtion.** Rädslan för att missa något är kraftigt bidragande till att unga väljer att dricka. Det är ytterst generationstypiskt för dagens unga att vara ständigt uppkopplade, med ett konstant informationsflöde och matade med viljan att uppleva så mycket som möjligt. FOMO (fear of missing out) är kanske en av de starkaste drivkrafterna hos Gen Z och bekräftas av att hela sju av tio säger att unga dricker för att de är rädda att missa något roligt.

**Högskolestudenter sticker ut.** Flera datapunkter visar att de som studerar på högskola eller universitet sticker ut jämfört med de som arbetar. Detta visar på alkoholens givna roll under denna livsfas, och på alkoholens plats i studentlivet. En kontext som är extra starkt präglad av nya identitetssammanhang och sociala konstellationer under en avgränsad tid i livet, där viljan att passa in och gruppsyck får extra starkt fäste.

FOMO är en utbredd drivkraft (som inte alla vill erkänna).  
7 av 10 tror att unga dricker för att de är rädda att missa något roligt.

Unga dricker för att de är rädda  
att missa någonting roligt



■ Instämmer helt + Instämmer delvis

15-30 år

Skalfråga: Vänligen ta ställning till följande påståenden om unga och alkohol. Jag tror att... "Unga dricker för att de är rädda att missa någonting roligt".

Filter: Instämmer helt + Instämmer delvis



Det är framförallt gruppen som konsumerar alkohol veckovis som upplever "FOMO", 43% svarar "Ja" på att det känns som att de missar något...

Kompisar är viktigast för dagens unga.  
Och har blivit viktigare över tid.



15–24 år  
Resultat från Ungdomsbarometern 2023

Flervalsfråga, max 5 svarsalternativ: Vad är viktigast för dig just nu? Endast utvalda svarsalternativ redovisas.  
Nedbrytning: Tidsjämförelse.





65% instämmer helt eller delvis i påståendet ”Många unga dricker fast de egentligen vill avstå”.

Dricker du alkohol mer sällan eller aldrig är din bild av att andra dricker alkohol mer kopplad till gruppsyksaspekter medan de är mer socialt betingade om du konsumerar alkohol på veckobasis.

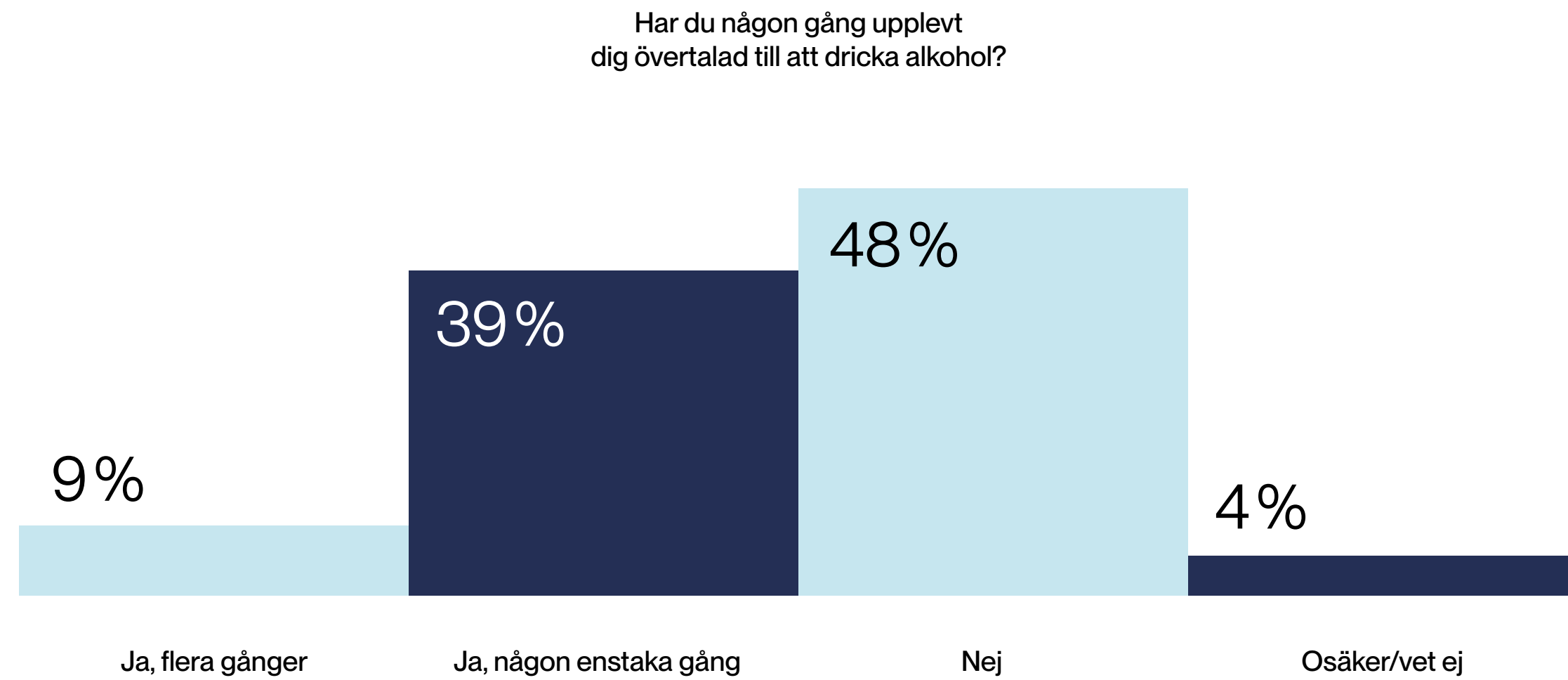
Det är stora skillnader i vad unga uppger för anledningar till varför de själva dricker och varför de tror att unga generellt dricker. Unga verkar tro att gruppsyck påverkar andra, men inte en själv.

	Varför dricka själv	Varför unga dricker	+/- Procentenheter
Det är gott/gillar smaken	57 %	20 %	37 % (3)
Det är socialt	55 %	67 %	-12 %
Fira någonting	54 %	44 %	10 %
Det gör festerna roligare	38 %	65 %	-27 %
Känner mig/sig glad	33 %	36 %	-3 %
Bli berusad	30 %	64 %	-34 %
Slappna av	28 %	34 %	-6 %
Lättare att ta kontakt med andra	19 %	48 %	-28 %
Våga/känna mig/sig modigare	14 %	41 %	-28 %
Kompisarna gör det	12 %	62 %	-50 % (1)
Minska oro/ångest	10 %	38 %	-28 %
Träffa nya vänner	9 %	33 %	-24 %
Andra förväntar sig det/gruppsyck	5 %	51 %	-46 % (2)
Det är svårt att säga nej	5 %	37 %	-32 %
Känner mig/sig ledsen	3 %	17 %	-14 %
Personer/profiler i sociala medier gör det	2 %	11 %	-9 %

15–30 år

Fråga: Varför brukar du dricka alkohol? För att... / Varför tror du att unga dricker alkohol? För att... Alternativet "Annat" redovisas ej \*. De tre största skillnaderna mellan grupperna markerade med färg/siffra. Filter: Dricker alkohol på frågan: Varför brukar du dricka alkohol? För att...

Knappt hälften har någon, eller flera gånger, känt sig övertalade till att dricka alkohol.



15-30 år

Envalsfråga: Har du någon gång upplevt dig övertalad till att dricka alkohol?

Skalfråga till höger: Vilka påståenden instämmer du i? endast "Bland mina vänner är det status att dricka alkohol" redovisas.



7% instämmer i påståendet "Bland mina vänner är det status att dricka alkohol"

49%

Studerar på högskola/universitet

32%

Arbetar

...Tycker att det är roligt att dricka alkohol.

15–30 år

Flervalsfråga: Vilka påståenden instämmer du i? Endast "Det är roligt att dricka alkohol" Redovisas.  
Filter: Uppgett "Ja". Nedbrytning: Sysselsättning.

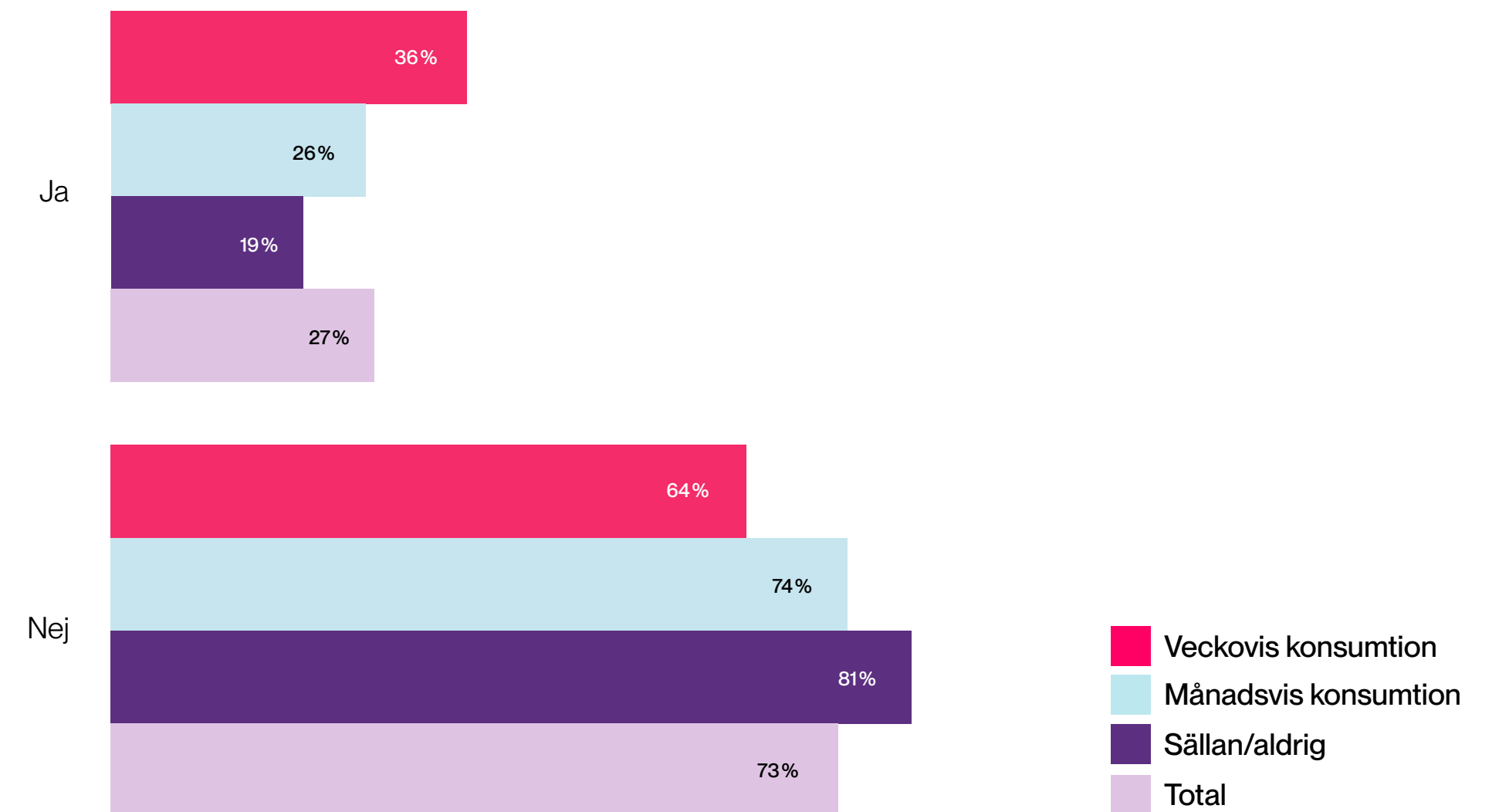


Hälften av de som aldrig, eller sällan, dricker alkohol svarar att de ofta undviker situationer där andra dricker alkohol.

Bland killar är förväntan på att dricka bland vänner högre, **31%** jämfört med **21%** bland tjejer.

1 av 4 upplever att det ofta finns en förväntan att dricka alkohol när de träffar sina vänner.

När jag och mina vänner träffas finns det ofta en förväntan att dricka alkohol



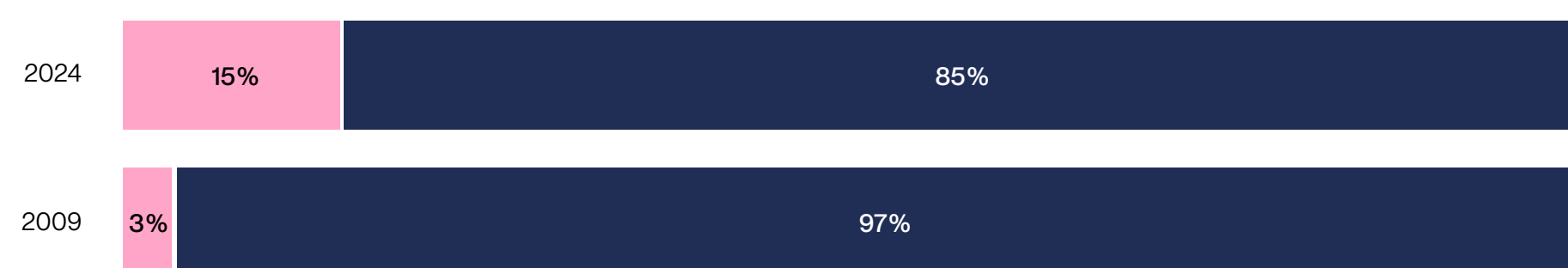
15–30 år

Skalfråga: Nedan följer ett antal påståenden som handlar om alkohol – stämmer dessa in på dig? Endast "När jag och mina vänner träffas finns det ofta en förväntan att dricka alkohol" redovisas. Nedbrytning: Alkoholkonsumtion.

Ungefär varannan (**54%**) blir ifrågasatta när de väljer att avstå från alkohol. Ungefär lika många blir det alltså inte.

Fler dricker mer än vad de själva vill i dag jämfört med för **15** år sedan. En större andel tycker också att det är svårt/jobbigt att inte dricka vid tillfällena där andra dricker. Det är sannolikt en effekt av att unga i dag i större utsträckning vill hålla sig till medveten och kontrollerad konsumtion.

Jag känner mig ofta tvingad att dricka mer än jag själv vill



Det är svårt/jobbigt att inte dricka vid tillfällena när andra gör det



Ja Nej

15–30 år

**Skalfråga:** Nedan följer ett antal påståenden som handlar om alkohol – stämmer dessa in på dig? (ovan) "Jag känner mig ofta tvingad att dricka mer än jag själv vill" (nedan) "Det är svårt/jobbigt att inte dricka vid tillfällena när andra gör det". **Filter:** 15–24 år Nedbrytning: Tidsjämförelse.

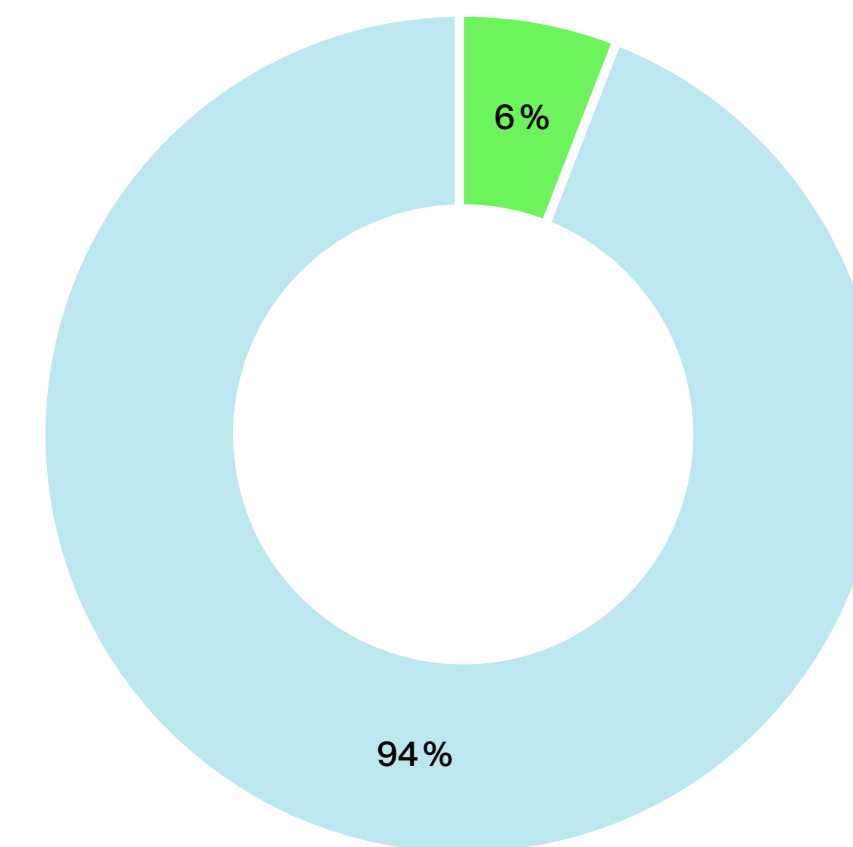




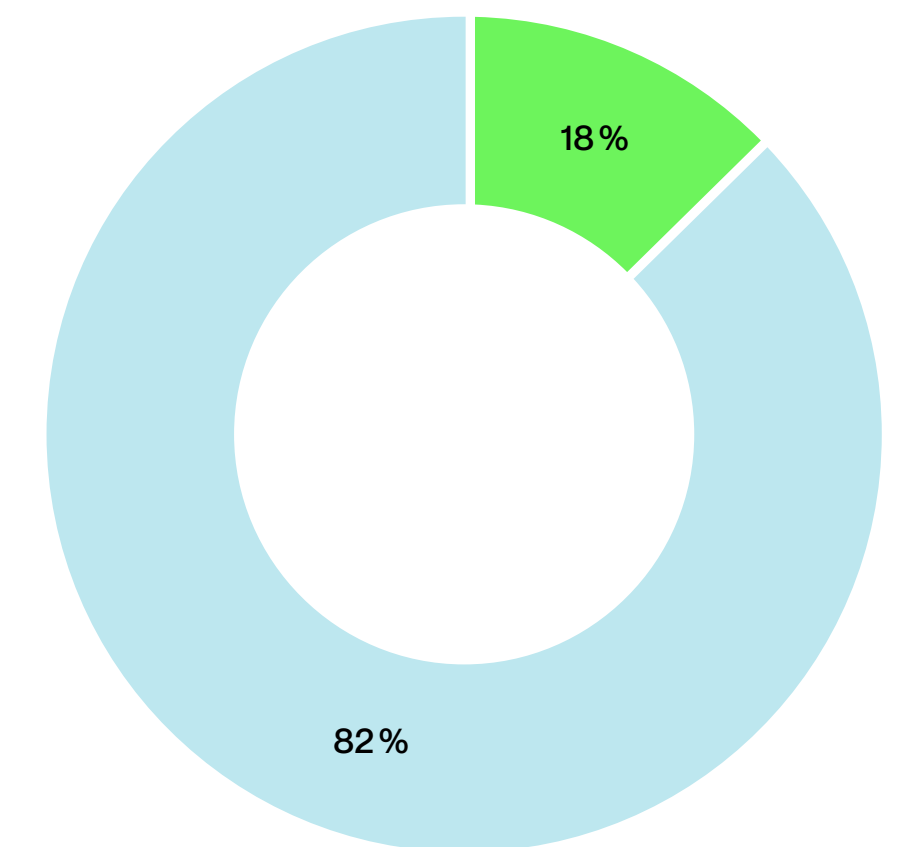
Bland de som konsumerar alkohol veckovis är det **30%** som svarar att de hade druckit mindre om deras vänner drack mindre.

En femtedel hade druckit mindre om vännerna gjorde det. Ännu vanligare bland de som dricker alkohol frekvent.

Jag dricker mer än jag egentligen vill för att mina vänner dricker



Om mina vänner drack mindre alkohol hade jag också gjort det



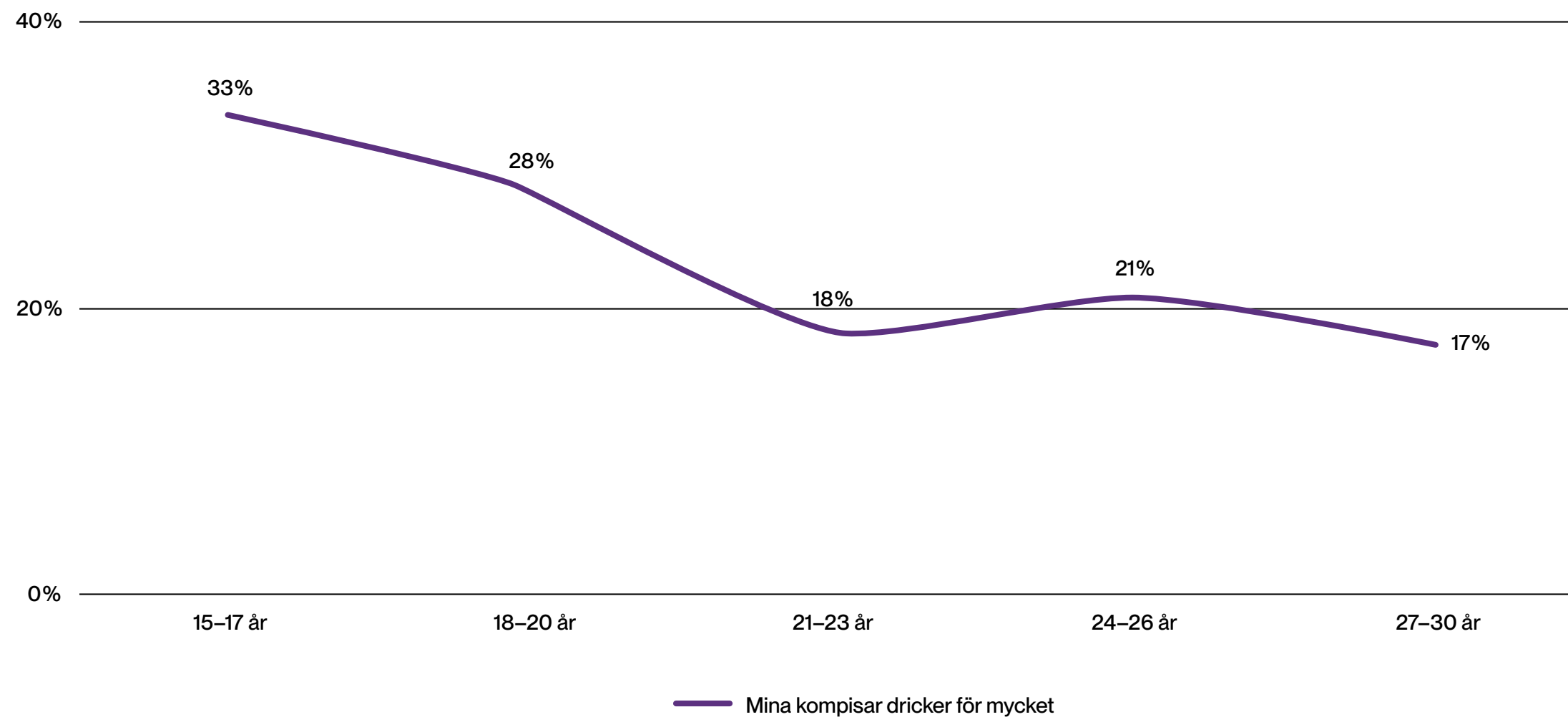
Ja Nej

15-30 år

Flervalsfråga: Vilka påståenden instämmer du i? Endast utvalda påståenden redovisas

De yngre håller i högre grad med i påståendet om att deras kompisar dricker för mycket, jämfört med de äldre. Tydligt att unga inte är särskilt bekväma med alkoholkonsumtion innan **18**-års ålder.

Mina kompisar dricker för mycket



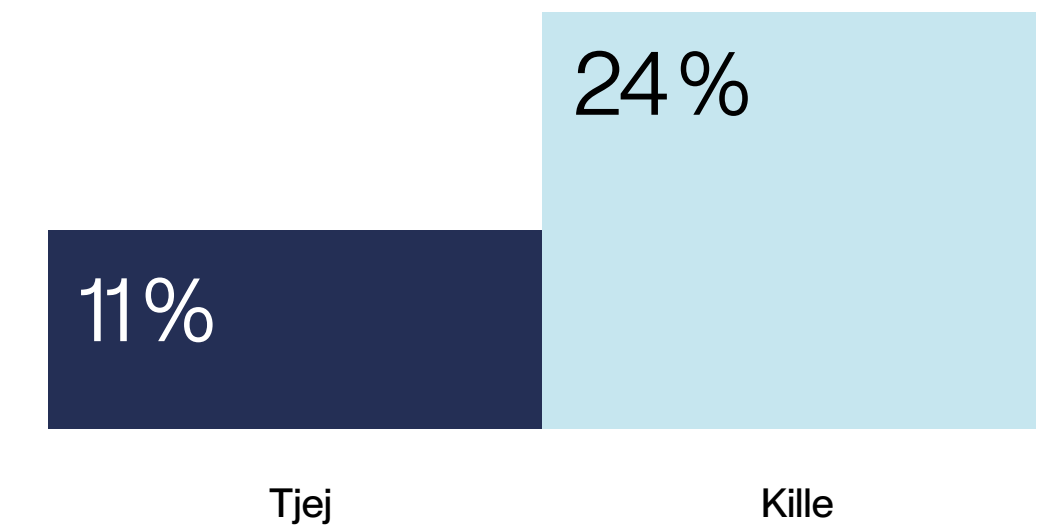
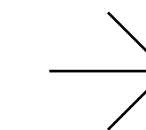
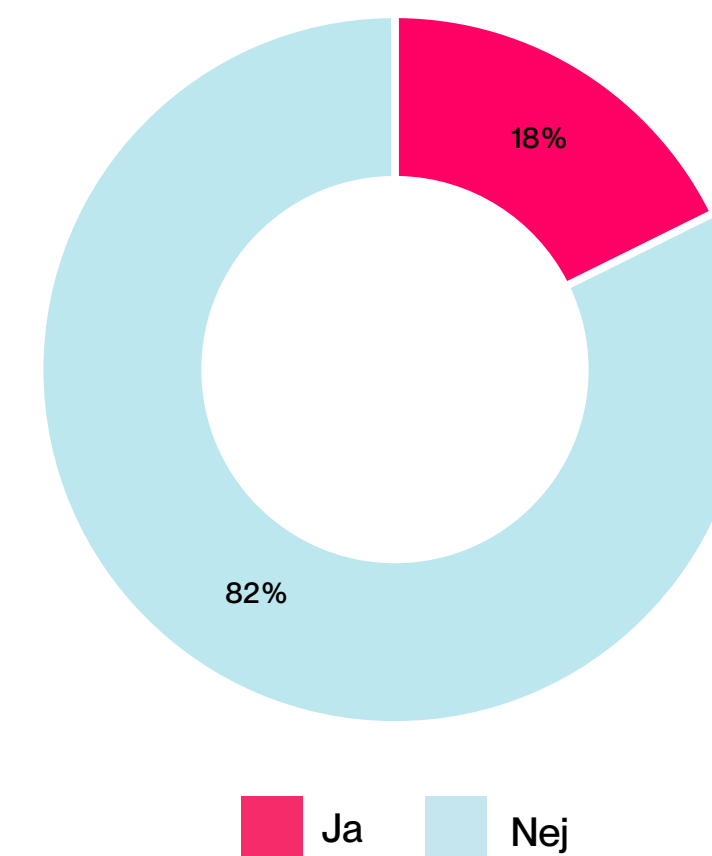
15-30 år

Skalfråga: Nedan följer ett antal påståenden som handlar om alkohol – stämmer dessa in på dig? Endast "Mina kompisar dricker för mycket" redovisas.  
Filter: "Ja". Nedbrytning: Ålder.



Vanligare att killar tycker att andra som inte dricker på fest/krogen är tråkiga – indikator för starkare grupptryck bland festande killar.

Jag tycker andra som inte dricker på fest/krogen är tråkiga

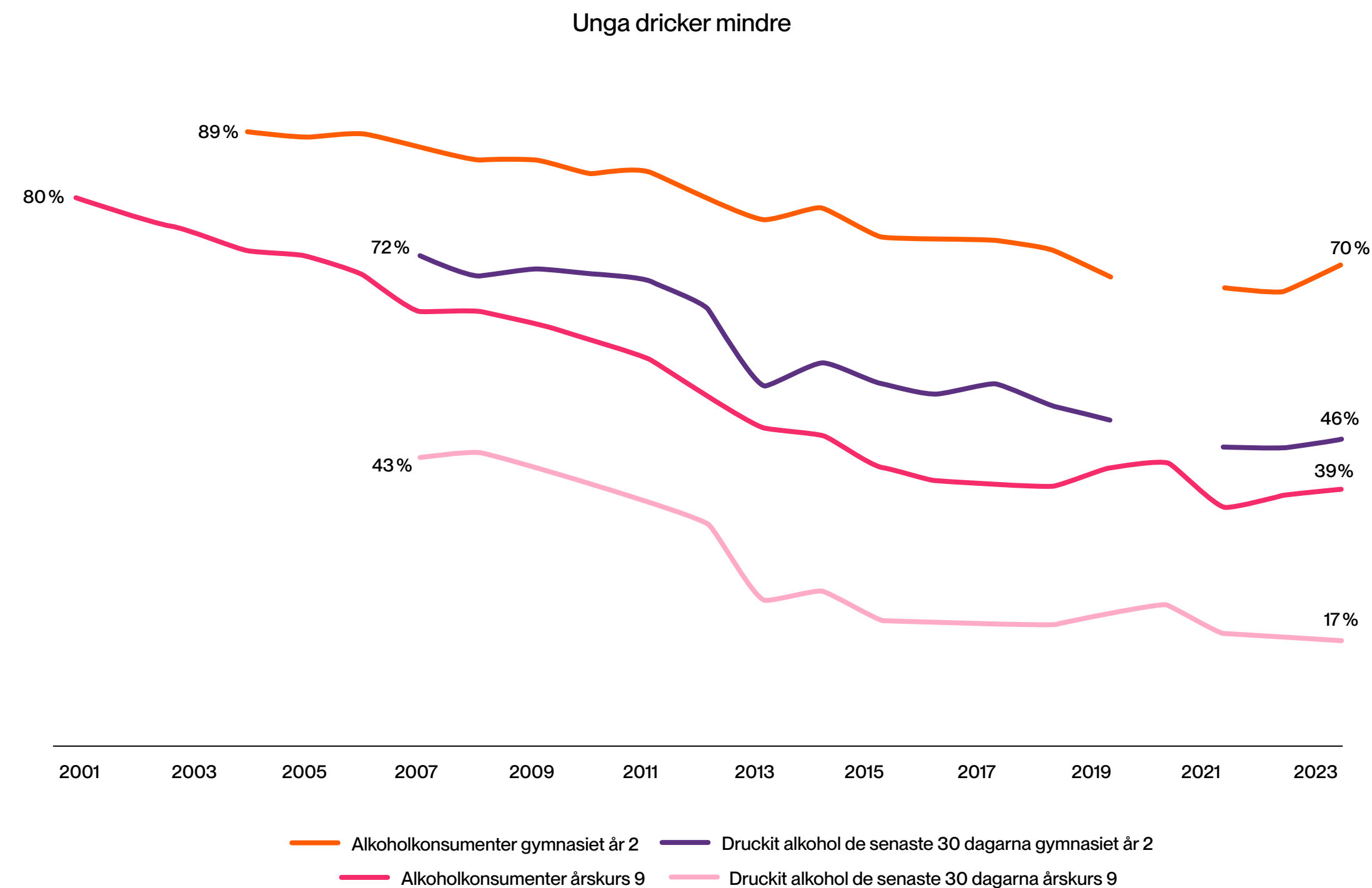


Den egna konsumtionen spelar in. Ju oftare du dricker, desto större andel tycker att andra som inte dricker är tråkiga.

15–30 år

Skalfråga: Nedan följer ett antal påståenden som handlar om alkohol – stämmer dessa in på dig? Endast "Jag tycker andra som inte dricker på fest/krogen är tråkiga" redovisas. Nedbrytning: Kön.

Unga i hela västvärlden dricker mindre. I Sverige har denna nedgång varit tydlig sedan början av **2000**-talet, då exempelvis **8 av 10** niondeklassare drack alkohol, till att det i dag är hälften så många, **4 av 10**, som gör det. Även andelen som dricker regelbundet minskar.



Drygt **6** av **10** tycker att de har en nykter livstil men avstår inte alkohol helt.

**7%** av **15–19**-åringar anser att det är coolt att dricka alkohol. Samtidigt anser **21%** av dem att det är sunkigt att dricka alkohol.

# Metod

## Enkäten och urvalsmetod

Studien har genomförts som en digital enkät och resultaten är riksrepresentativa för allmänheten avseende ålder 15–30 år samt kön. Urval av respondenter har skett genom Ungdomsbarometerns samarbetspartner Norstat, genom deras slumpmässigt telefonrekryterade riksrepresentativa panel baserad på SPAR.

## Datinsamling och viktning

Datinsamlingsperiod för studien var 19 april–13 maj 2024. Antal respondenter i undersökningen är 1154st. Viktning av resultaten har genomförts med hjälp av de två aktuella urvalsegenskaperna kön samt

ålder, enligt den senaste befolkningsstatistiken från SCB för ungdomar 15–30 år i Sverige.

## Statistisk bearbetning och analys

Ungdomsbarometerns har genomfört all statistisk bearbetning och analys av resultaten. Små skillnader och låga baser redovisas inte i rapporten för att undvika risken för feltolkningar av resultat.

## Data från Ungdomsbarometern

För generationsdata och historiska jämförelser av alkoholkonsumtionsfrågor används data ur tidigare upplagor av Ungdomsbarometern. Denna data omfattas inte av ovan metodbeskrivning.

Undersökningen har genomförts av Ungdomsbarometern som en digital enkät och resultaten är riksrepresentativa för allmänheten avseende ålder 15–30 år samt kön. För generationsdata och historiska jämförelser av alkoholkonsumtionsfrågor används data ur tidigare upplagor av Ungdomsbarometern. De flesta resultat avser 15–30 år, vissa tidsjämförelser är på åldersgrupperna 15–24 år, eller 18–24 år.



