

Stiftelsen Trygga Barnens Effektrapport avseende verksamhetsår 2024

1. Inledning

Trygga Barnen är en religiöst och partipolitiskt oberoende stiftelse vars syfte är att ge stöd till barn och unga i familjer med missbruk. Stiftelsen grundades 2010 i Stockholm utifrån Agneta Tryggs och hennes dotter Olivia Trygg Larsens egna erfarenheter av en make/pappa som blev sjuk i alkoholism och därefter avled i sviterna av sin sjukdom. Tillsammans ville de arbeta för att inga barn och unga skall behöva uppleva den skam och maktlöshet som de själva känt.

Stiftelsen arbetar med att ge barn och unga som lever i familjer med missbruksproblematik stöd. Våra stödinsatser riktas till barn och unga i åldern 7 - 25.

Den anställda personalen utgick under 2024 ifrån sina arbetsplatser i Stockholm, Trollhättan och Kungsbacka. Stiftelsen arbetar även nationellt genom ett nätverk av volontärer som vi kallar Lokala Hjältar. Under 2024 bedrev Trygga Barnen genom de anställda och Lokala Hjältarna verksamhet i 14 av landets 21 regioner.

Denna effektrapport täcker samtliga stödverksamheter som Trygga Barnen verkade genom under 2024 och avgränsas inte geografiskt. Effektrapporten avser verksamhetsåret 2024. De resurser i form av exempelvis insamlade pengar som använts för att bedriva verksamheten har samlats in under 2023 och 2024.

2. Förändringsteori

2.1 Problem

Drygt vart femte barn i Sverige, upp till 430 000 barn, har någon gång under sin uppväxt levt med minst en vårdnadshavare med alkoholproblem. Tio procent av alla barn i Sverige uppger att de påverkats mycket negativt av att växa upp i en familj där den ena vårdnadshavaren har alkoholproblem.¹

Barn till vuxna med alkoholproblem lider runt 50 % ökad risk för att senare i livet själva utveckla alkoholproblem.²

Samhällskostnaden, utöver stort lidande, som uppstår på grund av alkoholmissbruk beräknas till runt 35 Mdr kr per år i Sverige.³

2.2 Målgrupper

Trygga Barnens primära målgrupp är barn och unga som växer upp i familjer med missbruksproblematik. Den inkluderar andra former av missbruk än alkohol. Om exempelvis

¹ <https://www.can.se/app/uploads/2020/01/can-rapport-185-hur-manga-barn-vaxer-upp-med-foraldrar-som-har-alkoholproblem-sammanfattning.pdf>

² <https://www.forskning.se/2011/09/08/stress-ger-alkoholsug-hos-barn-till-alkoholister/>

³ <https://www.junis.se/wp-content/uploads/2022/05/kommunrapport22webb96.pdf>

spel och narkotikamissbruk läggs till statistiken ovan träder ett än tydligare samhällsproblem fram.

En sekundär målgrupp är samtliga barn och unga i landet. Dessa vill vi nå för att sprida information om problematiken, öka förståelsen för hur det är att växa upp med missbruksproblematik samt öka kunskapen om vad man kan göra om man misstänker att en kompis mår dåligt på grund av missbruk i familjen. Genom att nå denna målgrupp identifierar och når vi individer ur den primära målgruppen och kan rikta dem mot våra stödinsatser, alternativt mot andra offentliga insatser.

Ytterligare en sekundär målgrupp för Trygga Barnen är de vuxna som vi riktar oss mot inom verksamhetsdelen Barndom utan baksmälla.

2.3 Lösning

Genom att ge stöd till de barn och unga som växer upp i familjer med missbruksproblematik kan vi stärka målgruppens självförtroende och självkänsla. Vi bryter tabun om att prata om anhörigas missbruksproblem och förstärker vetskapen om att du inte är ensam i situationen. Som ung närstående är det vanligt att skuldbelägga sig själv samt ha en övertro på att man genom eget beteende kan få den missbrukande parten att bryta sitt missbruk.

Trygga Barnen använder sig av följande resurser för att nå den önskade effekten:

- Insamlade medel i form av gåvor och bidrag
- Anställd personal
- Hjältar som arbetar ideellt för Trygga Barnen
- Samarbeten med aktörer som kan bidra med expertis inom sina respektive arbetsområden
- Adekvata och för verksamheten väl anpassade lokaler och arbetsredskap

Dessa resurser använder Trygga Barnen för att genomföra följande aktiviteter vars mål är att nå önskad effekt:

Aktivitet	Projekt
- Elevföreläsningar	Trygg Upplysning, Lokala Hjältar
- Mentorsprogram	Trygg Punkt, Lokala Hjältar
- Gruppstöd	Trygg Punkt
- Fritidsaktiviteter på helger	Trygg Punkt
- Lovaktiviteter	Trygg Punkt, Lokala Hjältar
- Midsommar & julfirande	Trygg Punkt, Lokala Hjältar
- Stödchatt på Snapchat	Trygg Kontakt
- Informationsspridning riktad mot vuxna	Barndom utan baksmälla, Lokala Hjältar

Effekter som dessa aktiviteter leder till på kort sikt (0-5 år):

Effekt	Projekt
- Ökad vilja att prata om missbruksproblematik	Trygg Upplysning, Trygg Punkt
- Ökad kunskap om missbruksproblematik och vad man kan göra och var man kan vända sig	

för hjälp som ung närstående till missbrukare Hjältar	Trygg Upplysning, Trygg Kontakt & Lokala
- Ökad trygghet, självförtroende och självkänsla	Trygg Punkt & Trygg Kontakt
- Minskad känsla av att vara ensam i sin situation	Trygg Punkt & Trygg Kontakt
- Minskad känsla av skam och skuld för närståendes missbruk	Trygg Punkt & Lokala Hjältar
- Ökad benägenhet att söka hjälp från andra håll, exempelvis offentliga insatser	Trygg Punkt & Trygg Kontakt
- Ökad kunskap om hur man upptäcker och bemöter barn och unga ur den primära målgruppen	Barndom utan baksmälla & Lokala Hjältar

Effekter som aktiviteterna leder till på längre sikt (fem år och längre)

- Minskad risk för eget missbruk hos målgruppen
- Minskade samhällskostnader på grund av missbruksproblematik
- Ökad benägenhet att bemöta och uppmärksamma barn och unga ur den primära målgruppen

3. Verksamhetskostnader

Under 2024 fördelades Trygga Barnens kostnader som följer:

(Tkr)

Ändamålskostnader	4 199
Administrationskostnader	643
Insamlingskostnader	520
Totala kostnader	5 362

4. Prestationer och måluppfyllelse

A. Trygg Punkt

33 barn och unga ur målgruppen har regelbundet deltagit i vårt gruppstöd i Stockholm. De fyra åldersindelade grupperna ses en gång i veckan under skolterminerna och leds av utbildade volontärer.

I våra lov och fritidsaktiviteter under 2024 deltog sammanlagt 294 barn och unga ur målgruppen vid 50 olika tillfällen. Vi ser att avbokningar med kort varsel fortsätter att vara en fråga vi behöver arbeta med.

Inom mentorsprogrammet Trygg Hand har 13 stödsökande ur målgruppen matchats med en mentor.

Trygga Barnen genomförde under 2024 Trygg Midsommar i Kungsbacka och Stockholm. Ca 160 deltagare sammanlagt.

Trygg Jul genomfördes i Stockholm och hade sammanlagt 99 deltagare.

B. Trygg Kontakt

Trygga Barnens stödchatt på Snapchat har haft öppet kl. 19-23 onsdagar, fredagar, lördagar och söndagar under 2024. 2 342 stödchattar har inletts under året.

C. Lokala Hjältar

Under 2024 har 26 Hjältar utbildats av Trygga Barnen.

De nyutbildade och sedan tidigare verksamma Hjältarna har deltagit vid evenemang och aktiviteter där de kommit i kontakt med barn och unga ur målgruppen alternativt vuxna ur den sekundära målgruppen (mer om detta nedan under Barndom utan baksmälla).

Under 2024 har våra Hjältar nått samt interagerat med drygt 16 000 barn och unga. Därtill har de spridit information till ca 5 500 vuxna.

D. Trygg Upplysning

Under 2024 genomfördes 136 elevföreläsningar i skolor runt om i landet. Genom dessa nådde vi 6 646 barn och unga. Målet som var 7 000 nåddes med andra ord inte riktigt. Orsakerna och lämpliga åtgärder har analyserats noggrant. Målet för den sekundära målgruppen har uppnåtts genom att personal i skolorna fått ta del av vår informationsguide riktad till skolpersonal. Berörda lärare och elevhälsoteam har även deltagit under våra elevföreläsningar.

E. Barndom utan baksmälla

Genom uppdraget Barndom utan baksmälla har vi 2024 kunnat uppnå följande resultat:

Informationsspridning

- Uppskattningsvis nåddes totalt 5 545 antal vuxna av initiativet genom aktiviteterna genomförda inom uppdraget.
- Omkring 6 000 guider har delats ut.
- Trygga Barnen har inom ramen för initiativet med hjälp av våra hjältar medverkat vid 49 olika evenemang och möten med personer under året.
- Vi har under året gjort fysiska utskick till 800 föreningar inom idrotts – och föreningslivet.

Utbildningar

- Sammanlagt deltog 54 personer under utbildningstillfällena. De har i sin tur spridit information vidare i föreningarna de är verksamma inom.

Hjältar

- Totalt har 26 nya hjältar under året fått kunskap om Barndom utan baksmälla och utbildats med fokus på hur man fångar upp barn som far illa av vuxnas alkoholkonsumtion

5. Effekt

Mätverktyg som Trygga Barnen använder sig av för att mäta effekten på aktiviteterna varierar beroende på typen av aktivitet. Enkäter är det vanligaste verktyget och används för att mäta de flesta typer av aktiviteter vi genomför.

A. Trygg Punkt

I gruppstödet används enkäter vid flera tillfällen under året för att mäta den självupplevda förändringen och effekten av gruppstödet. Enkäter och frågor besvaras anonymt. Därtill bidrar volontärerna som leder gruppstödet genom regelbunden och löpande återkoppling som dokumenteras. De stödsökande som använder sig av vår stödchat får regelbundet möjligheten att bedöma sin upplevelse av chatten och den påverkan som den har haft. Svaren är anonymiserade och sparas av Trygga Barnen i utvärderingssyfte.

B. Trygg Kontakt

I samband med avslutad stödchatt erbjuds den stödsökande att svara på ett par frågor om hur hen upplevde bemötandet samt hur stödchatten påverkat det självskattade måendet. Svaren samlas ihop och analyseras av chattpersonalen tillsammans med projektledaren. Drygt 90% av de som svarat uppger att de känt sig lyssnade på och att de fått stöd det stöd de efterfrågade av chatten.

C. Lokala Hjältar

Våra volontärer har regelbunden och löpande kontakt med de anställda volontärsamordnarna. Genom regelbundna handledningstillfällen får de besvara frågor om deras uppdrag och hur det förlöpt under året. De uppmuntras att komma in med egna förslag på förbättringar.

Enkäter skickas till samtliga volontärer efter utförd grundutbildning och efter medverkan på vår årliga kompetensutveckling. Svaren tas sedan i beaktning för utveckling av våra grundutbildningar och planering av kommande kompetensutvecklingar.

D. Trygg Upplysning

Projektledaren har tillsammans med generalsekreteraren regelbundet gjort avstämningar och följt upp projektets aktiviteter. Utvärderingar skickas till samtliga skolor efter genomförda föreläsningar. Projektledaren sammanställer svaren och dessa går

igenom tillsammans med generalsekreteraren. I de fall svaren föranleder förändringar i verksamheten har dessa övervägts och genomförts. En vanligt förekommande synpunkt från skolorna har under 2024 varit att eleverna efterfrågar give aways med Trygga Barnens kontaktuppgifter. Detta ledde till en ytterligare beställning av fler give aways. Vidare inkom synpunkter kring bokningssystemet som testades under våren 2024. Dessa tillsammans med våra egna iakttagelser ledde oss till att gå tillbaka till det system som vi tidigare använt oss av.

I regel är återkopplingen i enkäterna mycket positiv. 100% av de svarande kan rekommendera föreläsningar från Trygga Barnen.

Medelbetyget på en skala 1-4 låg under 2024 på 3,8. Emellertid vill vi anstränga oss för att öka svarsfrekvensen som tenderar att ligga kring 25%

E. Barndom utan baksmälla

Genom samarbete med de övriga organisationerna inom initiativet samt Systembolaget kommer vi gemensamt fram till vilka intressegrupper vi ska riktas oss till samt vilka indikatorer vi ska mäta. Effekten av aktiviteterna mäts bland annat genom årliga SIFO-undersökningar som sedan mäter effekten utifrån ett antal nyckeltal och indikatorer.

Under 2025 fortsätter arbetet med att utveckla mätningen av effekterna av Barndom utan baksmälla.

6. Lärdomar och utveckling

Resultaten och effekten av aktiviteterna under 2024 har legat till grund för planeringen av 2025. Vi har identifierat följande områden som vi prioriterar under 2025:

A. Trygg Punkt

Säkerställa att fler stödsökande i stödchatten får svara på frågor om hur de upplever stödet. Vid helg och lovaktiviteter såg vi under 2024 att många anmälda deltagare bokar av med kort varsel. Åtgärder för att minska detta beteende har införts under 2025. Vi påminner via sms dagen innan aktiviteten. Vi försöker vara lyhörda för målgruppens önskemål om aktiviteter och arrangerar aktiviteter som vi kan anta kommer vara populära och locka deltagare. Utvärderingarna från stödsökande som deltog i gruppstöd i Stockholm 2024 visade att det fanns behov av att åldersanpassa gruppstödet ytterligare. Detta har vi arbetat med under 2025. Bland åtgärderna märks exempelvis fördjupad utbildning av gruppledarna samt ny åldersindelning i grupperna.

Mer regelbundna avstämningar med chatanställda i syfte att öka den interna kunskapsdelningen mellan anställda.

B. Lokala Hjältar

Under 2025 inleddes en omorganisation av Trygga Barnens volontärverksamhet. I framtiden kommer samtliga volontära uppdrag ingå i, och finansieras av, de projekt som har behov av dem. Lokala Hjältar kommer inte drivas vidare som ett eget projekt. Bakgrunden till omorganisationen är att Lokala Hjältar inte haft en säkrad finansiering under de senaste åren. Trygga Barnen kan inte fortsätta driva en verksamhet som vi bedömer att inte kan samla in tillräcklig finansiering för.

C. Trygg Upplysning

Inom Trygg Upplysning ser vi utifrån insamlade enkätsvar att föreläsningarna är uppskattade och många skolor återkommer till oss för att boka nya föreläsningar. Emellertid behöver vi öka ansträngningarna för att nå fler skolor i andra delar av landet än Stockholm. Med projektledaren baserad i Trollhättan har vi goda förutsättningar för att nå en positiv förändring.

Under 2025 har Trygga Barnen inte erhållit bidrag från tidigare givaren för Trygg Upplysning. Av den anledningen har vi varit tvingade att pausa den kostnadsfria föreläsningsverksamheten under 2025.

D. Barndom utan baksmälla

Flera av aktiviteterna inom Barndom utan baksmälla genomförs med hjälp av Lokala Hjältar. Ansträngningarna för att förbättra verksamheten inom detta verksamhetsområde är därför i vissa avseenden desamma som under B.

En slutsats från 2024 är att det fortfarande finns en stark vilja och ett starkt engagemang hos de vuxna vi varit i kontakt med i samband med initiativet Barndom utan baksmälla. Det finns en vilja att lära mer och veta hur vuxna kan agera vid misstanke eller vetskap om att ett barn far illa. Få av de vi varit i kontakt med har vetskap om att det är så många barn som far illa av vuxnas drickande samt att det lilla gör stor skillnad. Det är tydligt att det personliga mötet och de lokala nätverken med vuxna kring barn tycks vara betydelsefulla för att förändring ska ske. Det finns fortfarande en stor skam över missbruksproblematiken, men samtidigt en stor igenkänning hos de vuxna vi möter som själva har egna erfarenheter från sin uppväxt. Vi ser en stor vilja att göra skillnad, men att många saknar verktyg och mod att våga agera vid misstanke att ett barn far illa av vuxnas alkoholvanor.