

Postawy wobec alkoholu

Opracowali
Michał Feliksiak i Dominika Smażyńska

Znak jakości przyznany CBOS przez
Organizację Firm Badania Opinii i Rynku



Wyróżniająca Jakość Badań

Fundacja Centrum Badania Opinii Społecznej
ul. Świętojerska 5/7, 00-236 Warszawa
e-mail: sekretariat@cbos.pl; info@cbos.pl
<http://www.cbos.pl>
(48 22) 629 35 69

W skrócie

- Blisko trzy czwarte (73%) dorosłych Polaków deklaruje, że zdarza im się spożywać alkohol. To o 8 punktów procentowych mniej niż w poprzednim badaniu na ten temat (w 2019 roku) i generalnie najmniej w blisko 30-letniej historii badania. Rekordowy jest też odsetek abstynentów (23%, od 2019 roku wzrost o 7 punktów). Najczęściej podawane argumenty stojące za niepicciem alkoholu to zdrowie (57%) i brak potrzeby (51%). Ten drugi najsilniej wybrzmiewa wśród najmłodszych respondentów (18–24 lata – 79%).
- Preferowanymi przez najwięcej osób napojami alkoholowymi są – w zasadzie *ex aequo* – wino (32%) i piwo (30%). Od poprzedniego pomiaru sprzed siedmiu lat obserwujemy wzrost popularności tego pierwszego (o 7 punktów) i spadek drugiego (o 9 punktów). Wypowiedzi badanych wskazują też na malejącą popularność wódki, którą obecnie jako najczęściej preferowany napój alkoholowy wskazuje 13% (spadek o 3 punkty). Na przestrzeni lat zwiększa się natomiast grono preferujących inne alkohole wysokoprocentowe, np. whisky (14%, wzrost o 3 punkty).
- Sytuacje, w których osoby generalnie pijące alkohol najczęściej go spożywają, to spotkania z przyjaciółmi i znajomymi (87%, od poprzedniego badania w 2010 roku spadek o 5 punktów), obchodzenie urodzin bądź imienin (86%, spadek o 6 punktów) i spotkania rodzinne (80%, spadek o 11 punktów). Ponad połowie zdarza się pić alkohol, kiedy obchodzą święta i uroczystości religijne (56%, spadek o 6 punktów), a więcej niż jednej trzeciej, aby uczcić jakieś osiągnięcia (37%, spadek o 9 punktów). Ponad dwie piąte deklaruje picie alkoholu bez okazji – kiedy mają na to ochotę (43%, spadek o 4 punkty). Niepełna jednej trzeciej zdarza się spożywać napoje alkoholowe do obiadu lub kolacji (31%, spadek o 9 punktów). Najmniej osób pije alkohol w sytuacjach służbowych (13%).
- Świadomość szkodliwości alkoholu, pitego nawet w niewielkich ilościach, ma sześciu na dziesięciu badanych (60%). Przekonanie, że w małych ilościach jest on korzystny dla zdrowia, wyraża siedmiu na stu ankietowanych (7%). Z kolei ponad jedna czwarta (27%) uważa, że alkohol nie ma istotnego wpływu na zdrowie. Zdecydowana większość Polaków (88%) zgadza się z tym, że możliwe jest udane przyjęcie bez alkoholu. Nieliczni (8%) są w tej kwestii przeciwnego zdania. Aprobata zabawy bez alkoholu najbardziej wyróżniają się najmłodsi badani (97%).

SPIS TREŚCI

Pijący i niepijący.....	1
Co i jak często piją Polacy?.....	5
Okoliczności spożywania alkoholu.....	11
Ocena ilości spożywanego alkoholu	14
Doświadczenia alkoholowe przed 18. rokiem życia	15
Percepcja alkoholu	17
Popularność bezalkoholowych imitacji napojów alkoholowych	20

W kwietniowym sondażu¹, po niecałych siedmiu latach od poprzedniego badania na ten temat, zapytaliśmy Polaków o picie alkoholu. Interesowała nas nie tylko skala i częstotliwość jego spożywania, ale także to, jakie napoje alkoholowe cieszą się większą, a jakie mniejszą popularnością oraz w jakich sytuacjach się po nie sięga. Wprawdzie fakt, że wyniki opierają się na deklaracjach, jest pewną oczywistością w przypadku badań sondażowych, warto go jednak i tym razem podkreślić. Mimo że nie pytaliśmy o kwestie krępujące, jak np. upijanie się, dla niektórych respondentów tematyka pytań była prawdopodobnie wrażliwa, więc odpowiedzi mogą odbiegać od rzeczywistych praktyk związanych z alkoholem. Stąd należy przyjąć, że skala konsumpcji, którą tu przedstawimy, wyznacza raczej dolny próg skali rzeczywistego zjawiska².

PIJĄCY I NIEPIJĄCY

Większości pytanym, około trzem czwartym (73%), zdarza się pić alkohol. Blisko połowa (48%) mówi, że lubi napić się alkoholu z dobrej okazji, ale nie robi tego często, z kolei sześciu na stu (6%) zdarza się to często. Około jednej piątej badanych (19%) wprawdzie pije alkohol, ale unika okazji z tym związanych. Z kolei blisko jedna czwarta (23%) w ogóle nie spożywa alkoholu. Od poprzedniego badania w 2019 roku nastąpiły wyraźne zmiany w deklaracjach. Zmniejszył się – do najniższego poziomu z dotychczas zarejestrowanych – odsetek lubiących spożywać alkohol, a jednocześnie twierdzących, że nie zdarza im się to często (spadek o 8 punktów procentowych), przybyło natomiast abstynentów (wzrost o 7 punktów), którzy wraz z osobami unikającymi okazji do spożywania alkoholu stanowią teraz ponad dwie piąte (42%, tj. o 9 punktów więcej niż w poprzednim badaniu). Generalnie rzecz biorąc, abstynencja i unikanie okazji do spożywania alkoholu łącznie są teraz rekordowo częste.

¹ Badanie „Aktualne problemy i wydarzenia” (432) przeprowadzono w ramach procedury mixed-mode na reprezentatywnej imiennej próbie pełnoletnich mieszkańców Polski, wylosowanej z rejestru PESEL.

Każdy respondent wybierał samodzielnie jedną z metod:

- wywiad bezpośredni z udziałem ankietera (metoda CAPI),
- wywiad telefoniczny po skontaktowaniu się z ankieterem CBOS (CATI) – dane kontaktowe respondent otrzymywał w liście zapowiadnim od CBOS,
- samodzielne wypełnienie ankiety internetowej (CAWI), do której dostęp był możliwy na podstawie loginu i hasła przekazanego respondentowi w liście zapowiadnim od CBOS.

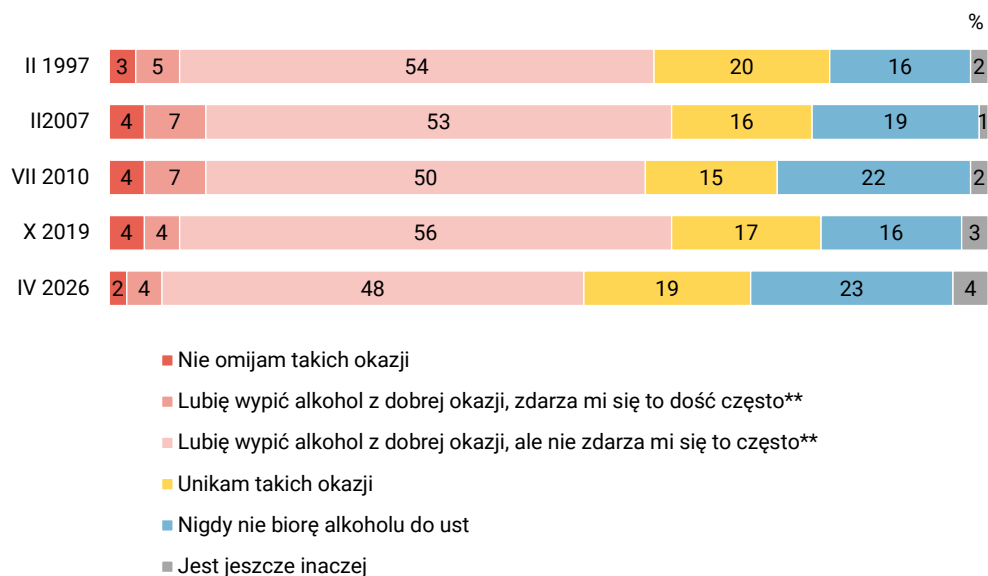
We wszystkich trzech przypadkach ankieta miała taki sam zestaw pytań oraz strukturę. Badanie zrealizowano w dniach od 9 do 19 kwietnia 2026 roku na próbie liczącej 944 osoby (w tym: 58,9% metodą CAPI, 22,5% – CATI i 18,6% – CAWI).

CBOS realizuje badania statutowe w ramach opisanej wyżej procedury od maja 2020 roku, w każdym przypadku podając proporcję wywiadów bezpośrednich, telefonicznych i internetowych.

² Na marginesie warto również wspomnieć, że osoby pijące alkohol często i ekstensywnie mają mniejszą szansę trafić do finalnej próby, ponieważ istnieje mniejsze prawdopodobieństwo tego, że dojdzie do wywiadu. Ankieterzy, co do zasady, nie powinni przeprowadzać wywiadu z osobami nietrzeźwymi.

CBOS

RYS. 1. Prawie każdy człowiek ma czasami okazję wypić alkohol. W jaki sposób postępuje Pan(i) przy takich okazjach?



* Zadane w 1997 roku pytanie brzmiało: „Prawie każdy człowiek czasami ma okazję wypić alkohol. Gdyby Pan(i) miał(a) określić, w jaki sposób korzysta Pan(i) z takich okazji, to co powiedział(a)by Pan(i) o sobie?”

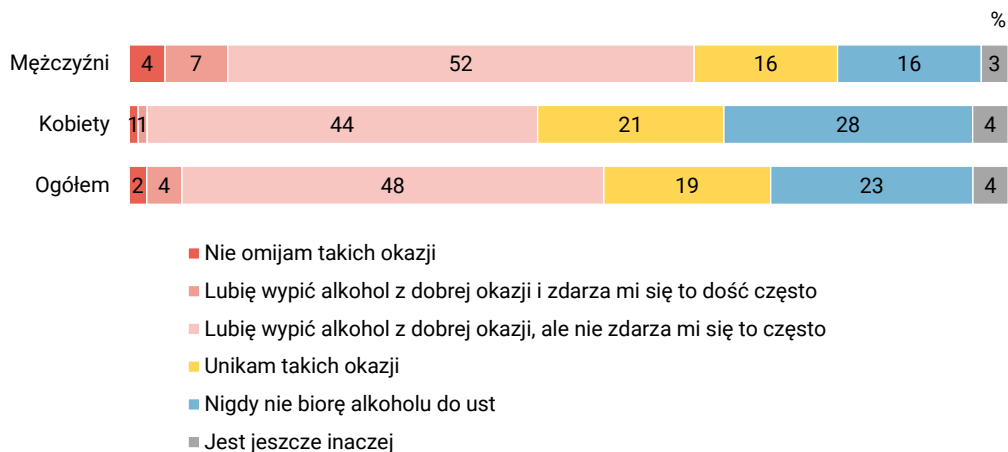
** W 1997 roku użyto sformułowania „w dobrym towarzystwie” zamiast „z dobrej okazji”

Pominięto odpowiedzi „Trudno powiedzieć”

Do picia alkoholu co najmniej czasami przyznaje się 63% mężczyzn i 46% kobiet. Kobiety częściej niż mężczyźni deklarują, że unikają okazji do spożywania alkoholu (21% wobec 16%) i że nie piją go wcale (28% wobec 16%).

CBOS

RYS. 2. Prawie każdy człowiek ma czasami okazję wypić alkohol. W jaki sposób postępuje Pan(i) przy takich okazjach?



Pominięto odpowiedzi „Trudno powiedzieć”

Czynnikiem, który znacząco wpływa na sięganie po alkohol, jest wiek, przy czym w zasadzie jedna grupa istotnie odróżnia się od pozostałych. Chodzi o starszych badanych, mających 65 lat i więcej, którzy wyraźnie częściej od innych zaliczają się do grona abstynentów (36%). Relatywnie najmniej niepijących alkoholu jest wśród osób mających od 25 do 34 lat (13%).

TABELA 1

Wiek	Pijący alkohol	Niepijący alkoholu
	w procentach	
18–24 lata	77	19
25–34	80	13
35–44	77	17
45–54	76	19
55–64	71	23
65 lat i więcej	62	36
Ogółem	73	23

Pominięto „Trudno powiedzieć” i odpowiedzi „Jest jeszcze inaczej”

Największe różnice między kobietami a mężczyznami w sięganiu po alkohol obserwujemy w grupie najstarszych badanych (65 lat i więcej – 25 punktów różnicy), a także mających od 45 do 54 lat (13 punktów) i najmłodszych respondentów (18–24 lata – 12 punktów). Natomiast praktycznie brak jest istotnych różnic ze względu na płeć między osobami mającymi od 25 do 34 lat i od 55 do 64 lat. Zarówno wśród mężczyzn, jak i kobiet we wszystkich grupach wiekowych dokonały się mniejsze lub większe spadki odsetków spożywających alkohol w stosunku do roku 2019. Wśród mężczyzn największy spadek dotyczy osób mających od 45 do 54 lat, wśród kobiet – mających od 25 do 34 lat oraz 65 lat i więcej.

TABELA 2

Wiek	Osoby deklarujące picie alkoholu			
	2019		2026	
	Mężczyźni	Kobiety	Mężczyźni	Kobiety
	w procentach			
18–24 lata	88	79	83	71
25–34	91	90	81	80
35–44	91	72	81	72
45–54	96	77	83	70
55–64	83	77	74	70
65 lat i więcej	80	60	75	50
Ogółem	88	75	79	67

Analizując jeszcze inne cechy badanych, można zauważyć, że do picia alkoholu częściej niż przeciętnie przyznają się osoby z wyższym wykształceniem, kadra kierownicza i specjaliści, robotnicy (szczególnie niewykwalifikowani) i badani uzyskujący najwyższe dochody w przeliczeniu na osobę w gospodarstwie domowym.

TABELA 3

		Pijący alkohol	Niepijący alkoholu
		w procentach	
Ogółem		73	23
Wykształcenie	Podstawowe / gimnazjalne	69	30
	Zasadnicze zawodowe	66	30
	Średnie	71	25
	Wyższe	80	13
Grupa zawodowa	Kadra kierownicza, specjaliści z wyższym wykształceniem	85	9
	Średni personel, technicy	78	18
	Pracownicy administracyjno-biurowi	76	15
	Pracownicy usług	76	18
	Robotnicy wykwalifikowani	80	18
	Robotnicy niewykwalifikowani	91	6
	Rolnicy	78	22
	Pracujący na własny rachunek	84	12
Dochody per capita	Do 1999 zł	65	31
	Od 2000 do 2999 zł	63	35
	Od 3000 do 3999 zł	71	26
	Od 4000 do 5999 zł	76	16
	6000 zł i więcej	86	7

Pominięto „Trudno powiedzieć” i odpowiedzi „Jest jeszcze inaczej”

Osoby, które zadeklarowały, że nigdy nie biorą alkoholu do ust, zapytaliśmy o powody tej sytuacji. Dwa dominujące to zdrowie (57%) i brak potrzeby (51%). Znacznie rzadziej pojawiały się takie argumenty, jak istniejące uzależnienie lub obawa przed uzależnieniem (8%), przekonania religijne lub światopoglądowe (6%) oraz oszczędności (5%).

CBOS

RYS. 3. Z jakiego powodu nie pije Pan(i) alkoholu? Proszę wskazać wszystkie powody, które Pana(i) dotyczą.

ODPOWIEDZI OSÓB, KTÓRE ZADEKLAROWAŁY ABSTYNENCJĘ (N=211)



Odsetki nie sumują się do 100, ponieważ można było wymienić kilka powodów

Warto przyjrzeć się dwóm najpopularniejszym motywacjom przez pryzmat płci i wieku badanych. Okazuje się, że dla mężczyzn nieco ważniejszym powodem abstynencji było zdrowie, natomiast

kobiety częściej mówiły o braku potrzeby. Ten drugi aspekt najsilniej wybrzmiewa wśród najmłodszych badanych, mających od 18 do 24 lat. Z kolei motywację zdrowotną relatywnie często podają nieco starsi, w wieku od 25 do 34 lat, jak również najstarsi respondenci, mający 65 lub więcej lat.

TABELA 4

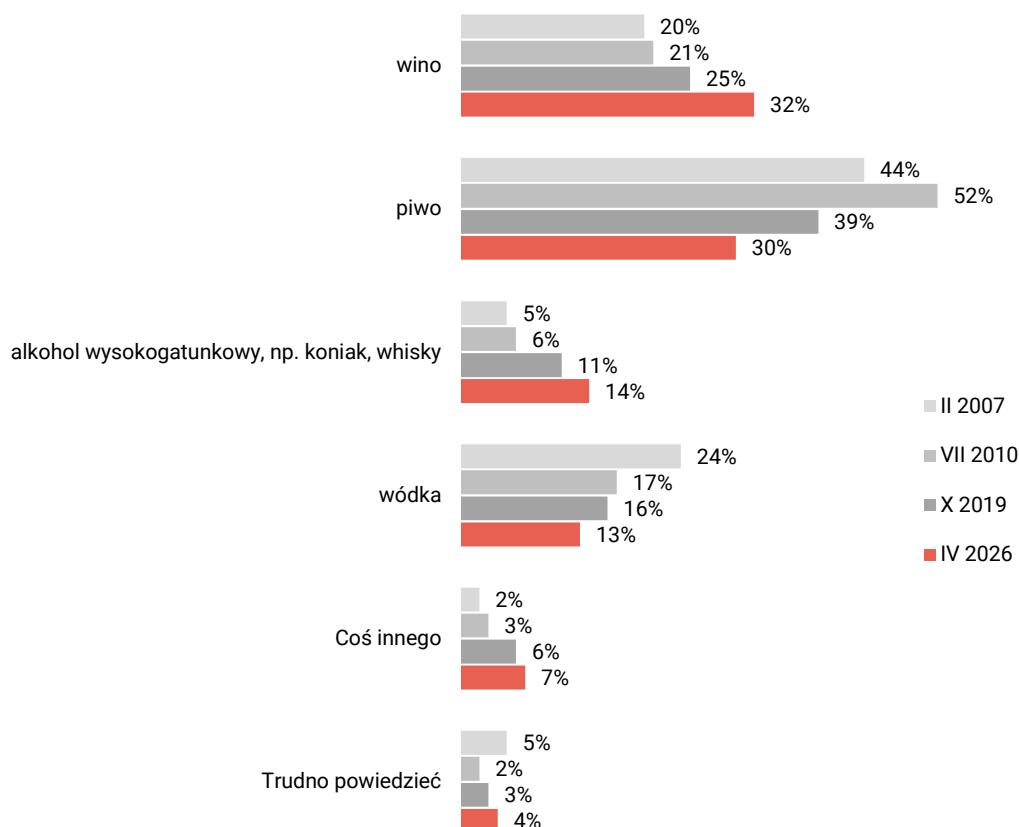
		Odsetki deklarujących, że nie piją alkoholu ze względu na:	
		zdrowie	brak potrzeby
Ogółem		57	51
Płeć	Mężczyźni	60	46
	Kobiety	55	54
Wiek	18–24 lata	53	79
	25–34	76	59
	35–44	42	52
	45–54	35	53
	55–64	53	52
	65 lat i więcej	68	44

CO I JAK CZĘSTO PIJĄ POLACY?

Z deklaracji wynika, że napojami alkoholowymi preferowanymi przez najwięcej osób są obecnie – w zasadzie *ex aequo* – wino (32%) i piwo (30%). Od poprzedniego pomiaru sprzed siedmiu lat obserwujemy wzrost popularności tego pierwszego i spadek drugiego. We wszystkich wcześniejszych badaniach miłośnicy piwa wyraźnie przeważali nad wybierającymi wino. Wypowiedzi badanych wskazują też na malejącą popularność wódki, którą obecnie jako najczęściej wybierany napój wskazuje 13% (niespełna dwadzieścia lat temu było to 24%). Na przestrzeni lat zwiększa się natomiast grono preferujących inne alkohole wysokoprocentowe, np. whisky (14%).

RYS. 4. Jeśli zdarza się Panu(i) pić alkohol, czy jest to najczęściej:

ODPOWIEDZI BADANYCH, KTÓRZY PIJĄ ALKOHOL



Warto przyjrzeć się temu, jakie grupy społeczne i demograficzne preferują poszczególne napoje alkoholowe. Bazując na częstości wskazań, można zaobserwować następujące zależności:

- **piwo** – mężczyźni, najmłodsi badani (18–24 lata) i mający od 35 do 44 lat, mieszkańcy wsi i małych miast, osoby z wykształceniem zasadniczym zawodowym lub podstawowym, robotnicy (wykwalifikowani i niewykwalifikowani), rolnicy, pracownicy administracyjno-biurowi, uzyskujący najniższe dochody *per capita*;
- **wino** – kobiety, osoby w wieku 55–64 lata, mieszkańcy metropolii, badani z wyższym wykształceniem, kadra kierownicza i specjaliści, uzyskujący dochody od 2000 do 2999 zł oraz 6000 zł i więcej;
- **wódka** – mężczyźni, najstarsi badani (65+), mający wykształcenie podstawowe lub zasadnicze zawodowe, rolnicy, technicy i średni personel;
- **whisky, koniak** – mężczyźni, pracujący na własny rachunek, technicy i średni personel, uzyskujący najwyższe dochody w przeliczeniu na osobę w gospodarstwie domowym (6000 zł i więcej).

TABELA 5

		Jeśli zdarza się Panu(i) pić alkohol, czy jest to najczęściej:			
		piwo	wino	wódka	alkohol wysokogatunkowy (koniak, whisky)
Ogółem		30	32	13	14
Płeć	Mężczyźni	44	11	20	18
	Kobiety	15	53	6	10
Wiek	18–24 lata	45	23	11	10
	25–34	33	27	12	17
	35–44	39	34	6	15
	45–54	28	30	12	13
	55–64	25	40	17	11
	65 lat i więcej	18	32	19	17
Wielkość miejscowości	Wieś	37	27	17	11
	Miasto do 19 999	37	27	13	15
	20 000 – 99 999	22	32	14	18
	100 000 – 499 999	31	31	10	19
	500 000 i więcej mieszk.	14	51	5	14
Wykształcenie	Podstawowe / gimnazjalne	37	22	25	5
	Zasadnicze zawodowe	43	15	19	9
	Średnie	33	27	15	16
	Wyższe	18	47	5	17
Grupa zawodowa	Kadra kierownicza, specjaliści z wyższym wykształceniem	18	50	3	17
	Średni personel, technicy	8	36	22	22
	Pracownicy administracyjno-biurowi	38	40		10
	Pracownicy usług	34	21	18	11
	Robotnicy wykwalifikowani	55	11	13	15
	Robotnicy niewykwalifikowani	55	18	18	9
	Rolnicy	42	19	27	8
	Pracujący na własny rachunek	18	27	13	33
Dochody <i>per capita</i>	Do 1999 zł	47	20	17	2
	Od 2000 do 2999 zł	34	38	12	7
	Od 3000 do 3999 zł	26	30	15	18
	Od 4000 do 5999 zł	29	27	15	18
	6000 zł i więcej	21	38	9	27

Pominięto odpowiedzi „Coś innego” i „Trudno powiedzieć”

Mimo że piwo i wino są w zbliżonej mierze wskazywane jako dwa najczęściej spożywane napoje alkoholowe, to w praktyce piwo ma najwyższy odsetek konsumentów. Blisko trzy czwarte osób generalnie spożywających alkohol (72%) pije je przynajmniej raz w roku (w przypadku wina jest to 61%, wódki – 52%, drinków i koktajli na bazie alkoholu – 46%, alkoholi wysokogatunkowych, jak whisky czy koniak – 43%, a alkoholi wysokoprocentowych w butelkach o małych pojemnościach, tzw. małpek – 7%). Piwo wygrywa też z innymi alkoholami pod względem częstotliwości spożywania zarówno w ujęciu miesięcznym (co najmniej raz w miesiącu pije je 39%, a dla porównania wino – 22%, wódkę – 13%, koniak, whisky – 13%, drinki i koktajle – 10%, małpki – 2%), jak i tygodniowym (przynajmniej raz w tygodniu spożywa je 15%, wino – 4%, wódkę – 1%, koniak, whisky – 1%, drinki i koktajle – 0%, małpki – 0%). Warto przypomnieć, że powyższe dane opierają się na deklaracjach. Można więc przypuszczać, że wyznaczają dolny próg częstotliwości sięgania po alkohol. Dla niektórych osób, prawdopodobnie tych pijących często, przyznanie się do tego faktu może być czymś wstydlivym.

TABELA 6

ODPOWIEDZI OSÓB DEKLARUJĄCYCH PICIE ALKOHOLU

Jak często zdarza się Panu(i) wypić:	piwo	wino	wódkę	alkohol wysokogatunkowy, np. koniak, whisky	alkohole wysokoprocentowe w butelkach o małych pojemnościach (tzw. małpki)	drinki, koktajle alkoholowe
	w procentach					
Codziennie lub prawie codziennie	2	0	0	0	0	0
3–4 razy w tygodniu	1	0	0	0	0	0
1–2 razy w tygodniu	12	4	1	1	0	0
2–3 razy w miesiącu	12	7	6	4	1	4
1 raz w miesiącu	12	11	6	8	1	6
6–11 razy w roku	10	8	9	7	1	8
2–5 razy w roku	18	21	20	14	2	19
1 raz w roku	5	10	10	9	2	9
jeszcze rzadziej	6	7	10	8	4	7
Wcale	22	31	39	50	89	47

Na przestrzeni ostatnich szesnastu lat obserwujemy spadek częstotliwości sięgania po piwo (wśród osób generalnie pijących alkohol) – zmniejsza się zarówno odsetek pijących je przynajmniej raz w tygodniu, jak i co najmniej raz w miesiącu. Generalna skala sięgania po ten napój jest zbliżona do tej sprzed siedmiu lat, ale zauważalnie niższa niż w roku 2010. Stopniowo, ale wyraźnie przybywa badanych deklarujących niepicie wódki. Od poprzedniego pomiaru w 2016 roku utrzymuje się natomiast odsetek sięgających po alkohole wysokogatunkowe, jak również po tzw. małpki. Przybyło konsumentów drinków i koktajli alkoholowych.

TABELA 7

ODPOWIEDZI OSÓB DEKLARUJĄCYCH PICIE ALKOHOLU

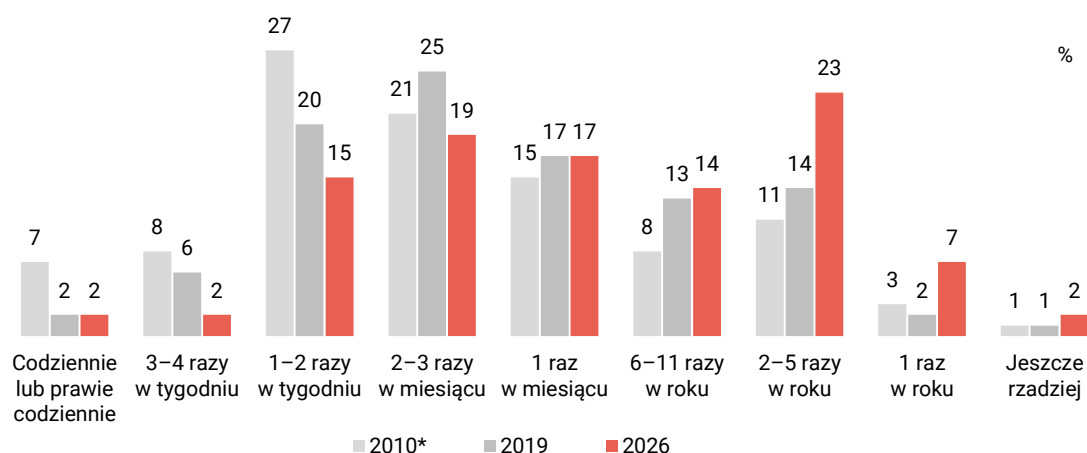
Jak często zdarza się Panu(i) wypić:	Przynajmniej raz w tygodniu			Raz lub kilka razy w miesiącu			Raz lub kilka razy w roku			Rzadziej			Wcale		
	'10	'19	'26	'10	'19	'26	'10	'19	'26	'10	'19	'26	'10	'19	'26
	w procentach														
– piwo	37	25	15	32	30	24	19	24	33	1	3	6	12	19	22
– wino	7	3	4	22	26	18	45	36	39	4	5	7	23	31	31
– wódkę	4	2	1	28	22	12	49	39	39	3	6	10	15	29	39
– alkohol wysokogatunkowy np. koniak, whisky	2	1	1	10	11	12	43	28	30	6	8	8	40	52	50
– alkohole wysokoprocentowe w butelkach o małych pojemnościach (tzw. małpki)	-	0	0	-	2	2	-	4	5	-	2	4	-	91	89
– drinki, koktajle alkoholowe	-	1	0	-	9	10	-	28	36	-	5	7	-	56	47

Zmiany w częstotliwości konsumpcji alkoholu jeszcze lepiej uwidaczniają się w ujęciu syntetycznym. Którykolwiek z wymienionych alkoholi przynajmniej co drugi dzień pije 4% badanych. Siedem lat temu było to 8%, a szesnaście lat temu – 15%. Ubyło także sięgających po alkohol przynajmniej raz w tygodniu (w stosunku do 2019 roku o 5 punktów, a do 2010 roku o 12 punktów) i spożywających go 2–3 razy w miesiącu (w stosunku do 2019 roku o 6 punktów). Zwiększyła się natomiast grupa pijących alkohol 2–5 razy w roku (w stosunku do poprzedniego pomiaru o 9 punktów) i raz w roku (o 5 punktów).

CBOS

RYS. 5. Jak często zdarza się Panu(i) pić alkohol?

ODPOWIEDZI OSÓB DEKLARUJĄCYCH PICIE ALKOHOLU

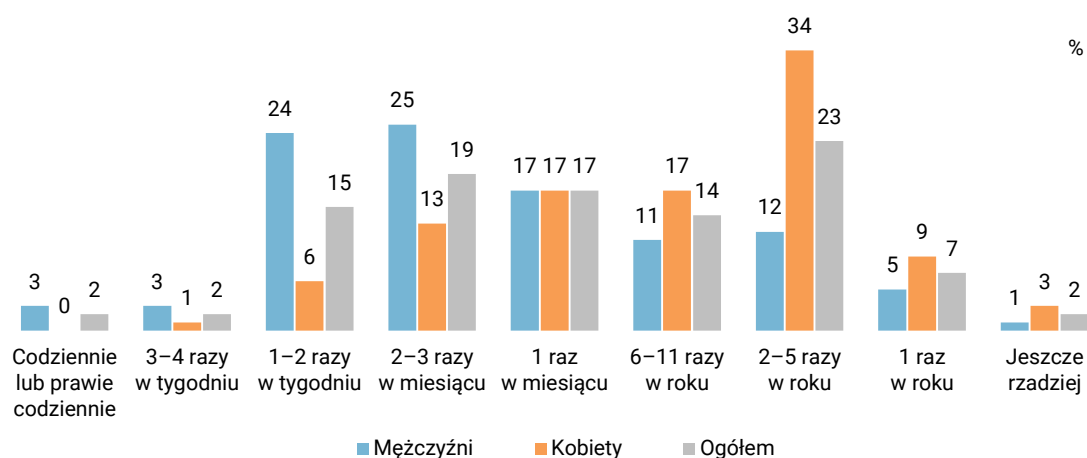


* W badaniu w 2010 roku nie pytano o konsumpcję tzw. małych oraz drinków i koktajli alkoholowych

Największe różnice w częstotliwości spożywania alkoholu zaznaczają się w przypadku płci. Mężczyźni piją wyraźnie częściej niż kobiety. Do sięgania po napoje alkoholowe przynajmniej raz w tygodniu przyznaje się blisko jedna trzecia mężczyzn (z wyłączeniem abstynentów) i siedem na sto co najmniej czasami pijących alkohol kobiet. Wśród kobiet, które są konsumentkami alkoholu, zauważalnie większa jest grupa deklarujących picie alkoholu kilka razy w roku.

RYS. 6. Jak często zdarza się Panu(i) pić alkohol?

ODPOWIEDZI OSÓB DEKLARUJĄCYCH PICIE ALKOHOLU



Do częstego sięgania po alkohol (przynajmniej raz w tygodniu) w większym stopniu niż inni przyznają się badani mający od 35 do 44 lat i od 55 do 64 lat. Najrzadziej są to natomiast najmłodsi respondenci (18–24 lata). Sporadyczne picie (1–5 razy w roku) częściej dotyczy najstarszych badanych, mających 65 lat i więcej.

TABELA 8

Jak często zdarza się panu(i) pić alkohol?	Odpowiedzi osób deklarujących picie alkoholu						
	18–24 lata	25–34	35–44	45–54	55–64	65 lat i więcej	Ogółem
	w procentach						
Codziennie lub prawie codziennie	0	1	3	1	2	3	2
3–4 razy w tygodniu	0	1	0	2	7	0	2
1–2 razy w tygodniu	10	13	21	15	16	14	15
2–3 razy w miesiącu	21	26	17	20	18	15	19
1 raz w miesiącu	16	16	20	19	9	19	17
6–11 razy w roku	31	13	13	12	13	10	14
2–5 razy w roku	19	23	17	21	25	29	23
1 raz w roku	2	7	8	5	7	8	7
Jeszcze rzadziej	2		1	4	3	2	2

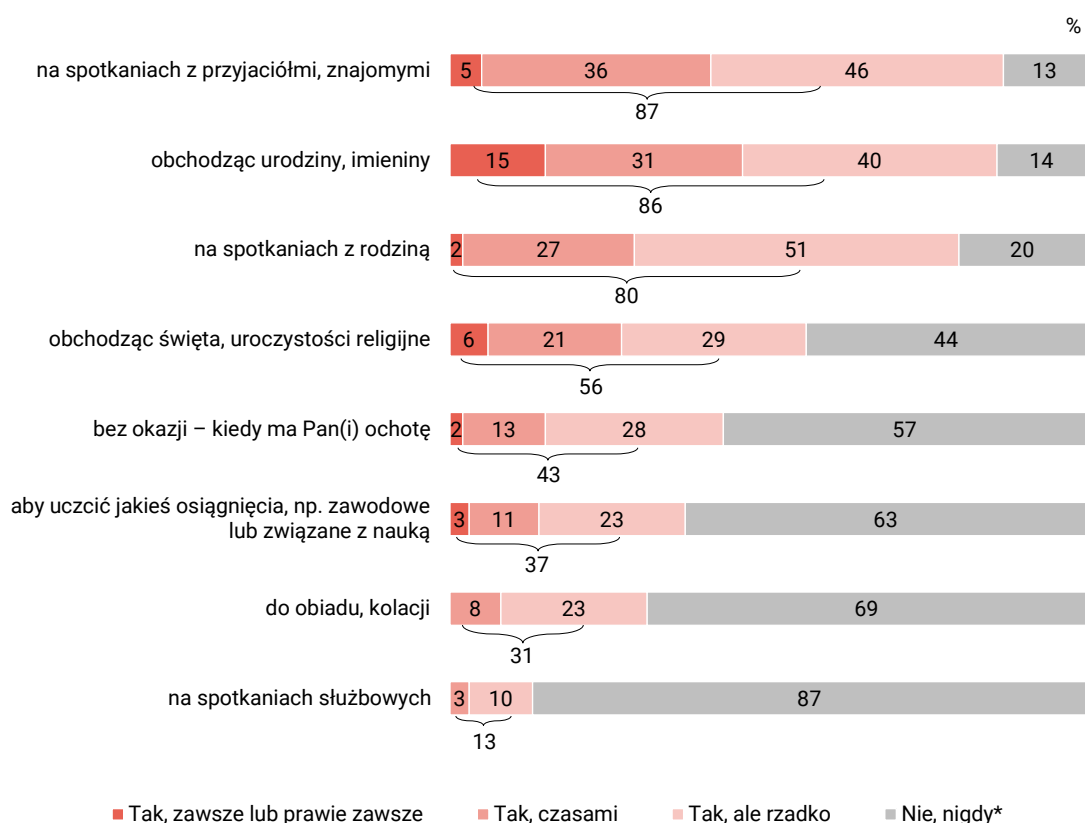
OKOLICZNOŚCI SPOŻYWANIA ALKOHOLU

Podobnie jak w 2010 roku zapytaliśmy badanych o sytuacje, w których spożywają alkohol. Jak wynika z deklaracji, najczęściej są to spotkania towarzyskie, w trakcie których zdarza się pić alkohol 87% ankietowanych (którzy nie są abstynentami), a także obchodzenie urodzin bądź imienin (86%) i spotkania rodzinne (80%). Sięganie po alkohol zawsze lub prawie zawsze najwięcej osób (15%) deklaruje w przypadku przyjęć z okazji urodzin lub imienin, natomiast mniej w trakcie spotkań towarzyskich (5%) i rodzinnych (2%). Ponad połowa pijących alkohol robi to, obchodząc święta i uroczystości religijne (56%), w tym sześciu na stu (6%) – zawsze. Więcej niż jednej trzeciej zdarza się spożywać alkohol, aby uczcić jakieś osiągnięcia (37%), z czego trzech na stu (3%) zawsze pije w takich sytuacjach. Ponad dwie piąte badanych deklaruje picie alkoholu bez okazji – kiedy mają na to ochotę (43%). Niespełna jednej trzeciej zdarza się spożywać napoje alkoholowe do obiadu lub kolacji (31%). Najmniej osób pije alkohol w sytuacjach służbowych (13%).

CBOS

RYS. 7. W jakich sytuacjach zdarza się Panu(i) pić alkohol? Czy pije Pan(i) alkohol:

ODPOWIEDZI OSÓB DEKLARUJĄCYCH PICIE ALKOHOLU



* Ta kategoria uwzględnia respondentów, którzy w danej sytuacji nie piją alkoholu, jak i tych, którzy nie bywają w takiej sytuacji

Co zmieniło się od ostatniego pomiaru w 2010 roku? Obecnie w niemal wszystkich sytuacjach, poza spotkaniami służbowymi, częściej w ogóle nie pije się alkoholu lub pije się rzadziej. Ubyło osób, które zawsze lub prawie zawsze spożywały alkohol, obchodząc urodziny lub imieniny, uczestnicząc w spotkaniach ze znajomymi lub rodziną oraz by uczcić osiągnięcia. W tych sytuacjach, a także w przypadku spotkań świątecznych, spożywania alkoholu do posiłku, jak i bez okazji zmniejszyły się również odsetki deklarujących sięganie po alkohol czasami.

TABELA 9

W jakich sytuacjach zdarza się Panu(i) pić alkohol? Czy pije Pan(i) alkohol:	Odpowiedzi osób deklarujących picie alkoholu							
	Tak, zawsze lub prawie zawsze		Tak, czasami		Tak, ale rzadko		Nie, nigdy / nie dotyczy	
	2010	2026	2010	2026	2010	2026	2010	2026
	w procentach							
– obchodząc urodziny, imieniny	24	15	42	31	26	40	7	14
– na spotkaniach z przyjaciółmi, znajomymi	12	5	46	36	34	46	7	13
– na spotkaniach z rodziną	7	2	42	27	42	51	9	20
– obchodząc święta, uroczystości religijne	8	6	26	21	28	29	38	44
– aby uczcić jakieś osiągnięcia, np. zawodowe lub związane z nauką	7	3	22	11	17	23	54	63
– bez okazji – kiedy ma Pan(i) ochotę	2	2	22	13	23	28	54	57
– do obiadu, kolacji	2	0	13	8	25	23	60	69
– na spotkaniach służbowych	1	0	4	3	7	10	88	87

Sprawdziliśmy, co różnicuje częstotliwość sięgania po alkohol w poszczególnych sytuacjach. Zmienną istotnie kształtującą zachowania jest płeć. We wszystkich przypadkach mężczyźni częściej niż kobiety deklarują, że przynajmniej czasami spożywają napoje alkoholowe podczas wymienianych okoliczności. Jest to szczególnie widoczne w sytuacjach, w których picie alkoholu jest mniej rozpowszechnione, jak spotkania służbowe (5% wobec 1%), picie do obiadu lub kolacji (12% wobec 3%), bez okazji (24% wobec 7%) i aby uczcić osiągnięcia (19% wobec 10%). Jeśli chodzi o wiek, sięganiem po alkohol w takich sytuacjach, jak urodziny, imieniny, spotkania towarzyskie i świętowanie osiągnięć wyróżniają się najmłodsi badani. Z kolei osoby mające od 55 do 64 lat częściej deklarują, że przynajmniej czasami sięgają po alkohol podczas spotkań z rodziną, obchodząc święta lub bez specjalnej okazji. W większości sytuacji, o które pytaliśmy, w tym także picie bez okazji, częściej konsumpcję alkoholu deklarują mieszkańcy metropolii. Wykształcenie nie odgrywa tak istotnej roli w przypadku kształtowania zachowań związanych z alkoholem. Można jedynie zauważyć, że najslabiej wykształceni respondenci częściej niż inni deklarują spożywanie alkoholu w trakcie obchodzenia urodzin, imienin, a ankietowani z wykształceniem zasadniczym zawodowym – w trakcie obchodzenia świąt. W obu tych grupach minimalnie częstsze niż przeciętnie jest też picie alkoholu bez okazji. Jeśli chodzi o grupy zawodowe, większą aktywnością w przedstawionych sytuacjach wyróżniają się robotnicy, zwłaszcza niewykwalifikowani (wszystkie poza spotkaniami służbowymi), rolnicy (jubileusze, spotkania z rodziną, znajomymi, święta, spotkania służbowe) i pracujący na własny rachunek (jubileusze, spotkania towarzyskie i służbowe).

TABELA 10

		Odsetki osób, które deklarują, że przynajmniej czasami sięgają po alkohol w takich sytuacjach							
		urodziny, imieniny	spotkania z przyjaciółmi, znajomymi	spotkania z rodziną	święta, uroczystości religijne	aby uczcić jakieś osiągnięcia	bez okazji	do obiadu, kolacji	spotkania służbowe
Ogółem		46	41	29	27	14	15	8	3
Płeć	Mężczyźni	55	51	35	32	19	24	12	5
	Kobiety	36	30	23	21	10	7	3	1
Wiek	18–24 lat	59	46	24	26	21	11	2	3
	25–34	37	36	23	15	18	18	8	5
	35–45	46	46	26	23	15	14	7	3
	45–54	50	45	31	34	15	12	7	3
	55–64	50	46	39	36	15	22	11	3
	65 lat i więcej	42	31	30	26	8	16	9	1
Wielkość miejscowości	Wieś	45	40	30	27	13	14	6	1
	Miasto do 19 999	48	39	32	30	8	16	5	1
	20 000 – 99 999	40	38	26	25	11	10	6	5
	100 000 – 499 999	50	42	31	30	21	20	11	6
	500 000 i więcej mieszk.	53	48	28	22	23	26	16	4
Wykształcenie	Podstawowe	52	33	28	28	14	19	3	0
	Zasadnicze zaw.	48	45	34	34	11	19	10	2
	Średnie	48	42	30	28	16	16	7	4
	Wyższe	42	39	25	21	15	13	8	3
Grupa społeczna i zawodowa	Kadra kierownicza, spec. z wyższym wyksz.	46	43	28	21	18	13	7	5
	Średni personel, technicy	50	42	36	11	8	8	11	5
	Pracownicy adm. – biurowi	38	47	19	18	16	16	5	3
	Pracownicy usług	40	36	29	34	12	19	9	3
	Robotnicy wykwalifikowani*	56	51	36	31	18	21	11	1
	Robotnicy niewykwalifikowani	76	59	45	48	36	25	12	3
	Rolnicy*	56	64	60	44	12	16	8	12
	Pracujący na własny rachunek*	52	48	27	33	16	18	9	7

* Uwaga, niewielka liczebność przedstawicieli tej grupy zawodowej w próbie

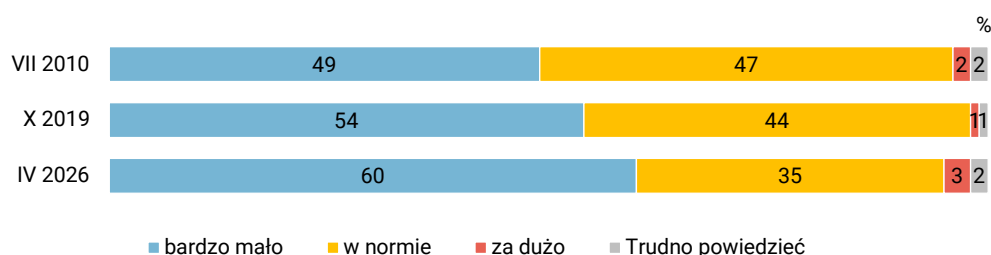
OCENA ILOŚCI SPOŻYWANEGO ALKOHOLU

Respondenci, którym zdarza się pić alkohol, zostali poproszeni o subiektywną ocenę tego, ile piją. Zapytani o to, czy ich zdaniem piją bardzo mało, w normie czy za dużo alkoholu, badani w większości (60%, wzrost od 2019 roku o 6 punktów) stwierdzili, że piją bardzo mało. Obecny wynik jest rekordowo wysoki. Ponad jedna trzecia (35%) – zauważalnie mniej niż siedem i szesnaście lat temu – uznała, że ich spożycie alkoholu jest w normie, a trzech na stu (3%) przyznało, że pije za dużo.

CBOS

RYS. 8. Czy, we własnej ocenie, pije Pan(i) alkoholu:

ODPOWIEDZI OSÓB DEKLARUJĄCYCH PICIE ALKOHOLU



Osoby, które oceniają, że spożywają za dużo alkoholu, to najczęściej pijący go co najmniej 1–2 razy w tygodniu. O picu mieszczącym się w normie najczęściej mówią osoby, które sięgają po alkohol z częstotliwością 1 raz w miesiącu do 1–2 razy w tygodniu.

TABELA 11

Jak często zdarza się Panu(i) pić alkohol?	Czy, we własnej ocenie, pije Pan(i) alkoholu:		
	bardzo mało	w normie	za dużo*
	w procentach		
Codziennie lub prawie codziennie	1	1	18
3–4 razy w tygodniu	0	4	5
1–2 razy w tygodniu	5	30	55
2–3 razy w miesiącu	15	25	18
1 raz w miesiącu	15	21	5
6–11 razy w roku	15	14	0
2–5 razy w roku	35	4	0
1 raz w roku	10	1	0
Jeszcze rzadziej	3	0	0

* Uwaga, niewielka liczebność tych respondentów w próbie

Kobiety znacznie częściej niż mężczyźni wyrażają przekonanie, że spożywają bardzo mało alkoholu. Z kolei mężczyźni częściej twierdzą, że ich spożycie mieści się w normie, jak również, że piją za dużo. W przypadku obu płci najwięcej osób deklarujących, że mieszczą się pod tym względem w normie, jest wśród najmłodszych badanych, a przekonanych, że ich spożycie alkoholu jest bardzo niewielkie

– wśród najstarszych ankietowanych. Przeświadczeniem o nadużywaniu alkoholu wyróżniają się na tle innych kobiety i mężczyźni w wieku 35–44 lata.

TABELA 12

		Czy, we własnej opinii, pije Pan(i) alkoholu:			
		bardzo mało	w normie	za dużo	Trudno powiedzieć
		w procentach			
Mężczyźni	18–24*	35	61	0	3
	25–34	54	38	7	2
	35–44	43	40	10	7
	45–54	46	51	3	0
	55–64	51	43	4	2
	65 lat i więcej	57	37	5	1
	Ogółem	49	43	6	3
Kobiety	18–24*	47	52	0	2
	25–34	64	30	5	1
	35–44	56	34	6	4
	45–54	59	38	1	1
	55–64	60	37	3	1
	65 lat i więcej	68	28	3	1
	Ogółem	60	35	3	2

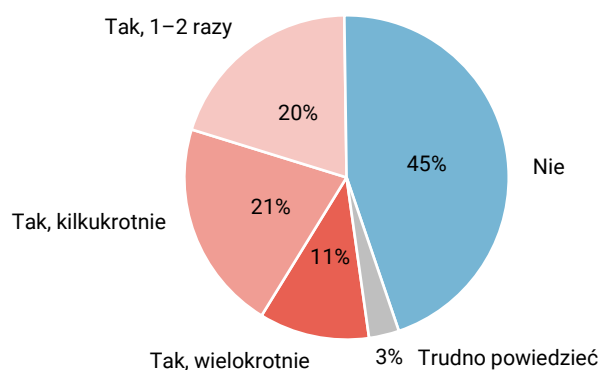
* Uwaga, niewielka liczba osób w tym wieku w próbie

DOŚWIADCZENIA ALKOHOLOWE PRZED 18. ROKIEM ŻYCIA

Badanych zapytaliśmy też retrospektywnie, czy zdarzało im się pić alkohol przed ukończeniem 18. roku życia. Okazuje się, że takie doświadczenia ma połowa badanych (52%), w tym jedna piąta (21%) spożywała alkohol przed osiągnięciem dorosłości kilkukrotnie (21%), a jedna dziesiąta (11%) – wielokrotnie.

CBOS

RYS. 9. Czy zdarzało się Panu(i) pić alkohol przed ukończeniem 18. roku życia?



Doświadczenia w spożywaniu alkoholu przed 18. rokiem życia znacznie częściej mają mężczyźni niż kobiety. W przypadku obu płci istotnie częściej niż przeciętnie przyznają się do tego osoby przed 45. rokiem życia.

TABELA 13

		Czy zdarzało się Panu(i) pić alkohol przed ukończeniem 18. roku życia?		
		Tak	Nie	Trudno powiedzieć
		w procentach		
Mężczyźni	18–24	78	22	0
	25–34	75	25	0
	35–44	72	24	3
	45–54	70	24	6
	55–64	62	33	5
	65 lat i więcej	49	46	5
	Ogółem	66	31	4
Kobiety	18–24	51	46	2
	25–34	51	49	0
	35–44	52	46	2
	45–54	41	55	4
	55–64	34	64	3
	65 lat i więcej	19	76	5
	Ogółem	38	59	3

Obecna częstotliwość sięgania po alkohol powiązana jest z doświadczeniami w picu go przed osiągnięciem 18. roku życia. Osoby sięgające po alkohol z większą częstotliwością teraz (przynajmniej raz w miesiącu, a zwłaszcza co najmniej raz w tygodniu) w większym stopniu niż inni deklarują picie alkoholu przed 18. rokiem życia. Z kolei niepijący lub sięgający po alkohol sporadycznie częściej nie mają takich doświadczeń.

TABELA 14

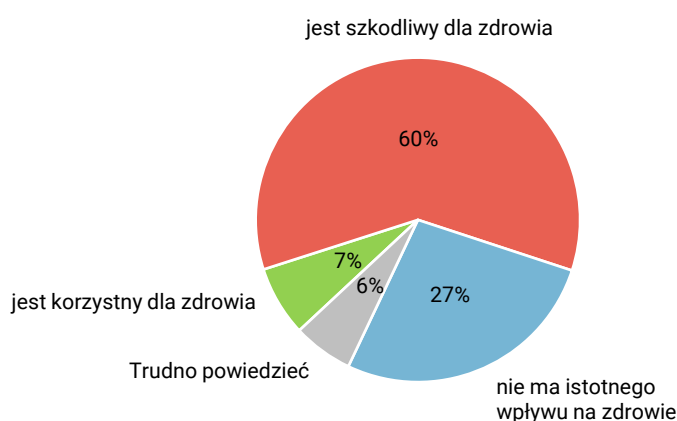
Jak często zdarza się panu(i) pić alkohol?	Czy zdarzało się Panu(i) pić alkohol przed ukończeniem 18. roku życia?				
	Tak, wielokrotnie	Tak, kilkakrotnie	Tak, 1–2 razy	Nie	Trudno powiedzieć
	w procentach				
Przynajmniej raz w tygodniu	18	33	17	28	3
Raz lub kilka razy w miesiącu	12	25	27	35	2
Raz lub kilka razy w roku	7	18	19	52	4
Rzadziej/wcale	10	15	14	57	4

PERCEPCJA ALKOHOLU

Badanych zapytaliśmy też o postrzeganie konsumpcji alkoholu w dwóch wymiarach: biologicznym, tzn. jak niewielkie ilości alkoholu, wedle ich wiedzy, wpływają na zdrowie, oraz społecznym – czy jego obecność warunkuje udane spotkanie towarzyskie. O tym, że alkohol pity w niewielkich ilościach jest szkodliwy dla zdrowia, jest przekonanych sześciu na dziesięciu badanych (60%). Przeciwny pogląd wyraża zaledwie siedmiu na stu (7%). Ponad jedna czwarta ankietowanych (27%) uważa, że picie alkoholu w niewielkich ilościach nie ma istotnego wpływu na zdrowie.

CBOS

RYS. 10. Czy, Pana(i) zdaniem, alkohol pity w niewielkich ilościach:



O szkodliwości konsumpcji alkoholu rzadziej niż przeciętnie mówią osoby, które spożywają go co najmniej raz w miesiącu, a szczególnie spożywający go przynajmniej raz w tygodniu. Osoby te w większym stopniu niż pozostali uważają, że alkohol nie ma istotnego wpływu na zdrowie, a nawet że jego wpływ jest pozytywny. Natomiast o szkodliwości alkoholu częściej niż pozostali mówią abstynenci i osoby, którym zdarza się pić alkohol sporadycznie (rzadziej niż raz w roku).

TABELA 15

Jak często zdarza się panu(i) pić alkohol?	Czy, Pana(i) zdaniem, alkohol pity w niewielkich ilościach:			
	jest korzystny dla zdrowia	jest szkodliwy dla zdrowia	nie ma istotnego wpływu na zdrowie	Trudno powiedzieć
	w procentach			
Przynajmniej raz w tygodniu	10	48	38	4
Raz lub kilka razy w miesiącu	9	55	32	4
Raz lub kilka razy w roku	6	60	26	8
Rzadziej/wcale	5	70	19	6

Przeświadczenie, że nawet niewielkie ilości alkoholu mają niekorzystny wpływ na zdrowie, przeważa we wszystkich analizowanych grupach społeczno-demograficznych. Współwystępuje ono z wyższym wykształceniem i młodym wiekiem (poniżej 35 lat). Częściej podzielają je kobiety niż mężczyźni. Warto zwrócić też uwagę na to, że wśród najmłodszych badanych (18–24 lata) tylko jeden na stu

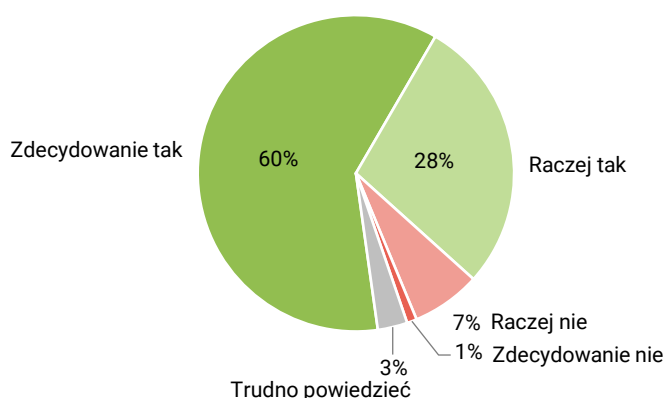
wskazuje, że niewielkie ilości alkoholu mogą być korzystne dla zdrowia. Przekonanie, że niewielkie dawki alkoholu nie mają istotnego wpływu na zdrowie, częściej deklarują mężczyźni, badani w wieku 55–64 lata, mający wykształcenie podstawowe oraz mieszkańcy małych miast (poniżej 20 000 ludności). O korzystnym wpływie alkoholu na zdrowie częściej mówią mężczyźni, osoby mające 25–34 lata oraz 55–64 lata i ankietowani z wykształceniem zasadniczym zawodowym.

TABELA 16

		Czy, Pana(i) zdaniem, alkohol pity w niewielkich ilościach:			
		jest korzystny dla zdrowia	jest szkodliwy dla zdrowia	nie ma istotnego wpływu na zdrowie	Trudno powiedzieć
		w procentach			
Ogółem		7	60	27	6
Płeć	Mężczyźni	9	53	33	5
	Kobiety	6	65	22	7
Wiek	18–24 lata	1	64	29	5
	25–34	10	64	23	2
	35–44	8	62	25	5
	45–54	8	60	24	9
	55–64	10	54	30	7
	65 lat i więcej	5	57	31	7
Wielkość miejscowości	Wieś	9	59	26	6
	Miasto do 19 999	8	55	31	6
	20 000 – 99 999	6	60	27	7
	100 000 – 499 999	6	61	27	6
	500 000 i więcej mieszk.	5	63	27	4
Wykształcenie	Podstawowe / gimnazjalne	4	51	38	7
	Zasadnicze zawodowe	11	52	29	7
	Średnie	8	58	29	5
	Wyższe	5	69	20	6

Ze stwierdzeniem, że możliwe jest udane przyjęcie bez alkoholu, zgadza się znaczna większość Polaków (88%), przy czym przeważająca część (60%) aprobuje je w sposób kategoriyczny („Zdecydowanie tak”). Nieliczni (8%) są w tej kwestii przeciwnego zdania.

RYS. 11. Czy zgadza się Pan(i) z tym, że możliwe jest udane przyjęcie bez alkoholu?



Odsetki nie sumują się do 100 z powodu zaokrągleń

Niezależnie od tego, czy respondenci piją alkohol w trakcie różnego rodzaju spotkań i przyjęć, przeważa wśród nich przekonanie, że nie jest on w tych okolicznościach niezbędny. Osoby korzystające z alkoholu w poszczególnych sytuacjach towarzyskich częściej niż niekorzystające kwestionują opinię, że możliwe jest udane przyjęcie bez alkoholu, a także rzadziej wyrażają aprobatę w sposób kategoriyczny (w większym stopniu mówią „Raczej się zgadzam”).

TABELA 17

Czy zgadza się Pan(i) z tym, że możliwe jest udane przyjęcie bez alkoholu?	Czy pije Pan(i) alkohol:							
	na spotkaniach z przyjaciółmi, znajomymi		na spotkaniach z rodziną		obchodząc urodziny, imieniny		obchodząc święta, uroczystości religijne	
	Tak	Nie	Tak	Nie	Tak	Nie	Tak	Nie
	w procentach							
Zdecydowanie się zgadzam	54	76	53	73	54	73	49	67
Raczej się zgadzam	33	13	34	17	33	17	36	24
Raczej się nie zgadzam	8	4	8	6	8	3	10	5
Zdecydowanie się nie zgadzam	1	1	1	1	1	1	1	1
Trudno powiedzieć	3	5	3	3	3	7	3	3

Opinia, że możliwe jest udane przyjęcie bez alkoholu, częściej kontestowana jest przez mężczyzn niż przez kobiety. W większej mierze niż przeciętnie nie zgadzają się z nią też najstarsi respondenci, mający wykształcenie podstawowe lub zasadnicze zawodowe. Na tle innych najwyższy poziom aprobaty aktywności towarzyskich bez udziału alkoholu występuje wśród najmłodszych badanych, którzy również częściej niż starsi zgadzają się z tym w sposób zdecydowany.

TABELA 18

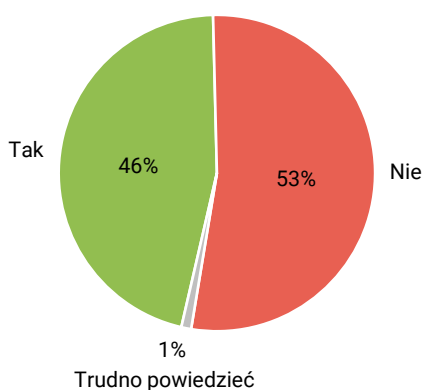
		Czy zgadza się Pan(i) z tym, że możliwe jest udane przyjęcie bez alkoholu?				
		Zdecydowanie się zgadzam	Raczej się zgadzam	Raczej się nie zgadzam	Zdecydowanie się nie zgadzam	Trudno powiedzieć
Ogółem		60	28	7	1	3
Płeć	Mężczyźni	50	33	11	2	5
	Kobiety	69	25	4	1	2
Wiek	18–24 lata	68	29	3	1	0
	25–34	65	27	2	1	5
	35–44	63	27	7	1	2
	45–54	63	27	6	0	3
	55–64	56	30	7	2	5
	65 lat i więcej	50	30	13	3	4
Wielkość miejscowości	Wieś	61	26	8	1	3
	Miasto do 19 999	53	38	6	2	1
	20 000 – 99 999	61	24	7	2	6
	100 000 – 499 999	61	31	3	1	4
	500 000 i więcej mieszk.	59	28	11	0	2
Wykształcenie	Podstawowe / gimnazjalne	55	27	12	1	4
	Zasadnicze zawodowe	54	29	9	2	5
	Średnie	59	31	6	2	2
	Wyższe	65	25	6	0	3

POPULARNOŚĆ BEZALKOHOLOWYCH IMITACJI NAPOJÓW ALKOHOLOWYCH

Napoje będące bezalkoholowymi odpowiednikami napojów alkoholowych, np. piwa czy wina, zdarza się pić mniej niż połowie badanych (46%).

CBOS

RYS. 12. Czy zdarza się Panu(i) pić napoje bezalkoholowe, które smakują podobnie, jak ich alkoholowe wersje, np. bezalkoholowe piwa lub wina?



Po bezalkoholowe piwa lub wina sięga w zasadzie tyle samo mężczyzn co kobiet. Częściej są to młodszy badani. Wśród kobiet najwięcej konsumentek jest wśród mających od 25 do 34 lat, a wśród mężczyzn w grupie od 35 do 44 lat. Relatywnie rzadziej niż przeciętnie piją je mężczyźni po 54 roku życia i kobiety po 64 roku życia.

TABELA 19

		Czy zdarza się Panu(i) pić napoje bezalkoholowe, które smakują podobnie, jak ich alkoholowe wersje, np. bezalkoholowe piwa lub wina?		
		Tak	Nie	Trudno powiedzieć
		w procentach		
Mężczyźni	18–24	53	47	0
	25–34	58	38	4
	35–44	64	36	0
	45–54	52	46	1
	55–64	38	61	2
	65 lat i więcej	22	77	1
	Ogółem	46	52	1
Kobiety	18–24	57	40	3
	25–34	62	37	2
	35–44	48	52	0
	45–54	50	48	2
	55–64	47	51	1
	65 lat i więcej	25	74	1
	Ogółem	45	54	1

Sięganie po bezalkoholowe piwa i wina jest też związane z wyższym statusem społeczno-ekonomicznym. Wyróżniają się w tym względzie respondenci mający wyższe wykształcenie, z gospodarstw domowych o najwyższych dochodach w przeliczeniu na osobę, a poza tym mieszkańcy największych miast.

TABELA 20

		Odsetek respondentów spożywających napoje bezalkoholowe, które smakują podobnie jak ich alkoholowe wersje, np. bezalkoholowe piwa lub wina
Ogółem		46
Wielkość miejscowości	Wieś	44
	Miasto do 19 999	44
	20 000 – 99 999	48
	100 000 – 499 999	44
	500 000 i więcej mieszk.	52
Wykształcenie	Podstawowe / gimnazjalne	38
	Zasadnicze zawodowe	38
	Średnie	44
	Wyższe	55
Dochody <i>per capita</i>	Do 1999 zł	46
	Od 2000 do 2999 zł	42
	Od 3000 do 3999 zł	39
	Od 4000 do 5999 zł	44
	6000 zł i więcej	59

Warto również dodać, że napoje te są w większej mierze spożywane przez osoby pijące alkohol niż przez abstynentów (51% wobec 26%).

Deklarowane spożycie alkoholu w Polsce jest najniższe od blisko 30 lat. Alkohol pije niespełna trzy czwarte dorosłych, a odsetek abstynentów obejmuje niemal jedną czwartą badanych. Bazując na deklaracjach, można również zaobserwować malejącą częstotliwość sięgania po napoje alkoholowe. Czynnikiem, który najsilniej różnicuje spożywanie alkoholu, jest nadal płeć. Jeśli chodzi o preferowane napoje alkoholowe, większą popularnością cieszy się wino, podczas gdy spada popularność piwa i wódki. Alkohol jest najczęściej spożywany podczas spotkań towarzyskich i rodzinnych, choć, jak wskazują deklaracje, jego obecność w różnych sytuacjach społecznych zmalała. Większość Polaków ma świadomość szkodliwości nawet niewielkich ilości alkoholu, choć jednocześnie ponad jedna trzecia uważa, że albo nie ma on wpływu na zdrowie (częściej), albo ma wpływ pozytywny (rzadziej). Jeśli chodzi o generalne nastawienie Polaków do obecności alkoholu w sytuacjach towarzyskich, warto podkreślić, że znaczna większość uważa, że możliwe jest udane przyjęcie bez napojów alkoholowych.