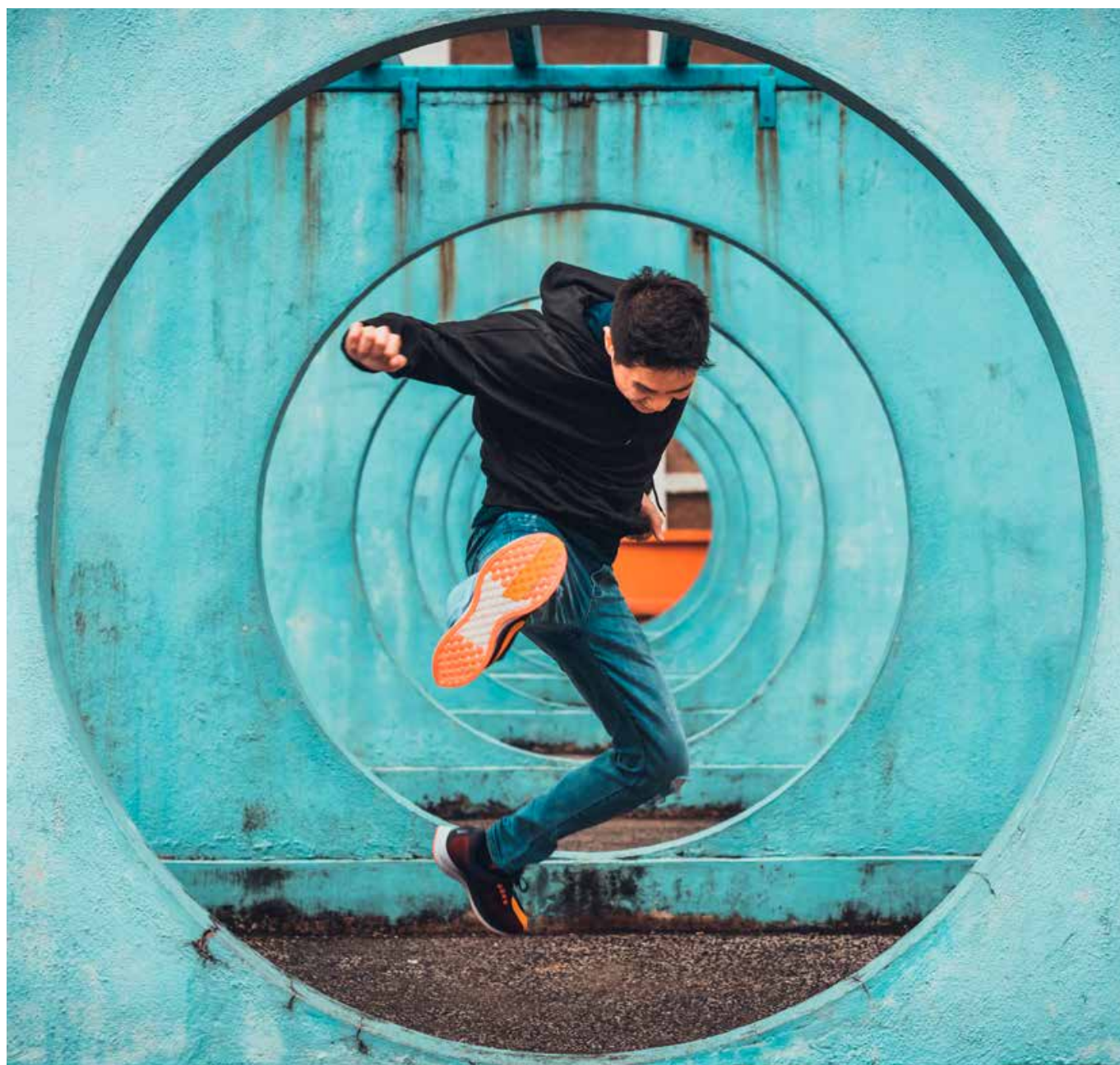


# FÆLLES OM | SORØ UNGELIVET 2023



SORØ KOMMUNE / 2023

 SUNDHEDSSTYRELSEN

**TrygFonden**

# INDHOLD

## 05

### FÆLLES OM UNGELIVET

Fælles om ungelivet og beskyttende faktorer



## 06

### FORÆLDRE

Forældre som beskyttende faktor  
Forældrenetværk og aftaler  
Holdninger, kendskab og adfærd  
Tid sammen, interesse og støtte

## 13

### TRIVSEL OG MENTAL SUNDHED

Hvordan har jeg det?



## 14

### VENNER

Venner som beskyttende faktor  
Sociale normer

## 16

### ORGANISERET FRITIDLIV



## 19

### RUSMIDLER

Alkohol, Cigaretter og snus  
Lattergas, Hash og andre stoffer

# HVAD ER FÆLLES OM UNGELIVET?

**Fælles om Ungelivet er et projekt mellem fem kommuner, Trygfonden og Sundhedsstyrelsen, som skal sikre at kommunens unge har et godt ungeliv, hvor rusmidler ikke spiller en markant rolle.**

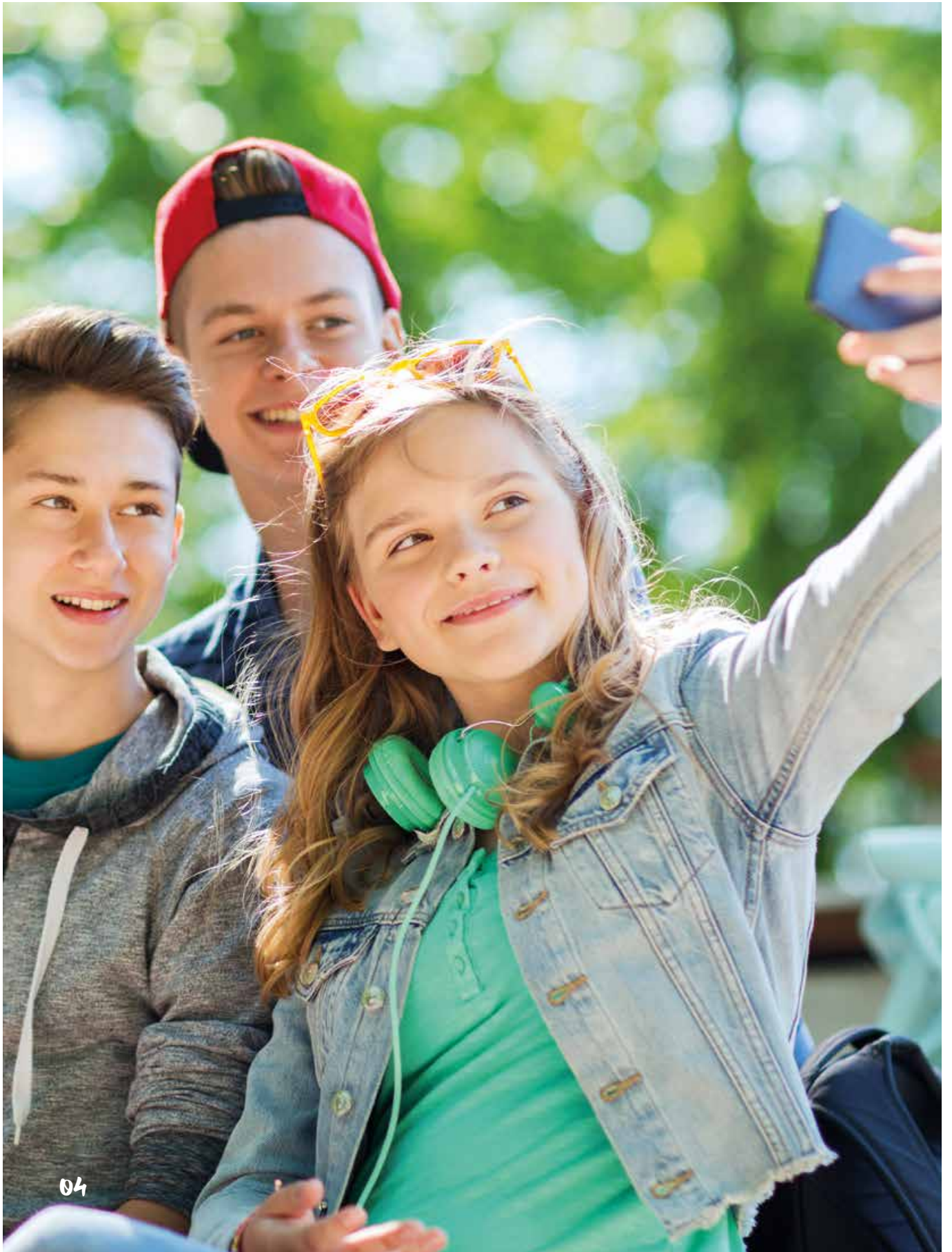
Fælles om ungelivet sætter spotlight på den vigtige rolle, som forældre og andre voksne omkring unge har som kulturskabere og kulturbærere. Det handler blandt andet om at motivere forældre til at være **nærværende og engagerede** – og samtidig turde sætte **tydelige grænser** for deres unge. Det handler også om **at skabe rammer**, som gør, at flere unge bliver og forbliver foreningsaktive og om at påvirke kulturen omkring unges fritidsaktiviteter til at støtte op om **et ungeliv uden rusmidler**.

## OM RAPPORTEN

**Denne rapport indeholder et udsnit af data, som er indhentet blandt Sorø Kommunes udskolingselever i forbindelse med Fælles om Ungelivet.**

Data omhandler primært brugen af rusmidler, samt viden om de miljøer og rammer, som de unge bevæger sig i. Data er indhentet gennem spørgeskemaer, som de unge har besvaret i december 2023. Data skal bruges til at målrette indsatser.

Udover data indeholder rapporten information om de centrale elementer som indgår i Fælles om Ungelivet, herunder beskrivelser af de forskellige beskyttende faktorer, som projektet tager afsæt i og som også danner baggrund for projektets indsatser.



04

# OM FÆLLES OM UNGELIVET OG BESKYTTENDE FAKTORER

## Hvorfor skal vi have fokus på det?

I Fælles om ungelivet er vi inspireret af den "islandske model", der sammen med en række andre tiltag bl.a. har betydet, at udviklingen er vendt, så islandske unge ikke længere har et af Europas højeste alkoholforbrug, men i stedet har Europas laveste forbrug.

"Den islandske model" har blandt andet fokus på de forhold, der beskytter unge og skaber rammerne for et **godt og sundt børne- og ungeliv**. Det kaldes de beskyttende faktorer. Det betyder fx, at der frem for at styrke den enkelte unges handlekraft og evne til at sige "nej" i stedet arbejdes med at **tilbyde unge fællesskaber**, hvor alkohol og rygning fylder mindre.

"Den islandske model" fokuserer på beskyttende faktorer inden for nogle af de helt centrale arenaer, der omgiver børn og unge – nemlig **familie, fritid, skole og vennegrupper**. Inspireret af den islandske model har Fælles om Ungelivet derfor et særligt fokus på **at involvere forældre, fritidsliv og skolerne** i at skabe gode og inspirerende ungemiljøer. Derudover har vi fokus på at arbejde med lokale data for at sikre, at løsningerne matcher udfordringerne.

### I Fælles om Ungelivet arbejder vi for at:

- Udskyde de unges alkoholdebut
- Reducere andelen af unge, som har drukket mere end 5 genstande på én gang inden for de seneste 30 dage
- Reducere andelen af unge, der har erfaringer med rusmidler
- Øge forældrenes engagement og interesse i de unge
- Flere unge deltager i organiserede fritidsaktiviteter
- Alkohol, nikotin og øvrige rusmidler ikke er en naturlig del af unges fællesskaber

# FORÆLDRE SOM BESKYTTENDE FAKTOR

**Børn og unges vaner – både de gode og dårlige – påvirkes let af deres omgivelser og særligt af deres forældres holdninger og adfærd. Det er vigtigt, at forældre er bevidste om dette, så de kan gå i dialog med deres barn og sætte rammer, der er i overensstemmelse med den adfærd, de ønsker for deres barn.**

Unge trivsel har en beskyttende virkning overfor brug af rusmidler. Ved at styrke relationen mellem forældre og deres barn kan forældres indblik i barnets generelle trivsel og hvad der rører sig i barnet liv forbedres. Derfor er det vigtigt at tilbringe tid med sit barn samt at vise interesse og støtte barnet, da det virker beskyttende for barnets udvikling af risikoadfærd. Derudover kan forældrenes klare holdninger og forventninger til barnet være en beskyttende faktor, og et godt forældre-netværk kan samtidig være med til at skabe rammer for børnene, som virker beskyttende i forhold til indtag af rusmidler.

I Fælles om Ungelivets dataundersøgelse er de unge netop blevet spurgt ind til de beskyttende faktorer, som knytter sig til deres relation med forældrene. De unges svar fremgår på de næste sider, og vil blive brugt i projektet til at målrette indsatsen indenfor dette område.

**Nedenfor fremgår nogle gode råd til forældre, som vil kunne støtte dem i at skabe nogle gode og beskyttende rammer for de unge:**

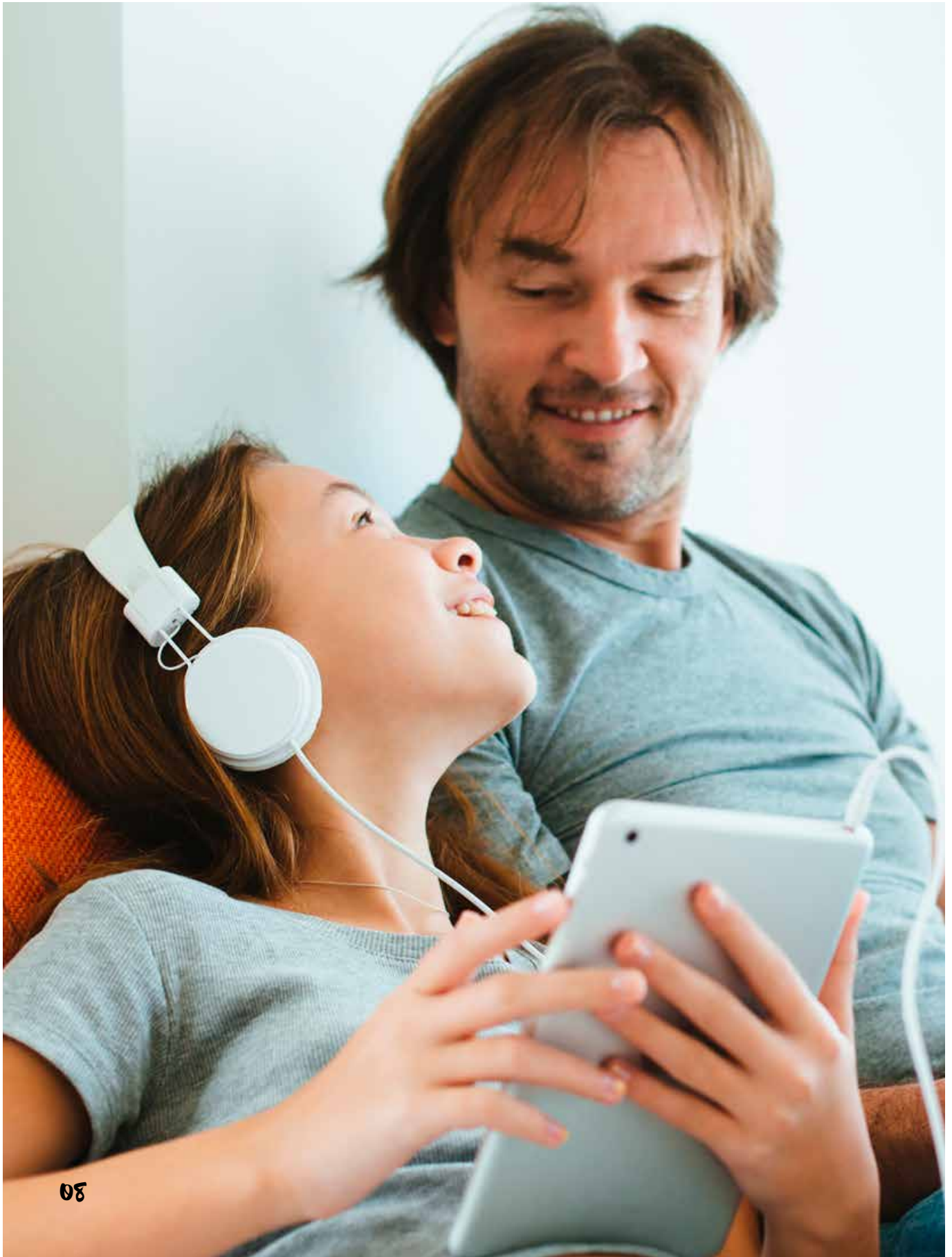
- Vær tilgængelig og tilbring tid med dit barn
- Sæt tydelige regler og giv klare forventninger til dit barn, hvad angår rusmidler
- Sørg for, at barnet kan tale frit om rusmidler
- Sørg for, at dit barn deltager i fritidsaktiviteter, og engager dig i disse, evt. som frivillig
- Vær nysgerrig og vis interesse for, hvordan dit barn har det, og hvad dit barn foretager sig
- Tal med andre forældre og sæt fælles grænser for jeres børn
- Sørg for, at der er en voksen til stede, når dit barn fester

# FORÆLDRE

## Forældrenetværk og aftaler

Tal i %	Sorø Kommune 2023			Hele Danmark 2023		
	7. kl.	8. kl.	9. kl.	7. kl.	8. kl.	9. kl.
Mine forældre ved ofte eller altid, hvor jeg er om aftenen i hverdagen (blandt elever der er ude om aftenen)	96	91	93	95	94	93
Mine forældre ved ofte eller altid, hvor jeg er om aftenen i weekenden (blandt elever der er ude om aftenen)	93	89	89	92	90	88
Mine forældre ved ofte eller altid, hvem jeg er sammen med om aftenen i hverdagen (blandt elever der er ude om aftenen)	94	90	86	90	89	87
Mine forældre ved ofte/altid hvem jeg er sammen med om aftenen i weekenden (blandt elever der er ude om aftenen)	93	86	81	90	86	81
Mine forældre og jeg har ofte eller altid aftaler om, hvornår jeg skal være hjemme om aftenen i hverdagen (blandt elever der er ude om aftenen)	86	76	77	78	75	69
Mine forældre og jeg har ofte eller altid aftaler om, hvornår jeg skal være hjemme om aftenen i weekenden (blandt elever der er ude om aftenen)	73	67	63	70	66	60

Tal i %	Sorø Kommune 2023			Hele Danmark 2023		
	7. kl.	8. kl.	9. kl.	7. kl.	8. kl.	9. kl.
Mine forældre kender alle eller de fleste af mine venner	84	81	76	82	79	76
Mine forældre kender alle eller de fleste af mine venners forældre	58	47	28	45	38	30
Mine forældre har kontakt med alle eller de fleste af mine venners forældre	35	24	15	25	20	15
Jeg har ofte eller altid voksne at tale med, hvis der er noget, der går mig på eller jeg er ked af det	91	92	93	90	89	90



08



# FORÆLDRE

## Tid sammen, interesse og støtte

Tal i %	Sorø Kommune 2023			Hele Danmark 2023		
	7. kl.	8. kl.	9. kl.	7. kl.	8. kl.	9. kl.
Jeg er ofte/altid sammen med mine forældre i hverdagen	81	73	78	77	74	75
Jeg er ofte/altid sammen med mine forældre i weekenden	81	73	71	79	74	71
Jeg kan i høj grad eller nogen grad lide at være sammen med mine forældre	96	97	97	96	96	95
Mine forældre er der i høj eller nogen grad når jeg har brug for dem	93	94	96	94	94	94
Mine forældre viser i høj eller nogen grad interesse for min skolegang	95	96	95	95	96	95
Mine forældre viser i høj eller nogen grad interesse for, hvad jeg laver i min fritid	95	87	91	92	91	92

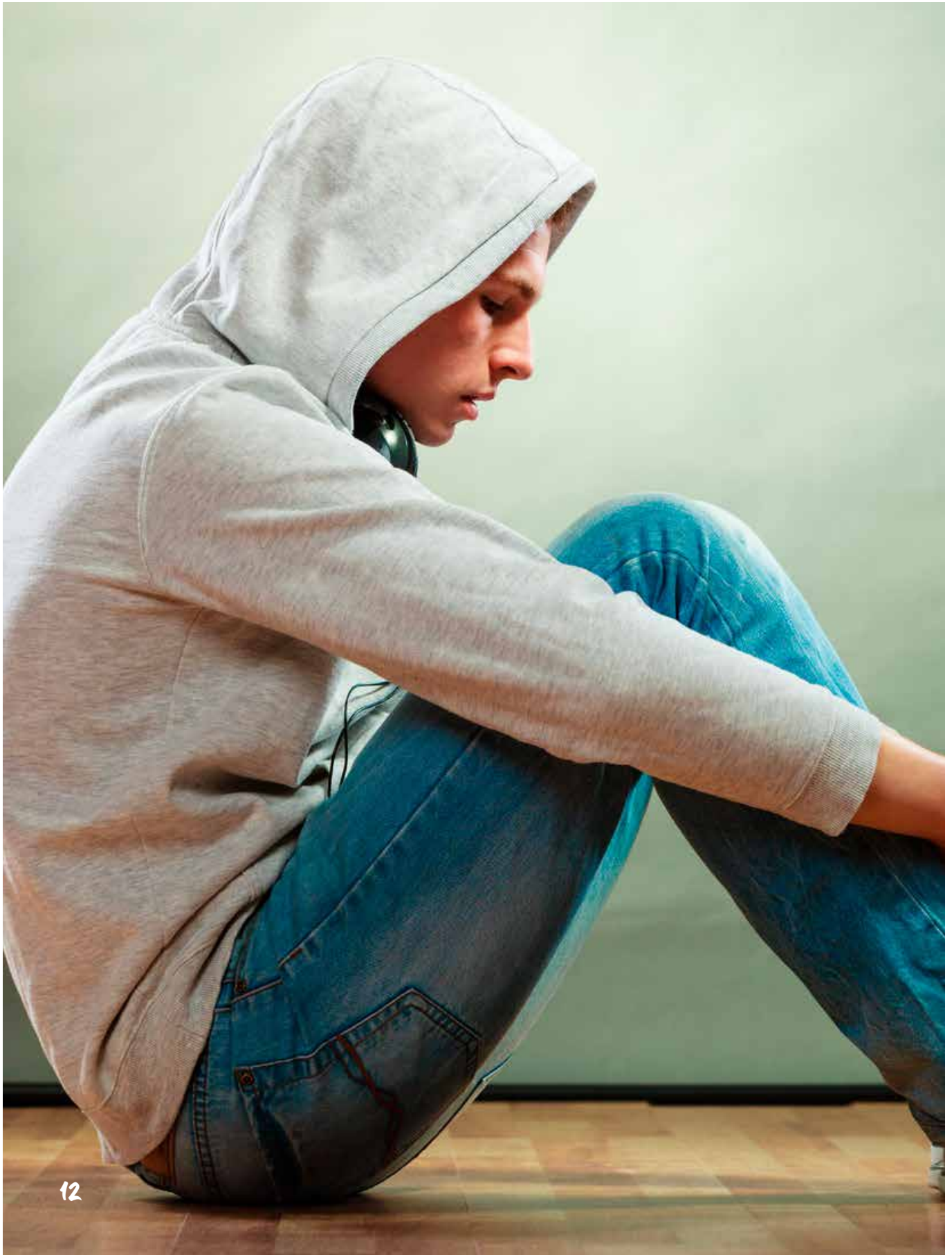


10

# FORÆLDRE

## Holdninger, kendskab og adfærd

Tal i %		Sorø Kommune 2023			Hele Danmark 2023		
		7. kl.	8. kl.	9. kl.	7. kl.	8. kl.	9. kl.
Mine forældre ved ofte eller altid hvor meget alkohol jeg drikker (blandt de der drikker)		62	57	57	59	56	50
Årsag til ikke at drikke alkohol	Har ikke lyst	68	77	83	64	68	71
	Synes ikke selv jeg er gammel nok	61	38	19	54	33	16
	Venner gør det ikke	13	20	8	10	12	8
	Passer på krop og sundhed	46	39	40	37	38	41
	Pga. min sport	16	20	9	15	17	18
	Må ikke for mine forældre	47	37	29	37	33	21
Må ikke ryge for mine forældre		89	85	79	90	86	80
Jeg kender ikke mine forældres holdning til rygning		9	9	11	8	10	12
Må ikke drikke alkohol for mine forældre		68	34	17	64	39	16
Jeg kender ikke mine forældres holdninger til at drikke alkohol		23	24	8	23	22	9
Sidst den unge drak alkohol fik han/hun det fra...	Forældrene	37	54	74	58	58	65
	Andre i familien	23	12	9	20	15	13
	Venner	30	35	37	20	30	37
	Købt i butik	7	16	17	5	10	22



# TRIVSEL OG MENTAL SUNDHED

## Hvordan har jeg det?

Tal i %	Sorø Kommune 2023			Hele Danmark 2023		
	7. kl.	8. kl.	9. kl.	7. kl.	8. kl.	9. kl.
Har det godt eller rigtig godt i skolen	88	91	88	87	86	88
Har det godt eller rigtig godt derhjemme	96	94	95	95	94	94
Har det godt eller rigtig godt med vennerne/fritiden	98	96	97	97	96	96
Har for det meste eller altid venner at tale med, hvis der er noget, der går mig på eller jeg er ked af det	86	87	91	87	87	88
Føler mig ikke ensom	69	68	64	64	61	61
Er for det meste/altid med i fællesskabet i klassen/skolen	90	86	83	84	82	82
Har reel risiko for mistrivsel (Depression eller stress)	5	4	6	6	7	7
Trivsel er under gennemsnittet	8	10	12	11	13	14
Trives	86	86	83	83	80	79

# VENNER OG SKOLE SOM BESKYTTENDE FAKTOR

**Det sociale behov i ungdomsperioden er et af de allervigtigste behov. Det skyldes, at ungdomsperioden er en tid, hvor de sociale og relationelle evner udvikles og forandres. Unge vil i denne periode tilpasse sig de gældende sociale normer, hvor også kontakten til jævnaldrende og deres holdninger bliver afgørende for den unges egen adfærd, holdninger og valg.**

Indtag af rusmidler er for langt størstedelen af unge relateret til en kollektiv adfærd, altså noget man gør i fællesskab med andre. Derfor indtager unge også typisk rusmidler sammen med andre unge og venners adfærd og holdninger til rusmidler kan påvirke ens egen adfærd og holdning. Ved at arbejde for at ændre den sociale norm, vil man se positive effekter hos størstedelen af de unge, hvorfor Fælles om Ungelivet også har fokus på venner som en beskyttende faktor.

At ændre den sociale norm er en krævende proces, der kræver tålmodighed. Den sociale norm om alkohol i Danmark er nemlig stærkt forankret i et ungeliv.

I Fælles om Ungelivet anses skolen, som en central samarbejdspartner og en vigtig medspiller i forhold til at bidrage til kultur- og normændringer om alkohol blandt kommunens unge.

I Fælles om Ungelivets dataundersøgelse er de unge blevet spurgt ind til de sociale normer om alkohol blandt deres venner samt til sociale overdrivelser og flertalsmisforståelser. Derudover er de blevet spurgt om trivsel og fællesskab i skolen. Deres svar fremgår på de næste sider.

**Nedenfor fremgår nogle gode råd til skolerne, som vil kunne støtte dem i at skabe nogle gode og beskyttende rammer for de unge:**

- Tal med de unge om brugen af rusmidler
- Styrk fællesskaber og aktiviteter, hvor brugen af rusmidler ikke indgår
- Indgå i et tæt samarbejde med forældrene om de unges brug af rusmidler
- Italesæt brugen af rusmidler på forældremøder.

# VENNER

## Sociale normer

Tal i %	Sorø Kommune 2023			Hele Danmark 2023		
	7. kl.	8. kl.	9. kl.	7. kl.	8. kl.	9. kl.
Så mange unge TROR, at der er flere jævnaldrende i kommunen, der har været fulde indenfor de seneste 30 dage, end der reelt er	59	74	59	59	70	66
Så mange er fulde mindst en gang om måneden (blandt alle unge)	3	14	36	3	14	36
Så mange unge TROR, at der er flere jævnaldrende i kommunen, der ryger dagligt, end der reelt er	52	66	75	45	68	75
Så mange ryger hver dag	2	1	2	0	1	2
Så mange unge TROR, at der er flere jævnaldrende i kommunen, der bruger e-cigaretter dagligt end der reelt er	71	87	90	68	85	88
Så mange ryger e-cigaretter hver dag	3	3	4	1	3	5
Så mange unge TROR, at der er flere jævnaldrende unge i kommunen, der har prøvet at ryge hash nogensinde end der reelt er	44	43	53	39	61	58
Så mange har prøvet at ryge hash	3	6	10	1	4	9

Tal i %	Sorø Kommune 2023			Hele Danmark 2023		
	7. kl.	8. kl.	9. kl.	7. kl.	8. kl.	9. kl.
Har oplevet ikke at blive inviteret med til hyggeaftener eller fester, fordi jeg ikke drikker alkohol	2	17	16	5	13	17
Har sagt nej til at deltage, fordi jeg ikke har lyst til at drikke alkohol	9	19	27	11	18	25

# ORGANISERET FRITIDSLIV SOM BESKYTTENDE FAKTOR

**Unge fritidsliv kan have en stærkt beskyttende effekt mod unges risikoadfærd. Her spiller organiserede tilbud og aktiviteter i nærmiljøet især en stor rolle, da de kan være et positivt samlingspunkt for de unge.**

For at virke beskyttende på den unges risikoadfærd skal de organiserede tilbud være superviseret af voksne. De voksne fungerer her, som en rollemodel for den unge, og vil kunne bidrage til at påvirke de unges sundhedsvaner. Det kan de blandt andet gøre ved at tage afstand fra nikotin, alkohol og andre rusmidler.

Det er generelt vigtigt, at aktører i fritidslivet forholder sig til deres rolle og på den baggrund træffe valg og sætte rammer, der er i overensstemmelse med den adfærd, der ønskes for de unge.

Samtidig kan man med fordel øge antallet og bredden af fritidstilbud, så de svarer til de mange forskelligheder, der findes i unges interesser.

I Fælles om Ungelivets dataundersøgelse er de unge blevet spurgt ind til deres fritidsliv. Deres svar fremgår på de næste sider.

**Nedenfor fremgår nogle gode råd til foreninger, som vil kunne støtte dem i at skabe nogle gode og beskyttende rammer for de unge:**

- Tag afstand til brugen af rusmidler
- Sørg for at have et bredt tilbud, som svarer til de unges mange forskelligheder
- Indgå i dialog med de unge om at oprette tilbud, der passer til deres behov
- Hold fokus på fastholdelse af de unge



# ORGANISERET FRITIDSLIV

Tal i %	Sorø Kommune 2023			Hele Danmark 2023		
	7. kl.	8. kl.	9. kl.	7. kl.	8. kl.	9. kl.
Går ugentligt til sport i en forening eller klub (fx fodbold, håndbold, svømning eller ridning)	67	59	47	72	63	51
Dyrker ugentligt fitness/styrketræning i et fitnesscenter	27	29	41	26	36	45
Går til e-sport i forening eller klub	3	3	3	7	4	4
Går ugentligt til teater, musik, spejder, rollespil, skak eller lign. i en forening, kulturhus eller bibliotek	14	14	7	13	12	11
Går ugentligt i ungdomsklub	10	6	11	27	17	11
Deltager ugentligt i aktiviteter/undervisning i Ungdomsskolen	21	13	14	26	19	16
Har et fritidsjob	34	46	44	32	43	56
Deltager ikke i fritidsaktiviteter	1	1	1	0	1	1
Deltager i ønskede fritidsinteresser	67	71	68	69	68	69
Oplever aldrig at der bliver drukket alkohol i forbindelse med fritidsaktiviteter (blandt de der deltager i en eller flere af ovennævnte fritidsaktiviteter)	78	63	61	74	67	59



18

# RUSMIDLER

## Alkohol, cigaretter og snus

Tal i %	Sorø Kommune 2023			Hele Danmark 2023		
	7. kl.	8. kl.	9. kl.	7. kl.	8. kl.	9. kl.
Har aldrig drukket en hel genstand	77	32	23	72	45	23
Har ikke drukket 5 eller flere genstande ved samme lejlighed de sidste 30 dage (blandt alle unge)	97	80	57	95	81	54
Vil gerne drikke mindre end jeg gør (blandt de der drikker alkohol)	2	8	7	8	6	5
Ryger ikke, og har aldrig prøvet det	92	85	82	94	87	76
Ryger ikke i skoletiden (blandt de der ryger)	-	-	47	47	48	50
Ryger ikke e-cigaretter	95	95	90	97	94	89
Bruger ikke snus eller tyggetobak	98	99	92	99	97	93

Strøg betyder at data ikke vises pga. for få besvarelser

# RUSMIDLER

## Lattergas, hash og andre stoffer

Tal i %	Sorø Kommune 2023			Hele Danmark 2023		
	7. kl.	8. kl.	9. kl.	7. kl.	8. kl.	9. kl.
Har aldrig taget lattergas	97	97	97	98	97	96
Har aldrig røget hash	97	94	90	99	96	91
Har aldrig prøvet at tage andre stoffer	-	98	99	99	98	97

Strøg betyder at data ikke vises pga. for få besvarelser

# FÆLLES OM UNGELIVET

Hvor godt kender du til de unges brug af rusmidler i Sorø Kommune? Og ved du hvordan du som forælder, forening eller ven kan være med til at **reducere forbruget**?

Med udgangspunkt i denne rapport's data, arbejder projekt **Fælles om Ungelivet** for at reducere de unges brug af rusmidler.

Projektet har fokus på de forhold i den unges miljø, som kan **forebygge** et stort forbrug af rusmidler. Det kan for eksempel være at dyrke en aktivitet i sin fritid, eller at spise aftensmad med sin familie. Det kan også være de holdninger, som forældrene har til unges forbrug.

I rapporten kan du finde data og læse mere om selve projektet, og om hvordan du kan hjælpe med understøtte de unges rammer og miljø, så de har bedre mulighed for at leve et sundt ungeliv.

## MERE INFO?

Sorø Kommune · Børn & Familier · Dianna Britt Højgaard · [dibh@soroe.dk](mailto:dibh@soroe.dk)



SUNDHEDSSTYRELSEN

**TrygFonden**



**SORØ  
KOMMUNE**

