

Information til
lærere

BØRN, UNGE OG ALKOHOL



Værktøjskassens indhold

Danske unge er blandt dem, der drikker mest i Europa. Det er desværre ikke ualmindeligt, at børn på 11-12 år har drukket alkohol. Og som 13-årig har hvert femte barn prøvet at være fuld. Derfor er det relevant at sætte alkoholpolitik for elever på dagsordenen

Information til skolebestyrelsen

1 stk. A4 folder til fri kopiering.

Materialet skal give inspiration til en fælles alkoholpolitik på skolen.

Information til lærere

1 stk. A4 hæfte. Indeholder den nyeste viden om unges alkoholforbrug og giver det faglige fundament til at tage diskussionen op med forældre og elever. Samtidig giver det hjælp til at strukturere forældremøder og undervisning.

Information til forældre

25 stk. A5 hæfter. Information om børn og unges alkoholforbrug og konsekvenserne af en for tidlig alkoholdebut. Ideer til, hvordan forældre bedst kan tackle dialogen med deres børn og inspiration til dannelse af forældrenetværk.

Hæftet uddeles forud for forældremøde i 6. klasse. Det danner grundlag for diskussion og indgåelse af forældreaftaler.

Information til elever

25 stk. A4 hæfter. Artikler, quick-fakta og interview om unge og alkohol. Formidler basal viden om alkohols konsekvenser, fysisk, psykisk og socialt og giver inspiration til individuel holdningsdannelse og

handlekompetence i forbindelse med alkohol, fester og gruppepres.

Hæftet kan bruges i forbindelse med alkoholundervisning, når læreren vurderer, at klassen er parat til det. (Vejledende: fra 8.-9. klasse).

DVD

1 stk. DVD. Indeholder to debatoplæg. Nr. 1 kan vises for forældre ved forældremødet i 6. klasse som optakt til en diskussion om alkohol og formulering af en alkoholpolitik for klassen.

Debatoplæg nr. 2 kan vises for elever fra 8. klasse og opefter i forbindelse med alkoholundervisning eller projektarbejde.

Dialogbog

4 stk. spiralbøger og 6 stk. terninger. Dialogbogen kan bruges af både forældre og elever – hver for sig eller i blandede grupper. Spørgsmålene er generelle og belyser alkoholkultur på et overordnet plan, da hensigten ikke er at udstille enkeltpersoner.

Dialogspillet til forældre kan bruges på forældremøder fra 6. klasse.

Dialogspillet til elever bruges, når læreren vurderer, at klassen er parat til at diskutere alkohol. (Vejledende: fra 7. klasse).

Det er vigtigt, at elev-materialet – både hæfte, DVD og dialogspil – først tages i brug, når læreren vurderer, at klassen er moden til det. En for tidlig anvendelse kan signalere en voksen-forventning om, at de unge drikker alkohol, før de gør det, og dermed lægge et pres på dem for at begynde.

Se også "Sådan bruges dialogbogen" bagest i dette hæfte.

Danske unge drikker for meget

Som 13-årig har hvert femte barn prøvet at være fuld. 8 % af pigerne og 16 % af drengene på 16 år drikker mere end de 14 og 21 genstande, der er grænsen for det absolut højeste ugentlige forbrug for voksne kvinder og mænd¹⁾

Det er ikke kun den langsigtede risiko for afhængighed, der giver anledning til bekymring, men også de mange negative oplevelser, der er forbundet med unges alkoholforbrug: slagsmål, ulykker, usikker sex, dårlige skolepræstationer og dårlig skoletrivsel. Derfor er det vigtigt, at de voksne, der er omkring de unge, arbejder sammen om at prøve at ændre de unges alkoholvaner.

Og det giver faktisk resultater. Undersøgelser fra 1995 og 1999 viste, at danske unge havde europarekord i alkoholforbrug. Denne udvikling er så småt ved at vende takket være en energisk indsats fra mange forældre og lærere i Danmark.

Men danske unge drikker stadig alt for meget. Derfor henvender Sundhedsstyrelsen og Undervisningsministeriet sig igen til skolen med en opfordring om at gennemføre en alkoholpolitik over for børnene. Hensigten med alkoholpolitikken er bl.a. at opfordre forældrene til at indgå en aftale, der lægger rammerne for børn og unges forhold til alkohol.

Hvad kan lærerne gøre?

I samarbejde med kontaktførældrene kan læreren på et forældremøde støtte forældrene i at udarbejde en aftale om alkohol. Skolen er et af de steder, hvor forældre kan mødes og diskutere spørgsmål om deres børns sociale liv. Børn og unges alkoholvaner er først og fremmest et forældreansvar. Men skolen kan være det forum, hvor forældrene udvikler fælles holdninger til og retningslinier for de unges alkoholforbrug. Det vil være et stærkt signal at sende til børnene, hvis skolen lægger op til, at forældre skal blive enige om en fælles aftale om alkohol.

Alkohol-undervisning hører til i læseplanen

Undervisningen om alkohol og andre rusmidler tilrettelægges på baggrund af de bindende mål samt læseplanen, der er formuleret i faghæftet for det obligatoriske emne "Sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab".

En del af undervisningen i det obligatoriske emne kan finde sted i klassens tid, jf. folkeskolelovens § 18 stk. 5. Undervisningen kan endvidere integreres i folkeskolens fag, fx samfundsfag, kristendomskundskab, biologi, hjemkundskab og natur/teknik. Samarbejdet med skolens sundhedspleje giver andre muligheder for at inddrage dette obligatoriske emne.



Unge alkoholvaner er en del af den danske alkoholkultur

Alkoholkulturen blandt voksne smitter af på børnene, der hurtigt vænnes til, at der skal øl, vin eller spiritus på bordet, når man hygger sig eller holder fest

De danske 15-16-årige har ikke længere en suveræn europarekord i alkoholforbrug.

Men ifølge de seneste undersøgelser er danske unge stadig blandt dem, der drikker mest i Europa – og der er stor forskel på drikkevanerne blandt danske unge og unge i fx sydeuropæiske lande.

Det hænger sammen med, at danskerne generelt drikker meget. I Danmark har vi en tradition for, at det er i orden at drikke sig beruset. I Sydeuropa drikker man som regel kun vin til måltiderne, og det betragtes som pinligt at drikke sig fuld. Med den øgede turisme har vi taget den sydeuropæiske vin-tradition til os. Det har givet os en kultur, hvor

det er i orden at drikke ofte, og hvor det stadig er i orden at drikke meget. Denne alkoholkultur blandt voksne smitter af på børnene.

De meget intensive eksperimenter med alkohol blandt danske unge er altså ikke noget, der uomgængeligt hører ungdommen til, men noget der hænger sammen med den danske alkoholkultur²⁾.

De unge får problemer, når de drikker

En landsdækkende undersøgelse blandt drenge og piger i 9. klasse viser, at mange unge kommer ud i situationer, som de ikke kan overskue, fordi de drikker – situationer som er ubehagelige eller direkte farlige for dem. Slagsmål, ulykker og problemer med politiet er bare nogle af konsekvenserne. Tallene viser også, at de, der starter tidligt med at drikke, kommer ud for flest farlige oplevelser og sociale problemer i forbindelse med deres alkoholforbrug.

I tabellerne skelnes mellem unge, der har drukket alkohol første gang, før de var 12 år og unge, der har drukket alkohol første gang, da de var mellem 14 år og 16 år



Har du nogensinde haft et af følgende problemer, fordi du har drukket alkohol?²⁾

| Piger, der har drukket alkohol | før 12 år | fra 14 til 16 år |
|---|------------------|-------------------------|
| Slagsmål | 23 % | 3 % |
| Involveret i ulykke | 10 % | 3 % |
| Problemer med venner | 28 % | 8 % |
| Problemer med præstationer i skolen | 11 % | 1 % |
| Uønsket samleje | 21 % | 2 % |
| Samleje uden prævention | 13 % | 1 % |
| Problemer med politiet | 8 % | 1 % |
| Kørt bil eller motorcykel i påvirket tilstand | 11 % | 1 % |
| På skadestue eller hospital | 8 % | 1 % |

| Drenge, der har drukket alkohol | før 12 år | fra 14 til 16 år |
|---|------------------|-------------------------|
| Slagsmål | 29 % | 8 % |
| Involveret i ulykke | 15 % | 3 % |
| Problemer med venner | 17 % | 6 % |
| Problemer med præstationer i skolen | 8 % | 3 % |
| Uønsket samleje | 18 % | 2 % |
| Samleje uden prævention | 11 % | 2 % |
| Problemer med politiet | 16 % | 2 % |
| Kørt bil eller motorcykel i påvirket tilstand | 11 % | 3 % |
| På skadestue eller hospital | 7 % | 3 % |

ESPAD 2003, særlig kørsel.

Hvorfor er det vigtigt at udskyde børns alkoholdebut?

De mange negative og farlige oplevelser, som unge har i forbindelse med, at de drikker alkohol, er en væsentlig grund til at udskyde børns alkoholdebut

- Tidlig alkoholdebut øger risikoen for senere at få et højt forbrug og problemer med alkohol.
- Unge med et højt alkoholforbrug har mange negative og farlige oplevelser i forbindelse med alkohol.
- Unge, der drikker meget, ryger også ofte meget – og det er i denne gruppe, at man finder dem, der eksperimenterer med andre stoffer.
- Tidlig alkoholdebut kan forcere udviklingen fra barn til voksen, en udvikling der måske ikke svarer til den unges fysiske, psykiske og sociale modenhed.

Børn gennemgår nærmest en forvandling både i det indre og i det ydre, fra de er 12 til de er 16-18 år. De skal finde sig tilpas i en ny krop, og de skal udvikle nye måder at være sammen med vennerne på. Det stiller store krav, som bedst kan håndteres, hvis man er klar i hovedet.

Som teenager kan det generelt være svært at vurdere farer og undgå ulykker. Det hænger sammen med, at det område i hjernen, der styrer evnen til at vurdere risiko og kontrollere impulser, først er helt færdigudviklet i 18-20-års-alderen. Alkohol virker bedøvende og nedsætter yderligere evnen til at vurdere, hvad der kan give problemer, og hvad der kan være farligt. Alkohol og unge er derfor en risikabel cocktail.

At udskyde alkoholdebuten kan være en måde at undgå en forceret ungdomsudvikling med risikable eksperimenter og afprøvning af andre rusmidler.





Gode argumenter

- Du har lettere ved at vurdere nye kammerater og nye kærestes, hvis du er klar i hovedet.
- Det er nemmere at klare sig igennem alle de sociale spil og intriger, hvis du ikke er påvirket.
- Du bliver ikke lukket ind i de "sejers klub", bare fordi du drikker eller ryger. Det sker af andre grunde. Måske snarere fordi man hviler i sig selv og tør stå ved, hvordan man er.
- Det er nyttigt at øve sig i at møde venner og kærestes uden at være beruset.
- Hvis du ikke drikker, kan du lettere undgå at gøre noget pinligt, du vil fortryde bagefter.
- Det er lettere at undgå konflikter og skænderier, hvis du ikke drikker.
- Man kan godt blive opstemt og glad til en fest, selvom man ikke drikker. Så undgår man samtidig at få det dårligt til festen eller dagen efter.

De, der drikker meget, ryger ofte meget

Mange undersøgelser peger på, at unges brug af alkohol og tobak hænger sammen. Det er også blandt disse unge, at man finder dem, der eksperimenterer med andre stoffer. 52 % af de unge storfbrugere af alkohol har også prøvet hash inden for det sidste år. Det gælder kun 17 % af de øvrige unge³⁾.

Undersøgelser viser, at børns sundhedsadfærd groft sagt kan deles op i de risikosøgende og de sikkerhedssøgende. Børn, der tidligt begynder at drikke alkohol, eksperimenterer sandsynligvis også med andre ting – tobak, med det andet køn o.l.⁴⁾

Hvad kan man sige til børnene?

Det grundlæggende argument bør være: Børn er ikke gode til at vurdere risiko, og alkohol gør det endnu vanskeligere for dem. Men det er også et væsentligt argument, at børn tackler alle de nye sociale udfordringer i forhold til sig selv og kammeratskabsgruppen bedre, hvis de er klare i hovedet.

Til Sundhedsstyrelsens kampagne i uge 40, 2004 er der udarbejdet en hjemmeside, hvor forældre kan hente inspiration til dialogen om alkohol med deres barn. Her kan de bl.a. finde eksempler på, hvordan de kan tage den svære samtale.

Se www.uge40.dk

Forældre introducerer tidligt alkohol til deres børn

Danske forældre har tradition for at introducere alkohol til deres børn tidligt.

I 1996 sagde 79 % af børnene i 4. klasse, at de havde drukket alkohol med deres forældre og 16 % sagde, at de havde været fulde sammen med deres forældre⁵⁾

Det har i Danmark været en meget almindelig opfattelse, at børn skulle lære at drikke alkohol hjemme for at få et afslappet og naturligt forhold til alkohol. Det er baggrunden for, at forældre i bedste mening har ladet deres børn eksperimentere med alkohol i en tidlig alder. Men disse eksperimenter får betydning for børnenes opfattelse af omgivelsernes forventninger til børn og unges brug af alkohol. Børn danner meget tidligt normer om alkohol. De påvirkes af, hvad deres forældre siger og gør. Ældre søskendes alkoholforbrug skaber også nogle forventninger om, hvordan de selv vil komme til at bruge alkohol.

Hvilken indflydelse har forældre på de unges forbrug?

Forældre har en stor indflydelse på deres børns normer og vaner – navnlig inden børnene starter med at drikke alkohol:

- Børn med god kontakt til deres forældre drikker generelt mindre.
- Børn lærer af forældrenes alkoholvaner.
- Børn, hvis forældre klart markerer normer, drikker mindre.
- Børn, der ikke får tilbudt alkohol i hjemmet, drikker mindre – også uden for hjemmet.

Hvis forældre er omsorgsfulde og har en god kontakt til deres børn, giver det mindre risiko for et højt forbrug af alkohol hos deres børn. En undersøgelse har set på sammenhængen mellem børns sociale netværk og deres sundhed og trivsel:

Børn, der har god kontakt med mindst en forælder, siger generelt, at de har et godt helbred, og at de trives. De børn og unge, der ikke har god

kontakt med mindst en forælder, men til gengæld god kontakt til kammerater, siger generelt, at de ikke synes, deres helbred er særlig godt, og at de ikke trives. Det er i denne gruppe, man finder de unge, der drikker og ryger mest⁶⁾.

Hvis forældre klart markerer forventninger om, at de unge ikke drikker så meget, så bliver de unges alkoholforbrug mindre. Unge, hvis forældre mener, at det er o.k., at de drikker alkohol, drikker 10 gange så meget som unge, hvis forældre er stærke modstandere af, at de unge drikker alkohol⁷⁾.

En anden undersøgelse viser, at unge i hjem, hvor forældre undlader at skænke alkohol op for dem, drikker mindre alkohol også uden for hjemmet. Drengene, der ofte fik tilbudt alkohol hjemme, drak mere end fire gange så meget alkohol som de drenge, der aldrig fik tilbudt alkohol i hjemmet⁸⁾.

I perioden efter at de unge er startet med at drikke alkohol, lader de sig i høj grad påvirke af deres kammerater. Men undersøgelser viser, at unge har tilbøjelighed til at vælge kammerater, der har normer, der svarer til deres egne – også på alkoholområdet. Forældres indflydelse rækker altså så langt, at den påvirker de unges valg af venner⁹⁾.



Forældre med et moderat forbrug af alkohol sætter ved deres eget eksempel en standard for deres børn, som får indflydelse på, hvordan de unge drikker.

Børn i farezonen er synlige i skolen

Børn, der ikke trives i skolen, har en større risiko for at få et stort forbrug af alkohol

Børn, som ikke føler en tilknytning til skolen, som ikke klarer sig godt fagligt, og som har sociale problemer i klassen får oftere et stort alkoholforbrug. Den indsats, der generelt gøres for at få børn til at trives i skolen, virker altså forebyggende – også i forhold til alkoholproblemer hos de unge senere hen⁴⁾.

Hvornår skal børnene have undervisning om alkohol i skolen?

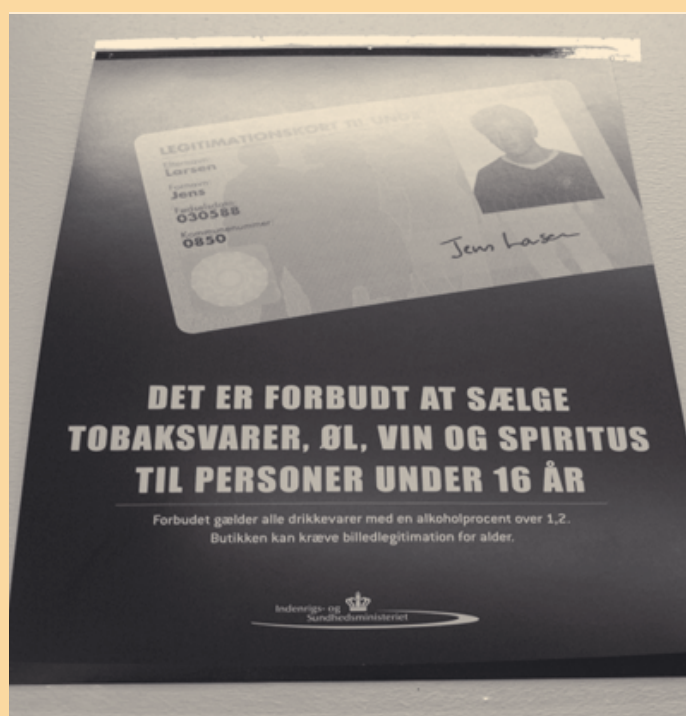
Selvom såvel lærere som forældre løbende markerer, at alkohol ikke er noget for børn, har børnene alligevel brug for en masse viden om alkohol. Børn har tidligt oplevelser med voksnes alkoholforbrug.

Generelt bliver børn utrygge ved at se voksne forandre sig, når de har drukket. De børn, hvis forældre har alkoholproblemer, lever med både psykiske og sociale belastninger. Der kan derfor være gode grunde til at beskæftige sig med alkohol ud fra dette børneperspektiv – også i de små klasser. Børn kan have behov for at vide, hvordan alkohol virker, hvilke

umiddelbare problemer og negative oplevelser, der kan være forbundet med at drikke alkohol, hvordan det hænger sammen med rygning, dårlig trivsel m.v. Undervisningen tilrettelægges på baggrund af de fagbeskrivelser, der foreligger, og undervisningen integreres i fagene.

Men som lærer skal man være opmærksom på, at en for tidlig introduktion af egentlig undervisning om alkohol, hvor udgangspunktet er børnenes og de unges eget forbrug, kan signalere, at lærerne regner med, at de unge snart begynder at drikke alkohol. Undervisningen skal tage udgangspunkt i elevernes oplevelse og deres fysiske, psykiske og sociale udvikling.

På trods af lidt forskellige alkohol kulturer rundt om i landet vil det formentlig være rimeligt at starte en egentlig undervisning om alkohol i 7. klasse. I 7., 8., 9. og 10. klasse vil alkohol være noget, som i stigende grad vil presse sig på, og som det derfor til stadighed vil være relevant, at såvel forældre som skole forholder sig til. I de ældste folkeskoleklasser er det vigtigt, at diskussionen med de unge ikke alene handler om alkohol, men også omfatter andre rusmidler.



Hvornår må de unge begynde at drikke alkohol?

Tidspunktet for alkoholdebut kan diskuteres. Man ved ikke, om der findes et tidspunkt, der er særlig velegnet. I mange lande mener man, at børn ikke må drikke alkohol, før de er 18 år.

Vi har en lovgivning, der forbyder salg af alkohol til unge under 16 år. Konfirmationen har traditionelt været det tidspunkt, hvor børn fik lov til at smage deres første glas vin. Denne tradition er efterhånden skredet, så mange børn efter konfirmationen får lov til at drikke alkohol som voksne. 16 år vil være et mere relevant tidspunkt for unges alkoholdebut.

Hvornår kan lærerne diskutere alkohol med forældre og børn?

Som en del af skolens arbejde med sundhed er det vigtigt, at forældrene tidligt får at vide, at børns forhold til alkohol starter, mens de er små

Børnehaveklassen

Børn ser forældre, søskende og kammerater drikke alkohol og får nogle forventninger til, hvordan de selv vil komme til at bruge alkohol. De forventninger kan påvirkes, hvis forældrene tidligt signalerer, at alkohol ikke er noget for børn.

En dansk undersøgelse fra 1996 viste, at 77 % af børnene i børnehaveklassen har prøvet at smage øl, 44 % vin og 18 % spiritus. I 4. klasse sagde 23 % af børnene, at forældrene ville synes, at det var o.k., at børnene drak alkohol til fester⁵⁾. Det er ikke sikkert, at forældrene ville sige det samme, men børnene har siddet tilbage med det indtryk, hvilket tyder på uklare signaler fra forældrenes side. Derfor er det vigtigt, at forældrene tidligt får at vide, at det nytter at markere klart, at alkohol ikke er noget for børn. Det kan eventuelt være sundhedsplejersken, som taler med forældrene. Eller det kan fx ske gennem præsentation af skolens skriftlige introduktion, som også indeholder et afsnit om skolens alkoholpolitik over for elever.

6. klasse

Diskussionen blandt forældrene skal helst i gang, før børnene er begyndt at forholde sig til alkohol. I 6. klasse – afhængigt af klassens udvikling – kan forældrene i fællesskab diskutere, hvad man kan gøre for at udskyde tidspunktet, hvor de unge begynder at drikke, fx lave en forældreaftale.

Skal børnene inddrages i aftaler om, hvornår de må begynde?

Det kan være vanskeligt at tage udgangspunkt i de unges egne forventninger og synspunkter, hvis man vil ændre de eksisterende normer. De unges synspunkter vil ofte være en afspejling af den eksisterende alkoholkultur blandt unge. De unge vil også, når de er i en gruppe, være under pres fra kammerater,

Forældreaftalen

En forældreaftale kan markere en enighed om at udskyde alkoholdebut fx til 16 år, aftaler om, hvordan fester håndteres, og hvordan problemer med alkohol hos enkelte eller grupper i klassen skal håndteres.

Aftalen kan tages op til debat hvert år, så den justeres efter børnenes udvikling og de konkrete problemer, der er med alkohol.

I 6. klasse er der erfaringsmæssigt ingen problemer med at lave forældreaftaler om, at børnene ikke må drikke alkohol til fester.

Allerede i 7. klasse kan der opstå problemer med at holde fast i den indgåede forældreaftale, navnlig hvis konfirmationen foregår i 7. klasse.

Hold aftalerne

Traditionelt har man opfattet konfirmationen som et skæringspunkt, hvorefter børn fik fri adgang til at drikke alkohol. Det betyder, at man kan opleve, at forældre løber fra den fælles aftale og dermed lader deres børn være med til at lægge et drikkepres på de andre børn.

Det er vigtigt, at forældre får mulighed for at tale sammen, når de begynder at tvivle på, om det er rigtigt at opretholde alkoholaftalen. De to forældremøder, som man normalt har i 7. klasse kunne udvides til fire, hvor forældrerådet alene står for de to sidste. Ikke alle vil deltage, men hvis bare en stor gruppe vil, betyder deres fælles beslutninger meget for kulturen i klassen.

Bevar dialogen

Når de unge er mellem 13-16 år, begynder de at holde fester med forskellige venner, der ikke nødvendigvis går i egen klasse eller skole. Klassens forældre aftale bliver sværere at holde. Det bliver i højere grad vigtigt for forældrene at have nogle aftaler med vennernes forældre, og at forældrene opretholder en så tillidsfuld dialog med deres eget barn, at barnet tager indgåede aftaler til sig.

der gerne vil drikke. Men ca. halvdelen af både piger og drenge på 14 år har aldrig prøvet at være fulde¹⁾.

Mange af disse unge har formentlig ikke lyst til at drikke alkohol. Men de lever i en kultur, hvor de ser kammerater på deres egen alder tage forsmag på voksenlivets fristelser, og det virker som et pres på

dem. Disse børn støtter man, hvis der kan indgås en aftale mellem forældrene om alkoholfri fester, indtil børnene er fyldt 16 år. De voksne må tage ansvaret for denne beslutning. Dermed undgår man konflikter mellem unge, der ikke vil drikke og unge, der gerne vil.

Lærers rolle i forbindelse med forældreaftalen

De unges alkoholvaner er i høj grad et forældreansvar. Det er derfor relevant, at lærere og kontaktførelde i fællesskab drøfter, hvordan emnet behandles på et forældremøde. Selvom der er udarbejdet et materiale særskilt til forældre, som kan udsendes før mødet (Information til forældre), vil det være en god idé, hvis de centrale spørgsmål om unges forhold til alkohol gennemgås på forældremødet. Ikke alle forældre læser materialet, men det er vigtigt at have et fælles grundlag for diskussionen om forældreaftalen.

Bagest i dette hæfte er der tre sider med talmateriale om unges forbrug af alkohol, der kan genoptrykkes som overheads. Det er også vigtigt, at læreren eller kontaktførelde gennemgår, hvad en forældreaftale kan indeholde.



Hvad kan forældreaftalen indeholde?

Det er vigtigt, at forældre i en klasse står sammen om holdningen, at alkohol og børn ikke hører sammen

Udskyd alkoholdebut til omkring 16-års-alderen

Det er vigtigt, at forældre i en klasse står sammen om, at alkoholdebut skal udskydes til omkring de 16 år. Det vil få en langt stærkere virkning, hvis forældre kan blive enige, og mulighederne for at spille de voksne ud mod hinanden bliver meget mindre.

Læg ikke op til, at børns samvær skal være en efterligning af voksnes fester

Hvis fester i 5.-6. klasse i deres oplæg ligner voksenfester – med fx alkoholfri velkomstdrinks – kan det være med til at signalere en forventning om, at børnenes samvær skal ligne de voksnes. Men det er ikke sikkert, at efterligning af en voksenfest er det, børnene synes er sjovest.

Forældreaftale med vennernes forældre

Allerede i 7. klasse begynder en del børn at feste

sammen med elever fra andre klasser og andre skoler. Det kan derfor være en god idé, at forældrene laver en aftale med forældrene til de nærmeste venner og veninder, som deres eget barn fester med.

Hvor meget må der drikkes som 16-årig?

De genstandsgrænser, der anbefales for voksne, gælder ikke for børn og unge. Man ved ikke præcist, hvordan alkohol påvirker børns fysiske og psykiske udvikling, og hvor meget børn i forskellige udviklingsfaser kan tåle. I stedet for at tage udgangspunkt i hvor *meget* unge kan tåle, kan man tage udgangspunkt i, hvor *lidt* der skal til for at få en positiv effekt ud af alkohol uden at få den negative med i købet. For mange nybegyndere vil én til to genstande virke afslappende og måske gøre én lidt opstemt. Dette kan måske være med til at vende den holdning, der er hos mange unge, nemlig at det er sejt at drikke, så længe man kan kontrollere det, hvilket for de unge betyder, at man først stopper, lige før man brækker sig.

Spiritus blandet op med sodavand er meget vanskeligt at styre ligesom vin og stærk øl. Derfor kan alkoholsvage drikke være at foretrække.





Der skal være voksne i nærheden, når de unge fester

Det er vigtigt ikke at overlade ansvaret for en fest til børnene. De voksne behøver ikke at opholde sig i samme lokale, som festen foregår. Men voksne skal være synlige bl.a. ved festens begyndelse, så de unge ved, at de er der. De voksne er også nødt til at have overblik over, at de aftaler, der er lavet, overholdes, hvis de skal være troværdige.

Når det er vigtigt, at de voksne er hjemme, er det også for at sikre sig mod uønskede gæster. Mange har oplevet, at festen er blevet invaderet af andre unge, som har hærget, drukket og ødelagt festen for de egentlige festedeltagere.

Men i takt med at børnene bliver ældre, vil de have et behov for at feste uden direkte overvågning fra forældre. Forældre skal være i nærheden, umiddelbart tilgængelige, hvis der opstår problemer. Men en permanent overvågning gør festerne meningsløse for de unge. Ideen er at være alene med vennerne og eksperimentere med nye måder at være sig selv og sammen med vennerne på.

I den situation er det svært som forældre at garantere de andre forældre, at festerne er alkoholfri. Navnlige hvis festerne ikke kun er klassefester. Allerede i 7. klasse begynder en del af børnene at feste med elever fra andre klasser og andre skoler. Mobilen gør det muligt at skabe meget brede netværk. Det betyder i sig selv, at forældre aftaler

udvandes. Der er nu forældre inde i billedet, som man ikke har lavet aftale med. I den situation er det meget vigtigt at forældre sikrer sig, at aftalen med deres eget barn er diskuteret så grundigt igennem, at barnet har taget aftalen til sig. Og at der er lavet en aftale med de nærmeste venners forældre.

Hvem og hvor mange skal med til festen

For at undgå ubudne gæster er det vigtigt, at der er klare aftaler om, hvem der deltager. I de mindre klasser kan man lave en skriftlig, personlig invitation, der kun gælder den, der er inviteret. Her kan man også skrive, hvornår festen starter og slutter, og hvilke aftaler der er om alkohol.

Det giver også andre forældre bedre muligheder for at vurdere, om de synes, det er et arrangement, deres barn skal deltage i.

Når børnene bliver større, og der arrangeres sammenkomster meget ofte, er det stadig vigtigt at aftale, hvem der kommer og hvor mange. Er der for få, synes de unge ikke, at det giver spillerum for deres sociale eksperimenter. Er der for mange, bliver det svært for værterne at skabe et forløb, der er sjovt uden at være for vildt. Jo mere forældrene er kendt med den gruppe unge, der kommer, jo nemmere er det at være i periferien og sikre, at festen foregår inden for de aftalte rammer.

Forældrenetværk

Det skole-hjem-samarbejde, der gennemføres i hele skoleforløbet, resulterer mange gange i en form for forældrenetværk. Forældre kan, navnlig når de unge kommer i puberteten, have stor fordel af at diskutere og koordinere holdninger til og retningslinjer for den stigende selvstændiggørelse af de unge: Lompepenge, fritidsjob, gå i byen, alkohol, tobak, sex m.v.

Lærere og kontaktpædagoger kan på forældre-møder lægge op til, at forældre taler sammen om fælles sociale rammer og retningslinjer for de unges liv – herunder om unges brug af alkohol.

Hvis der er problemer med enkelte eller grupper af unge

Det er vigtigt, at forældregruppen i en klasse har en indbyrdes aftale om, at man taler med hinanden, og at det ikke betragtes som sladder eller kritik, hvis man henvender sig til andre forældre for at diskutere de unges måde at være sammen på. Det er vigtigt, at man kan henvende sig til hinanden og tale sammen, hvis man oplever problemer, der involverer et eller flere af børnene i klassen.

Forældre vil ofte have deres information om problemer med kammeraterne fra deres eget barn. En direkte henvendelse til kammeratens forældre kan udstille ens eget barn som den, der har sladret. Det kan være en mulighed, at forældrene efter aftale med klasselæreren henvender sig til denne, der så går videre til de forældre, der har behov for informationen.

Forældre er meget interesseret i, at det går deres børn godt, men er også meget følsomme over for kritik af både deres børn og deres børneopdragelse. Så det er vigtigt, at man på forældremøder indgående diskuterer, hvilke fordele og eventuelle barrierer, der kan være for at henvende sig til hinanden, hvis man oplever, at fx et eller flere af børnene er berusede.

Vær altid parat til at tale om problemer med børnene

Fundamentet for at indgå aftaler med børnene og påvirke deres alkoholvaner er, at forældrene har et godt og tillidsfuldt forhold til deres børn. Det er

vigtigt, at de altid er parate til at lytte til børnene og diskutere deres problemer. Og selv om der skulle opstå problemer med børnene i forhold til alkohol, er det vigtigt at bevare en god kontakt. Afvisning og straf vil ikke forbedre hverken relationen mellem forældre og børn eller børnenes alkoholvaner.

Hvis aftalerne ikke overholdes

Hvis aftalerne omkring festerne ikke overholdes, må det have nogle konsekvenser. Forældrene må orientere hinanden, og der må snakkes indgående med de unge.

De skal ikke afvises eller straffes, men det er vigtigt, at både forældre og de unge kan have tillid til, at de aftaler, man indgår med hinanden, bliver overholdt. Bliver aftalerne brudt, kan man blive nødt til at stramme reglerne op i en periode. Hvis der bliver lavet aftaler, som ikke bliver fulgt op, mister aftalerne deres værdi, og de voksnes troværdighed bliver sat over styr.

En kort aftale er bedre end ingen aftale

Det er vigtigt, at man på forældremødet kommer igennem de skitserede diskussioner, og at man opnår enighed. Mange af punkterne kan indgå i en forældre-aftale. Men hvis man ikke kan opnå enighed om alle punkterne, kan man nøjes med de centrale punkter:

- Udskydelse af alkoholdebut.
- Håndtering af alkohol til fester.
- At forældre kontakter hinanden eller klasselæreren, hvis de oplever problemer med et eller flere børn i klassen.

Til inspiration vedlægges (side 12) et eksempel på en aftale. Denne aftale er kort, men kan efter behov suppleres med andre punkter.



Eksempel på forældreaftale

Forældre til børn i 7.b har på forældremødet den 22.9.2004 aftalt følgende:

- Ved private klassefester må der ikke serveres eller medbringes alkohol.
- Ved private klassefester skal der altid være forældre eller andre voksne til stede.
- Private klassefester slutter ikke senere end kl. 24.00.
- Børn og alkohol hører ikke sammen. Derfor er det heller ikke aktuelt i forhold til børnene i 7.b.
- De aftaler, som børnene indgår indbyrdes, har vi tillid til. Er vi i tvivl – eller undrer vi os – ringer vi til hinanden.
- Hvis vi ser eller hører noget om vore børn, kontakter vi de pågældende forældre.
- Denne aftale revideres/tages op hvert år på et forældremøde.

Fester i ungdomsklubben

Forældrene har interesse i, at de aftaler, de har indgået om rammerne for de unges fester, også gælder i ungdomsklubben

Mange fester for de unge finder sted i ungdomsklubben. Selv om det er forbudt at udskænke alkohol til unge under 18 år, accepteres det flere steder,

at de unge møder berusede op. Forældre kan derfor have en interesse i at sikre, at de aftaler, de har indgået om rammerne for de unges fester, også bliver diskuteret igennem med ungdomsklubben. Her kan læreren, kontaktpædrene eller evt. repræsentanter for skolebestyrelsen etablere kontakten til ungdomsklubben og sikre en koordination af de alkoholpolitiske signaler, der sendes til de unge.



Kilder

- 1) Sundhedsstyrelsen 2004, Muld 2002.
- 2) "The 2003 ESPAD report" CAN, Council of Europe.
- 3) "Unge livsstil og dagligdag, 2000", (Muld 2000).
- 4) "Unge og alkohol", Sundhedsstyrelsen 1999.
- 5) "Skolealder og alkohol", Knud Erik Sabroe 1997.
- 6) "Sundhed og trivsel blandt børn og unge", Pernille Due og Bjørn Holstein, 1997.
- 7) Gennemgået i "Unge og alkohol", Sundhedsstyrelsen 1999, Barnes og Welte, 1986.
- 8) Gennemgået i "Unge og alkohol", Sundhedsstyrelsen 1999, Willy Pedersen, 1990.
- 9) Gennemgået i "Unge og alkohol", Sundhedsstyrelsen 1999, Kandel, 1987, Fischer, 1988.

Danske unge drikker meget

8 % af pigerne og 16 % af drengene på 16 år drikker mere end Sundhedsstyrelsens genstandsgrænser på henholdsvis 14 og 21 genstande, som er det absolut højeste forbrug for voksne på en uge. Genstandsgrænserne gælder ikke for unge.

(MULD 2002)

Danske unges alkoholforbrug ligger meget højt i Europa

De 15-16-årige i Danmark har den højeste andel i Europa der :

- Har drukket mere end 40 gange.
- Har været fulde mere end 20 gange.
- Har været fulde 10 gange eller mere det sidste år.

(ESPAD 2003)

Danske børn starter tidligt

- 20 % af de 11-årige drenge og
- 12 % af de 11-årige piger har drukket mindst én genstand.

(Sundhedsstyrelsen 2004)

Tidlig alkoholdebut kan give et stort forbrug senere

Børn, der begynder at drikke alkohol som 15-årige eller tidligere, har en øget risiko for som 19-årige at drikke over genstandsgrænserne.

(Anette Andersen 2004)

Alkohol, tobak og hash

- 52 % af de unge storforbrugere af alkohol har også prøvet hash inden for det sidste år.
Det gælder kun 17 % af dem, der ikke er storforbrugere af alkohol.
- 42 % af de unge storforbrugere af alkohol er også daglige rygere.
Det gælder kun 13 % af dem, der ikke er storforbrugere af alkohol.

(MULD 2000)

Har du nogensinde haft et af følgende problemer, fordi du har drukket alkohol?

| Piger, der har drukket alkohol | før 12 år | fra 14 til 16 år |
|---|------------------|-------------------------|
| Slagsmål | 23 % | 3 % |
| Involveret i ulykke | 10 % | 3 % |
| Problemer med venner | 28 % | 8 % |
| Problemer med præstationer i skolen | 11 % | 1 % |
| Uønsket samleje | 21 % | 2 % |
| Samleje uden prævention | 13 % | 1 % |
| Problemer med politiet | 8 % | 1 % |
| Kørt bil eller motorcykel i påvirket tilstand | 11 % | 1 % |
| På skadestue eller hospital | 8 % | 1 % |

| Drenge, der har drukket alkohol | før 12 år | fra 14 til 16 år |
|---|------------------|-------------------------|
| Slagsmål | 29 % | 8 % |
| Involveret i ulykke | 15 % | 3 % |
| Problemer med venner | 17 % | 6 % |
| Problemer med præstationer i skolen | 8 % | 3 % |
| Uønsket samleje | 18 % | 2 % |
| Samleje uden prævention | 11 % | 2 % |
| Problemer med politiet | 16 % | 2 % |
| Kørt bil eller motorcykel i påvirket tilstand | 11 % | 3 % |
| På skadestue eller hospital | 7 % | 3 % |

I tabellerne skelnes mellem unge, der har drukket alkohol første gang, før de var 12 år og unge, der har drukket alkohol første gang, da de var mellem 14 og 16 år

Forældre introducerer tidligt alkohol for deres børn

- 79 % af børnene i 4. klasse har drukket eller smagt alkohol sammen med deres forældre.
- 16 % af børnene i 4. klasse har oplevet, at de var fulde sammen med deres forældre.

23 % af børnene i 4. klasse tror, at deres forældre synes, det er i orden, at de drikker alkohol til fester – men forældrene vil bestemme hvor meget og hvornår.

“Skolealder og alkohol”, Knud Erik Sabroe 1997

Forældres holdning betyder meget for børns alkoholforbrug

- 37 % af de drenge i 9. klasse, der tror, at deres mor synes det er i orden, at de drikker alkohol, drikker meget og ofte. Mindst 3 gange på en måned drikker de 5 genstande eller mere.
- Det gælder kun 17 % af de drenge, der tror, at deres mor ville forbyde dem at drikke alkohol.

“Unge erfaringer med rusmidler, 2003”, Svend Sabroe, 2004

Sådan bruges dialogbogen

Forældre-spørgsmålene kan bruges på forældremøder i 6-9. klasse.

Elev-spørgsmålene bruges ikke tidligere end 7. klasse.

Spillet kan også bruges i blandede forældre-elevgrupper. Her vendes bogen alt efter, om det er en voksen, eller en ung, der skal besvare spørgsmålet. Emnet kan derefter lægge op til generel diskussion i gruppen, hvor voksne og børn byder ind med de synspunkter, de måtte have fra hver deres synsvinkel.

Organisering af spillet

Deltagerne deles op i grupper af 5-6 personer. Par og andre nærtstående skal ikke være i samme gruppe for at sikre en så fri debat som muligt.

- Hver gruppe får udleveret 1 dialogbog og 1 terning.
- Spilleregler og formål for spillet findes på omslagets inderside.
- 10 minutter før mødet slutter, stopper læreren diskussionerne og beder grupperne vælge det spørgsmål, som affødte den mest interessante diskussion eller mest markante mening.
- Gruppernes udvalgte spørgsmål læses op og kommenteres i plenum.
- Hvis klassen ikke allerede har en forældre-aftale (klassens alkoholpolitik), kan diskussionen lægge op til, at man aftaler et nyt møde, hvor en egentlig forældre-aftale kan komme i stand.

Børn, unge og alkohol - oplysningsmateriale

© Sundhedsstyrelsen 2005

1. udgave, 1. oplag, 2005

ISBN 87-7676-031-6

Materialet er udarbejdet af

Kit Broholm, Sundhedsstyrelsen

Bente Ingvarsen, Børnerådet

Søren Gade Hansen, Børnerådet

Lene Byriel, Komiteen for Sundhedsoplysning

Redaktion

Komiteen for Sundhedsoplysning

Konsulent

Nina E. Nielsen, Undervisningsministeriet

Grafisk tilrettelæggelse

Peter Dyrvig Grafisk Design

Illustrationer

Tegner: Bo Odgård Iversen

Grafik: Peter Dyrvig

Fotos: Casper Tybjerg, Jasper Carlberg og Signe Vad

Tryk

Narayana Press

Produceret i samarbejde mellem

Sundhedsstyrelsen, Undervisningsministeriet, Børnerådet og Komiteen for Sundhedsoplysning.

Udgivet med økonomisk støtte fra Sundhedsstyrelsen.

Komiteen for Sundhedsoplysning

Classensgade 71, 5. sal

2100 København Ø

Tlf.: 35 26 54 00

Fax: 35 43 02 13

Hjemmeside: www.sundhedsoplysning.dk

E-mail: kfs@sundkom.dk

Information til lærere

Dette hæfte giver læreren et fagligt fundament for forældremødernes diskussioner om alkohol.

Hæftet indeholder den nyeste viden om unges alkoholforbrug. Det belyser de problemer, unge har i relation til deres alkoholforbrug og forældres rolle i forhold til unges alkoholvaner. Hæftet giver også råd om, hvornår det er relevant at tage alkohol op som emne på forældremøder og giver ideer til, hvilke emner der kan diskuteres og indgå i en aftale mellem forældre om håndteringen af de unges alkoholforbrug.


Materialet er først og fremmest brugbart for lærere i 6.-10. klasse, fordi det er i den periode, at de væsentligste diskussioner mellem forældre om alkohol finder sted. Men materialet er relevant for alle lærere, da det også indeholder generel information om børn og unges forhold til alkohol.

 Sundhedsstyrelsen

 UNDERVISNINGS
MINISTERIET



Børnerådet

 Komiteen for Sundhedsoplysning