

GODA GENNEM 25 ÅR



1993 - 2018

Tekst: Anett Wiingaard

Fotos: Kirsten Bille, GODA, Christian Hansen, Sara Lindbæk, Promoters, Martin Ravn, Anita Schulin, Jasper Simonsen og Lars Wittrock.

Layout og omslag: Eva Tryti

Tryk: Hellerup Lyskopi

GODA er finansieret af Vin & Spiritus Organisationen i Danmark. GODA ønsker at fremme den gode og ansvarlige alkoholkultur og forebygge alkoholmisbrug med særligt fokus på unge.

Sekretariatet er bemandet af sekretariatschef Anett Wiingaard.

GODA · God Alkoholkultur · Løgstørgade 2
2100 København Ø · Tel. + 45 20 25 17 53
info@goda.dk · goda.dk og alkoholdialog.dk



25 års arbejde inden for alkoholforebyggelse

25 år er gået, siden GODA blev indbudt af Sundhedsministeriet til at præsentere foreningens første initiativer over for nationale og regionale forebyggelsesinstanser. Mødet blev startskuddet til et tæt samarbejde med stærke kræfter inden for forebyggelsesverdenen, hvor forebyggelseskonsulenter fra hele landet samledes et par gange om året i GODAs lokaler på tagetagen i Kattesundet for at deltage i idéudviklingen af foreningens initiativer.

Ideer var der nok af. Alkoholforebyggelse var i sin spæde begyndelse, så målgrupper, metoder og medier skulle defineres fra start af. Da vi udgav folderen 'Hvor svært kan det være', målrettet folkeskolens ældste klasser, blev førsteoplaget på 90.000 eksemplarer revet væk på 3 måneder, og i de kommende år blev 360.000 foldere rekvirerede. Folkeskolerne havde nu fået øje på foreningen, og da vi i foråret 98 fik flere forespørgsler om at besøge skoler, tog vi en rask beslutning og fik over sommeren uddannet en flok studerende på orlov til at tage på Road Trip med base i landets tomme sommerhuse, hvorfra de hver dag kunne besøge nye skoleklasser i nye kommuner.

Også på kontoret var der liv. I samarbejde med Rigspolitiet

uddelte landets køreprøvesagkyndige en folder til alle, der bestod deres køreprøve, og flere betjente kom forbi os for at hente mapper til folderne, ligesom vi blev base for flere jyske SSP'ere, når de havde ærinder i København. Utallige lærere, forebyggere og GODA's egne ungekorps har været igennem vores undervisningsprogrammer; enten når vi med den norske psykolog Tore Børtveit - der introducerede metoden 'Den motiverende samtale' (Motivational Interviewing) i Danmark - bød velkommen på en lang række kurser for lærere og studievejledere på det femstjernede Hotel Skt. Petri, eller når vi i vindomblæste feriekolonier trænede gæstelærere, simulatorpiloter og pårørende til trafikofre i at videreformidle vores budskaber ud til hele landet.

Også internationalt fik GODA en plads. Som udpeget medlem af Europæisk Alkohol og Sundhedsforum under EU-Kommissionen blev vores aktiviteter anvendt som inspirationskilde til international forebyggelse ligesom vi i en år-række var en del af en Task Force om unge og trafikikkerhed nedsat af Kommissionen.

Det har været spændende at sætte sig spor i forebyggelsesverdenen. GODAs første folder til forældre så dagens lys i

1999, og vores idé om gensidig 'kontrakt', hvor ikke alene den unge, men også forælderen forpligter sig i form af at lytte til og støtte den unge, bekræftes nu af forskning om den forebyggende forælderrolle. Undervisningsprogrammer til folkeskolen og ungdomsklubber har været en naturlig del af arbejdet, ligesom vi allerede i 99 udarbejdede guidelines til alkoholpolitikker i ungdomsklubber og i 2004 udsendte en model til udformning af en alkoholpolitik på ungdomsuddannelser. I de senere år har vi haft yderligere fokus på ungdomsuddannelserne inkluderende en folder til forældre, da flere og flere unge i dag er 'alkoholnybegyndere' ved gymnasiestart på grund af den øgede debutalder.

Det har været spændende at være med fra starten af, hvor GODA i samarbejde med andre i felten arbejdede for at indføre professionelle forebyggelsesmetoder, og til i dag, hvor alkoholforebyggelse for alvor er blevet udbredt, og hvor bevidsthed om metoder er blevet en naturlig del af forebyggelsesarbejdet.

GODA siger tak til alle samarbejdspartnere gennem årene.

Anett Wiingaard, sekretariatschef

Nu bliver det nemmere at følge Sundhedsstyrelsens råd – højst 14 genstande om ugen for kvinder og højst 21 for mænd.

En række producenter og leverandører af alkoholholdige drikke vil fremover mærke deres produkter, så forbrugerne kan se på etiketten, hvor mange genstande flasken indeholder.

Ordningen indføres af praktiske årsager løbende, men på nogle mærker vil det stå allerede her fra efteråret.

”Hvis du ikke vil drikke for meget, må du vide, hvor meget du drikker.”

Et glas øl/vin, 12% vol.: 1 genstand

Hvad er en genstand?

En genstand er defineret som 12 gram alkohol, hvilket svarer til en almindelig pilsner, skattekategori 1.
 En let øl, skattefri, svarer til 1/2 genstand.
 En guldøl, skattekategori 2, svarer til 1 1/2 genstand.
 En stærk øl, skattekategori 3 og 4, svarer til 1 1/2-2 genstande.
 En flaske vin varierer fra 9 til 13% vol. Det svarer til 4 1/2-6 1/2 genstande.
 Et restaurationsmåltid (5 cl) hedvin varierer fra 15 til 21% vol. Det svarer til 1 1/2-2 1/2 genstand.
 Et restaurationsmåltid (2 cl) snaps, gin, whisky, vodka eller cognac svarer til 1/2 genstand.

Tæl genstande, men husk, at alkoholpromillier er lamefælde – de afhænger bl.a. af vægt og køn, og hvor meget man har spist.

Et pilsner: 1 genstand

En snaps, 2 cl: 1/2 genstand

I Danmark har vi mange smukke genstande. Pas godt på dem!

GODA

Foreningen Gode Alkoholdninger

Foreningen Gode Alkoholdninger (GODA) er stiftet af Foreningen af Danske Spiritusfabrikker, Vin og Spiritus Organisation i Danmark (V.S.O.D.) og Bryggerforeningen med det formål at fremme den gode alkoholskaber og derved søge at mindske og reducere misbrugsproblemer.

1993 Mærkning af genstande

Et af GODAs første initiativer var en opfordring til producenter og importører om at mærke alkoholholdige produkter med antal genstande. Bevidsthed om genstandsindhold har siden været en vigtig del af GODAs oplysningsarbejde.

1994

Professionelt dialogredskab til forældremøder

Den første type dilemmakort til brug for forældremøder blev udviklet af 7 amter i samarbejde med GODA og med støtte fra Sundhedsministeriet.



1995

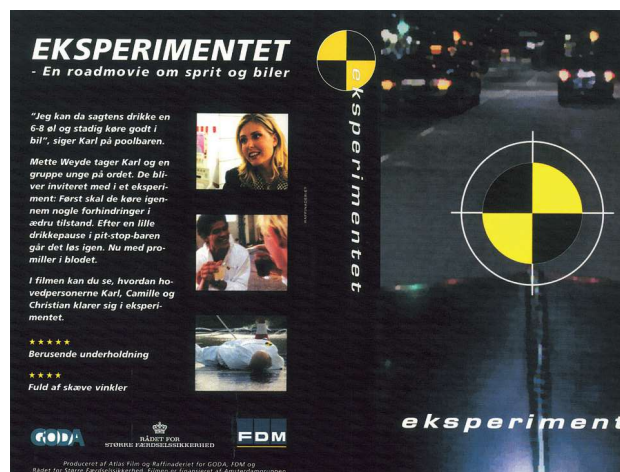
Rigspolitiet uddeler GODAs folder

Med tilladelse fra justitsministeriet blev GODAs informationsfolder 'Til lykke med kørekortet' udleveret af de køreprøvesagkyndige sammen med det midlertidige kørekort. I de kommende år blev 180.000 foldere uddelt i alle landets politikredse.

1995

Formanden for Folketingets Retsudvalg indvier GODAs kørselssimulator

GODAs Ford Transit udstyret med en kørselssimulator blev lanceret i 1995 og var at se på landevejene helt frem til år 2007. GODA TEST TOUR var bemanded med piloter, der guide- de de unge når de kørte med en stimuleret promille på ca. 1.



1996

'Eksperimentet' – obligatorisk del af kursus ved frataget kørekort

I videoen 'Eksperimentet' inviteres unge ud på køreteknisk anlæg, hvor de med promiller i blodet med ringe held forsøger at undgå at påkøre testdukker. Videoen var helt frem til 2011 en obligatorisk del af Alkohol-, narko- og trafikkurset ved generhvervelse af kørekort.

1996



Første undervisningsmateriale til gymnasier og HF

Temaet alkohol blev vendt og drejet i fire hæfter målrettet gymnasier og HF. Psykologiske, sociologiske, kulturelle, litterære og biologiske vinkler lagde op til debat og oplysning i undervisningen.

1997

GODA TEST TOUR har efter tre år været landet rundt

Allerede efter tre års kampagnevirksomhed havde næsten samtlige amter modtaget et simulatorbesøg på tekniske skoler, gymnasier, festivaler og køreskoler. I samarbejde med Rådet for Sikker Trafik blev simulatorkampagner iværksat helt frem til år 2007.



SPILLETS REGLER



1998

Forebyggelse målrettet piger

'I taler TIL de unge, ikke NED til dem' var reaktionen fra gymnasiepiger om magasinet 'Spilleets Regler', der er målrettet piger. 110.000 magasiner nåede at blive rekvireret inden nye informationsmaterialer tog over.

1998

GODAs gæstelærerkorps etableres

Med base i lejede ferieboliger turnerede et rejsehold bestående af unge studerende på orlov rundt i Jylland, Fyn, Sjælland og Bornholm. Fyns og Nordjyllands amt valgte at fortsætte ordningen, også efter at GODAs gæstelærerkorps i 2003 gik videre til andre opgaver.

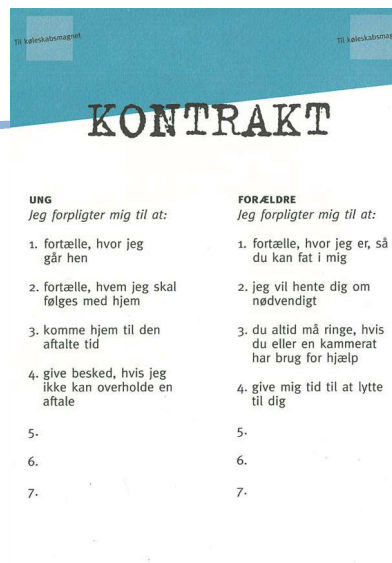




1999

Fyns amt indfører fast gæstelærerordning

I 1999 blev Fyns Amt fast samarbejdspartner for GODAs gæstelærerkorps, så ordningen fortsatte i Fyns Amt de følgende år. Også Nordjyllands Amt fortsatte gæstelærerordningen i en årrække.



1999

Første forældrefolder af 180.000 eksemplarer udsendes

I 1999 udsendte GODA den første folder målrettet forældre. Med en kontrakt, hvor også forældrene forpligter sig, var GODA i overensstemmelse med forskning, der senere har bekræftet betydningen af en tillidsfuld kommunikation mellem unge og forældre ift. unges alkoholforbrug.

2000



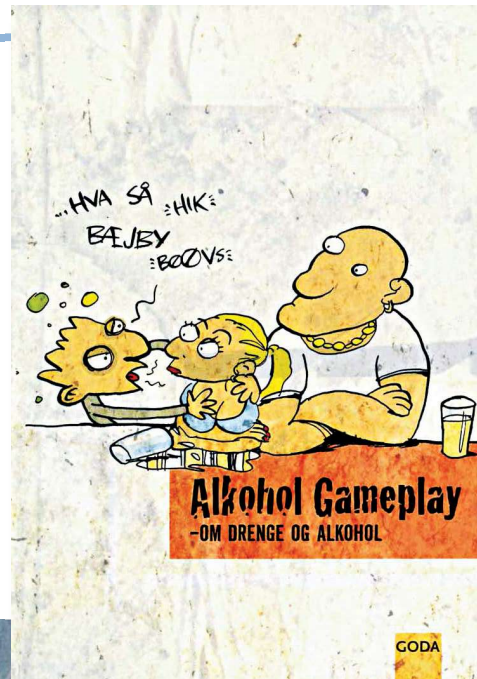
90.000 foldere til unge rekvireret på tre måneder

Venner, forældre og fakta om alkohol var nogle af elementerne i folderen 'Hvor svært kan det være', hvor første oplag på 90.000 eksemplarer blev revet væk på tre måneder. I alt udkom folderen i 340.000 eksemplarer.

2001

Forebyggelse målrettet drenge

Med Strids muntre tegninger og med artikler om rollemodeller kom alkoholforebyggelse målrettet drenge på dagsordenen.



2001

Interaktivt skuespil og pårørende til trafikofre ud på tekniske skoler

Trafikministeren lod startskuddet gå på Hvidovre Tekniske skole, inden teaterkaravane samt et korps bestående af pårørende til unge trafikofre fortsatte rundt i landet på de tekniske skoler. De to skuespillere var en del af spritbilismekampagnen 'Stodder Med Stil', der løb fra 2001 - 2003. SMS-kampagnen involverede pårørendekorps, teaterkaravane, debatledere og sms-beskeder fredag og lørdag aften til alle tilmeldte unge.

2002

Natteravne underviser for GODA

I samarbejde med Natteravnene uddannede GODA forældre landet over til som frivillige at være ordstyrere på forældremøder ude på landets skoler.



2002

Sikkert natteliv med Danmarks Restauranter & Cafeer

Rundt om i større byer samlede GODA medlemmer af DRC til kurser i sikkert natteliv. Fra 2004 - 2006 var GODA ligeledes en del af en større arbejdsgruppe, der gennemførte et pilotprojekt i Holstebro om trygt natteliv til inspiration for andre kommuner.

2003

Fryspunkt

GODA introducerede metoden 'Den motiverende samtale' i undervisningsprogrammet 'Fryspunkt'. I de kommende år kom flere tusind skolelærere fra hele landet på kursus i anvendelse af forebyggelsesprogrammet, der blev indført som fast forebyggelsestilbud i en årrække i flere amter.

'Det bedste undervisningsmateriale, vi overhovedet har haft.'

Forebygger i Storstrøms Amt.

Fryspunkt | Diskussion

4. SCENE Egne ideer til en god fest

Diskussion i grupper/klassen

1. Hvordan bliver festen bedst mulig for så mange som muligt?
2. Hvad skal man overveje FØR festen begynder (kl. 15)?
3. Hvad skal man være opmærksom på TIL festen?





2003

Sundhedsministeren indledte GODAs 10-års jubilæum

Med en fyldt Landstingssal fejrede GODA 10-års dagen ved en konference, hvor ny viden om unges alkoholforbrug blev formidlet til nationale og regionale instanser.



Sekretariatschef
Anett Wiingaard
og projektleder
Mette Høxbro
lytter til de
mange indlæg
til jubilæet.





2004

International forskning formidles på dansk

Læge Erik Skovenborg stod i perioden 2001-2004 for oversættelsen af internationale artikler inden for den sociale og medicinske alkoholforskning. GODA sponsorerede desuden flere forskningskonferencer arrangeret af SMAB – Scandinavian Medical Alcohol Board.

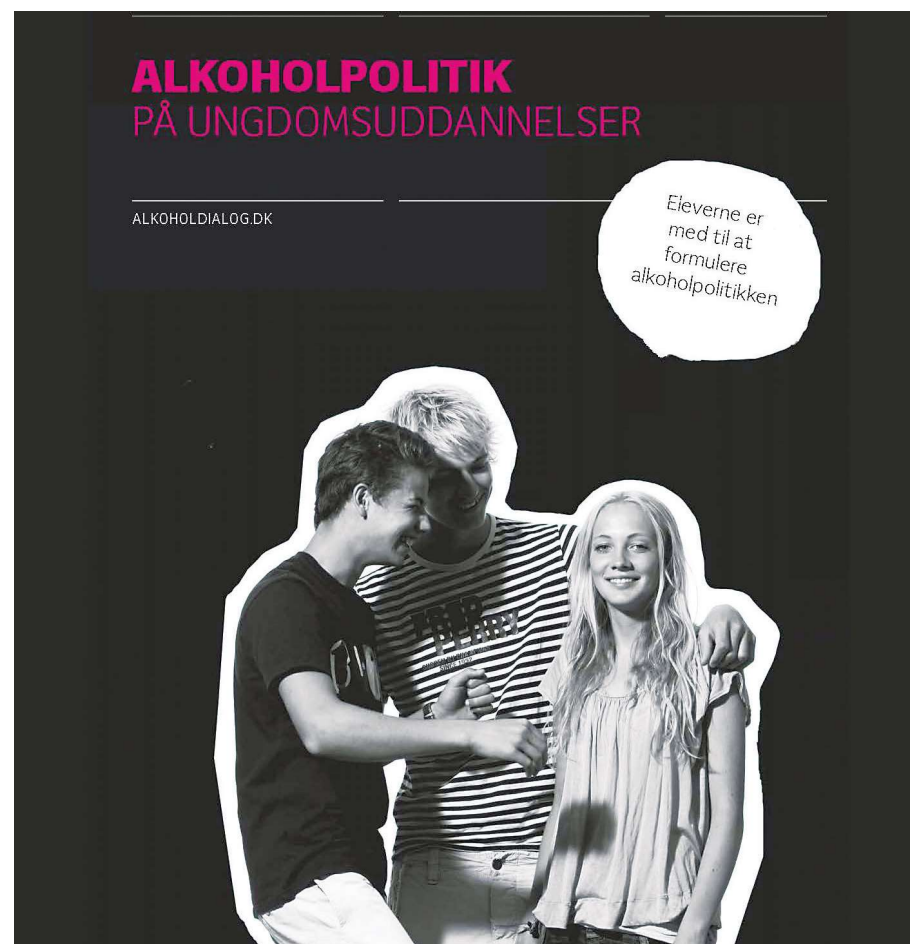


2004

Alkoholpolitik på ungdomsuddannelser

I 2004 udgav GODA den første model til i samarbejde med eleverne at udarbejde en alkoholpolitik på ungdomsuddannelser. I 2011 udkom den i revideret udgave.

Ungdomsklubber blev allerede i 1996 inviteret til et arbejdsseminar om alkoholpolitikker, og i 2003 blev yderligere et inspirationshæfte udsendt.





2005

Alkohol i TV2

Med et seertal på ca. 150.000 pr. udsendelse nåede programmet Rundfunk bredt ud til de unge. GODA udsendte efterfølgende indslagene om alkohol i form af en cd til alle ungdomsuddannelser.

12

2006

Materiale til nyt fag 'Almen studieforberedelse' i gymnasiet

'Jeg synes alle skulle anskaffe sig et klasesæt'. Undervisningsmaterialet 'Ungdom og festkultur' målrettet gymnasier fik rosede ord med på vejen i Gymnasieskolens anmeldelse. Tekstsamlingen går på tværs af faggrænser og lægger op til refleksion over alkoholkulturen.



2006

Kursus i Forældrenetværk

Forebyggere, lærere og klubfolk samlet til ét af GODAS mange kurser i at skabe netværk for forældre ude i kommunerne.





2007

Klar til sidste spritkørsel i GODAs kørselssimulator

Efter 12 år på landevejene var både bil og kørselssimulator nedslidte. Her står piloterne klar til at tage imod festivalgæster.



2008

Pressemøde på Rådhuspladsen

Københavns Teknik- og Miljøborgmester åbnede GODAs kampagne 'Don't drink and drive', der blev indviet på Rådhuspladsen i København, inden den nye simulator kørte videre til andre byer. Simulatoren var udlånt af TOP-25.



Kære Konfirmander

Længe har I stået og banket på...

Længe har det liv, som de voksne lever, været et tiltrækkende skuespil, som foregik på den anden side af en låst glasdør en lille smule på afstand. Mere end én gang har I sikkert drømt om, at det en dag skulle blive jer, der udfyldte rollerne bag glasset.

Måske har I fantasieret om, at det var jer, der kørte bilen. Jer, der havde arbejde og tjente penge. Jer, der forelskede jer og fik en kæreste. Og jer, der kunne knappe en øl op eller drikke et glas vin, uden at nogen løftede øjenbrynene af den grund.

I dag er glasdøren åbnet på klem. Og I bevæger jer forsigtigt ind på den scene, som hidtil har været forbeholdt de voksne. I de kommende år vil I lidt efter lidt blive lukket ind i en verden, hvor jeres forældres omsorg og beskyttelse ikke længere gør verden så tryk som i dag.

2007

Oplysning til konfirmander

I et utraditionelt samarbejde med GODA udleverede præster landet over en folder om alkohol til årets konfirmander.



2009

Niveauopdelt undervisningsmateriale

'Alkoholdialog' er et meget indbydende, grundigt og gennemtænkt bud på alkoholundervisning på flere klassetrin' lød en anmeldelse af GODAs undervisningsmateriale til folkeskolens ældste klasser. I alt blev 7.000 eksemplarer rekvireret af folkeskoler og i de følgende år udkom programmet i tre oplag.



2010

Opør med myten om flertalsmisforståelser

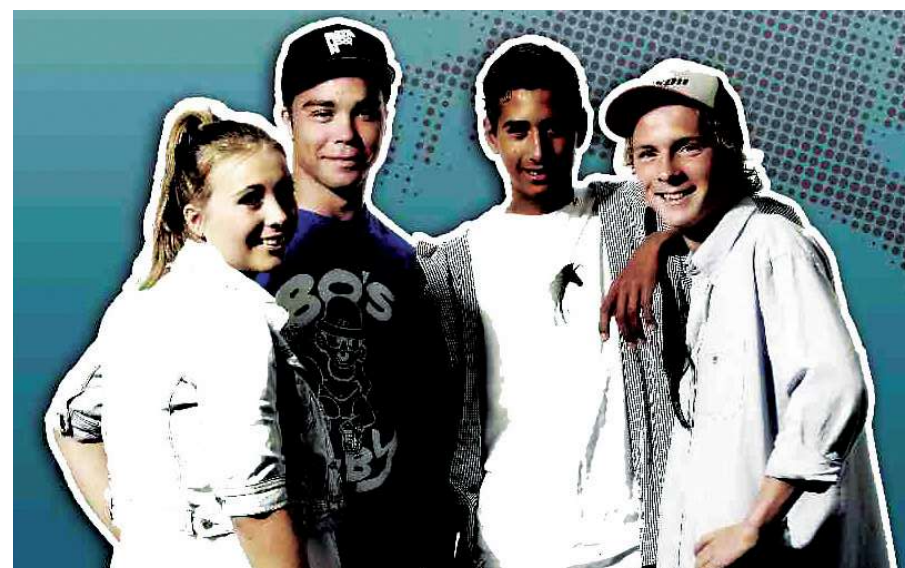
I samarbejde med MTV opfordrede GODA unge til at lave en minifilm om, hvordan de bliver høje af livet. 32.000 flyers blev omdelt på grundskoler samt ungdomsuddannelser og 200 tv-spot blev vist på MTV.



2011

Guidelines til forældremøder

Allerede en måned efter udsendelsen af første oplag på 8.000 eksemplarer af 'Dialog om alkohol' med redskaber til forældremøder måtte et nyt oplag i trykken. En bannerkampagne med over 1,8 million visninger ledte desuden forældre ind på alkoholdialog.dk/forældre.

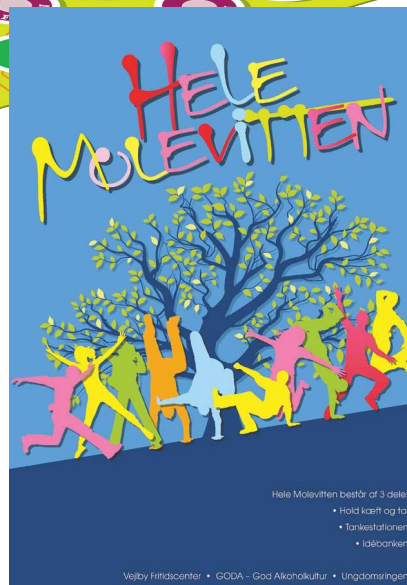




2011

Spil til ungdomsklubber

I samarbejde med Vejlbys fritidscenter blev undervisningsmaterialet 'Alkoholialog' omformet til en række spil, der blev udsendt til Ungdomsringens medlemmer.



2012

Tryk den af

I 2012 og 2013 blev der delt vand og gode råd om en sikker hjemtur ud til Distortion. 70.000 trafikanter så desuden tv-spot på stationerne i hele julemåneden. Kampagnen var i samarbejde med Københavns Kommune.



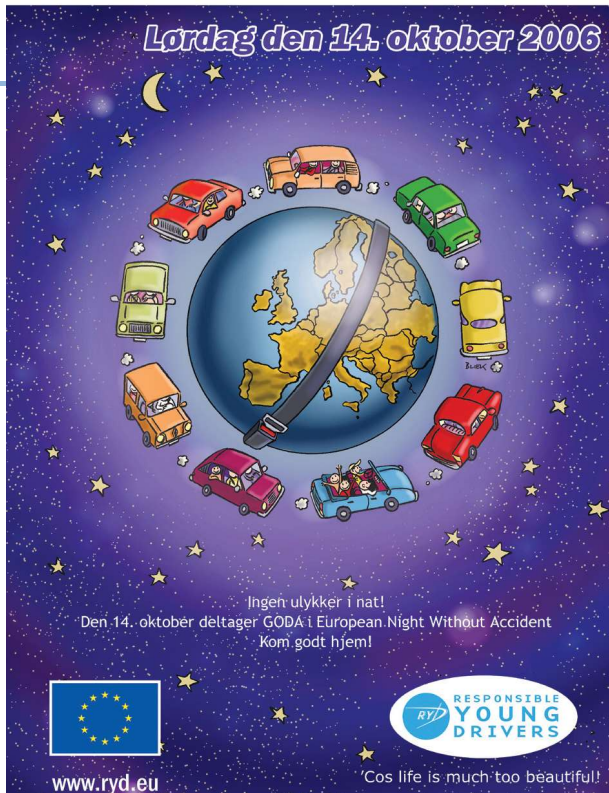
2012

Spritkørsel i Roskilde

For femte år i træk var GODA til Roskildefestival med en simulator udlånt af TOP-25.

EUROPEAN NIGHT WITHOUT ACCIDENT

Lørdag den 14. oktober 2006



2013

EU mod spritkørsel

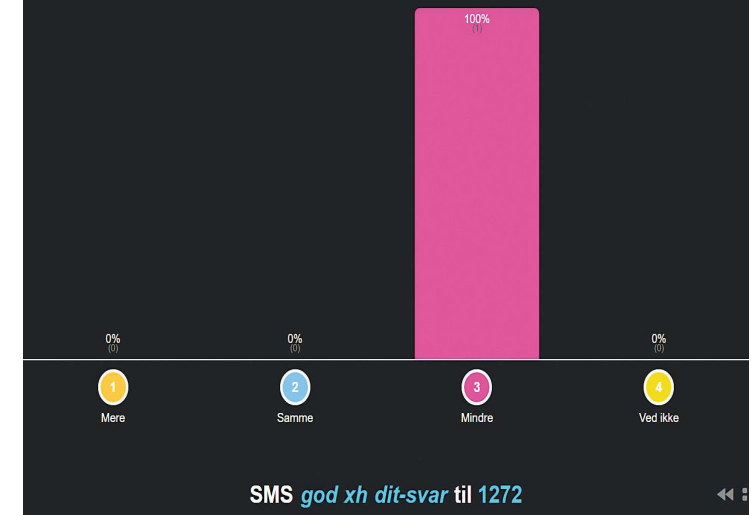
Fra 2006 til 2013 var GODA sammen med 20 andre lande en del af EU-kampagnen 'A Night Without Accidents', hvor unge kampagnemedarbejdere besøgte diskoteker landet over.

2014

Forebyggelse med sms'ere

Med et sms-modul kommer elevernes svar direkte op på tavlen, så læreren kan tage udgangspunkt i klassens holdninger til alkohol. Med et tilsvarende sms-modul til forældre kan deres svar sammenholdes med elevernes.

8. Tror du, at du drikker mere eller mindre end unge på din egen alder?



2013

Film, debatindlæg og artikler om ungdomsrejser

Tre måneder efter, at ungdomsrejser i Prag have været på alle forsider, lagde GODA en film med interviews med den danske ambassadør i Prag, forskere og unge samt en pakke med avisartikler ud på alkoholdialog.dk som oplæg til en nuanceret debat om adfærd på ungdomsrejser.

2015

Refleksion over alkohol-kulturen på Facebook

Spørgsmål på FB 'All Night Long' fik ca. 6.000 unge til at reflektere over deres alkoholforbrug. Over halvdelen svarede, at spørgsmålene fik dem til at tænke mere over det. En pige skrev bl.a.: 'Ja, det gjorde det faktisk. TAK!'

DET ER EN LETTELSE,

NÅR HAN/HUN IKKE KOMMER TIL FESTEN

SVARER DE FLESTE UNGE, NÅR EN KAMMERAT ALTID BLIVER FULD.



2016

GODA reagerer på episode i Dyrehaven

Da 11 unge blev indlagt på Herlev med livstruende høje promiller efter en samling i Dyrehaven reagerede GODA prompte med at målrette en festguide til 16-årige på Facebook. Omkring 14.000 klikkede ind på de gode råd ligesom 3.000 forældre videresendte til deres teenagere. Alle gymnasier fik desuden tilsendt en plakat og link til undervisningsmateriale.



2016

#HEJfest #FARVELkniv

Bag en kampagne om sikkert natteliv målrettet unge i København stod foruden Københavns Kommune og Københavns Politi en række af aktører, der talte Natteravnene, HORESTA, DRC og GODA.



2017

Plakater, forældrefoldere og undervisningsmateriale ud på gymnasier

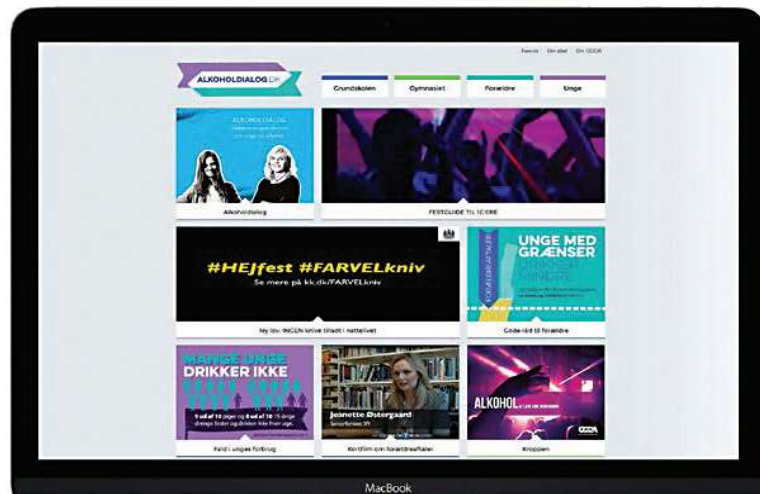
Årets plakat til gymnasier blev udsendt sammen med link til elektronisk undervisningsmateriale og folder til uddeling til forældre.



2017

GODA på Folkemødet

I bogen 'Små visioner' fortælles om den forskel for samfundet, som 100 danske organisationer gør, deriblandt GODA. I Det Kriminalpræventive Råds telt holdt GODA desuden oplæg om balancegangen mellem unge, alkohol og fester.



2018

70.635 besøgende

70.635 besøgende var inde på hjemmesiden alkohol-dialog.dk i 2018. Ligesom de foregående år var besøgsantallet steget, fra 2017 til 2018 var stigningen 27 %. Hjemmesiden er opdelt i fire undersider målrettet henholdsvis folkeskolelærere, gymnasielærere, elever og forældre. Til hver målgruppe findes materialer, tips og værktøjer til at håndtere alkohol.

2018

Festguide på Facebook

Formanende råd om ikke at drikke på tom mave, tjekke antal genstande m.v. er et vanskeligt budskab at sælge, men GODAs festguide på Facebook har stort set kun fået positive kommentarer fra de unge. De gode råd blev lagt ud på 'All Night Long – GODA' i august på det tidspunkt, hvor gymnasiernes introfester blev afholdt. Festguiden har været promoveret ved gymnasiestart på FB både i 2016, 2017 og 2018 og i alt 46.000 unge har klikket ind og læst de gode råd.



2018

Dialogspil om trivsel og festkultur

I samarbejde med Hillerød Kommune udvikledes et dialogspil om trivsel og festkultur. Formålet er at få nystartede gymnasieelever til at diskutere de spilleregler, der kan skabe et trygt fællesskab for hele klassen. Også alkoholturen er på dagsordenen for at få de unge til at sige fra over for drikkepres og passe på hinanden til festerne. Spillet 'Den bedste klasse' blev udleveret til ungdomsudannelser i Hillerød Kommune.

2018

Novellekonkurrence

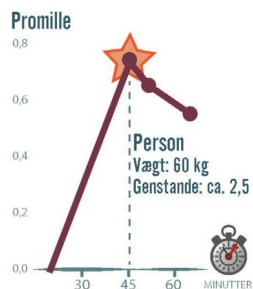
Siden 2013 har GODA udskrevet novellekonkurrencer for udskolingsklasser med temaet Unge & alkohol, og i 2018 indsendte lærere 360 udvalgte noveller, hvoraf de tre bedste blev præmieret med penge til klassekassen. Da novellerne giver et værdifuldt indblik i unges tanker om alkohol, indgår ca. 1.300 noveller fra årene 2013 - 2015 i en database på Sociologisk Institut til forskningsøjemed.



Promillen rammer hårdt

Der går ½ til 1 time, inden man kan mærke alkoholen. Drikker man meget alkohol på kort tid, kan det være livsfarligt. Hvis man ikke har erfaring med at drikke alkohol, kan man blive overrasket over, at virkningen først kommer lang tid efter, at man har drukket.

Bliver en kammerat dårlig af alkohol, skal der straks tilkaldes en voksen eller ringes 112.



Der går ½ til 1 time, inden man mærker alkoholen.



2018

Folder til forældre til unge 16+

Da det nye kuld 1. g'ere startede i august kunne mange gymnasier tilbyde en folder til intromøderne for forældrene. Folderen er udarbejdet af GODA i samarbejde med Hillerød og Halsnæs Kommune og indeholder gode råd til at lave aftaler samt give de unge den nødvendige viden om alkohol. Oplaget på 16.000 foldere blev rekvireret af gymnasier fordelt over hele landet. I 2017 blev folderen rekvireret i 15.000 eksemplarer.

2018

Unge kommentarer på Facebook

- “ Læs lige inden gymfesterne ”
- “ nogle gode tips ”
- “ Hahaha måske man skulle huske de ting for en sikkerheds skyld smukke haha ”
- “ husk det nu søde skat. Ellers går det galt, når jeg ikke kan 'passe på dig' ”

Alkoholforebyggelse under lup

Forebyggende kampagner har været sat under lup i de senere år, og nogle kritikere afskriver ligefrem indsatserne som værende uden effekt. Imidlertid drikker danske unge i dag mindre alkohol end for ti år siden og i modsætning til generationerne før opfatter unge nu spritbilisme som uacceptabelt. Det viser, at forebyggende indsatser har en effekt på holdninger og adfærd.

Artiklen har været bragt i STOF nr. 33. Sommer 2019

Adfærdsændring kan naturligvis skyldes lovgivningsmæssig regulering, men ser man eksempelvis på et område som sundhed – øget forbrug af grønsager på bekostning af kød samt det store fokus på motion, der er kommet det seneste årti – er ingen strukturelle rammer blevet ændret, påvirkningen er alene sket i form af kampagner og oplysning. Men at arbejde med forebyggelse er et langt, sejt træk, og inden for det sundhedsområde, der handler om alkoholforebyggelse, er det vanskeligt at pege på, at det lige netop var dén eller dén kampagne, der fik de unge til at drikke mindre eller at lade bilen stå.

Der har været peget på medvirkende faktorer, som sam-

men med forebyggelse er årsag til, at alkoholforbruget især blandt unge er faldet: Relationen mellem forældre og børn er blevet tættere end hos tidligere generationer, og samfundsudviklingen har betydet et større fokus på sundhed og kontrol over vores krop, ligesom der er et større pres på de unge til at opnå gode karakterer, præstere godt og arbejde sig frem mod et mål, heriblandt en god uddannelse. I samspil med samfundsudviklingen har evidensbaserede forebyggelsesprogrammer sat fokus på den risikable alkoholkultur og fået flere unge til at reflektere over, om de overhovedet har lyst til at drikke, og styrket deres kompetencer til at sige fra. Forældre har desuden fået redskaber til at sætte grænser og tage den vigtige samtale om alkohol med deres børn.



Af Anett Wiingaard

Forebyggelse består af mange indsatser, der udspiller sig i et socialt rum i samspil med andre mennesker. Det kan således være vanskeligt at måle den direkte effekt af den konkrete, enkelte indsats, men det er alligevel positivt, at der er kommet mere fokus på evaluering af tiltagene. Tidligere arbejdede vi i forebyggelsesverdenen for meget i blinde, og nogle af de tidligere forebyggelsestiltag har vist sig ikke at have nogen effekt. Eller også har de netop haft en effekt, men den modsatte af den tilsigtede. Et eksempel på dette er den tyske ungdomsfilm 'Christiane F', som tidligere generationer fik forevist i skolen. Filmen omhandler en ung stiknarkomans barske liv, men i de klasser, der havde set filmen, var der flere elever, der blev narkomaner, end i de klasser, der ikke havde set den. I Tyskland fandt man desuden

flere unge piger på gaden i Berlin, der var stukket af hjemmefra for at efterligne Christianes liv. Filmen blev således stik mod hensigten en handlingsanvisning på, hvordan man lever et liv som ung stiknarkoman. I dag anser mange SSP-medarbejdere (Socialforvaltning, Skole og Politi, red.) det da også for at være problematisk at benytte oplæg fra eks-misbrugere, da det frygtes at kunne have en tilsvarende negativ effekt og skabe en interesse for og nysgerrighed efter at prøve stoffer. Generelt kan oplysning om alkohol, der sættes ind på et for tidligt alderstrin, også på samme måde få en 'reklameeffekt' frem for en forebyggende.

Når risikoadfærd gøres til normen

Store mediekampagner ser heller ikke ud til at have positiv effekt. I USA brugte man i perioden 1998 til 2004 1,2 mia. dollars på en forebyggelseskampagne, der bl.a. ved hjælp af positive rollemodeller skulle få unge til at holde sig fra stoffer. Kampagnen havde også en effekt, dog igen stik modsat den tilsigtede. Blandt de unge, der var blevet eksponeret for kampagnen mindst 12 gange i løbet af den sidste uge, var der nemlig nu markant flere end før kampagnen, der troede, at der var mange unge, der røg hash. Blandt den gruppe af unge, som troede, at 'en del', 'de fleste' eller 'alle' af deres jævnaldrende røg hash, var der to ud af ti (21 %), der året efter svarede, at de nu havde prøvet at ryge hash.

Kampagnen havde således en afsmittende effekt.

I den gruppe af unge, der mente, det kun var 'få' eller 'ingen' af deres jævnaldrende, der røg hash, svarede kun en ud af ti (9 %) året efter, at de nu selv havde prøvet at ryge det.

Når store kampagner bliver iværksat med megen medieomtale, vil modtagerne således have tendens til at opfatte problemet som kæmpestort. Derfor var der blandt den gruppe, der var blevet eksponeret for kampagnen, flere, der efterlignede, hvad de troede var normen. Det er således en balancegang, hver gang en ny risikoadfærd opstår (som fx snifning af bl.a. lightergas); på den ene side ikke at negligere problemet, men på den anden side heller ikke gennem kampagner at puste problemet op til en normalnorm, som andre unge vil efterligne.

Misforståelser og social pejling

I dag er forebyggelsen blevet mere fokuseret og metodepræget. I Danmark har der, siden det såkaldte Ringstedforsøg blev publiceret i 2005, været særligt fokus på metoden 'social pejling', da denne har vist gode resultater. Metoden tager udgangspunkt i, at vi generelt følger de sociale normer i et samfund, med andre ord pejler vores adfærd efter andres. Vi følger alle mere eller mindre de sociale normer blandt de grupper, vi identificerer os med, men særligt unge har behov for at være ligesom deres jævnaldrende. Derfor vil de fleste reducere deres risikoadfærd, hvad enten det drejer sig om rygning, alkohol eller

kriminalitet, hvis de får punkteret en urealistisk opfattelse af, at andre unge ryger og drikker mere, end de egentlig gør. Når man spørger dem, hvor meget de tror, at andre unge drikker, overvurderer de fleste andres forbrug, og denne fejlagtige opfattelse kan få den enkelte til at drikke mere for at leve op til de – urealistiske – forventninger i gruppen. En justering af flertalsmisforståelser har vist sig som et effektivt redskab til at nedsætte forbruget. Hvis en forebyggende indsats skal have en effekt, er det derfor mest effektivt at ændre den kollektive bevidsthed, dvs. opfattelsen af, hvad der er normalt.

Sociale misforståelser findes også i forældregruppen. Interview med forældre viser, at mange forældre tror, at danske unge både starter tidligere og drikker mere, end de egentlig gør. Denne misforståelse gør det vanskeligere at sætte grænser op for sit barn, for har man den opfattelse, at "alle de andre må gøre det", er det som forælder svært at skulle sætte sit barn i en position uden for fællesskabet. Derfor er oplysning til forældre om det faktiske alkoholforbrug ligeledes en vigtig del af oplysningsarbejdet.

Flere metoder i spil

I dag anvendes social pejling i en eller anden form i de fleste forebyggelsesprogrammer. Forebyggelsen fokuserer desuden på et bredt sundheds- og trivselsbegreb frem for snævert at fokusere på risikoadfærd. Med 'Life Skills'-programmerne

trænes eleverne i at træffe beslutninger, foretage aktive værdi-valg og mestre udfordringer i livet. Med metoden 'Motivational Interviewing' (samarbejdsbaseret motiverende samtale mellem en rådgiver og en ung, red.) kan den unge og rådgiveren i et fordomsfrit forum sammen kortlægge de positive og negative sider af at drikke alkohol. Metoden bygger nemlig på den antagelse, at kun dét, de unge selv indser som fornuftigt, har en chance for at medføre en adfærdsændring; modstand og ambivalens er derfor indtænkt i pædagogikken.

Som et nyere forebyggelsesredskab finder man styrkelse af børns og unges evne til at udskyde behov og styrke selvkontrol. Vigtigheden af behovsudskydelse blev bemærket allerede i 1960'erne, hvor forskere i USA observerede, at de børn, der var i stand til at udsætte spisningen af én skumfidus mod at få to senere efter en venteperiode, også senere i livet generelt var bedre i stand til at kontrollere deres impulser og arbejde mod positive mål. Interventionsprogrammet 'Preventure' anvendes i USA og England på mindre, udvalgte grupper af unge, udvalgt efter en personlighedsscreening for unge med en højrisiko-profil, mens man i Danmark ser mere bredt på styrkelse af selvkontrol over for alle unge.

Effekt

Forebyggelsesprogrammer har været omdiskuterede i de senere år, og enkelte forskere, med den amerikanske pro-

fessor i samfundsmedicin og sundhed Thomas Babor i spidsen, har ligefrem afskrevet forebyggelse som værende uden effekt. Men efter en gennemgang af 53 undervisningsprogrammer tilbageviser Oxford-professoren i samfundspsykologi og folkesundhed David Foxcroft kritikken og konkluderer, at de fleste programmer er kosteffektive, dvs., at de omkostninger, der er forbundet med programmerne, modsvares af den effekt, der opnås. Den australske professor i sundhed i uddannelse Ricard Midford konkluderer ligeledes, at alkoholforebyggelse er effektivt under forudsætning af, at forebyggelsesprogrammet fokuserer på skadesreduktion og ikke på afholdenhed.

Det er ofte mange mindre tiltag, der på forskellig vis kan påvirke unges adfærd. En forebyggelsesindsats bør derfor være multifacetteret, hvor man bevidst forholder sig til de mange forskellige tilgange, der kan have effekt. Det kan dreje sig om at påvirke rammerne, at fokusere på forskellige målgrupper som fx elever, forældre og lærere samt med formidlingsmetoder som social pejling eller andre adfærdsændringsmetoder at ændre alkoholkulturen.

Det kan være vanskeligt at sikre, at alle tiltag har en målbar positiv effekt, men det er vigtigt at have for øje ikke at gøre skade, da man utilsigtet kan modvirke den positive adfærdsændring, man ønsker.

Polarisering

At det kan lade sig gøre at ændre de sociale normer, viser det signifikante fald i unges alkoholforbrug. Vi bevæger os mod en kultur, hvor det handler om at have kontrol over sig selv, bl.a. sit alkoholforbrug. At der desværre så også bliver en større ulighed mellem de svage og de stærke unge, er en anden sag. De stærke unge udnytter de mange valgmuligheder, der findes i det moderne samfund. Denne gruppe unge er samtidig bevidste om fremtiden, de har et mål i tilværelsen, og de har kontrol over sig selv.

De svagere unge har svært ved at navigere i samfundet og har generelle mistrivelsesproblemer. Den udsatte gruppe er primært kammeratororienterede, de har svag voksenkontakt, trives ikke i skolen og klarer sig ofte fagligt dårligt. Denne gruppe kan markere sig i forhold til det brede flertal ved at drikke meget og uhæmmet og uden de beskyttende zoner, som andre unge etablerer ved hjælp af forældre eller andre voksne. For disse unge gælder det, at de skal have hjælp til at fungere også på andre områder i livet

Forældre

Der er en direkte sammenhæng mellem, hvor meget unge drikker, og hvilke aftaler de har med deres forældre omkring alkohol. Unge med forældre, der sætter rammer op for alkoholforbruget, monitorerer de unges adfærd, dvs.

ved hvor de er henne og med hvem etc., og som møder de unge med en tillidsfuld og anerkendende kommunikation i hverdagen, drikker mindre end unge uden regler og forældreopbakning.

I grundskolen har forældreinvolvering således været en vigtig del i succesen med at udsætte alkohol- og fuldskabsdebuten og at reducere forbruget, når de unge begynder at drikke. Udsættelsen af alkoholdebuten betyder, at mange unge i dag er relativt uerfarne mht. alkohol, når ungdomslivet i gymnasiet eller på anden ungdomsuddannelse med nye kammerater, fester og byture for alvor starter. Der er derfor behov for at styrke forældrenes involvering i de un-

ges festliv, når de har forladt folkeskolen, da det for manges vedkommende først er ved introfesterne på gymnasiet eller de tekniske skoler, at de for alvor bliver udsat for presset til at drikke alkohol.

Kulturændring

Forebyggelsen i Danmark har bevæget sig fra de tidlige famlende indsatser til at have fokus på metode og evidens. Man skal imidlertid ikke forvente voldsomme resultater af et enkelt program her og nu, da forebyggelse som nævnt er et langt, sejt træk, hvor adfærdsændringen skal ses over tid. Den viden, skoleelever får gennem forebyggelsesprogram-

mer, kan lagre sig og trækkes frem i senere situationer i livet.

Et programs resultat afhænger desuden både af formidlerens evne til at inddrage eleverne og af de øvrige rammer, der regulerer adfærden, ligesom intensiteten og omfanget af et program har stor betydning for effekten. Indsatser, der er helhedsorienterede og multifacetterede, er ved at vinde mere og mere indpas, og med de unge selv som frontkæmpere er vi forhåbentlig ved at bevæge os mod en kultur, hvor mindreårige ikke drikker, og hvor den risikofyldte drukkultur forsvinder helt ud i periferien.

Referencer

Babor, T., Caetano, R., Casswell, S. et al (2003). Alcohol: No Ordinary Commodity. Alcohol & Public Policy Group.
Balvig, F. & Holmberg, L (2014). Flamingoeffekten. DJØF.
Bjønness, J. (2018): '12-tals pigerne' og 'ADHD-drengene'. STOF nr. 30.
Børtveit, T., Barth, T. & Prescott, P (2013). Motiverende interview: samtaler om endring. Gyldendal Akademisk.
Christensen, A. S. mf. (2016). Forældres betydning for deres børns alkoholforbrug. Kræftens Bekæmpelse og TrykFonden.
Demant, J. (2017): Hvilke ideer til forebyggelse bør vi benytte os af i arbejdet med unges alkohol- og stofbrug? Oplæg ved konferencen Bedre liv for børn og unge i Danmark.
Demant, J. & Heerwagen, L. (2011). Forandringer i unges alkoholkultur. Skolekonference om unges alkohol-kultur. Holbæk.
Forebyggelsespakke – Alkohol (2018). Sundhedsstyrelsen.
Foxcroft, D.R. & Tsertsvadze A. (2011). Universal school-based prevention programs for alcohol misuse in young people. Cochran Database of Systematic Reviews 2011.

Hansen, F. T. (2001). Kunsten at navigere i kaos: Kroghs forlag.
Holmberg, L. (2011). Social pejling. Hvad tror vi, hvad ved vi, hvad gør vi? Oplæg ved SSP-samrådets årsmøde.
Husted, B. (2019). Telefonsamtale d. 4.1.2019.
Kappel, R. (2017). Selvkontrol hos børn og unge. Dansk Psykologisk Forlag.
Kolind, T. (2010). Unge, alkohol og social klasse – mainstream og modkultur. I Unge, rusmidler og sociale netværk. Aarhus Universitetsforlag.
Midford, R. et al (2015): Alcohol Prevention and School Students. I Journal of Drug Education.
Mischel, W. (2014). Skumfidustesten. Klim.
Natvig, H. (2009). Barn, badevann og rusforebyggende tiltak i ungdomsskolen. Nordisk alkohol- og narkotikatidsskrift, 26:355–361.
Pape, H. (2009). Skoletiltak som synes å gi effekt: Fruktbar forskning om rusforebygging eller uspekte historier om succes. Nordisk alkohol- & narkotikatidsskrift, 26: 341–354.
Rod, M. H. (2010). Forebyggelsens momenter. En antropologisk analyse af evidens og etik i tiltag rettet mod unges brug af alkohol. Ph.d.-række 59 · Københavns Universitet.



GODA GENNEM 25 ÅR
1993 - 2018