

# Ungdom og rusmidler

**Gode  
grunner  
FOR Å  
DRIKKE**

**Alkohol - et sosialt vidundermiddel?**

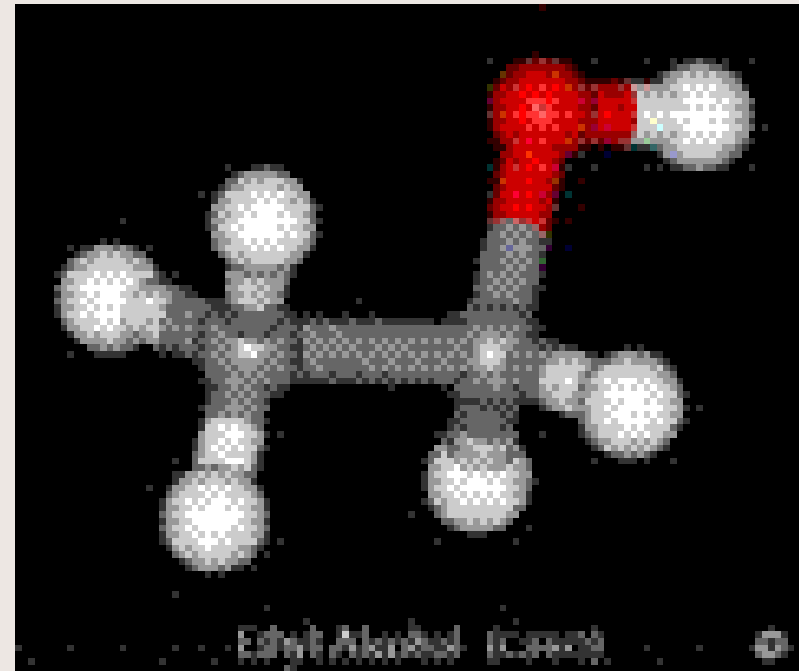
**Alkohol, en problemløser?**

**Vin er sunt, året rundt?**

**Fylla har skylda....**

# Foreldrene er de beste forebyggerne


- Overgangen fra barneskolen til ungdomsskolen kan for noen være vanskelig.
- Dette gjelder både barna og foreldrene deres.
- Mange foreldre er engstelige for rusmidler, og føler seg kanskje maktesløse overfor dette.



# Tilstanden i Norge

- Omtrent 10% av oss under 30 år drikker ikke alkohol i det hele tatt.
- Av de som gjør det, velger de fleste å drikke for å finne grensene sine, og unngå ubehagelige opplevelser.
- Det er en klar sammenheng mellom foreldrenes holdninger og alkoholbruk, og ungdommens drikkemønster.



- 
- **Jo høyere foreldrenes alkoholbruk er og jo mer liberale holdninger de har, jo mer drikker ungdommene.**
  - **Ungdom med vestlig bakgrunn drikker oftere og mer enn ungdom med ikke-vestlig bakgrunn.**
  - **Den hyppigst rapporterte måten å skaffe seg alkohol på er å kjøpe eller få av andre over 18 år. Blant ungdomskoleelever er det vanligst å ta eller stjele alkohol hjemme. Det er få forskjeller i hvordan ungdom med ulik bakgrunn skaffer seg alkohol.**
  - **Statistikk viser også at ungdom eksperimenterer med flere typer rusmidler nå enn før, og at det er lettere å få tak i rusmidler. Sjansen er derfor stor for at akkurat din ungdom vil bli tilbudt narkotika, eller at ungdommens venner tar slike stoffer. Det er større risiko for at de sier ja takk om de er påvirket av alkohol.**

# Ungdommens egne uttalelser om hvorfor de drikker

- **Heia** 24/05/2007 - 19:14

eg e og ei jente på 15 år.. eg drikker i helgene, men hater å spy.. eg trur da e så mangen som drikker for at de e drit gøy. og at de e jo 18 års aldersgrense på da.. det jer det lissom litt spenende og de e kjekt å vere den i gjengen som får tak i alkohol.. hehe, men de e jo litt kjekt å ikke måtte tenke så godt over ka du seie og jer i fylla.. det er sikkert ein del sjenerte folk som bruker alkohol får å få seg eit sosialt liv. de kan sikkert vere gøy får dem. eg har selv opplevd at det sjere ein god del dumt i fylla, ei venninne av meg blei faktisk voltat.. eg syntes det er teit av gutter å jere slikt når jenter er fulle..

- **Jente16** 14/06/2007 - 22:30

**syns de bør vere opp til kvar enkelt om dei vil drikke elle ikkje... ekje teit å la vere, men e heller ikkje teit å drikke!**  
**sjøl drikke eg på fest for å komme i rette stemninga, bli meir utadvent og for å tørre å ta kontakt me folk eg ikkje kjenne...:)...kjekt!**

- **Kristine:)**11/06/2007 - 10:44

**Hei..**  
**Jeg er ei jente som er 15år..**  
**Jeg tror noen drikker pga vennepress!**  
**Det er det samme med stjeling og røyking tror jeg..**  
**Jeg drikker selv, men gjør det ikke pga vennepress.. Men noen ganger er det litt deilig og bare gi f\*\*n i alt!..**

hentet fra [www.rustelefonen.no](http://www.rustelefonen.no)

- **91modell**17/06/2007 - 15:43

**jeg skjønner hvorfor mange ungdommer drikker seg drita.. skulle ønske jeg ha fått låv til å begyne å drikke tiligere, (like etter min konfirmasjon). alle mine andre venner fikk det, men ikke jeg. det førte til at jeg mistet veldig kontakt med de. det er ikke særlig gøy. det har bera gjort det verre med mitt perspektiv av alcohol. viss jeg nå får alcohol i min hennder så drikker jeg meg helt hode stups full.. det jør jeg fordi jeg vill glemme alt som har hendt!!! poenget jeg vill komme med er til foreldre: Vil barne ditt begynne å smake på alcohol, så gi det litt lov, mener ikke at de skall bli helt drita, men bare så både dere ser hvordan de reagerer på det.. og for at ungdommene skal få kjenne på kroppen sin hvordan det påvirker seg selv.. greit å være streng, men ikke steng de ute fra fester og slik.. festing er bare med på og hjelpe ungdommene til og bli voksne**

- **Meg**16/05/2007 - 16:02

**Jeg vet at foreldre er strenge fordi de bare beskytter oss og er redd for oss, men noen klarer faktisk å styre seg og være bevisst over seg selv selvom man har drukket.. Man må bare passe på å ikke drikke for mye**

- **jente**14/05/2007 - 18:22

**Det er sosialt og drikke. Får mangel nye venner. Forstår ikke hva foreldrene er redde for? Vi har jo kontroll. Har lov og drikke når man er 16. Poletiet kan ikke ta oss da. ^^**

- **g-93**14/05/2007 - 17:34

**det er deilig å drikke! jeg blir glad og munter=) jeg skjønner ikke hvorfor de voksne skal mase så jævlig på om vi drikker eller ikke:S det er jo vårt valg!!**

**www.ung.no**

# Årsaker

- Til tross for alle negative virkninger alkohol gir, er det mange ungdommer som velger å innta alkohol. Ungdommen selv mener det er fordi det er gøy, at det løser opp stemningen, og at det er spennende fordi det er ulovlig. I tillegg kan ungdom ofte være nysgjerrige på effekten av dette rusmiddelet. Ryktene om morsomme fester med alkohol, tilgjengelighet, påvirkning og lokking fra venner og miljøet rundt, er ofte med på å gjøre alkohol fristende
- Noen tenker kanskje at dersom de drikker alkohol, vil de tørre å for eksempel snakke med en/ei de har vært interesserte i lenge, men ikke turt å ta kontakt med. Selvtilliten øker i mange tilfeller ved inntak av alkohol. I andre tilfeller vil det motsatte skje, at man blir mer innesluttet, mer trist, eller kanskje sint og aggressiv
- I vennegjenger og i skolemiljøet er det ofte vanlig å oppleve press til å drikke alkohol. Noen prøver å overbevise deg om at det er kult å drikke, at du er pysete dersom du ikke gjør det, eller kanskje du føler at du ikke er en av gjengen dersom ikke du også drikker alkohol på fester.
- I noen tilfeller inntar mennesker alkohol fordi de ønsker å glemme problemer og sorger, og tror at alkohol vil være en god løsning



# Hva kan foreldrene gjøre?

---

- Bruk tid sammen
- Snakk med hverandre
- Fokuser på positive ting
- Vær en rollemodell
- Vær tilgjengelig
- Sett klare grenser
- Bry deg om naboens barn
- Ta kontakt med lærer og skole
- Ha kontakt med andre foreldre



# Grunner for ikke å prøve rusmidler



- **Foreldrene har lært dem betydningen av å ta egne valg og se konsekvenser av valgene de tar.**
- **De har rett og slett bestemt seg for å aldri prøve rusmidler.**
- **De har snakket med foreldrene sine om hvorfor folk ruser seg, hvorfor det er vanskelig å slutte, at det kan være veldig farlig, at det er ulovlig og at det å bruke narkotika kan få store konsekvenser for livet videre.**

- **De har fått klare regler hjemmefra, for eksempel om innetider eller hentetider. Dette skjermer dem for vanskelige valgsituasjoner og gir dem "unnskyldninger" til å si nei.**
- **De har lært seg argumenter for å si nei, for eksempel: "Ikke sikkert jeg takler dette - man vet aldri hvordan man reagerer... ", "Jeg er solidarisk, det er ikke sikkert vennene mine takler dette, selv om jeg gjør det..."**
- **De kjenner til noen som har fått alvorlige psykiske plager etter bruk av rusmidler.**




# Påstand:

- **Noen voksne tenker at barna skal få smake hjemme, så forsvinner noe av mystikken. Andre sender med ungdommen ei flaske vin eller noen flasker øl på fest. "Så vet jeg i alle fall hva han drikker" eller "Så holder hun seg i alle fall borte fra sterkere saker".**
- **Spesialpedagog Oddvar Bjørnstad pleier å si at "oppdragelse er ingen sport for pyser". Det er – og har alltid vært – vanskelig å oppdra barn. En kan godt bekymre seg og beklage seg. Det er lov å bli oppgitt. De færreste unngår å føle at de av og til kommer til kort. Det eneste en ikke har rett til, er å vike unna for voksenrollen og foreldrerollen. Vi får gjøre det beste ut av det**

# Nyttig å vite

- Det er ikke vanlig at 8.klassinger bruker rusmidler. Den gjennomsnittlige debutalderen på alkohol er ca 14,5 år.
- Det er ikke ecstasy som er det vanligste "fest-dopet" – det er alkohol.
- Ungdom lærer ikke "gode drikkevaner" av å få med alkohol hjemmefra. De drikker ofte dette i tillegg til det de får tak i ute.
- Første gang ungdom får alkohol, eller andre rusmidler, skjer det vanligvis ikke på hjemme-alene-fester eller utenfor skoleporten. De får det av kjæresten eller venner.
- Forskning viser at det er en sammenheng mellom tidlig røykestart og alkoholdebut, og utprøving av hasj og andre illegale rusmidler. Enkelte av dem som debuterer tidlig, har høyere risiko for å utvikle rusproblemer senere i livet.
- Jenter tåler mindre alkohol enn gutter.

- 
- Mange ungdommer lærer hjemme at "piller løser problemer". Dette kan senke terskelen for å prøve det de blir tilbudt ute. Voksne som selv har et stort forbruk av alkohol og piller bør være klar over dette. Ungdom bør lære seg å takle problemer uten bruk av stoffer.
  - Ingen kan sikkert vite hvordan et rusmiddel påvirker dem, selv om de har prøvd det før eller kjenner noen som har prøvd. Det finnes ingen garanti for rusmiddelets styrke og hva det er blandet med.
  - Det finnes ingen "sikker" dose av narkotiske stoffer.
  - Konsentrasjonen av virkestoffet THC i hasj har økt i mange beslag de siste årene. Man kan derfor risikere at hasj er sterkere i dag enn på 60-70-tallet.
  - Blanding av rusmidler er veldig farlig.
  - Vi har flere ungdommer i Søndre Land som er pasienter pga angst og depresjoner etter hasj-, amfetamin-, ecstasy- og pillemisbruk.
  - Ungdom som får bot av politiet for å ha brukt rusmidler, kan oppleve alvorlige begrensninger når de senere skal velge yrke eller reise utenlands.

# Kilder

---

- [www.ung.no](http://www.ung.no)
- [www.rustelefonen.no](http://www.rustelefonen.no)
- [www.shdir.no](http://www.shdir.no)
- [www.ssb.no](http://www.ssb.no)
- [www.politiet.no](http://www.politiet.no)
- Rusmiddeldirektoratet
- Oslo kommune