

A photograph of three young people (two men and one woman) smiling and looking towards the left. They are outdoors, with a large tree and green foliage in the background. The woman is on the left, wearing a light-colored shirt. The man in the middle is wearing a purple t-shirt. The man on the right is wearing a white t-shirt with black vertical stripes. A large yellow graphic element, resembling a stylized 'O' or a drop, is on the right side of the image.

Anbefalinger om alkohol til rektorer på ungdomsuddannelser

Alkoholforebyggelse i overgangen fra grundskoler
til ungdomsuddannelser

**Alkohol &
Samfund**



Baggrund for anbefalingerne

Anbefalingerne er udarbejdet med udgangspunkt i en analyse, som er lavet i samarbejde med COWI i starten af 2022. Undersøgelsen har fokuseret på grundskolernes, efterskolernes, ungdomsuddannelsernes samt kommunernes arbejde med Sundhedsstyrelsens anbefalinger for alkoholforebyggelse. Hovedkonklusionerne fra undersøgelsen er:

- Mangel på et tydeligt ansvar for forebyggelsesopgaven. Der er uenighed om, hvem der har ansvaret for forebyggelsesopgaven i overgangen fra grundskole til ungdomsuddannelse.
- Mangel på systematik og kontinuitet i den forebyggende undervisning.
- Udfordringer med forældreinddragelse. Både grundskoler og efterskoler oplever uenighed blandt forældre om holdningen til unge og alkohol.

På den baggrund har Alkohol & Samfund udarbejdet anbefalinger til grundskolerne, efterskolerne og ungdomsuddannelserne. Dette er gjort i dialog med Efterskoleforeningen, Skole og Forældre, Danske Erhvervsskoler og -Gymnasier, Danske Gymnasier, Sund By Netværket og SSP-Samrådet, som også har bidraget til kvalificering af konklusionerne fra undersøgelsen.

Om undersøgelsen

Alkohol & Samfund har i samarbejde med COWI afdækket, hvilke alkoholforebyggende initiativer der eksisterer på ungdomsuddannelser. Ungdomsuddannelserne er blevet spurgt til udbredelsen af forældreinddragelse, forebyggende undervisning og fælles alkoholpolitik på tværs af ungdomsuddannelser i kommunen.

I alt har 167 ungdomsuddannelser, fra 44 forskellige kommuner fordelt i hele landet, besvaret spørgeskemaet. Størstedelen af besvarelserne kommer fra undervisere (41%) og rektorer (23%).

Alkoholforebyggelse på ungdomsuddannelser

Ungdomsuddannelserne spiller en vigtig rolle i unges trivsel og sundhed. Ungdomsuddannelserne klæder de unge på til at blive dannede unge mennesker, både fagligt og socialt. Ved tærsklen til ungdomsuddannelse har mange unge haft deres alkoholdebut. Mange danske unge oplever et drikkepres og oplever, at det kan være svært at være en del af fællesskabet, hvis de ikke drikker alkohol. Derfor skal ungdomsuddannelserne arbejde med festkulturen og inkluderende fællesskaber, hvor alkohol ikke er i centrum. Alkoholforebyggende initiativer skal være en prioriteret indsats på alle ungdomsuddannelser og sikre, at alkohol ikke bliver adgangsbilletten til fællesskabet.

Unge brug af alkohol påvirker både trivsel og indlæring og går hånd i hånd med at eksperimentere med andre rusmidler, usikker sex samt grænseoverskridende og risikofyldt adfærd. Derfor er det vigtigt at arbejde med en alkoholforebyggende indsats, især for unge.

Alkohol & Samfund ønsker med disse anbefalinger at øge prioriteringen af og samarbejdet om alkoholforebyggelsen på tværs af grundskoler, efterskoler, ungdomsuddannelser og kommunen. Så unge og deres forældre bliver mødt af en fælles tilgang til alkohol, uanset om de unge går i 8. klasse, på efterskole eller er startet i 1. g, og så alle aktører tager del i ansvaret.

I det følgende kan rektorer på ungdomsuddannelserne finde inspiration til, hvordan de kan indgå i arbejdet med alkoholforebyggelse på ungdomsuddannelserne.

Sundhedsstyrelsen fraråder børn og unge under 18 år at drikke alkohol

Børn og unge er særlig sårbar over for alkohol. Unge er mere risikovillige end voksne, hvilket øger sandsynligheden for skader, ulykker og død – særligt i kombination med indtag af alkohol. Især rusdrikning kan påvirke modningen og udviklingen af hjernen. De hjerneområder, der påvirkes, er hukommelse, læring, planlægning, beslutninger, impuls kontrol og sprog. Herudover er der en øget risiko for risikofyldt seksuel adfærd og for at opleve uønskede seksuelle tilnærmelser.

Anbefalinger til ungdomsuddannelser

1
Lav en fælles alkoholpolitik med de andre ungdomsuddannelser i kommunen.

2
En god start på gymnasiet. De fleste gymnasier har alkoholfri studiestart, men der kan foregå aktiviteter uden for skoletid, hvor der bliver drukket alkohol. Alle tutorer/introguider skal klædes på, så drikkepres nedsættes og der laves inkluderende aktiviteter for alle, uanset om man drikker alkohol eller ej.

3
Klæd forældrene på i forhold til alkohol. Brug mindst 30 minutter i forbindelse med opstart på skolen på at tage en dialog med forældrene om alkohol. Her informeres forældrene om skolens alkoholpolitik samt om deres egen rolle i forhold til deres barns alkoholforbrug.

4
Skab inkluderende fællesskaber. Elever i aktivitetsudvalg som fx festudvalg, caféudvalg og elevråd skal klædes på i forhold til drikkepres og inkluderende fællesskaber, hvor alkohol ikke er i centrum.

Lav en fælles alkoholpolitik

Hvis I er flere ungdomsuddannelser i området, så indgå i et samarbejde om en fælles alkoholpolitik på tværs af ungdomsuddannelserne i kommunen. Tag imod tilbud fra kommunen om at facilitere en dialog om og et fælles fodslag for festkulturen på ungdomsuddannelserne, så den undgår at blive en konkurrenceparameter i lokalområdet. Lav en klar og tydelig alkoholpolitik, og meld den ud til elever, forældre og ansatte. I alkoholpolitikken kan der indgå følgende punkter:

- Alkoholfri introtur
- Alkoholfrie studieture
- Fokus på, at alkohol aldrig må være et bærende element til en fest
- Fokus på inkluderende aktiviteter, hvor alkohol ikke er i centrum
- Gratis vand til fester
- Ingen udskænkning med alkoholprocent over 5
- Ingen udskænkning til fulde elever
- Udskænkning af maks. fire genstande pr. elev
- Billige og lækre alternativer til alkohol, fx mocktails
- Ingen druklege eller aktiviteter, der opfordrer til druk
- Ingen snus eller tobak.

Få inspiration til en fed fest, en hyggelig café eller en fælles alkoholpolitik

Du kan finde eksempler på alkoholpolitik, downloade en skabelon og få mere viden om vigtigheden af en fælles alkoholpolitik i Alkohol & Samfunds [Gymnasieguide](#).



I Gymnasieguiden finder du også inspiration fra andre gymnasier. Læs om konkrete tiltag, som har til formål at skabe en sund festkultur og sikre den gode gymnasiestart, og find fede aktiviteter, der mindsker betydningen af alkohol i de sociale fællesskaber.

26% af ungdomsuddannelserne svarer ja til, at de har en fælles alkoholpolitik på tværs af ungdomsuddannelserne i kommunen.

Samtidig oplever 87% udfordringer i forbindelse med implementeringen af en fælles alkoholpolitik, hvor:

22% angiver, at det ikke er en prioriteret opgave på ungdomsuddannelsen.

28% angiver mangel på opbakning fra eleverne.

15% angiver mangel på tid.

En respondent uddyber, at en af udfordringerne ved at implementere en fælles alkoholpolitik er, at det bliver en konkurrenceparameter: "Forskellige holdninger på tværs af ungdomsuddannelserne og intern konkurrence om eleverne."

En anden respondent uddyber i kommentaren, at de oplever manglende konsensus mellem ledelse og undervisere om alkoholpolitikken.



En god start på gymnasiet for nye elever

Når eleverne starter på ungdomsuddannelserne, kommer de mange forskellige steder fra. De kan have forskellige erfaringer med alkohol og fester. Det er vigtigt, at ledelsen melder klart ud om uddannelsens alkoholpolitik. Derudover skal tutorer/introguider klædes på til at tage godt imod de nye elever, da tutorerne i høj grad er rollemodeller for de nye 1. g'ere. De fleste gymnasier har alkoholfri studiestart, men der kan foregå aktiviteter uden for skoletid, hvor der bliver drukket alkohol. Alle tutorer/introguider skal klædes på, så drikkepres nedsættes og der laves inkluderende aktiviteter for alle, uanset om man drikker alkohol eller ej. Ungdomsuddannelsen kan med fordel anvende kommunens tilbud fra SSP eller lignende.

- Klæd tutorer/introguider på til at tage godt imod nye elever uden drikkepres.
- Meld alkoholpolitikken klart ud til de nye elever og deres forældre i starten af skoleåret.
- Tag imod tilbud fra kommunen, eller kontakt kommunen om alkoholforebyggende dialog med eleverne, fx om flertalsmisforståelse og drikkepres.
- Hvis der er særlige elevdrevne arrangementer i studiestarten at være opmærksom på i lokalområdet, som fx puttefesten i Dyrehaven, så sørg for at have et attraktivt arrangement på ungdomsuddannelsen i stedet, så de unge ikke fristes til at tage til det.

Hvad er flertalsmisforståelser?

Når man tror, de fleste mener eller gør bestemte ting fx drikker eller ryger, men i virkeligheden er det kun de færreste, der mener eller gør det.

Hvad er drikkepres?

Drikkepres er et pres om at drikke mere alkohol, selvom man ikke har lyst til mere. Drikkepres kan både være når et 'nej tak' ikke bliver accepteret eller være mere indirekte. Der er ofte tale om et forventningspres, og derfor kan man indirekte presse andre til at drikke mere alkohol ved selv at drikke mere eller at købe alkohol til vennerne.

33% af ungdomsuddannelserne angiver, at der bliver undervist om alkohol på skolen. Samtidig oplever 87% udfordringer med planlægning og afholdelse af undervisningen, hvor:

38% angiver mangel på tid.

38% angiver mangel på prioritering på ungdomsuddannelsen.

14% angiver mangel på kompetencer.

11% angiver mangel på undervisningsmateriale.

En af respondenterne uddyber, at en af udfordringerne ved at implementere alkoholforebyggende undervisning bl.a. er en frygt for, at:

(...) undervisning i alkoholvaner bliver en distancerende ting i forhold til lærer-elev-relationerne.

Klæd forældrene på i forhold til alkohol

Der har ikke været tradition for, at forældre bliver inddraget i lige så høj grad på ungdomsuddannelserne som i grundskolen. Der afholdes ikke på samme måde forældremøder, og forældrene kender ikke hinanden som i grundskolen. Derfor er det vigtigt, at forældrene tages i hånden og klædes på i studiestarten i forhold til dialogen om alkohol, festkultur og inkluderende fællesskaber. Forældrene spiller stadig en vigtig rolle i de unges liv, og derfor skal de have information om aftaler med deres barn samt viden om alkohols påvirkning på den unge hjerne og de negative konsekvenser.

Ungdomsuddannelserne kan med fordel tage fat i kommunens tilbud eller andre tilbud, fx Forældreforeningen Unge & Alkohol, om oplæg til forældre. Forældrene kan oplyses om Sundhedsstyrelsen forældresite, teenageforældre.dk, hvor de også kan få mere viden og inspiration..

- Meld alkoholpolitikken klart ud til forældrene ved studiestart. Brug mindst 30 minutter i forbindelse med opstart på skolen på at tage en dialog med forældrene om alkohol. Informér om skolens alkoholpolitik og afholdelse af fester. Tydeliggør forældrenes egen rolle i forhold til deres barns alkoholforbrug.
- Afhold minimum ét forældremøde ved studiestarten i 1. g, hvor forældrene klædes på i forhold til alkohol og kan hilse på hinanden. Brug kommunens tilbud fra SSP eller lignende.
- Tag imod tilbud fra kommunen, eller kontakt kommunen om alkoholforebyggende dialog med forældre om forældrenes rolle og festkultur.

Inddrag forældrene i gymnasiets liv – forældreforeninger

På Silkeborg Gymnasium har de gode erfaringer med at inddrage forældrene. Gennem deres forældreforening skaber de et større bindeled mellem forældrene og ungdomsuddannelsen. Nogle af de opgaver, som forældreforeningen har, er at være til stede i garderoben til gymnasiefesterne samt at tage aktivt del i udarbejdelsen af gymnasiets alkoholpolitik og uddele økonomiske midler til initiativer, som gavner eleverne. Forældreforeningen udsender også et nyhedsbrev til forældrene, så de kan følge med i livet på gymnasiet.



Du kan læse mere om forældreforeningen på Silkeborg Gymnasium [her](#)

26% af ungdomsuddannelserne svarer, at der bliver afholdt forældremøder, hvor en dialog om alkohol indgår. Dertil oplever 90% udfordringer med inddragelse af forældre og dialogen om alkohol, hvor:

31% angiver mangel på prioritering fra ungdomsuddannelsens side

17% angiver mangel på tid.

14% angiver mangel på adgang til forældre.

I uddybende kommentarer har respondenterne angivet, at udfordringerne også skyldes, at forældrene ikke ser alkohol som et problem, eller at ungdomsuddannelsen anser det som kommunens eller grundskolernes opgave at arbejde med alkoholforebyggelse.



Skab inkluderende fællesskaber

De ældre elever på ungdomsuddannelserne sætter et eksempel for festkulturen, og derfor skal de være med til at skabe en bæredygtig festkultur på ungdomsuddannelserne og sikre, at yngre elever ikke oplever et drikkepres. Særligt elever i aktivitetsudvalg som fx festudvalg, caféudvalg eller elevråd skal være klædt på til at skabe fede inkluderende fællesskaber, der er til for alle elever på skolen, og hvor alkohol ikke er det bærende element. Det kan være helt alkoholfrie events, eller at de sørger for, at der altid er aktiviteter, der giver rum og mulighed for at hygge sig og deltage i festen eller caféen uden at drikke alkohol. Det kan være aktiviteter som fx brætspilslounge, bordfodboldturnering, poetryslam eller karaoke.

- Festudvalg, caféudvalg og elevråd klædes på til at skabe en bæredygtig alkoholkultur og inkluderende fællesskaber, hvor alkohol ikke er i centrum og elever ikke oplever et drikkepres eller eksklusion fra fællesskabet.
- Udvalgene kan arbejde aktivt for, at fester og caféer har elementer, der ikke drejer sig om alkohol. Find inspiration i Alkohol & Samfunds Gymnasieguide.



Find mere inspiration

- Alkohol & Samfunds [Gymnasieguide](#) – inspiration til fester og caféer
- Alkohol & Samfunds [Gode råd til forældre](#) – folder til forældre
- Kræftens Bekæmpelse og TrygFondens [Gymnasier Fuld af liv](#) – uddannelse af festudvalg og introguider
- Sundhedsstyrelsens [teenageforældre.dk](#) – information til forældre.

Idéer fra andre ungdomsuddannelser til sjove arrangementer helt uden alkohol

- Morgenfester uden alkohol – der viser, at de unge sagtens kan feste og have det sjovt uden alkohol
- Fællesspisning inden udvalgte fester
- Fælles dans, fx folkedans eller lancier
- LAN-aftener med turnering i forskellige computerspil
- Banko eller brætspilscafé
- Turneringer i forskellige sportsdiscipliner, fx fodbold, badminton eller basket.



Udgivelsen er udarbejdet af:

Freja Jørgensen, sundhedskonsulent og projektleder,
Alkohol & Samfund

Foto: Christoffer Regild

Udgiver:

Alkohol & Samfund
Høffdingsvej 36 2500 Valby
Tlf.: 35 29 30 90

© Alkohol & Samfund, 2022