



Ungelivet i Gentofte Kommune - udskoling

- Udvalgte resultater fra ungeprofilundersøgelsen 2020/2021

Fakta om Ungeprofilundersøgelsen 2020/2021:

- Undersøgelsen er gennemført i perioden 1. november 2020 - 31. januar 2021 i kommuner spredt ud over hele Danmark.
- 1.989 besvarelser fra 12 skoler i Gentofte Kommune – alle folkeskoler samt Busses Skole. Samlet svarprocent for grundskole: 87%
- 2.787 besvarelser fra 6 ungdomsuddannelser i Gentofte Kommune. Samlet svarprocent: 73%
- Undersøgelsen er ikke personhenførbare.

Indholdsfortegnelse:

Fælles om ungelivet.....	03
Forældre – som beskyttende faktor.....	05
Forældre – tid sammen, interesse og støtte.....	06
Forældre – forældrenetværk og aftaler.....	07
Forældre – holdninger, kendskab og adfærd.....	08
Organiseret fritidsliv – som beskyttende faktor.....	09
Organiseret fritidsliv – aktivt fritidsliv og fællesskaber.....	10
Venner – som beskyttende faktor.....	12
Venner - normer, sociale overdrivelser og flertalsmisforståelser.....	13
Venner – sociale normer.....	14
Skolen – trivsel og fællesskab.....	14
Trivsel og mental sundhed – hvordan har jeg det?.....	15
Rusmidler – cigaretter, damp og tyggetobak.....	16
Rusmidler – alkohol.....	17
Rusmidler – brug og konsekvenser.....	18
Rusmidler – lattergas, hash og andre stoffer.....	19
Hvor kan jeg hente hjælp?.....	20
Kontakt.....	22



Fælles om ungelivet

I denne rapport formidles et udsnit af data fra Ungeprofilundersøgelsen 2020, der har relation til Fælles om ungelivet og kan understøtte det lokale arbejde med at iværksætte indsatser. Indsatser, der styrker rammer, holdning og handling og som medvirker til at fremme en sund ungekultur med mindre alkohol og ingen tobak eller andre rusmidler.

Hvad er Fælles om ungelivet?

Fælles om ungelivet er en længerevarende indsats centreret om visionen om, at danske unge skal have et godt ungeliv og, hvor både forældre og lokalsamfund aktivt bidrager til, at skabe rammer om og normer for ungelivet, hvor rusmidler ikke spiller en markant rolle.

I Fælles om ungelivet er vi inspireret af den såkaldte "islandske model", der sammen med en række andre tiltag har betydet, at man i Island har vendt udviklingen, så islandske unge ikke længere har et af Europas højeste alkoholforbrug, som de havde for år tilbage, men i dag i stedet har Europas laveste forbrug.

Erfaringerne fra Island peger på, at den positive udvikling er sket gennem en indsats som kombinerer øget engagement fra voksne omkring de unge til at skabe gode rammer for ungdomslivet med lokal data og viden om unge, så man nemmere kan identificere, hvor der er brug for en styrket indsats for positivt at understøtte, at unge nemt kan vælge et ungeliv med mindre alkohol og ingen tobak og stoffer.

Mål for Fælles om ungelivet

- Øget engagement fra forældre
- Flere unge deltager i organiserede fritidsaktiviteter
- Alkohol, tobak og øvrige rusmidler er ikke en naturlig del af unges fællesskaber
- Øget andel af unge, der først har alkoholdebut som 16-årige eller senere
- Fald i andelen af unge, som har drukket mere end 5 genstande på én gang inden for de seneste 30 dage
- Fald i andelen af unge, der har erfaringer med tobak og andre rusmidler

Hvem står bag Fælles om ungelivet

Fælles om Unge livet er igangsat af Sundstyrelsen og Trygfonden og er lige nu i pilotfasen, hvor Gentofte Kommune deltager sammen med fire andre kommuner; Sorø, Odder, Silkeborg og Aalborg. Som pilotkommune skal Gentofte Kommune udbygge og styrke forudsætningerne for at arbejde sundhedsfremmende på basis af data, med fokus på beskyttende faktorer og i tæt samarbejde med forældre og lokalsamfund.

Fælles om ungelivet

Fokus på beskyttende faktorer

Fælles om ungelivet har fokus på de forhold, der beskytter unge og skaber rammerne for et godt og sundt ungeliv. Tilgangen til at skabe forandringer tager afsæt i viden om beskyttende faktorer i forhold til unges brug af alkohol og andre rusmidler. Projektet bygger altså ikke på løftede pegefingre og kampagner, der skal få unge til at drikke mindre, da det har vist sig ikke at have så stor effekt, som ønsket. Det, der har en effekt, er at have fokus på at styrke det, der får unge til selv at vælge at drikke mindre og afholde sig fra at begynde med at ryge eller eksperimenterer med stoffer. Det er det, der kaldes de beskyttende faktorer.

Der er flere faktorer, der indvirker positivt på at reducere unges brug af alkohol f.eks. at forældre bruger tid sammen med deres unge, at forældre sætter tydelige grænser for eksempelvis den unges forbrug af alkohol eller hjemkomsttidspunkt. At unge flere gange om ugen deltager i positive fællesskaber, helst organiserede fritidsaktiviteter, hvor alkohol, tobak og andre rusmidler ikke er en del af kulturen – heller ikke de voksnes.

På den måde har Fælles om ungelivet fokus på de arenaer, der omgiver unge - familie, fritid, skolen og venner. Vi ønsker, at involvere unge, forældre og det organiserede fritidsliv ved brug af lokal data, der skaber viden og bevidsthed om adfærd, holdninger, samvær, sociale normer og aktivt fritidsliv.

I rapporten finder du, som indledning til hvert tema, et afsnit om beskyttende faktorer, og hvad voksne omkring unge aktivt kan gøre for at fremme, at unge vælger et ungeliv med reduceret alkoholforbrug og uden tobak og andre rusmidler.

Hvordan arbejder vi i Fælles om ungelivet?

Forældre og andre voksne omkring unge spiller en vigtig rolle i unges liv – også som kulturskabere og kulturbærere. Vores ønske er derfor gennem Fælles om ungelivet at motivere alle jer, der omgiver unge, til at gøre en indsats, der med et langt sejt træk kan skabe den kulturændring, der betyder, at rusmidler i fremtiden ikke spiller en markant rolle i unges fællesskaber.

Voksne, der hver dag er i tæt kontakt med unge, er derfor de vigtigste aktører i Fælles om ungelivet. Det er jer, der kan fremme de beskyttende faktorer, gennem nye handlinger og holdninger. I kan f.eks. arbejde med forældres rolle omkring unge, unges tilknytning til organiserede fritidsinteresser og med normer og forventninger til hvor meget alkohol, tobak og andre rusmidler bør fylde i unges liv.

I denne rapport formidles aktuel data, der giver indsigt i, hvordan det går i lokalområdet. Kombineret med lokale aktørers kendskab og erfaringer skal data understøtte, at lokale indsatser altid tager udgangspunkt i et reelt behov.

I rapporten her er der udvalgt en række resultater, der er væsentlige at gennemgå og drøfte lokalt for at finde frem til, hvad der lokalt er behov for at fokusere på.



Forældre

- som beskyttende faktor

- *Tid tilbragt med forældre*
- *Forældrenes støtte*
- *Forældre ved, hvor deres unge er, og hvem de er sammen med*
- *Klare rammer for hvornår unge skal være hjemme om aftenen*
- *Kommunikation og samarbejde mellem forældrene*

Børn og unges vaner – både de gode og dårlige – påvirkes let af deres omgivelser og særligt af deres forældres holdninger og adfærd. Også når unge og på vej mod løsrivelse. Forskningen viser, at der er en række faktorer i familielivet, som kan beskytte mod brug af tobak, alkohol og andre rusmidler:

Når forældre på daglig eller ugentlig basis tilbringer tid sammen med deres unge. Det er både kvaliteten af den tid, man har sammen, som virker beskyttende, og det er mængden.

God kommunikation mellem unge og forældre er en anden beskyttende faktor. Det handler om, at den unge oplever at kunne snakke frit med sine forældre, føler sig forstået og oplever sine forældre som generelt støttende. Vis respekt for den unges grænser. Søg dialog, vær nysgerrig, spørg og lyt. Vis du er ærligt interesseret og gerne vil forstå, hvad der er på spil, og hvad der måske ligger bag behovet for fx at drikke.

Når forældre sætter tydelige rammer for deres unge og sikrer, at de i store træk overholdes, virker det beskyttende. At forældrene ved, hvor den unge er, hvem hun er sammen med, og hvad hun laver – og samtidig viser støtte og overbærenhed, når den unge fejler. Eksempelvis vil unge, hvis forældre udviser varme og anerkendelse kombineret med, at forældrene sætter rammer og har forventninger til dem, drikke mindre end unge, hvis forældre er enten strikse og kontrollerende eller uengagerede i deres barn.

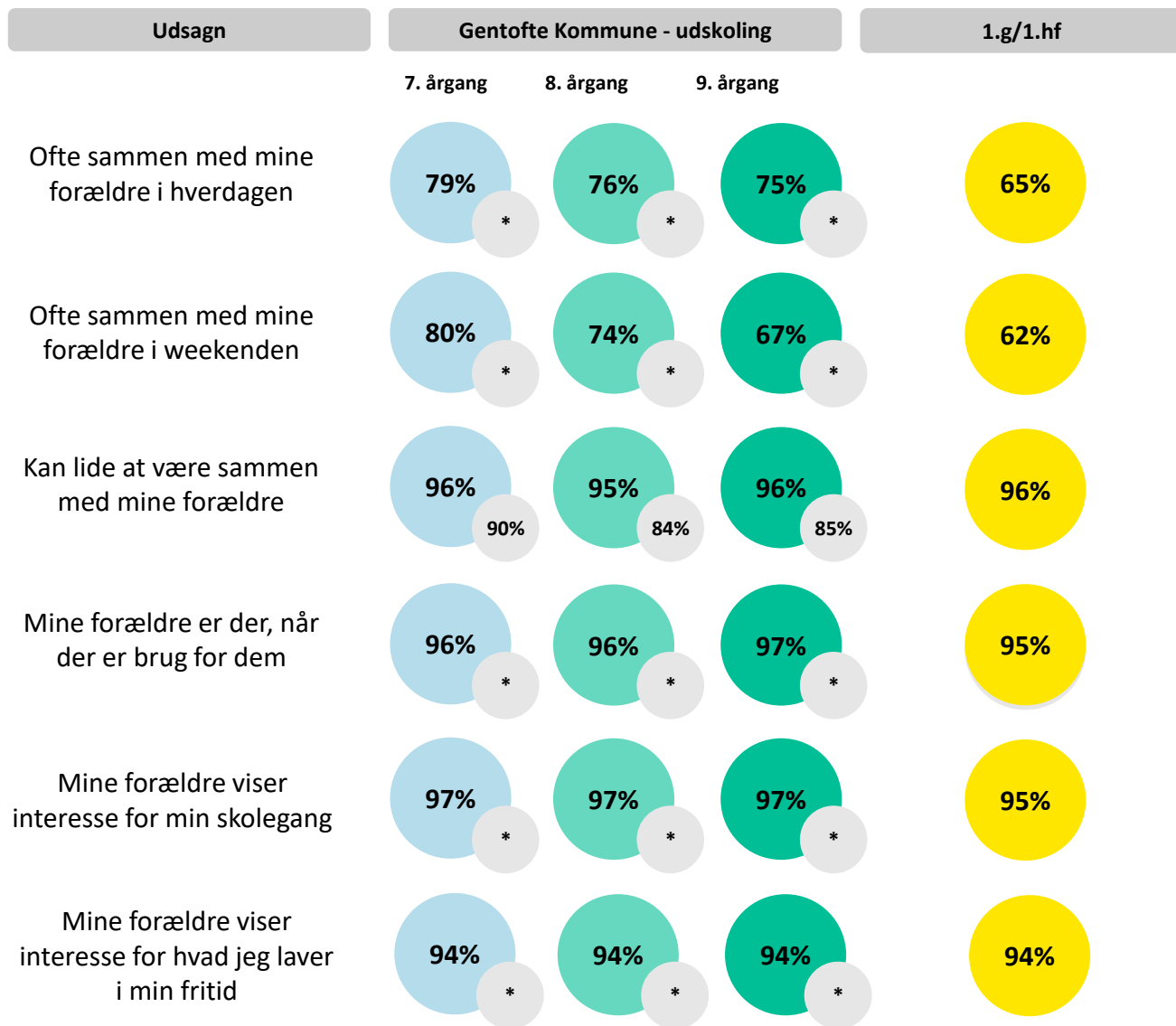
Det har også en beskyttende effekt, når forældrene kender deres barns venner og også deres forældre og har en god relation til dem. Det gælder både i grundskolen og videre på ungdomsuddannelse. De fleste forældre til fx en gymnasieelev vil opleve, at kendskabet til den unges nye venner og deres familie svækkes. Det er en naturlig del af den unges vej mod voksenlivet og større selvstændighed. Både grundskoler og ungdomsuddannelser kan understøtte forældres mulighed for netværk ved fx forældremøder og -arrangementer.



Forældre

- Tid sammen, interesse og støtte

- 7. årgang
- 8. årgang
- 9. årgang
- Data fra 2019
- 1.g/1.hf

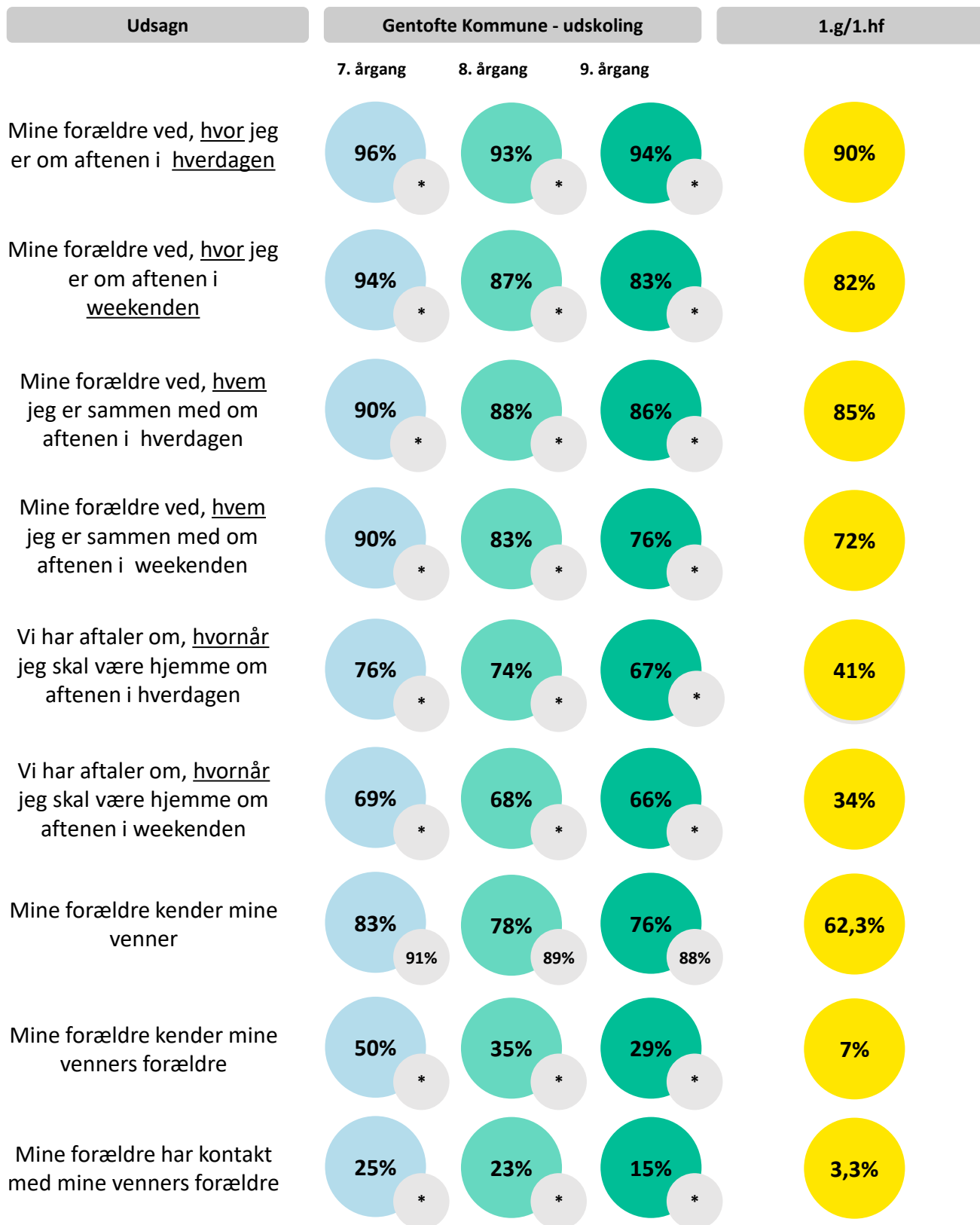


Note: * Spørgsmålene var ikke med i spørgerammen i 2019

Forældre

- Forældrenetværk og aftaler

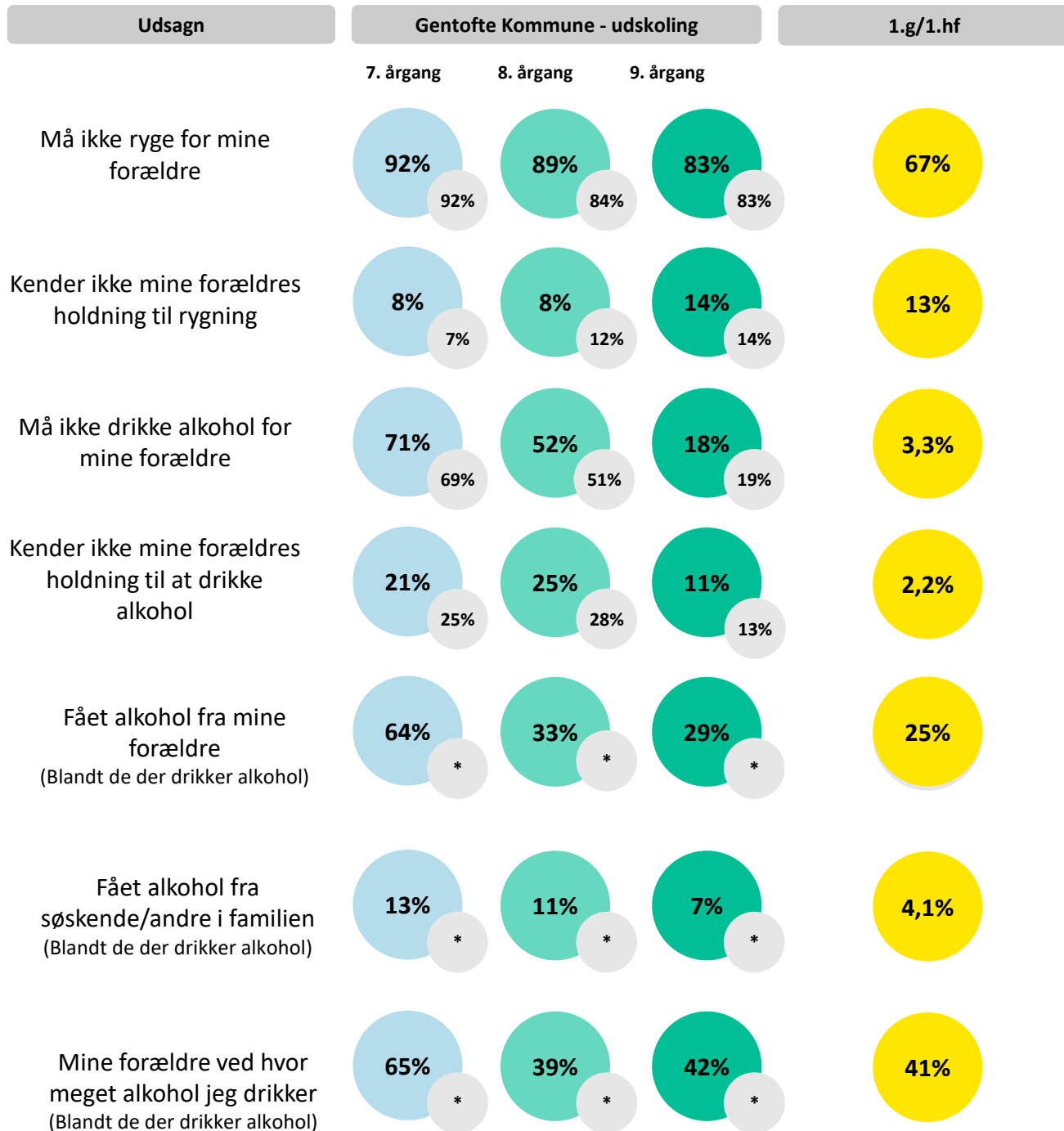
- 7. årgang
- 8. årgang
- 9. årgang
- Data fra 2019
- 1.g/1.hf



Forældre

- Holdninger, kendskab og adfærd

- 7. årgang
- 8. årgang
- 9. årgang
- Data fra 2019
- 1.g/1.hf



Note: * Spørgsmålene var ikke med i spørgerammen i 2019

Organiseret fritidsliv

– som beskyttende faktor

- *Deltagelse i organiserede fritidsaktiviteter (fx. sport, fritidsklub, spejder, teater osv.)*
- *Foreningskultur uden røg, alkohol og andre rusmidler*
- *Frivillige og andre voksne som positive rollemodeller for en sund ungekultur*

Der er flere beskyttende faktorer forbundet med, at unge er engagerede i forskellige organiserede aktiviteter på ugentlig basis i deres fritidsliv. Deltagelse i aktiviteter kan styrke deres trivsel, engagement og få unge til at føle sig som en del af et fællesskab samt bidrage til at mestre eller få støtte til at håndtere de udfordringer, der kan høre til i et ungdomsliv. Desuden kan det give en følelse af mening, belønning og tilfredshed at deltage i eller have gennemført en aktivitet.

Det er derfor vigtigt, at aktører i fritidslivet forholder sig til deres rolle i unges risikoadfærd og på baggrund heraf kan træffe valg og sætte rammer, der er i overensstemmelse med den adfærd, de ønsker for unge. Eksempelvis kan medarbejdere, trænere eller andet personale tage afstand fra brug af rusmidler. Den voksne kan fx tydeligt italesætte ikke-rygning som en positiv social norm i klubben og i forbindelse med eventuelle fester og også for unge over 18 år.

De voksne er en stærk rollemodel for unge. Derfor skal de heller ikke ryge sammen med eller synligt for unge. De voksne kan med fordel italesætte, at et eventuelt rusmiddelbrug har negative konsekvenser for den unges deltagelse eller præstation. Derfor påvirker den unges brug af rusmidler også fællesskabet negativt.

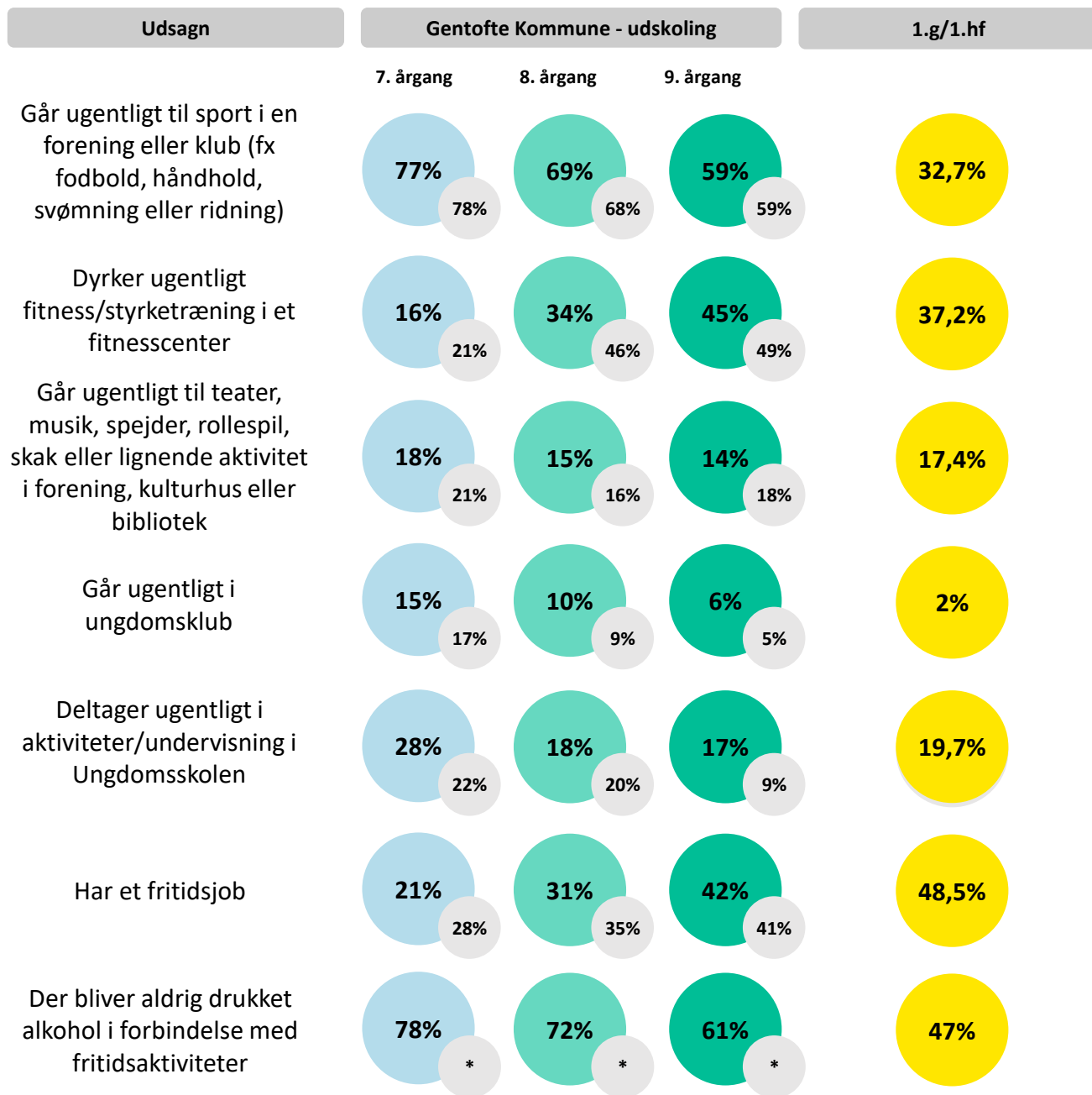
Det kan have positiv indvirkning, at der i klubben og eventuelt i samråd med forældrene er indgået aftale om, at forældrene kontaktes, hvis en træner får kendskab til, at en mindreårig ryger.



Organiseret fritidsliv

– Aktivt fritidsliv og fællesskaber

- 7. årgang
- 8. årgang
- 9. årgang
- Data fra 2019
- 1.g/1.hf

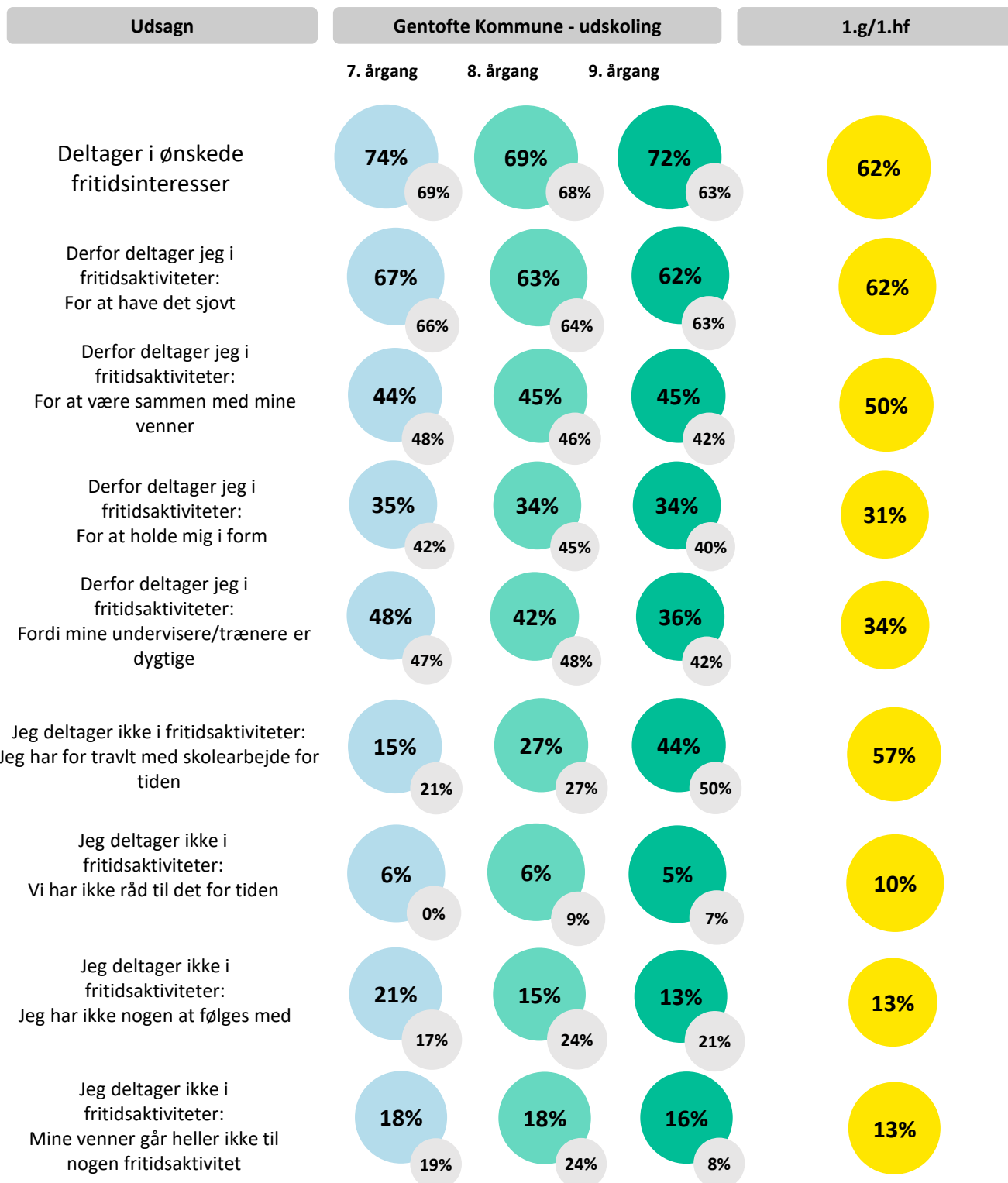


Note: * Spørgsmålet var ikke med i spørgerammen i 2019

Organiseret fritidsliv

– Aktivt fritidsliv og fællesskaber

- 7. årgang
- 8. årgang
- 9. årgang
- Data fra 2019
- 1.g/1.hf



Venner

- som beskyttende faktor

- *Færre venner, der bruger rusmidler*

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

Venskaber og det at høre til i et positivt fællesskab bidrager positivt til børn og unges trivsel, da det giver følelsen af at høre til og kunne bidrage samt giver dem muligheden for at få hjælp og støtte ved behov.

Unge indtag af alkohol og andre rusmidler er for langt de fleste relateret til en kollektiv adfærd. Altså noget man gør i fællesskab med andre f.eks. som en del af det at opbygge og vedligeholde fællesskaber. Derfor drikker, ryger og indtager unge også typisk deres rusmidler sammen med andre unge.

Man kan med fordel arbejde med at ændre den sociale norm om, at rusmidler er en naturlig del af ungefællesskaber, idet man vil se, at størstedelen af de unge ændrer deres adfærd. Også selvom nogle ungegrupper bevarer deres uhensigtsmæssige adfærd. Det tager tid at ændre sociale normer, men det medvirker til, at f.eks. gruppepres til at drikke mere, også bliver reduceret.

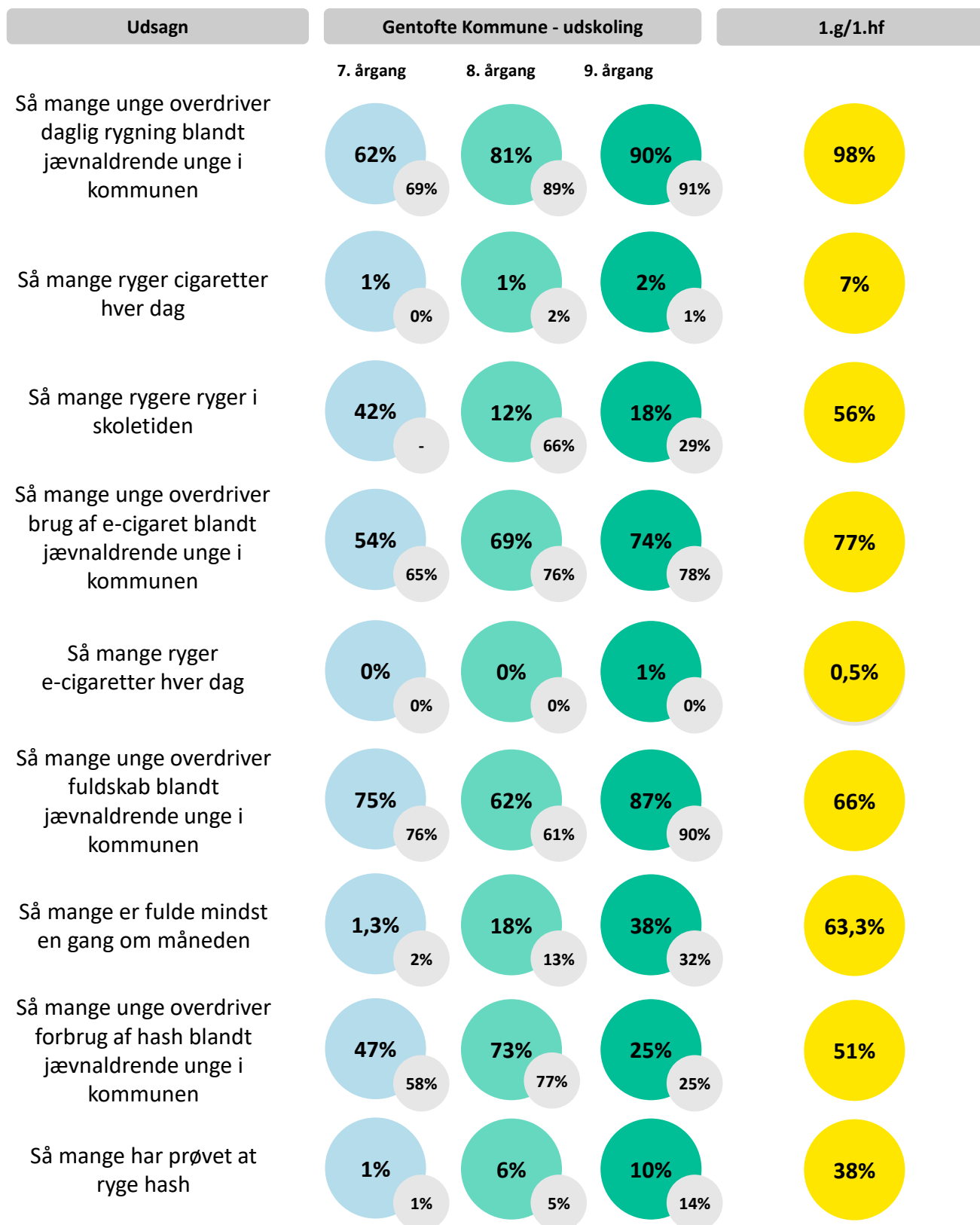
Mange unge tror, at andre unge drikker langt mere end de reelt gør. Det kaldes en flertalsmisforståelse og sådanne kan være med til f.eks. at unge øger deres alkoholindtag, så det matcher det, de tror, der er det normale. Det kan have en positiv effekt på unges brug af rusmidler at arbejde med, at unge får et realistisk billede af andre unges adfærd og holdninger til rusmidler.

Hvis unge oplever og forventer, at deres venner tager afstand over for brug af rusmidler, fx at ryge, har det en beskyttende effekt. Man kan f.eks. arbejde med at understøtte unges afstandstagen til brug af rusmidler og støtte unge i at udtrykke denne holdning i sociale sammenhænge, da den har en positiv afsmittende effekt. Og jo senere eksempelvis en alkoholdebut er, jo mindre risiko er der for storforbrug og alkoholproblemer senere i livet.



Venner

– Normer, sociale overdrivelser og flertalsmisforståelser



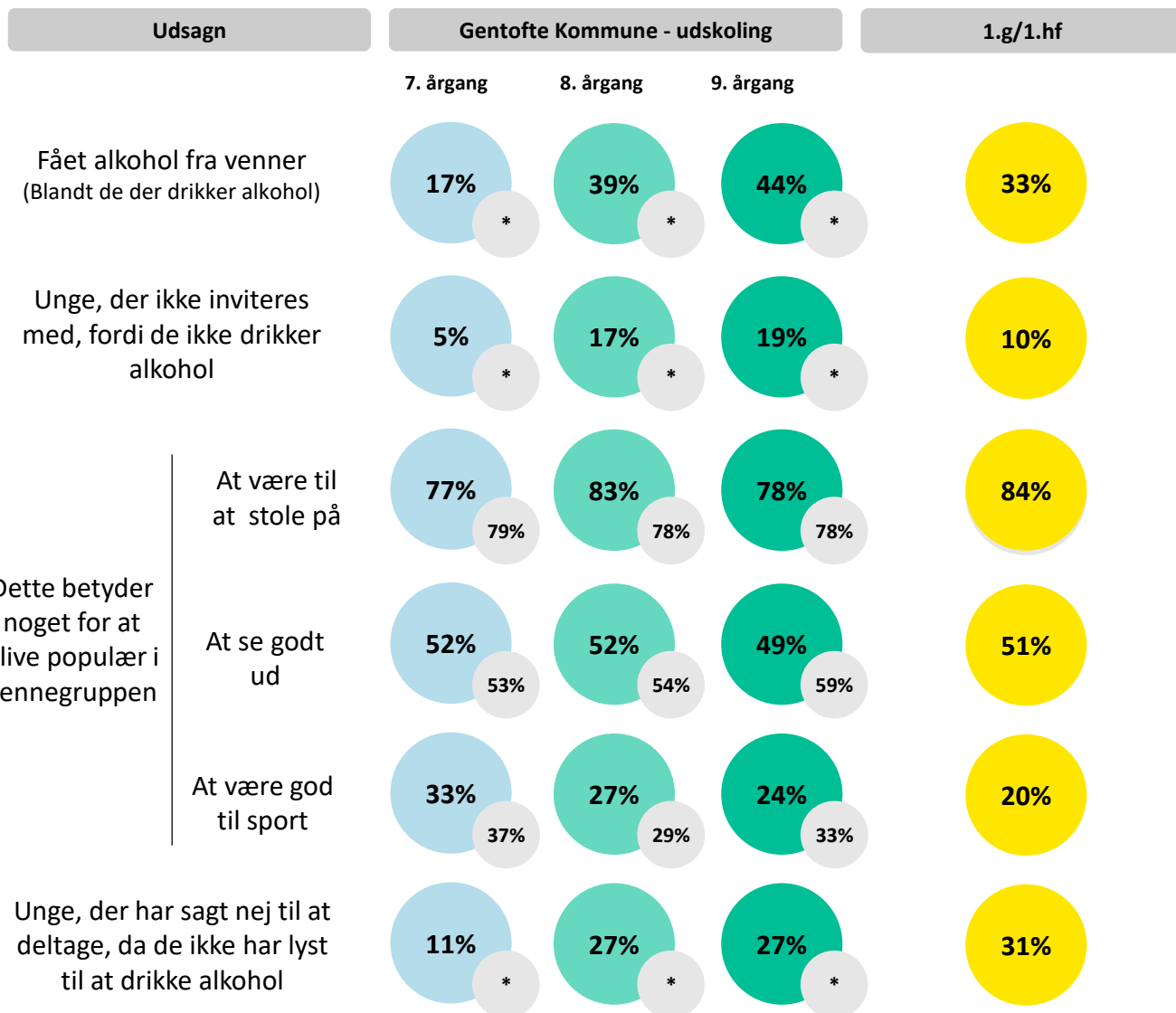
**Gentofte
Kommune**

Note: - betyder at data ikke vises pga. for få besvarelser

Venner

– Sociale normer

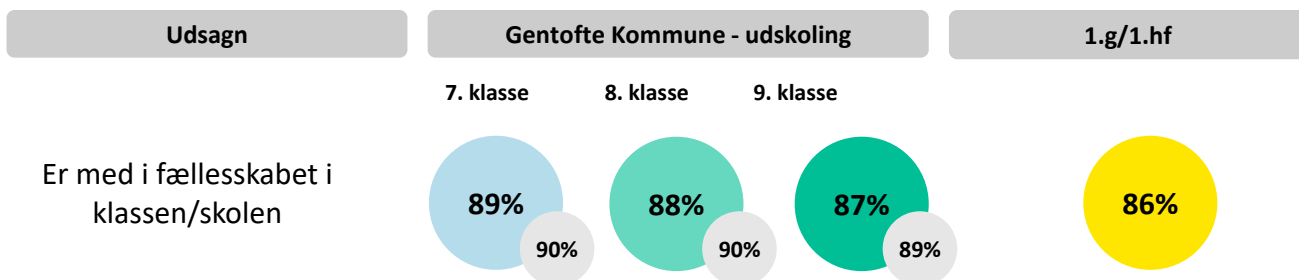
- 7. årgang
- 8. årgang
- 9. årgang
- Data fra 2019
- 1.g/1.hf



Dette betyder noget for at blive populær i vennegruppen

- 7. årgang
- 8. årgang
- 9. årgang
- Data fra 2019
- 1.g/1.hf

Skolen - Trivsel og fælleskab



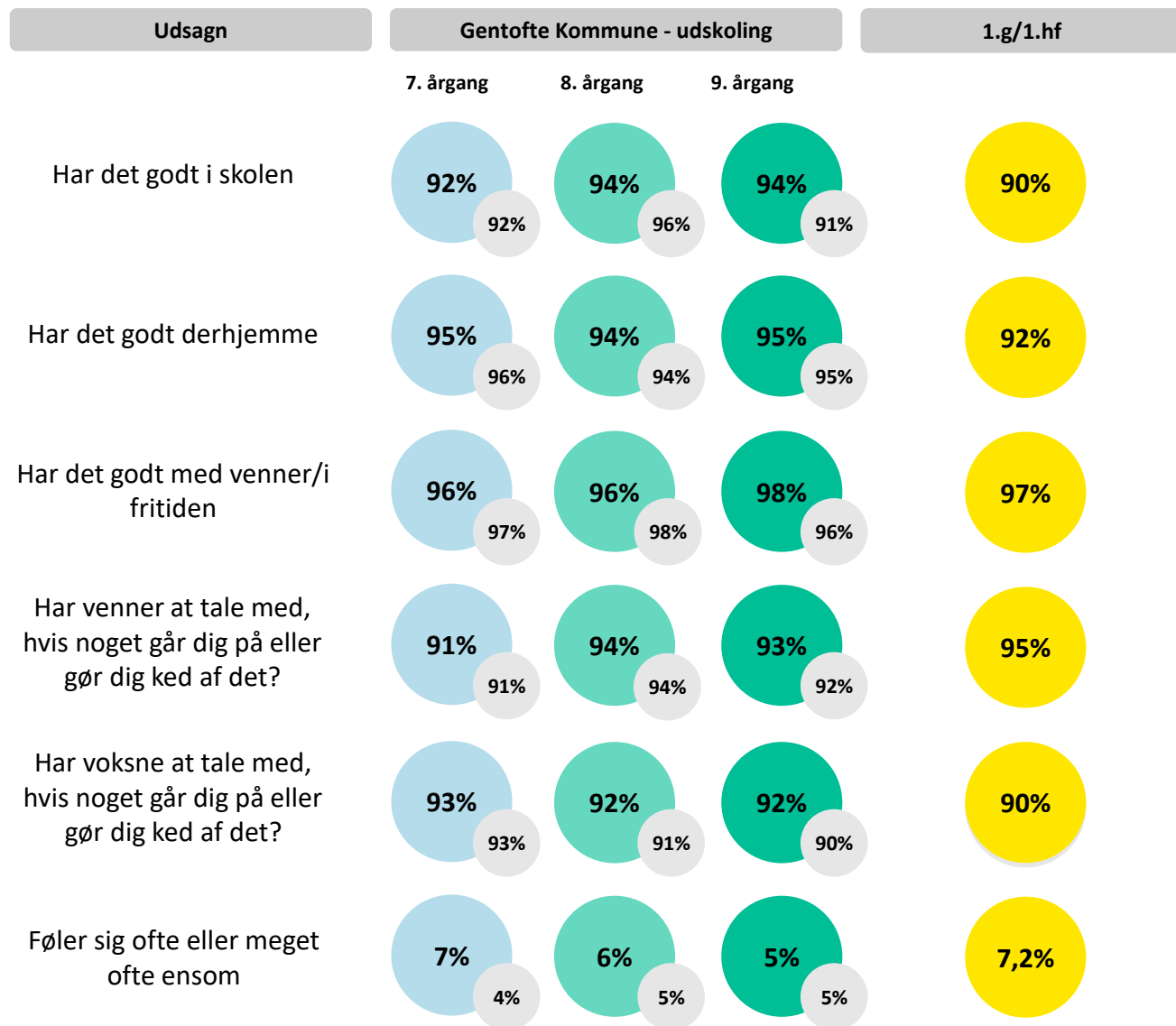
Gentofte Kommune

Note: * Spørgsmålene var ikke med i spørgerammen i 2019

Trivsel og mental sundhed

- Hvordan har jeg det?

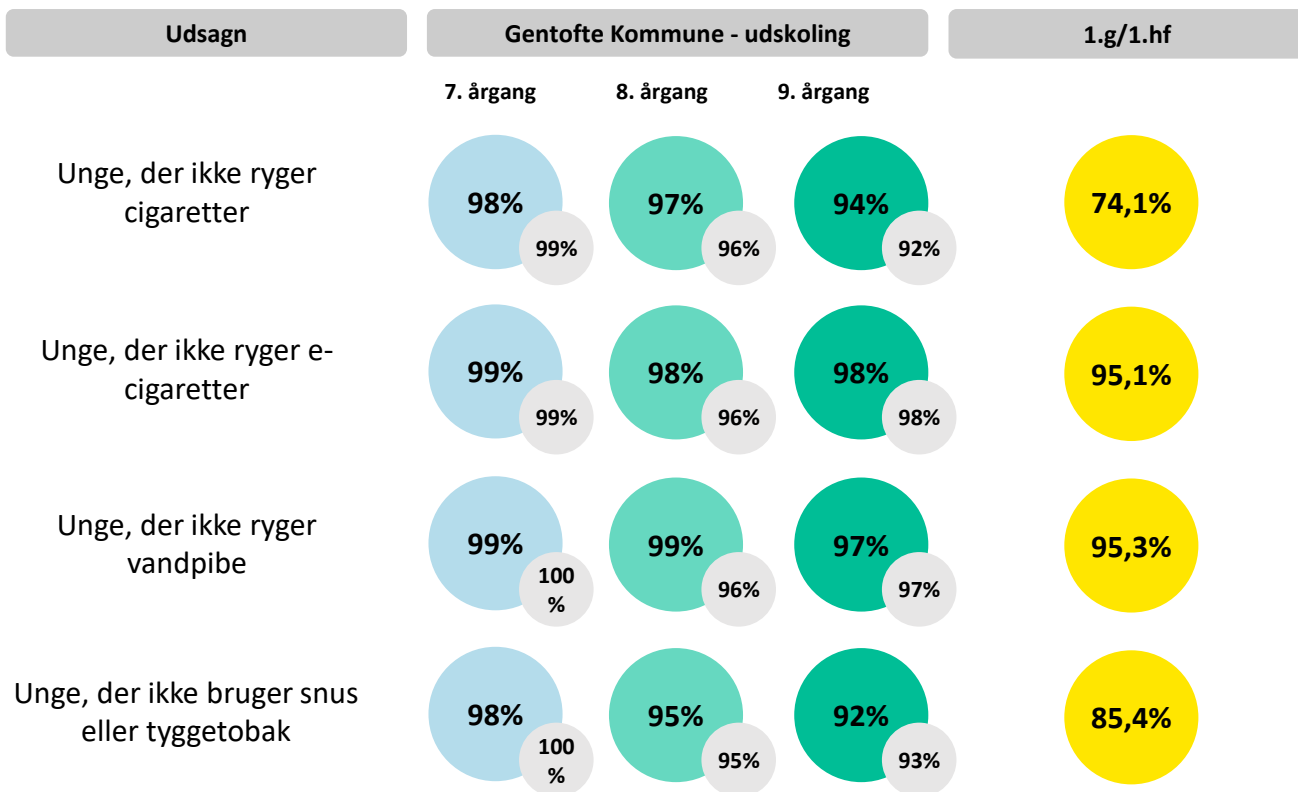
- 7. årgang
- 8. årgang
- 9. årgang
- Data fra 2019
- 1.g/1.hf



Rusmidler

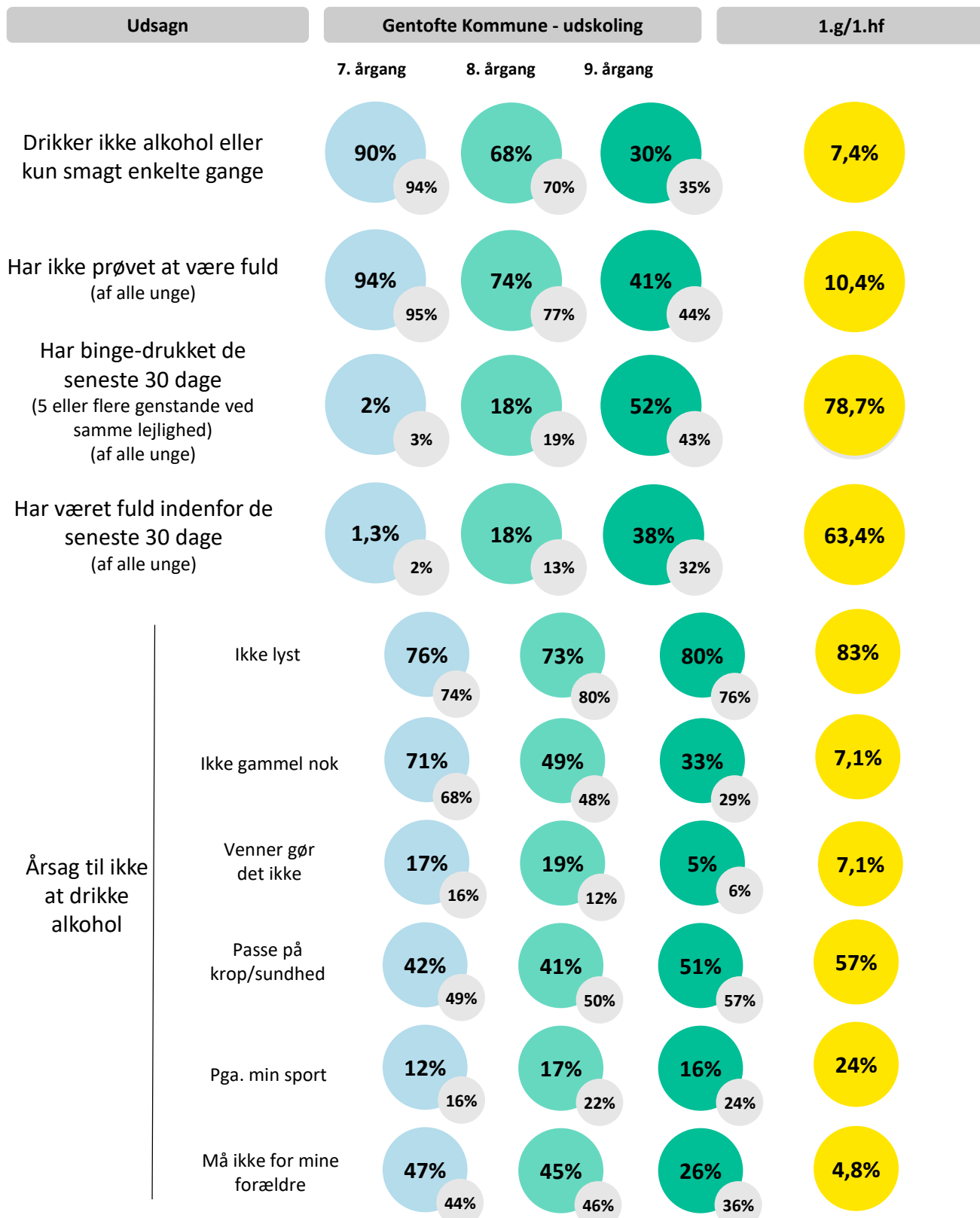
– Cigaretter, damp og tyggetobak

- 7. årgang
- 8. årgang
- 9. årgang
- Data fra 2019
- 1.g/1.hf



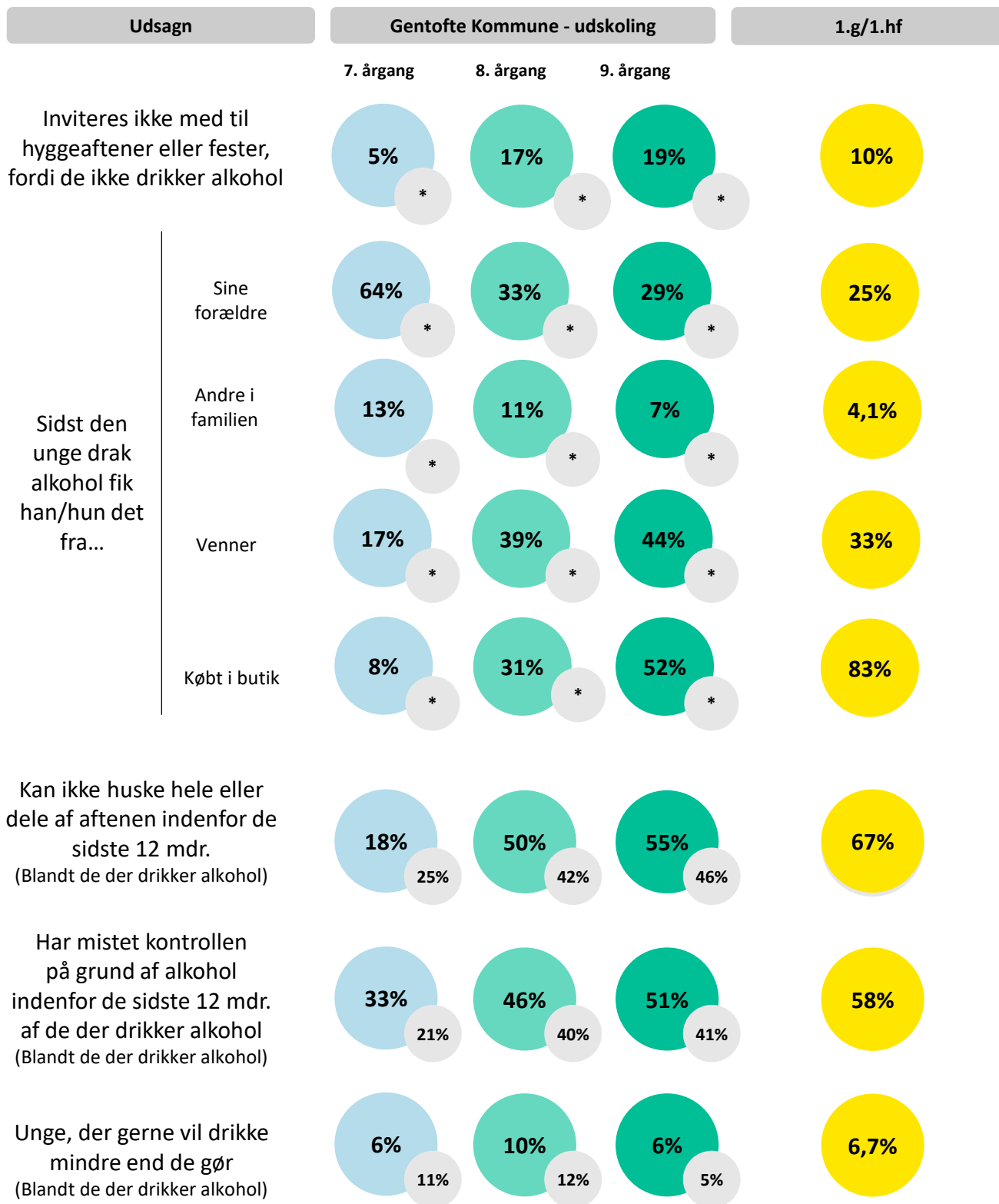
Rusmidler

- Alkohol



Rusmidler

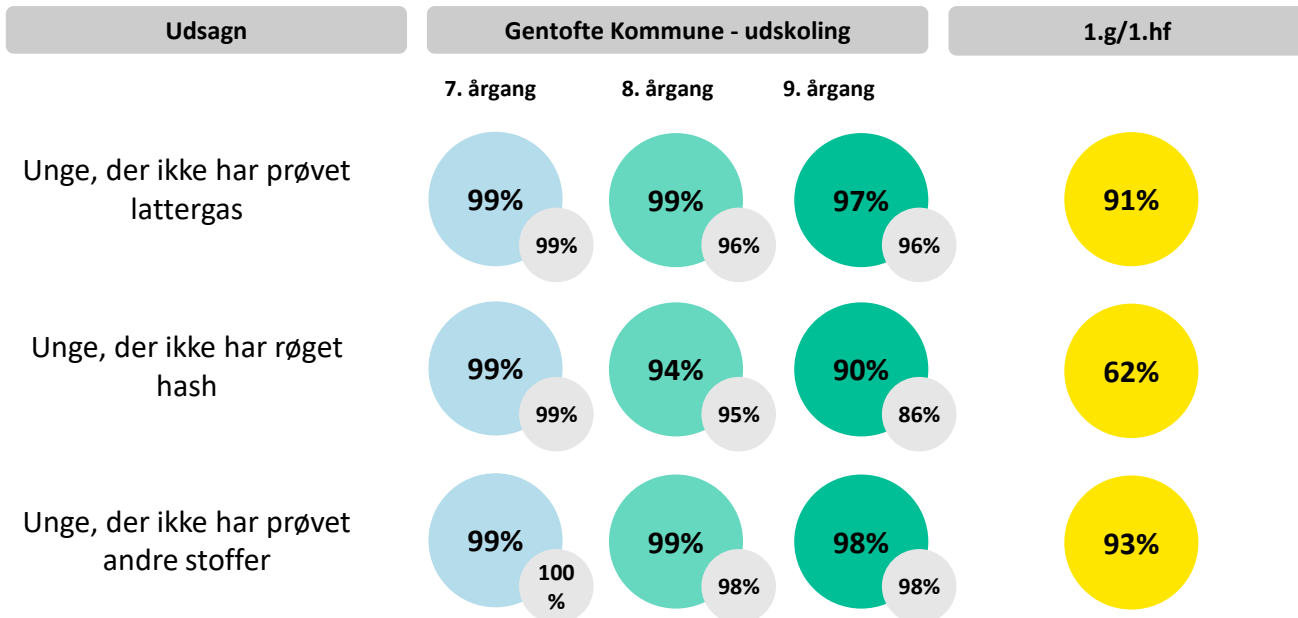
- Brug og konsekvenser



Rusmidler

- Lattergas, hash og andre stoffer

- 7. årgang
- 8. årgang
- 9. årgang
- Data fra 2019
- 1.g/1.hf



Hvor er der hjælp at hente?

ALKOHOL OG TOBAK

Rusmiddelkonsulenten i Gentofte Kommune

Anonym og gratis samtalerådgivning for unge med et forbrug af alkohol, hash eller andre rusmidler, der påvirker hverdagen. Rusmiddelkonsulenten laver også oplæg for udskolingsklasser og deres forældre.

Tlf. 21 31 07 13

gentofte@gentofte.dk - skriv *Rusmiddelkonsulent* i emnefeltet

SSP

Kriminalitetsforebyggende samarbejde mellem Skole, Sociale myndigheder og Politiet.

Konsulent Melanie Brøndal Krommes, tlf. 92434142 eller meln@gentofte.dk

Leder af SSP Pernille Ødegaard, tlf. 40533006 eller pede@gentofte.dk

Korte samtaler om rygning

Kommunens sundhedsfaglige medarbejdere tilbyder korte samtaler om rygning til unge. Det kan både være rettet mod at stoppe med at ryge, sænke forbruget eller redskaber til at håndtere en skoledag uden røg i forbindelse med indførslen af røgfri skoletid.

Book en tid ved:

Nanna Sloth Friis eller

Tlf. 24 79 09 85

nasf@gentofte.dk

Dorthe Wermus

Tlf. 24 79 09 85

dow@gentofte.dk

Dit barn – din alkoholning

Gratis inspirationsmateriale til forældremøder i udskolingen. En del af Kræftens Bekæmpelses Fuld af liv-kampagne.

www.alkoholning.dk/materialer

Op i røg

Gratis undervisningsmateriale til udskoling om rygning. Eleverne lærer at forklare sociale mekanismer og samfunds- og helbredsmæssige forhold i relation til rygning. En del af Kræftens Bekæmpelses X:IT-kampagne.

www.op-i-roeg.dk

Snak om tobak

Giver forældrene redskaber til, hvordan man kan tale med sine børn om rygning. En del af Kræftens Bekæmpelses X:IT-kampagne mod rygning.

www.snakomtobak.dk

Myter om snus

Videoter fortæller om skadevirkningerne ved snus og hvordan man hjælper unge med at kvitte snus. Rettet mod lærere i grundskole og på ungdomsuddannelser, trænere, forældre m.fl.

Udarbejdet af Region Hovedstaden og Region Syddanmark og en række kommuner.

www.myteromsnus.dk

Snusfornuft

Hjemmeside, der formidler viden til unge om snus' skadelige virkninger og hvordan man stopper. Kræftens Bekæmpelse.

www.cancer.dk/snusfornuft



TRIVSEL OG MENTAL SUNDHED

headspace

I headspace Gentofte kan alle børn og unge mellem 12 og 25 år få støtte og hjælp til at tale om det, der fylder.

Hellerupvej 24, 2900 Hellerup.

Tlf. 25 97 00 77

Sms til 1403 – start beskeden med hs gentofte

gentofte@headspace.dk

Tirsdag-torsdag kl. 12-18

www.headspace.dk/gentofte

Gratis psykologhjælp

Gentofte Kommune tilbyder åbne, anonyme psykologsamtaler til alle unge mellem 15 og 25 år bosat i Gentofte Kommune. Man kan få op til 5 gratis psykologsamtaler.

Kontakt Unik: Tranegårdsvej 77, 2900 Hellerup, Tlf. 40 28 28 05, unik.gentofte@bu-t.dk,

Mandag til torsdag fra kl. 13-18

STIME – styrket tværsektorial indsats for børn og unges mentale sundhed

Kortere behandlings- og vejledningsforløb til familier med børn og unge, der viser tidlige tegn på spiseforstyrrelse, depression eller har begyndende selvskaedædfærd. Målgruppen er børn og unge op til 17 år bosat i Gentofte Kommune.

Kontakt PPR (Pædagogisk Psykologisk Rådgivning) i Gentofte Kommune:

tlf. 39 98 42 31

Gentofte@gentofte.dk Att. PPR STIME

Åben Anonym Rådgivning

Åben Anonym Rådgivning er et tilbud til alle familier med børn og unge under 18 år i Gentofte Kommune. Forældre, børn og unge er velkomne til at komme sammen eller hver for sig og man behøver ikke at bestille tid.

Gentoftegade 71, 2820 Gentofte, Tlf. 40 43 30 12

Mandag kl. 16 - 18

Tirsdag kl. 14 - 16

www.gentofte.dk – søg på Åben Anonym Rådgivning



Kontakt

Kontakt

Har du spørgsmål til Fælles om Ungelivet eller Ungeprofilundersøgelsen i Gentofte Kommune er du velkommen til at kontakte:

Rune Laursen
Projektleder for Fælles om ungelivet
Gentofte Kommune, Kultur og Unge
Tlf. 2122 3523
Mail: RUL@gentofte.dk

