



EU-Dap
European Drug addiction prevention trial

Förebyggande av Alkohol- Narkotika- och Tobaksbruk (ANT) bland elever

Tips från EU-Dap projektet till framgångsrik implementering av program baserade på socialt inflytande i skolan




Stockholms läns
landsting

Förebyggande av Alkohol-Narkotika- och Tobaksbruk (ANT) bland elever: Tips från EU-Dap projektet till framgångsrik implementering av program baserade på socialt inflytande i skolan

Författare:

Karl Bohrn

Leila Fabiani

Ewa Florek

Roman Gabrhelik

Rosaria Galanti

Maria Kyriakidou

Sara Sanchez

Gabriela Terzopoulou

Serena Vadrucchi

Maro Vassara

Federica Vigna Taglianti

januari 2008

Publikationen är också tillgänglig på Internet www.eudap.net

Tack Framtagandet av detta dokument hade inte varit möjligt utan ekonomiskt stöd från Europeiska kommissionen. Vi vill också tacka expertgranskarna för deras värdefulla kommentarer:

Lärare (Land)

Ingrid Talu (Sverige)

Stefan Heinisch (Österrike)

Elisabeth Walleczek (Österrike)

Antonella Arrigoni (Italien)

Claudio Barbieri (Italien)

Maria Vittoria Bossolasco (Italien)

Anna Campanini (Italien)

Elisa Costanzo (Italien)

Paola Giaccone (Italien)

Giulia Laffusa (Italien)

Riccardo Marola (Italien)

Giovanna Odello (Italien)

Giovanni Tondo (Italien)

Dimitris Harbis (Grekland)

Agueda Laradogoitia (Spanien)

Rektorer (Land)

Maria Grazia Andreetta (Italien)

Antonio Prestipino (Italien)

Nicola Sacco (Italien)

Giovanni Antonio Tacca (Italien)

Sirena Rapattoni (Italien)

Stavroula Kalantidou (Grekland)

Elena Urigoitia (Spanien)

Jose María Sobrino (Spanien)

Regionala myndighetsansvarig

Thodoros Gigelopoulos (Grekland)

Nationella myndighetsansvariga

Margaretha Haglund (Sverige)

Tadeusz Parchimowicz (Poland)

Internationella recensenter

Sergei Bazarya, Council of Europe, Pompidou Group

Giovanna Campello, UNODC Prevention, Treatment and Rehabilitation Unit

Gregor Burkhart, European Monitoring Centre for Drugs and Drug Addiction



EU-Dap is a project funded by the European Commission (Programme of Community Action in the field of Public Health 2003-2008 grant # SPC 2005312). The publication reflects the authors views and the Commission is not liable for any use that may be made of the information contained. The project has been also co-funded by local institutions stated in the local versions of this publication.



EU-DAP projektet i Stockholms län finansierades dessutom av Centrum för Folkhälsa och av Folkhälsoanslaget nr. LS 0509-1468 (Stockholms läns landsting).

Förord

En bra och trygg uppväxt är det viktigaste vi kan ge våra barn och ungdomar, och som alla vet avgörande för samhällets utveckling i stort. Olika droger utgör kontinuerligt ett av de största hoten. Motståndet är hela vuxensamhällets ansvar; som författarna till denna guide skriver i sitt förord, att förebygga barns och ungas drogmissbruk är något som per definition berör oss alla. Inte minst de grupper som guiden vänder sig till.

Lärare, skolledningar och olika myndigheter ansvarar för att skolan ska vara en trygg och drogfri miljö. I den bemärkelsen kan man säga att skolan ska vara en slags skyddad verkstad – men där medvetenheten om faror och risker är hög och en stark del i försvaret.

I detta svåra arbete för att förebygga, upptäcka och motverka behöver alla inblandade allt stöd. En tydlig och bra guide till vilka program som fungerar bäst, tips och råd om hur man kan gå till väga, är guld värd och ett viktigt resultat av ett sameuropeiskt arbete. Jag hoppas att människor i svenska liksom andra europeiska skolor kommer att ha stor nytta och glädje av den.

Birgitta Rydberg

Landstingsråd för folkhälsa och psykiatri

Som tjänsteman i European Monitoring Centrum för Droger och Drogberoende är jag glad att presentera ett av få dokument som kan hjälpa beslutsfattare med implementering av evidensbaserad prevention i skolans dagliga liv.

När vi strävar efter att utforma våra drog- och folkhälsopolicy på ett objektivet sätt behöver vi väldokumenterade preventionsinsatser, väl utvärderade och beskrivna så tydligt som möjligt.

Prevention som bara lutar sig mot bra intentioner kan vara skadlig och öka unga människors nyfikenhet och intresse för psykoaktiva droger. För att vara säkra på att vi kan nå bra resultat behöver vi något mer än bara tillgång till effektiva program. De behöver också genomföras på ett sammanhängande och strukturerat sätt, med alla delar i rätt ordning, så att de kan förstärka varandra istället för att välja ämne efter omständigheter och humör. Dessa omfattande program, med strikta protokoll för implementering, inklusive manualer, material och detaljer för alla lektioner har ofta ansetts vara svåra att genomföra i skolans vardag.

Det är faktiskt inte en enkel uppgift, eftersom det behövs planering, en global strategi och mycket kommunikation mellan olika aktörer.

Nu kan jag med nöje konstatera att EU-Dap-studien visar att ett och samma strukturerade preventionsprogram i princip kan genomföras överallt i Europa. Den här rapporten utgår från gemensam erfarenhet från nio EU-medlemsländer. Den bevisar att så annorlunda länder som Grekland och Sverige, Österrike och Spanien kan tillämpa vetenskapliga preventionsprogram oavsett skillnader i kultur och lokala omständigheter.

Detta uppmuntrar oss alla att gå vidare.

Gregor Burkhardt, vetenskaplig ansvarig

Prevention responses
EMCDDA

Till läsaren

Förebyggande av Alkohol-Narkotika- och Tobaksbruk (ANT) bland elever är skriven av representanter i länder som deltar i andra etappen av "EU-Drug Abuse Prevention study" och finansieras med bidrag från Europeiska Kommissionen. Länderna är: Belgien, Tjeckien, Spanien, Grekland, Italien, Österrike, Polen och Sverige. Men dokumentet kan även användas av andra länder både inom och utanför Europeiska Unionen. Det innehåller fem delar; en introduktion, tre kapitel till specifika målgrupper och ett kapitel med verktyg.

Introduktionen vänder sig till alla läsare och innehåller förklaringar av olika begrepp, som "universal prevention" och "Comprehensive Social Influence – CSI" på svenska kallat "Socialt Inflytande". Kapitel ett riktar sig till regionala och nationella myndigheter eftersom deras övergripande roll tillåter påverkan av både skolsystem och folkhälsoplanering. Kapitel två är skrivet till rektorer och ger tips om planering, implementering och utvärdering av programmet på skolnivå. Det tredje kapitlet vänder sig till lärare och ger instruktioner om hur man kan använda ett preventionsprogram i klassrummet. De verktyg som ligger i sista delen av guiden kan användas av alla aktörer som stöd till implementering.

Notera att inte alla tips som finns i *Förebyggande av Alkohol-Narkotika- och Tobaksbruk (ANT) bland elever* är aktuella i alla länder, skolor eller klassrum. Men vi hoppas att några ska vara användbara.

Vår intention är att främja alla program baserade på "Socialt Inflytande" som har potential att förhindra användning av droger bland ungdomar. Ett program baserat på "Socialt Inflytande", uppfyller särskilt kvalitetskrav (se Introduktion och Verktyg #1).

Produktionen av *Förebyggande av Alkohol-Narkotika- och Tobaksbruk (ANT) bland elever* är finansierat av Europeiska Kommission under "EU-Drug Abuse Prevention study", därför hänvisas här ofta till ett utbildningsprogram kallat "Unplugged", som testats i just denna studie.

Med vänlig hälsning,

The EU-Dap Partnership

EU-Dap Koordinations-centrum	Fabrizio Faggiano Federica Vigna Taglianti Barbara Zunino Luca Cuomo
Centrum i Belgien	Peer van der Kreeft Yannick Weys
Centrum i Tjeckien	Roman Gabrhelik Michal Miovsky
Centrum i Spanien	Laura Varona Juan Carlos Melero Oihana Rementeria
Centrum i Grekland	Maro Vassara Gabriela Terzopoulou Maria Kyriakidou
Centrum i Italien (Aquila)	Leila Fabiani Maria Scatigna Caterina Pesce
Centrum i Italien (Novara)	Massimiliano Panella Monica Fedele
Centrum i Italien (Torino)	Roberta Siliquini Serena Vadrucci Laura Vitale
Centrum i Österrike	Karl Bohrn Sebastian Bohrn
Centrum i Polen	Ewa Florek
Centrum i Sverige (Stockholms Läns Landsting – Centrum för Folkhälsa)	Rosaria Galanti Lotta Jansson Sara Sanchez

Innehåll

Ordlista	11	
Introduktion.....	12	
Att stödja ett program baserat på socialt inflytande i ett land, en region eller en kommun	18	<input type="checkbox"/>
Till dig som arbetar statligt, regionalt eller kommunalt		
Att integrera ett program baserat på socialt inflytande i skolan	22	<input type="checkbox"/>
Till dig som är rektor		
Att leda ett program baserat på socialt inflytande i klassrummet.....	26	<input type="checkbox"/>
Till dig som är lärare		
Verktyg #1: Hur man väljer ett program baserat på socialt inflytande	32	
Verktyg #2: Hur man finansierar programmet	32	
Verktyg #3: Hur man får ut det mesta av lärarutbildningen.....	33	
Verktyg #4: Hur man utför en kvalitetsutvärdering.....	33	
Verktyg #5: Checklista innan varje lektion	34	
Verktyg #6: Utvärdering av lektionerna.....	35	
Verktyg #7: Utvärdering av programmets omfattning	36	
Verktyg #8: Lästips.....	37	

Ordlista

CSI - Comprehensive Social Influence – Socialt inflytande

EC – Europeiska Kommissionen

EMCDDA - Europeiska centrumet för kontroll av narkotika och narkotikamissbruk

ESPAD – Projektet för europeiska skolundersökningar om alkohol och andra droger

EU – Europeiska Unionen

EU-Dap – European Drug Abuse Prevention Trial

NGO – Non-Governmental Organization - Frivilligorganisation

RCT – Randomiserad Kontrollerad Studie

WHO – Världshälsoorganisationen

WHO-FCTC – Världshälsoorganisationens ramkonvention om Tobakskontroll

Introduktion

1. Droganvändning bland ungdomar

Användning av droger är en av de viktigaste faktorerna bakom dödsfall och dålig hälsa bland ungdomar. Det ska erkännas att det finns viktiga skillnader mellan olika droger beroende på dess toxikologiska egenskaper, på omständigheter och hur de används. Exempelvis så orsakar det psykoaktiva ämnet nikotin som finns i rökta tobak och rökfri tobak faktiskt inga dödsfall i sig självt, medan inhaleringen av tobaken utsätter nyttjarna för skadliga hälsoeffekter senare i livet. Injicering av heroin orsakar å andra sidan akut förgiftning, kronisk förgiftning och relaterade smittsamma sjukdomar som AIDS och hepatit.

Allt missbruk av psykotropiska ämnen medför hälsorisker på både kort och lång sikt, såväl som risk för beroende. Beroende leder till varaktig konsumtion med psykiska och fysiska skador som följd.

I flera europeiska länder ökar konsumtionen av legala och illegala psykotropiska ämnen, speciellt bland ungdomar. Av dessa är alkohol och tobak de droger som är lättast att få tag på för europeiska elever (Tabell 1).

Tabell 1. Utvalda indikationer på droganvändning bland ungdomar i vissa europeiska länder ¹

Land	Berused senaste 12 månaderna %	Rökning senaste 30 dagarna %	Cannabis livstid %	Andra droger förutom cannabis %
Österrike	69	49	21	8
Belgien	47	32	32	8
Tjeckien.	68	43	44	12
Danmark	82	30	23	6
Finland	64	38	11	3
Frankrike	29	33	38	7
Tyskland	61	45	27	10
Grekland	37	28	6	3
Italien	37	38	27	8
Nederländerna	46	31	28	6
Norge	54	28	9	3
Polen	48	31	18	7
Portugal	28	28	15	7
Sverige	55	23	7	3
Storbritannien	68	29	38	9

¹ Från ESPAD:s undersökning 2003 (www.espad.org)

Även om vi vet en hel del om risk- och skyddsfaktorer för droganvändning så finns det inga möjligheter att använda denna kunskap till att förutse **vilka** individer som kommer att "fastna" i droger. Nästan alla som senare blir beroende av droger börjar genom att prova på under tonåren. För att skjuta upp debuten är *Universell prevention* det första sättet att tackla detta problem bland ungdomar på.

2. Vad är universell prevention?

Uttrycket universell prevention hänvisar till aktiviteter som syftar till att förebygga eller skjuta upp användning av droger hos alla ungdomar, oberoende av bakgrund och riskprofil. Grunden för universell prevention är att det är viktigt att reducera antalet nya användare. Universell prevention är *komplement* till *selektiv prevention* (fokuserar på undergrupper i riskzonen för drogmisbruk) och *indikerad prevention* (fokuserar på individer som uppvisar tidiga tecken på drogmisbruk, uppförandeproblem och andra beteendeproblem).

Medan de tyngsta drogmisbrukarna eller riskgrupperna lider störst risk för skador, så är de relativt få och står för en proportionellt sett liten del av alla skador relaterade till droganvändning. Med andra ord kommer den stora majoriteten av nya droganvändare från befolkningsgrupper som inte är identifierbara att vara "i riskzonen". Vidare kan universell prevention ha välgörande effekter även bland högriskungdomar men dess effektivitet är högst när det gäller att skjuta upp debuten.

3. Vikten av skolbaserad prevention

Skolorna är en av de viktigaste miljöerna för implementering av universella preventionsprogram riktade till ungdomar. För det första garanterar skolorna att man når ut till alla, eftersom alla i Europa går minst åtta år i skolan. För det andra genererar skolan naturligt några av de viktigaste skyddsfaktorerna mot droganvändning, som läskunnighet, intellektuell utveckling, social gemenskap, normer och färdigheter. Dessutom har skolor lätt för att mobilisera andra sektorer och representanter i samhället som föräldrar, kommunen, kulturella samman slutningar och frivilliga. Därför ger skolorna de bästa förutsättningarna för genomförande av allmänna hälsoprogram, även drogprevention.

Länge saknade huvuddelen av den hälsoinformation som utfördes i skolor bevis på effektivitet när det gäller att förändra beteenden. Det är först de senaste 15 åren som det har ställts krav på rigorös utvärdering för förebyggande arbete. Inte överraskande visade de flesta program som genomgick en seriös utvärdering ned-

slående resultat när det gäller att skydda ungdomar från användning av tobak, alkohol och andra droger.

4. Skolbaserade program som fungerar

Under det sena 1980-talet blev det uppenbart att skolbaserade program som enbart förmedlar information om drogrelaterade skador ger en begränsad, om någon alls, påverkan på ungdomars beteende. Även om programmet lyckas förmedla en ökad kunskap. Den rådande teorin var att kunskap om riskerna inte ger något skydd om den inte förenas med förmågan att motstå det sociala inflytandet som leder till drogmisbruk, inom exempelvis kompiskretsen (*motståndskraft*). Denna modell har använts flitigt i förebyggande arbete mot rökning eftersom rökning historiskt sett varit den drog som varit vanligast och mest socialt accepterad.

Modellen har sedan utvecklats ytterligare till att inte bara innefatta kunskap om droger och motståndskraft, utan även ett bredare spektra av färdigheter (så kallad livskunskap) som beslutsfattande, att sätta upp mål, stresshantering, bestämdhet och kommunikation. Behovet av att träffa rationella beslut, att stå upp för sina åsikter eller att kritisera gruppregler och normer är vanligt hos ungdomar medan förväntningar om att använda droger inte är vanligt.

När det gäller sociala normer kunde man observera att barn och ungdomar som ser användning av droger som normalt och accepterat löper större risk att själva börja använda droger, jämfört med jämnåriga kamrater som inte delar denna uppfattning. Därför är det viktigt att ett program innehåller redskap för att klargöra ungdomars uppfattning om förekomst och tolerans för droganvändning, såväl som om det personliga intresset i sin självhävdelse (*normativ utbildning*). Slutligen har program som sammanför skolbaserade och samhällsbaserade aktiviteter större chanser att lyckas än program som enbart drivs i skolan.

Kort sagt, program som kombinerar utbildning i livskunskap med normativ utbildning och information om droger kallas med ett gemensamt namn för program baserade på socialt inflytande (CSI – Comprehensive Social Influence). Denna typ av program implementeras i många europeiska länder och exempel på detta visas i tabell 2.²

² Ytterligare landsspecifik information kan fås genom EMCDDA på www.emcdda.europa.eu

Tabell 2. Exempel på skolbaserade program mot droganvändning i europeiska länder baserade på en modell om socialt inflytande.

Land	Programnamn	Åldersgrupp	Utvärdering (av något slag)
Tyskland, Sverige, andra	Lions' Quest	10-15	Ja
Finland, Sverige	Uskalla/Våga	12-13	Nej
Grekland, Irland	On my own two feet	12-15	Nej
Italien	Nuove tecnologie della comunicazione	15-19	Nej
Norge	Folkeaksjonen mot Narkotika's	10-12	Nej
Portugal	O atelier de prevenção	13-18	Nej
Spanien	Ordago	12-16	Ja

Programmet "Unplugged" (se avsnittet nedan) som detta dokument huvudsakligen hänvisar till som exempel, är den enda fritt tillgängliga handlingsplanen som utvärderats simultant i flera europeiska länder.

5. "Unplugged" och EU-Dap-projektet

De flesta vetenskapliga utvärderingar av skolbaserade preventionsprogram har utförts i Nordamerika. I Europa har man fram till nyligen i stort sett förlitat sig till "sunt förnuft, välvilja" eller på utländska bevis, när skolbaserade program har valts.

Sedan 1990-talet har det funnits två stora europeiska ansträngningar för att utvärdera skolbaserade program för drogprevention. Projektet European Smoking Prevention Framework Approach (ESFA) för rökprevention³ innefattade sex länder som var och ett medverkade med skolprogram baserade på allmänna "best practice"-komponenter. Under 2003 startade ett nytt samarbetsprojekt i sju EU-länder, EU-Drugs Abuse Prevention (EU-Dap). Syftet var att utvärdera ett mycket standardiserat skolbaserat program för att förebygga användning av alla typer av droger.

Skolprogrammet som i den engelska versionen kallas "Unplugged" innefattar alla rekommenderade komponenter för ett program utifrån socialt inflytande (CSI), och testades under läsåret 2004-05 i 78 skolor (3457 elever). Ytterligare 65 skolor (3532 elever) fungerade som kontrollgrupp. Programmet är utformat för att genomföras i klassrummet för elever i åldern 12-14 år med läraren som ledare.

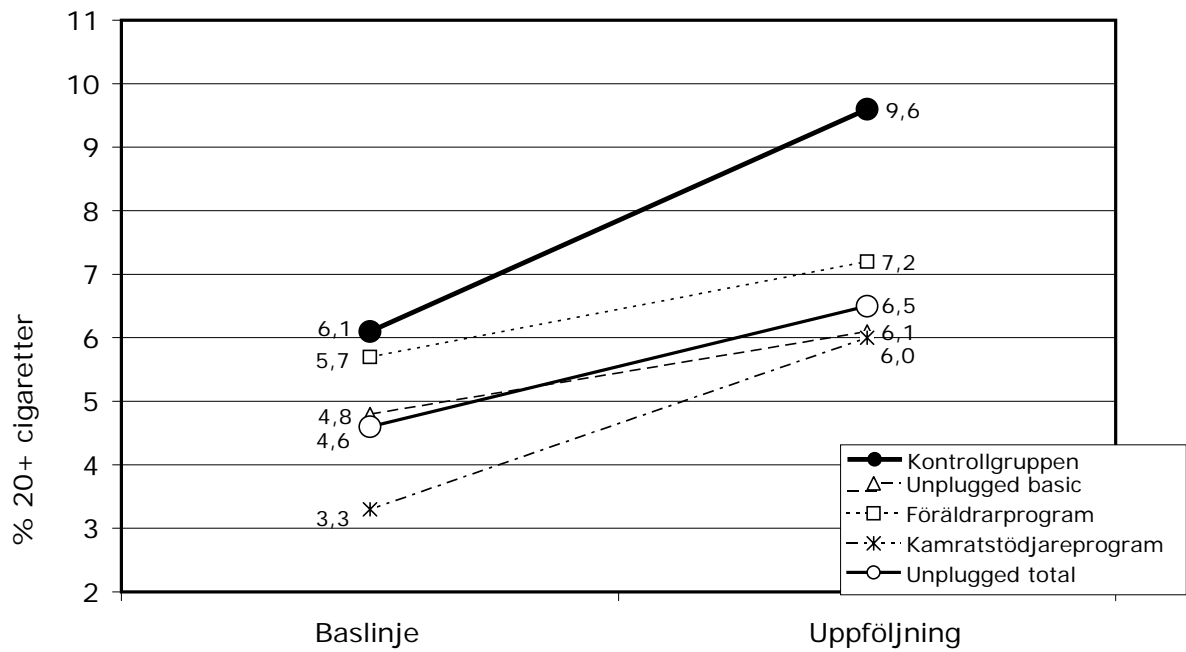
Programmets varaktighet är ca 12 timmar över en period på 12 veckor där varje timme motsvarar en specifik lektion.

En kortsiktig utvärdering av "Unplugged" som utfördes fyra månader efter att programmet avslutats visade en markant förbättring av beteenden relaterade till droganvändning. Alkoholberusningarna och den dagliga rökningen har minskat med 30 % och cannabisbruket med 23%. (se figur 1-3). Ännu mer uppmuntrande är de preliminära data från en mer långsiktig uppföljning som visar att effekterna av programmet bibehålls över minst ett år! Vad gäller effekternas omfattning så är de i linje med de som uppnåtts av andra erkända program baserade på socialt inflytande.

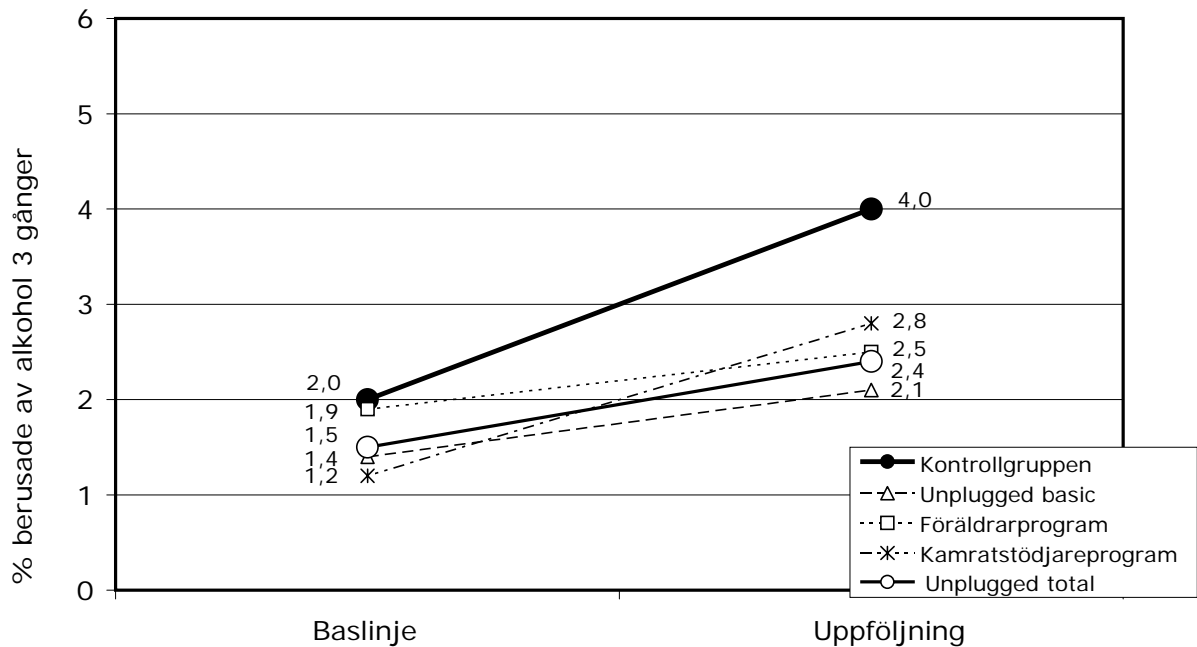
När man gick igenom resultaten i de olika länderna, föreföll "Unplugged"s inverkan obefintlig i Belgien, Tyskland och Sverige, där bakgrundsnivå av liknande program är hög.

³ de Vries, H., F. Dijk, et al. (2006). "The European Smoking prevention Framework Approach (ESFA): effects after 24 and 30 months." *Health Educ Res* 21(1): 116-132.

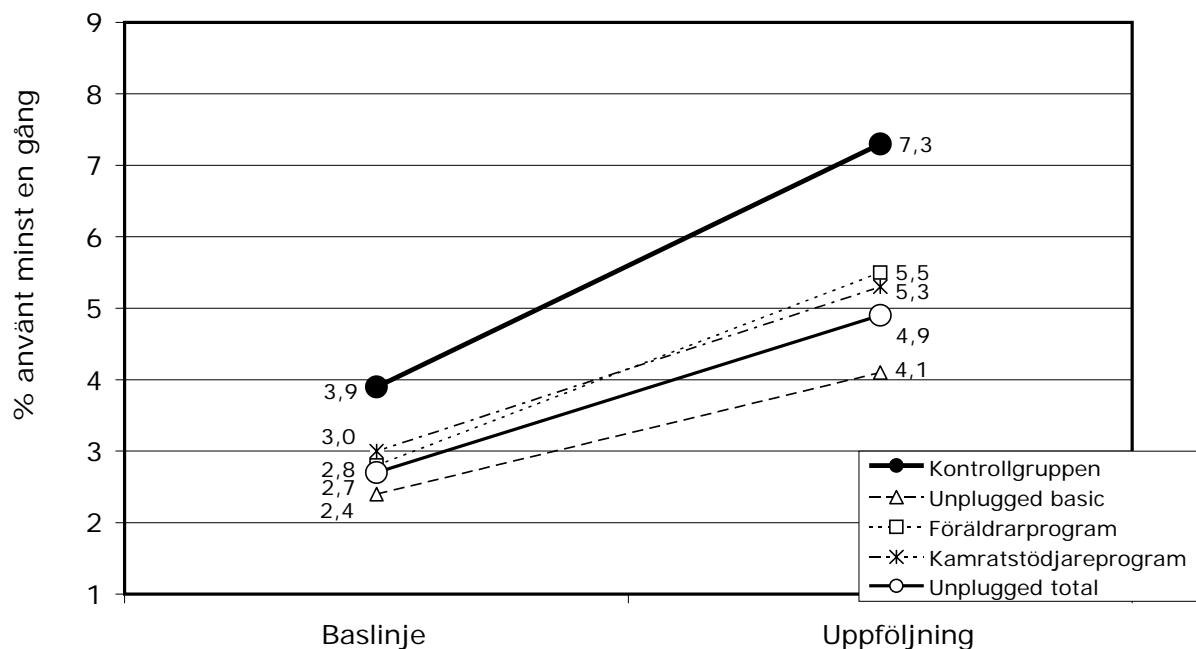
Figur 1. Förändringar i förekomsten av daglig rökning de senaste 30 dagarna bland klasser som följer Unplugged-programmet och kontrollgruppen, maj 2005.



Figur 2. Förändringar i förekomsten av regelbunden alkoholberusning de senaste 30 dagarna bland klasser som följer Unplugged-programmet och kontrollgruppen, maj 2005



Figur 3. Förändringar i förekomsten av cannabisbruk de senaste 30 dagarna bland klasser som följer Unplugged-programmet och kontrollgruppen, maj 2005.



”Unplugged” finns nu tillgängligt i en reviderad version där man tagit hänsyn till de problem som upptäcktes under utvärderingen av testversionen. Dessa förändringar gällde främst vissa lektioners varaktighet.

Fakta om utvärderingen av programmet finns tillgängligt på projektets hemsida www.eudap.net, där det också finns länkar till varje deltagarlands hemsida. Stockholms läns utvärdering finns på www.folkhalsoguiden.se

6. Vad kan vi förvänta oss?

Vilka vinster kan vi förvänta oss av att implementera ett program som ”Unplugged” i bred skala? För det första ska det klargöras att inget preventionsprogram eller någon annan form av intervention som till exempel behandling är 100 % effektivt. Fördelarna med olika program kan jämföras genom antalet engagerade deltagare i interventionen för att undvika en oönskad händelse (exempelvis ett regelbundet drickande). Ju lägre antal, desto mer kostnadseffektiv är interventionen.

Fördelar för eleverna:

- Att genomföra programmet i en klass med ca 30 elever 13 år gamla, kommer förmodligen att förhindra en elev från att

röka dagligen och en elev från att uppleva en alkoholberusning senaste månaden. Om denna vinst verkar futtig så ska den jämföras med 128 patienter som ska behandlas mot högt blodtryck för att förebygga en dödlig hjärtinfarkt,⁴ eller 2000 kvinnor som ska genomgå mammografi i 10 år för att förebygga ett dödsfall på grund av bröstcancer.⁵

- Att genomföra programmet i två klasser kommer inte bara att fördubbla denna framgång utan kommer förmodligen också att förhindra en elev från att experimentera med cannabis.
- Även om programmets effekter ibland kan falna efter en tid, så kommer varje år som drogdebuten skjuts upp, innebära en minskad problematisk droganvändning senare.
- Elever som tillägnar sig sociala färdigheter är inte bara mindre benägna att använda droger, utan också mindre benägna till

⁴ Sackett DL, Haynes RB: Summarizing the effects of therapy: A new table and some more terms. *Evidence-Based Medicine* 1997;2:103-104

⁵ Gøtzsche PC, Nielsen M. Screening for breast cancer with mammography. *Cochrane Database of Systematic Reviews* 2006, Issue 4. Art. No.: CD001877. DOI: 10.1002/14651858.CD001877.pub2.

andra problematiska beteenden och andra risker som önskad graviditet eller mobbning.

- Program fokuserade på interaktiva färdigheter bidrar också till en förbättring av det sociala klimatet i klassen, som i sin tur ger en skyddande faktor för psykologiska hälsoproblem och andra riskbeteenden.

Fördelar för elevernas familjer

- De flesta program baserade på socialt inflytande involverar också elevens föräldrar aktivt. I exempelvis "Unplugged" finns ett hjälpmedel med föreslagna teman för möten eller workshops för föräldrar och vårdnadshavare. Ett kompendium med nyttig information och förslag på hur man ska handskas med det ofta problematiska förhållandet med tonåringar finns också tillgängligt efter förfrågan hos nationella EU-Dap centrat eller via www.eudap.net.
- Föräldrar och vårdnadshavare blir uppmuntrade till ett starkare engagemang i sina barns skolliv.

Fördelar för skolorna

- Skolorna kommer att använda ett högkvalitativt preventionsprogram som har utvärderats rigoröst.
- Utbildade lärare kommer att utgöra en värdefull resurs även vid den reguljära utbildningen eftersom pedagogiken kring socialt inflytande kan appliceras även på andra skolämnen.
- Den tvärvetenskapliga ansatsen hos de flesta program inriktade på socialt inflytande kommer att öka samarbetet mellan många lärare.

Fördelar för samhället

Om alla andra omständigheter är konstanta leder en välimplementerad och effektiv primärprevention till:

- Minskande grad av droganvändning och andra relaterade problembeteenden.
- Räddade liv, förhindrade handikapp och sparade pengar på behandling och upprätthållande av lagen.
- Trots att det inte är grundligt studerat kan det noteras att kostnaden för behandling av drogberoende är större än kostnaden för att förebygga att de aldrig börjar med droger; både för sjukvården och för individen.

För ytterligare information, se Verktyg #8 för en lista med föreslagen läsning och hemsidor.

Att stödja ett program baserat på socialt inflytande i ett land, en region eller en kommun

Detta kapitel riktar sig till beslutsfattare inom utbildningsväsendet och hälso- och sjukvården eftersom de har mandat att stödja effektiva strategier för prevention av droganvändning på nationell eller regional nivå. Fördelarna med att implementera effektiva program baserade på socialt inflytande (CSI - Comprehensive Social Influence) diskuteras utifrån ett hälso- och utbildningsperspektiv. Nyttiga och användbara tips listas om hur man förbättrar och stödjer effektiva program från nationell och regional nivå till skolnivå. Det är mycket viktigt att ett program, när det väl är godkänt och lanserat, får ytterligare stöd från lokala eller centrala myndigheter för en adekvat implementering.

1.0 Varför ledarskap från myndigheter?

Staten har en unik möjlighet att initiera och stötta skolbaserade preventionsprogram riktade till ungdomar, för att ge eleverna nödvändig förebyggande utbildning mot droganvändning och färdigheter för att fatta hälsosamma livsstilsbeslut. Världshälsoorganisationen (WHO) uppmanar till "att utveckla socialt och kulturellt godtagbara program och tjänster för att möta hälso- och utvecklingsbehov hos alla tonåringar och ungdomar och att säkra engagemang från familjerna, samhället i stort, hälso- och sjukvård och andra relevanta sektorer, och ungdomarna själva."⁶

Även om nationella och regionala myndigheter argumenterar för att det redan görs mycket förebyggande arbete, så utförs program och hälsoinitiativ alltför ofta på ett icke standardiserat sätt, ofullständigt eller endast för specifika ändamål. Denna icke-koordinering leder ofta till slöseri med faktiska resurser och de ansträngningar som görs. Det ökar också risken för negativa sidoeffekter när innehållet och framförallt viktig information inte ges så som det är tänkt. Vad som behövs är en standardiserad och väl planerad ansats som engagerar och förbereder skolpersonal som till exempel lärare att påverka elevernas hälsa. Detta underlättar också lärarnas acceptering (de behöver inte veta allt om droger och förebyggande arbete för att arbeta med ett sådant program) och optimerar resurser genom att utbilda och involvera många lärare på en skola.

Att anta ett program för socialt inflytande innebär att ta sitt ansvar

Att anta ett program baserat på socialt inflytande i den nationella läroplanen eller lokala handlingsplanen kommer på lång sikt att bidra till förbättrad hälsa bland ungdomar. Det kommer också att belysa vilka aktörer på de nationella eller internationella arenan som arbetar med evidensbaserade och riktade åtgärder för att reducera droganvändningen. Att anta ett effektivt program för socialt inflytande kommer även att generera trovärdighet för den myndigheten.

En indikation på ett effektivt drogpreventionsprogram

De myndigheter som ställer krav på att ett preventionsprogram ska ha bevisad effektivitet i att förändra beteenden får en pålitlig indikator på preventionsprogrammet kvalitet.

1.1 Ledarskap från beslutsfattare inom den offentliga sjukvården

Beslutsfattare inom den offentliga hälso och sjukvården kan påverka barn och ungdomars hälsa och i ideella fall i samarbete med utbildningssystemet, implementera omfattande strategier för att skydda och uppmuntra till bättre hälsa. En omfattande strategi brukar innefatta en kombination av en hälsosam allmän policy, tillgång till information och utbildning. Inom information och utbildning kan program baserat på socialt inflytande stärka barn och ungdomar.

En specifik hållning för ett land, lagstiftning och/eller påbud kan fastställa att en hälsopolicy är en nödvändig komponent av hälsofrämjande arbete. Ett lämpligt exempel på hur man tar fram en allmän hälsopolicy är WHO:s ramkonvention om Tobakskontroll (WHO-FCTC), som sammanfattar viktiga lagstiftningar och programinitiativ som leder till rökfria allmänna platser och stärker sociala attityder mot tobak.⁷

Eftersom program baserade på socialt inflytande genomförs i skolmiljön med syfte att fostra hälsosamma och självbeskyddande beteenden, är det extra värdefullt att koppla in beslutsfattare som ansvarar för folkhälsa och utbildning. Detta är en bra garanti för en bred implementering.

⁶ World Health Organization. Forty-second World Health Assembly. The health of youth. WHA42.41. Tillgänglig från: www.who.int. 23 januari 2007.

⁷ World Health Organization. Framework Convention on Tobacco Control. Tillgänglig från: www.who.int/tobacco/framework/download/en/index.html 23 januari 2007.

1.2 Ledarskap från beslutsfattare inom utbildningsväsendet

Utbildningsmyndigheter har ansvar att implementera de bästa metoderna med vilka barn och ungdomar ska utbildas, inklusive miljön, läraren och informationen. I dessa fall är myndigheterna inte bara ansvariga för utbildningen utan även för att säkra elevernas hälsa och välbefinnande, vilket i sin tur är en förutsättning för en optimal inläring av kärnämnen. Ett lands allmänna läroplan, om en sådan finns, sammanfattar ofta standarder som vägleder traditionella skolämnen som matematik och naturvetenskapliga ämnen, men saknar ofta krav på hälsofrämjande insatser inom t. ex. ANT- prevention.

På senare år har en del ansträngningar gjorts i europeiska länder för att sprida preventionsprogram i skolor. Enligt den senaste årliga rapporten om drogproblematiken i Europa verkar det som om programbaserad prevention vinner mark inom det skolbaserade förebyggande arbetet. *"Programbaserad prevention medför standardiserat utförande under ett bestämt antal lektioner med exakt definierat innehåll och detaljerat material för elever och lärare. Detta underlättar kontroll och utvärdering och ökar interventionernas noggrannhet, trovärdighet och konsekvens, vilket leder till ett högkvalitativt utförande."*⁸ "Unplugged" och andra program baserade på socialt inflytande har alla de kriterier som nämns ovan.

Skolbaserad upplysning och framför allt drogpreventionsprogram i klassrummet är en lovande ansats för att förebygga eller skjuta upp droganvändning bland ungdomar. Dessa bör kopplas ihop med en allmän hälsopolicy och hälsosamt beteende bland vuxna i samhället i stort.

Europeiska unionens råd erkänner vikten av att implementera preventionsprogram i skolor och uppmanar medlemsstaterna (5099/01/02 Cord-rogue 4 Rev.1) *"att integrera hälsofrämjande program/drogpreventionsprogram i alla skolor"* och *"att stödja utvecklingen av sådana program och vid behov, anpassa statliga resurser och organisationsstrukturer, för att uppfylla syftet fullt ut."* Skolbaserad drogprevention är en tilltalande utmaning för en samordnande och ansvarig myndighet.

Kort sagt, en nationell, regional eller kommunal myndighets engagemang för ett program baserat på socialt inflytelse spelar en nyckelroll i att förebygga droganvändning samt i att förbättra hälsa och inläring hos barn.

⁸ EMCDDA, 2006 The state of the drugs problem in Europe, Tillgänglig från: www.emcdda.europa.eu

Unplugged – ett effektivt program för att förebygga droganvändning

Handlingsplanen "Unplugged" är den första i sitt slag som har utvecklats och testats i flera EU-länder. Som påvisats i EU:s EU-Dap-studie (www.eudap.net), kan detta program baserat på socialt inflytande förhindra eller skjuta upp användningen av tobak, alkohol och andra droger bland ungdomar. För att säkra en övergripande och kraftfull implementering av detta eller liknade program i skolmiljö är ledarskap från olika myndigheter avgörande.

1.3 Att välja ett pålitligt program

För att vara säker på att ett program baserat på socialt inflytande är tillförlitligt, se Verktyg #1 med de listade kriterierna som kan hjälpa dig i ditt val av program.

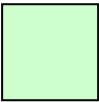
Även befintliga preventionsprogram kan ses över och revideras så att de innefattar ansatsen om socialt inflytande. Efter en programutvärdering kan de uppgraderade programmen implementeras och användas i skolmiljön till en låg kostnad. Implementering av program baserade på socialt inflytande kan även inbegripa andra former av riskbeteenden.

Det är viktigt att tänka på kostnadseffektivitet vid implementering av initiativ till drogprevention. En av de största fördelarna med "Unplugged" är att kostsamma specialister inte behövs för att implementera programmet, vilket är tänkt ska ledas av lärare. Det krävs dock att läraren utbildas och att de 12 entimmeslektionerna integreras i lektionsrutinerna och i den årliga planeringen. Som alltid kan det behövas en anpassning av programmet för att det ska passa den lokala miljön. För en fullständig beskrivning av "Unplugged", se introduktionen.

När en lärare väl har skaffat sig den nödvändiga teoretiska och praktiska bakgrunden och blir bekant med program baserade på socialt inflytande, kommer dessa kunskaper att kunna användas för prevention av andra riskbeteenden.

1.4 Hur beslutsfattarna kan stödja drog- preventionsprogram för socialt inflytande i skolan

När beslutsfattarna väl bestämt sig för att anta ett preventionsprogram är nästa steg att agera som ett övergripande organ för att stödja skolorna i en effektiv och omsorgsfull implementering av programmet. I en utvärde-



ring av de senaste drogpreventionsprogrammen i skolor inom EU, Europeiska centrumet för kontroll av narkotika och narkotikamissbruk (EMCDDA) poängterar att: *"De mest lovande resultaten vad gäller intensitet, struktur och kvalitet bland den skolbaserade preventionen som faktiskt utförts, kan ses i länder vars nationella strategier tydligt har lyft fram skolbaserad prevention med specifika mål, och där det finns en stark logistisk organisation för genomförande och finansiering av preventionsarbete."*⁹

För att säkra att effektiva program kommer att genomföras bör några viktiga strategiska steg övervägas av en nationell myndighet.

Att stödja rätt program - det är lätt att det blir fel

Preventionsarbete kan vara kontraproduktivt om det inte innefattar evidensbaserade effektiva program. Kortsiktiga, enstaka eller "moraliserande" program är till exempel bevisat ineffektiva och kan till och med inspirera ungdomars intresse för droger.¹⁰ Att erbjuda olika aktiviteter för eleverna medverkar till utvecklandet av en positiv skolmiljö, men är i sig inte betraktat som ett preventionsprogram.

Det är lättare att säkra kvalitet och att utvärdera resultaten av ett program med en specificerad struktur jämfört med ett program med någon "holistisk" och integrerad ansats.

Ibland kan det behövas en anpassning av den befintliga strukturen till den lokala skolmiljön. Trots detta underlättar strukturerade program med standardiserat, väldefinierat och konkret innehåll, preventionsarbetet för lärare eftersom programmet ger dem en förutsägbar kursplan, utbildning och material.

WHO förespråkar effektiva välbeprövade preventionsprogram med de bevisat effektiva elementen, när det gäller att förebygga drog-användning.¹¹

⁹ EMCDDA, 2006 The state of the drugs problem in Europe, Tillgänglig från: www.emcdda.europa.eu

¹⁰ EMCDDA, 2002 Drugs in focus Issue 5, Drug Prevention in EU schools. Tillgänglig från: www.emcdda.europa.eu

¹¹ Hawks D, Scott K, McBride N. (2002) Prevention of psychoactive substance use: a selected review of what works in the area of prevention. Geneva, WHO 2002. Tillgänglig från: www.who.int/entity/substance_abuse/publications/en/prevention_substance_use.pdf

Fokusering på kvalitet

Resultat och processutvärdering samt rapporter om programmets genomförande ger viktig information. De lyfter fram svårigheter som påträffats under implementeringen och ger feedback till alla personer som är inblandade, direkt (lärare och elever) eller indirekt (föräldrar, samhället). Att presentera processen och resultatet av implementerade program baserade på socialt inflytande medverkar till spridning och motiverar andra aktörer att engagera sig i drogprevention. Verktyg #4 ger förslag om kvalitetskontroll vid implementering och utvärdering av ett program.

Beteckna programmet som officiellt godkänt

För implementering av program baserade på socialt inflytande är det viktigt att publicera dokument eller infoga information i lokala publikationer. Publikationerna ska innefatta sakliga fakta om programmen och tydligt visa på möjliga resultat och praktisk information om implementeringens uppbyggnad tillsammans med möjliga finansieringsresurser. Överväganden ska göras om att integrera program baserade på socialt inflytande i allmänna folkhälsoprogram på lokal nivå.

1.5 Att stödja skolor

När ett program väl har godkänts och antagits är det viktigt att stötta implementeringen av det i skolorna. Nedan finns en del förslag på hur en lokal myndighet kan stödja skolorna.

Modifiera handlingsplanen till att innefatta socialt inflytande

Spridningen av skolprogram bör involvera skolmyndigheter för att inspirera flera skolor till att se det som attraktivt och effektivt.

Vid behov, kan förändringar för att integrera socialt inflytandets perspektiv i den traditionella hälsoundervisning eller i befintliga program utföras av skolläda. Deras inflytande verkar vara stort när det gäller att införa förändringar,¹² och det kan också stödjas av skolnätverk genom till exempel hemsidor, lärarorganisationer och konferenser.

¹² Rogers, E.M.(2002) Diffusion of preventive innovations. *Addict Behav* 2002;27:989-993.

Underlätta implementeringen för skolorna

Strukturerade program som "Unplugged" utgör en bra förutsättning för det arbete som många lärare redan bedriver i skolan. Den viktigaste faktorn för implementering av ett skolprogram är just lärarnas motivation och engagemang.

Det är viktigt att ge lärarna möjlighet till utbildning, att säkra tillgång till programmaterial och relevant information och att uppmuntra och erkänna lärarnas engagemang i drogpreventionen. *"Lärarna ska ha skolledarnas stöd, såväl som tekniska råd och möjlighet till nätverk för att dela med sig av både framgångar och svårigheter."*¹³ Att implementera ett program som är bevisat effektivt ger dessutom mening och värde till lärarnas ansträngningar i skolan. Slutligen bör läraren heller inte ge upp sin yrkesutveckling. Fortlöpande utveckling av lärarens färdigheter uppmuntras. För att få ut så mycket som möjligt av lärarutbildningen, se Verktyg #3 för förslag.

Stöd under implementeringen

Förutom att förbereda starten av programmet är det också viktigt att stödja skolorna under programmets genomförande, för att säkra en högkvalitativ implementering och för att lösa problem som kan uppstå.

Programmet tillverkare bör bistå med ett telefonnummer eller en e-postadress, som hjälpcentral bemannad av pålitliga utbildnings- eller hälsoexperter vilka kan erbjuda konsultation, ge ytterligare information och ta hand om oförutsedda händelser som kan uppstå. Inom ramen av EU-Dap projektet erbjuds t. ex. kontakt via hemsida på internationell (www.eudap.net) och lokal nivå (www.folkhalsoguiden.se).

Övergripande stödresurser kan integreras för att öka effektiviteten hos ett program baserat på socialt inflytande. Dessa faktorer kan inbegripa:

- Utveckling av en hälsofrämjande policy som rökfria allmänna platser, lagstiftning eller alkoholrestriktioner, kort sagt samhälliga strategier angående lagliga droger.
- Stöd från media för att dra uppmärksamhet till det drogpreventiva arbetet

¹³ United Nations Office on Drugs and Crime School-Based Education for drug abuse prevention. United Nations Office on Drugs and Crime; New York, 2004. Tillgänglig från: www.unodc.org/youthnet/en/youthnet_action_prevention_school.html

- Införa och upprätthålla en drogfri skolpolicy
- Lokala kampanjer för drogfri ungdom som komplement till programmen i skolorna

Upprätthålla och utvärdera programmet

För att få ut det mesta av implementeringen av programmet bör beslutsfattare inom hälso- och

Att lokalt främja ett program baserat på socialt inflytande betyder:

- a) Att försäkra sig om att det finns en policy som kan stödja programmet
- b) Att utveckla en kommunikationsstrategi som kan innefatta pressmeddelanden, evenemang och kommunikationskanaler som exempelvis hemsidor
- c) Att låta lokala aktörer granska och godkänna materialet

sjukvården och utbildningsväsendet ha möjlighet att långsiktigt upprätthålla implementeringen. De utbildade lärarna kan utgöra lokala resurser för andra lärare genom att bli utbildare, dela med sig av erfarenheter och hjälpa till att utveckla ett positivt skolklimat.

Vidmakthållning av programmet under lång tid innebär att beslutsfattaren övervakar implementeringen och spridning av programmet genom att använda ett kontrollformulär som t.ex. i Verktyg #7.

1.6 Andra partners som kan stödja skolorna

Frivilligorganisationer (NGO) och andra organisationer som arbetar med drogprevention är intresserade av att ungdomar lever så hälsosamt som möjligt och kan därför stödja satsningar på att sprida program om socialt inflytande till skolor.

Under den första fasen av EU-Dap etablerades ett nätverk av frivilligorganisationer och statliga myndigheter. I nätverket ingår de preventionsexperter som utvecklade och utvärderade "Unplugged"-programmet. Detta nätverk finns tillgängligt för att stödja spridningen och implementeringen av "Unplugged" (information finns på www.eudap.net).

Att integrera ett program baserat på socialt inflytande i skolan

Detta kapitel vänder sig till rektorer och ger förslag på hur man med framgång implementerar program baserat på socialt inflytande i skolan. Viktiga moment är en genomgång av skolan för att se om den är redo, förberedelsen av programstart såväl som implementering och utvärdering av arbetet. Det är vår förhoppning att efter att ha läst detta kapitel kommer rektorerna att känna sig bättre förberedda på en mjuk övergång till ANT program om socialt inflytande i sina skolor.

2.0 Skolans engagemang för hälsouppllysning

De flesta skolor i Europa arbetar med tvärvetenskapliga teman som syftar till att utveckla färdigheter som inte är kopplade till något specifikt skolämne, men som har stor potential att påverka skolplanen som helhet och göra stor nytta i vardagslivet. Framför allt utvecklas teman i läroplanen som till exempel hälsouppllysning, gymnastik och idrottsundervisning och livsattityder^{14 15} i många europeiska länder. Ofta är det obligatoriska ämnen men i vissa fall ingår det i en fristående hälsouppllysningskurs. Dessa skolteman stödjer den centrala och lokala skolmyndighetens indikatorer såväl som reflekterar skolans uppgift och prioritet i lokalsamhället.

De centrala hälso- och skolmyndigheterna har efter påverkan från den offentliga opinionen och samhällets uppfattning om risker, tagit fram lagar, dokument och indikatorer om skolans skyldighet att förebygga riskbeteenden hos eleverna. Följande egenskaper är relaterade till en framgångsrik implementering av tvärvetenskapliga teman inom området för den personliga hälsouppllysningen och sociala utbildningen:

- Skolan strävar efter att uppnå elevens kognitiva och sociala utveckling.
- Utbildningsmässiga visioner och mål är väl beskrivna och bekanta för alla parter.
- Beslutsfattande sker på ett deltagande sätt
- Skolan har en stark förmåga till självkontroll och är beredd att utvecklas.

¹⁴ European conference of experts on: cross-curricular themes in secondary education, Pre-conference document Maes B. 2001.

¹⁵ Cross curricular themes in secondary education. Published by CIDREE Consortium of Institutions for Development and Research in Education in Europe. March 2005 website www.cidree.org.

Att överväga ett program som "Unplugged" i den årliga undervisningsplanen är en stark indikation på att de ovan listade egenskaperna finns i skolan. Det innebär också att vara beredd att möta hälsokraven från föräldrar och samhälle och att utvecklas mot en hälsosammare och hälsofrämjande skola.

Förutom de förväntade fördelarna kan program baserade på socialt inflytande enkelt integreras med andra tvärvetenskapliga teman. Dessutom är det ett sätt att öka den interaktiva undervisningen och det interaktiva lärandet genom väldefinierade lektioner.

Figuren på sidan 24 beskriver faktorer som bör beaktas innan, under och efter implementeringen av program baserade på socialt inflytande. Idéer om programmets upprätthållande och verktyg för skolor bör också finnas tillgängliga.

2.1. Undersökning av miljön för att identifiera faktorer som leder till framgångsrik implementering

Lärare

- Minst två lärare är motiverade att implementera strukturerade preventionsaktiviteter och kan sprida entusiasmen för aktiviteten som ska implementeras.
- Lärarna tillåts delta i lärarutbildningen.

Skolplan

En snäv tidsplan och överbelastade skolplaner verkar vara de vanligast rapporterade problemen vid implementering av aktiviteter som inte direkt platsar i tiden som tilldelas de olika ämnena. Möjligheten att övervinna tidsbegränsningen är därför avgörande. Följande scenario bör vara möjligt:

- Skolprogrammen och undervisningsaktiviteterna innefattar eller kan innefatta timmar vikta åt hälsouppllysning och ett program baserat på socialt inflytande kan integreras i dessa timmar.
- När timmar inte är vikta åt hälsouppllysning kan programmet integreras i timmarna som är tillägnade andra ämnen, som naturvetenskapliga ämnen och samhällskunskap.
- Samverkan mellan två eller flera lärare som är ansvariga för olika ämnen kan avsätta den vanliga lektionstiden.

Möjlighet att investera på sikt

- Skolan är villig att stödja implementeringen av programmet under minst hela läsåret och möjligtvis under påföljande år.
- Skolan tänker utvärdera programmet för att kunna förbättra dess kvalitet eller implementering.
- De utbildade lärarna kan utgöra en lokal resurs för de andra lärarna.

2.2 Implementering av ett program baserat på socialt inflytande – faktorer som kan stödja:

Samhället

- Samhället är medvetet om WHO:s uttalande om att skolor bör utveckla hälsofrämjande stadgar eller programförklaring.
- Kampanjer i massmedia som framhäver hälsorisker för ungdomar har genomförts.
- Regionala eller lokala myndigheter är intresserade av preventionsaktiviteter.
- Det finns en programförklaring på skolan som innefattar hälsofrämjande värden, uppfattningar och mål som kompletteras med en fungerande skolpolicy.
- Föräldrar är intresserade av att delta i preventionsaktiviteterna.
- Det finns en medvetenhet i samhället om att droger är ett problem och en klar opinion om att preventionsarbete bör genomföras i skolan.
- Hälsofrämjande officiella uttalanden har formellt uttalats och spridits.
- En upprätthållen hälsofrämjande skolpolicy ger den rätta miljön för eleverna när de deltar i ett program baserat på socialt inflytande.

Lagstiftning

- Utbildningsdepartementet eller andra regionala myndigheter har mandat att stödja och koordinera aktiviteter för prevention av riskfyllda livsstilsfaktorer, inklusive droganvändning i skolmiljön.
- Regionala myndigheter är ansvariga för att främja och koordinera aktiviteter för prevention av ohälsosamma beteenden, inklusive droganvändning i skolan.
- Tiden som är avsatt för hälsoupplýsning är förutbestämd av central eller regional lagstiftning och är tillräcklig.
- Lärarnas fortbildning är obligatorisk och lagstadgad.
- Grundskolan sträcker sig förbi 13 års ålder.

Skolans självbestämmande

- Skolan har rätt att avgöra om skoltimmar kan avsättas till preventionsaktiviteter.
- Skolan har självbestämmanderätt vad gäller val och implementering av program.

Skolans tradition

- Skolan brukar organisera regelbundna preventionsaktiviteter (inom eller utom skolplanen, implementerat av lärare eller externa utbildare, med eller utan föräldramedverkan, med eller utan samhällets medverkan).

Skolans organisation

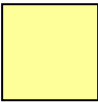
- Skolan använder rådgörande samarbetsprocesser för att involvera lärare, föräldrar och elever i valet av aktivitet för året.
- Skolan använder rådgörande samarbetsprocesser för att lösa problem som till exempel händelser relaterade till bruk av Alkohol, Narkotika och Tobak.
- Skolpolicyn innefattar klara riktlinjer och regler om ANT bruk och reglerna är implementerade och upprätthållna av skolledningen.
- Skolan är stödjande gentemot preventionsaktiviteter.
- Skolan har lyckats skaffa finansiering för aktiviteter utanför skolplanen.
- Administrativ personal samarbetar med lärare.
- Skolan ger skolpersonalen möjlighet att delta i yrkesmässiga utvecklingsprogram.
- Det är ett gott samarbete mellan skolan och den lokala hälso- och sjukvården, till exempel genom skolsköterskan.

Lärare

- Vissa lärare på skolan har tidigare erfarenheter av hälsoupplýsningprogram.
- Det är ett positivt klimat bland lärarna som är vana att samarbeta och dela med sig av erfarenheter.
- Det finns en vilja att dela med sig av de erfordrade färdigheterna bland lärarna, att bli utbildare för andra lärare.

Finansiering av lärarutbildningen

- Det finns speciella medel för implementering av preventionsprogram som anslås till skolor varje år av centrala eller regionala myndigheter.

- 
- Det finns medel anslagna av Socialdepartementet eller Utbildningsdepartementet riktade till projekt i skolmiljö.
 - Centrala myndigheter samarbetar med andra organisationers och institutionella medels specifika projekt.
 - Det finns speciella medel från institutioner, banker och organisationer som riktas till projekt i skolor eller till projekt i allmänt intresse.
 - Skolmyndigheterna ger ytterligare medel till lärarna som är involverade i de extra aktiviteterna, exempelvis för utbildning av kollegor för speciella aktiviteter.
- Organisera en sammankomst för återkoppling med de deltagande klasserna i slutet av programmet (till exempel en liten utställning för föräldrarna med det material som klassen producerat).

Föräldrarnas åsikt

- Föräldragrupper är involverade i planeringen av de årliga aktiviteterna på skolan.
- Föräldrar är intresserade av preventionsaktiviteter och förväntar sig att skolan ska implementera preventionsprogram.
- Föräldrar är villiga att delta eller har tidigare deltagit i preventionsaktiviteterna.

2.3 Generella förslag för god praxis

- För att informera myndigheter, lärare, föräldrar och eleverna själva, organisera ett möte på skolan innan implementeringen börjar.
- Skolledare som visar intresse för programmet baserat på socialt inflytande är avgörande för dess utveckling. Organisera en kort genomgång med lärarna som leder programmet. Ofta räcker det med att muntligt fråga lärarna om hur det går och om de behöver någon hjälp.
- Gör en tidsplan, både på klass- och skolenivå. Efter att programmet har valts görs en projektplan som innefattar de enskilda stegen i implementeringen av programmet och en motsvarande tidsplan.
- Håll kontakten med utbildarna och lärarna som implementerar programmet i andra skolor under samma tidsperiod. Att utbyta erfarenheter kan vara mycket nyttigt för att hitta en lösning på problem.
- Håll intresset för programmet stort, även bland de lärare som inte arbetar med det. Påminn om programmets existens och dess bedrifter under de formella lärarmötena.



Kom igång

Att utföra en omgivningsanalys

Ju fler faktorer du kan identifiera, desto enklare blir det att starta programmet

- Mandat från Utbildningsdepartementet, stöd och/eller koordinering
- Skolans självbestämmanderätt att implementera ett program
- Regionala myndigheter, stöd och koordinering
- Skolan använder konsultativa processer som involverar lärare, föräldrar och elever
- Motiverade lärare leder eller övervakar programmet
- Skolan har en etablerad tradition av preventionsaktiviteter eller har satt upp ett mål eller en programförklaring om det

Kriterier att överväga vid val av program

(Se Verktyg #1)

Implementering

Att insamla av resurser för att implementera ett ANT program baserat på socialt inflytande

- Engagera föräldrar som stöd i programmet
- Undersök tillgängliga medel från staten, kommunen, skolans budget
- Säkra att material till lärare och elever finns tillgängligt

Tips för insamling av medel

(Se Verktyg#2)

Att organisera implementeringen av ett ANT program

- Schemalägg och organisera program implementeringen i skolans kalender
- Stötta lärarnas fortbildning. Tillåt lärarna att delta i utbildningar om det finns eller organisera utbildning för lärarna genom att låta de som har genomfört preventionsprogram tidigare vara utbildare.

Organisera en lärarutbildning

(Se Verktyg #3)

Upprätthållande

Att upprätthålla kvaliteten i ANT program baserat på socialt inflytande

- Lärare kan inta rollen som utbildare
- Lärarna är motiverade att noggrant implementera alla moment i programmet
- Föräldrarna är intresserade av en fortsättning av preventionsaktiviteterna och ber skolan att årligen implementera dem
- Programmet kan genomföras som ett kärnämne inom ett eller två ämnen
- Medel öronmärks för implementering
- Övervaka programmets implementering och föreslå förbättringar

Utför en kvalitetsutvärdering

(Se Verktyg# 4)



Att leda ett program baserat på socialt inflytande i klassrummet

Detta kapitel är tillägnat de lärare som funderar på att implementera ett program baserat på socialt inflytande som en del i ANT prevention i skolan.

Här följer några användbara förslag på hur man förbereder och startar en sådan insats. Lärarnas motivation och förberedelse är den mest avgörande faktorn för ett framgångsrikt program. Använd detta kapitel som komplement till lärarinstruktionerna i programmets handlingsplan.

Rensa ut olämpliga förväntningar

Beslutet om att implementera ett program baserat på socialt inflytande kommer att vara beroende av teoretiska och praktiska frågor. Det finns ofta en mängd olika situationer i vilka drogprevention i skolan tas upp på den administrativa agendan och som bygger upp en motsvarande mängd förväntningar kopplade till preventionsprogrammet. Vissa av dessa förväntningar kan infrias, andra inte.

Man bör vara medveten om förväntningar om att ett preventionsprogram kan lösa existerande problem eller fall av droganvändning. Experimenterande med droger är utbrett under ungdomsåren men under senare år har en trend med att börja tidigare observerats.¹⁶ Unga människor som vid en viss ålder utvecklar svåra problem relaterade till droganvändning har ofta börjat att experimentera med droger tidigare än ungdomar som inte har utvecklat ett avancerat bruk.

Många av metoderna bakom program baserade på en "socialt inflytande modell" är specifika för *universell* prevention (se introduktion). De är alltså särskilt användbara i grupper där förekomsten av experimenterande drogbruk är lågt. Flera av de element som finns i dessa program kan dock användas också för *sektiv* prevention.

Vid val av en universell prevention vill vi arbeta med hela klassen eller skolan utan riskbedömning, och vi utgår från att den genomsnittliga risken är låg. Faktum är att frekvensen av droganvändning varierar mycket mellan länder, geografiska regioner, skolor och till och med mellan klasser i samma skola. I nästan alla europeiska länder finns det information om droganvändning tillgänglig från nationella eller lokala undersökningar. Där sådan information

inte finns tillgänglig har Europeiska centrumet för kontroll av narkotika och narkotikamissbruk landsbaserad statistik för EU:s medlemsstater. Se t. ex. tabell 1.0 i introduktionen.

Frågan om "specialister"

Vissa lärare kanske tycker att ANT prevention och även att tala om droger och drogberoende med ungdomar är en ganska komplicerad uppgift som bör överlåtas till specialister som psykologer, läkare, socialarbetare eller terapeuter. Att anlita "specialister" för att diskutera drogrelaterade frågor med eleverna har varit en långlivad tradition. Tyvärr har den dock inte visat någon effekt när det gäller att förhindra ungdomar från att experimentera med droger. Enstaka besök och expertföreläsningar anses t.o.m. kontraproduktiva eftersom de tenderar att öka nyfikenheten och dra uppmärksamheten till användning av droger, samtidigt som de inte utvecklar sociala färdigheter eller tar upp normativa uppfattningar.

En övergripande ansats

Fördelen med preventionsprogram baserade på socialt inflytande, som "Unplugged", är att de inte enbart koncentrerar sig på kemiska och psykologiska aspekter av droganvändning. Programmet fokuserar också på de sociala, normativa och kommunikativa frågorna kopplade till experimenterande med droger och övergången till regelbunden användning. Mer om den teoretiska bakgrunden till drogpreventionsprogram som "Unplugged" finns i introduktionen.

Att handskas med begränsningar

Under implementeringen av ett komplext program stöter vi på begränsningar i form av tid och plats, men även i form av egen motivation och motivationen hos kollegor och elever. Program som baseras på socialt inflytande har några få grundläggande krav vilka överväges redan vid valet av program. Det viktigaste av dessa krav är tillgång till tid, både när det gäller förberedelse och implementering. Förutom deltagande i utbildningen behöver en lärare ca 20-30 timmar under ett läsår för att förbereda och implementera ett sådant program.

¹⁶ see the latest report of the EMCDDA and ESPAD about substance use experience.

Att integrera socialt inflytande i skolplanen

Lärare kanske undrar om ett ANT preventionsprogram är lämpligt inom deras specifika ämne eller känner att det finns ämnen som är mer lämpade för att inkludera ett preventionsprogram. I verkligheten är frågan om skolämne av betydligt mindre betydelse än lärarens motivation och färdigheter i att bedriva programmet. Drogprevention verkar dessutom vara ett tema som riktar sig till så gott som alla ämnen i skolan. De tvärvetenskapliga egenskaperna hos preventionsprogram baserade på socialt inflytande bygger på detta antagande och möjliggör att programmet kan implementeras av ett tvärvetenskapligt team. Dock är följande drag förknippade med en framgångsrik implementering:

- Varje lärare i teamet är motiverad att anta programmet och senare sprida det inom skolan.
- Varje lärare i teamet är villig att delta i den speciella utbildning som ofta krävs för program baserade på socialt inflytande.

3.1 Innan start

Lärarnas utbildning

Resurser bör avsättas efter noggrant övervägande. Många lärare i skolor i Europa utbildas ofta för att kunna inkludera alla typer av preventioner i alla skolämnen. Detta kallas ofta "integrerad" eller "holistisk" prevention, vilket inte ger lärarna klara och konkreta riktlinjer eller en genomtänkt struktur eller möjlighet till kvalitetskontroll.

Ofta är den lärarutbildning som krävs för implementering av ett program baserat på socialt inflytande ganska omfattande och ledd av specialister. Den består av information och kommunikationsutbildning efter ett schema eller en utbildningsplan, som inte kan slutföras på några timmar. Lärarutbildningen som ges inför programmet "Unplugged" har till exempel en varaktighet på upp till två och en halv dag.

Att träffa lärare från olika skolor kan leda till ett positivt utbyte av erfarenheter och idéer och kan även vara till hjälp för att skapa nätverk av lärare som arbetar med preventionsprogram baserade på socialt inflytande.

Skolmiljöns betydelse

Som pionjär på skolan och den första läraren som implementerar ett preventionsprogram, kommer behovet av tid och energi förmodligen att vara mycket större, jämfört med lärare på skolor med en lång tradition av drogprevention eller hälsoupplýsning. Man kan också dra nytta av kollegornas tidigare erfarenheter om skolan tidigare har implementerat program baserat på socialt inflytande. En hälsosam skola med drogfria normer är viktigt för att stödja preventionsaktiviteter bland eleverna.

Målgruppen


Åldern på de elever som ska delta i programmet måste bestämmas efter utveckling. "Unplugged"-programmet är till exempel utvecklat och utvärderat för ungdomar mellan 12 och 14 år. Detta innebär inte att yngre eller äldre elever inte skulle ha nytta av programmet. Men man bör överväga om implementering av programmet bland yngre elever inte istället väcker intresse för droger, och begrunda sannolikheten för en minskad effekt av programmet om elever äldre än 14 år deltar.

Nästa fråga som lärarna måste ställa sig är vilken grupp de vill arbeta med i sin skola. Vilket svaret än blir är det viktigt att tänka på följande:

- a. Universell prevention fungerar bättre om den startar tidigt och dessa program bör genomföras i en utvecklingsmässigt passande ålder (Hawks et al., 2002¹¹). Detta innebär naturligtvis inte att äldre elever automatiskt ska uteslutas.
- b. Att involvera hela klassen är den lämpligaste strategin när det är möjligt

Dessutom bör förberedande arbete göras för att undvika att elever eller deras familjer blir överraskade. De deltagande eleverna bör vara starkt motiverade att ta del av programmet och intressenivån bör hållas så hög som möjligt.

¹¹ Hawks D, Scott K, McBride N. (2002) Prevention of psychoactive substance use: a selected review of what works in the area of prevention. Geneva, WHO 2002. Tillgänglig från: www.who.int/entity/substance_abuse/publications/en/prevention_substance_use.pdf



Planering: tid och plats

Att göra upp en tidsplan är nyckeln till framgångsrik implementering. Tidsplanen ska innehålla två dimensioner:

1. den övergripande programtiden, start och slut
2. tidpunkten för varje lektion under läsåret.

Alla skolor skiljer sig vad gäller organisatoriska metoder. En god praxis är att så tidigt som möjligt reservera och klart markera i skolans kalender, de dagar och timmar då programmet för socialt inflytande ska genomföras. På så sätt kan läraren ha en direkt överblick över processen och kan:

- Undvika misstaget att schemalägga lektioner nära till exempel nationella helgdagar.
- Komma ihåg att många program rekommenderar en optimal intervall mellan två intilliggande lektioner (oftast en vecka). En god planering är ett sätt att säkra denna optimala intervall så långt som möjligt.
- I god tid boka ett extra rum eller en plats som kan behövas för vissa övningar med klassen.
- Avsätta extra tid till förberedelse, kommunikation med kollegor och föräldrar, och utvärdering.

Innan programmet startas bör läraren noggrant läsa igenom programmets krav vad gäller plats och tid och överväga följande frågor:

- När ska jag starta programmet?
- När planerar jag att avsluta programmet?
- Hur mycket tid behöver jag till förberedelse och genomförande av varje lektion?
- Hur mycket tid behöver jag till kommunikation med kollegor och föräldrar, och när ska det ske?
- Var ska vi arbeta?

Att förbereda eleverna

Att informera eleverna om programmet är en känslig men nödvändig uppgift som kan göra vissa lärare oroliga. Det är väldigt viktigt att läraren som är ansvarig för programmet klart och tydligt förklarar:

- Var och varför programmet ska genomföras, för att undvika intrycket av att någonting är fel med just den specifika klassen eller gruppen.

- Att programmet är en del av skolplanen.
- Att undervisningsmaterial på regional/nationell/internationell nivå leder till en ökad känsla av att tillhöra en större grupp.
- Syftet och fördelarna med "preventionskonceptet" när det gäller att upprätthålla drogfria beteenden, och att det inte handlar om att avslöja elever som kan ha experimenterat med legala eller illegala droger.
- Att klassen ska jobba med "livskunskap"-metoden tillsammans med kunskap om tobak, alkohol och andra droger såväl som med normativa uppfattningar.

En lärare som är entusiastisk över programmet kommer att hitta ett sätt som ger eleverna positiva förväntningar om vad som ska ske i klassrummet.

Att involvera föräldrar och vårdnadshavare

Föräldrar och vårdnadshavare vill ofta bli involverade i utbildningsfrågor, även om attityden gentemot deltagande kan skilja sig avsevärt. Man kan förvänta sig att frågan om drogprevention kan vara känslig, av många anledningar. För det första kan det finnas familjer med tobaks-, alkohol- eller andra drogrelaterade problem. Dessutom kan föräldrarnas förväntningar och hållning gentemot detta ämne skilja sig. Vissa kanske ser ANT prevention som ett sätt att skydda sitt eget barn, medan andra kanske är rädda för eventuella negativa effekter av att prata om droger, drogmissbruk och beroende i en tidig ålder.

Ett rekommenderat förberedande steg är därför att organisera ett möte med föräldrarna till de barn som berörs av programmet för att:

- a. Förklara innehållet, målen och metoderna i programmet.
- b. Ge föräldrarna möjlighet att uttrycka betänkligheter om att prata om droger i skolan och att ställa frågor.
- c. Undersöka intresse för specifik information eller utbildning för föräldrar.

Föräldrar är alltid upptagna och deltagarantalet vid ett sådant möte kan förväntas vara lågt. Ett sätt att öka deltagandet är att införa denna information som en speciell punkt under ett av de regelbundna föräldramötena som hålls i de flesta skolor. Om läraren vill ha stöd kan det vara en god idé att till mötet involvera en kurator eller skolsköterska som är knuten till

skolan. Idéer till tema för ett föräldramöte kan man få på www.eudap.net.

Om ett möte inte kan hållas bör klassens lärare informera familjerna om det nya programmet genom skriven information (exempelvis genom skolans nyhetsbrev).

Att involvera hela skolan

När en lärare bestämmer sig för att arbeta med ett ANT preventionsprogram, utan att ha blivit tillfrågad om det av skolledningen eller rektorn, är det väldigt viktigt att ge andra människor i skolan möjlighet att delta på olika sätt. Rektorn kan hjälpa till genom att underlätta avsättandet av tid, logistik och andra resurser. Stöd från andra lärare kan till exempel vara att planera eller byta i schemat. Andra intressenter i skolan som skolläkare, skolsköterskor, kuratorer, psykologer och även vakten kan ge värdefull hjälp. En stödjande miljö för eleverna hjälper också till att upprätthålla en hälsosam livsstil. Denna kan innefatta en policy om reklam på eller i närheten av skolområdet, drogfria skolor och lagstiftning om en rökfri miljö.

Att informera hela skolan ger den fördelen att det skapar ett intresse runt programmet och underlättar införandet av en drogfri hälsofrämjande policy, i och med att all skolpersonal kan ställa sig bakom den.

3.2 Kom igång

Att implementera ett program är konsten att balansera behov, resurser och begränsningar. Denna del är tänkt som en hjälp till lärare för att hålla denna balans.

De viktigaste resurserna för lärarna under implementeringen av ett program baserat på socialt inflytande är: information och kunskap

- teamwork, samarbete med kollegor, nätverkande
- plats
- materiella resurser

och de är absolut beroende av varandra!

Information och kunskap

Adekvat kunskap om fysiska och sociala konsekvenser av bruk av vissa substanser (f.a. tobak och alkohol) är en väldigt viktig resurs som behövs under hela programmet. Vi föreslår att lärarna analyserar sin kunskapsnivå innan programmet startas och uppdaterar den

konstant under programmet. En lista med lästips och hemsidor som innehåller mer information finns i Verktyg #8. Att öka kunskapen är också ett mål för den inledande utbildningen.

Viktigt att notera är att utbildningsmodellen som bygger på socialt inflytande kan rekommenderas även utan att ett drogpreventionsprogram implementeras, eftersom färdigheterna och teknikerna har ett universellt värde och är ett nyttigt element i den personliga utvecklingen.

Den tid som läraren lägger på att lära sig och genomföra aktiviteterna kan ses som en god investering ur ett personligt och utbildningsmässigt perspektiv.

Lagarbete och att arbeta i nätverk

Att arbeta tillsammans i skolan hjälper till att göra programmet kostnadseffektivt. Om nätverk inte redan är en del av det valda programmet, så rekommenderas att lärare försöker arbeta tillsammans med andra som leder samma eller liknande program i andra skolor.

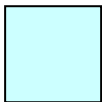
Det kan vara nyttigt att anordna möten där lärarna (deltagare ifrån samma lärarutbildning) kan utbyta erfarenheter, diskutera problem, uttrycka sina känslor och uppleva en miljö som kan ge säkerhet och stöd. I ett sådant sammanhang kan lärarna få stöd att fortsätta och prata om vad de än tycker "går fel". Dessutom kan ett nätverk av människor som arbetar med samma fråga skapas. Detta innebär att preventionen samlar fler människor och en bättre praxis sprids till fler.

Gruppundervisning

Under vanliga lektioner är det en lärare och upp till 25-30 elever i ett klassrum. I vissa fall motverkar detta antal en effektiv undervisning och genom att låta två lärare undervisa får eleverna en bättre möjlighet till inläring. Detta är ännu viktigare när man arbetar med en interaktiv läroplan vilket är regeln i program baserade på socialt inflytande.

Att skapa arbetslag är ett väldigt effektivt och produktivt sätt att genomföra ett program baserat på socialt inflytande. Här är bara några fördelar med detta förhållningssätt:

- Praktiskt stöd under lektionerna.
- Att "låna" tid av varandra ifall lektionerna drar ut på tiden.



- Utbyte av tankar och bekymmer efter lektionen.
- Mer uppmärksamhet till barnen som grupp och till enskilda barn.
- Möjlighet att ersätta varandra under sjukdom eller ledighet.
- Tvärvetenskaplig undervisning.
- Förbättrad kommunikation mellan elever och mellan elever och lärare.
- Underlättad kommunikation med föräldrarna.
- Ett lärarteam som är utbildat inom socialt inflytande kan vara ett positivt exempel på drogprenvention på din skola eller i din region.

Hur man startar gruppundervisning:

- Organisera möten och gruppdiskussioner, eller sätt programmet på dagordningen under nästa lärarkonferens.
- Skriv en kort presentation för att informera kollegorna.
- Fråga andra lärare med erfarenhet av program baserade på socialt inflytande om de vill informera dina kollegor/skolans rektor.

Att lägga energi och engagemang i relationen med kollegor genererar lagarbete och höjer deltagande i projektet. Alla som arbetar i teamet bör genomgå samma inledande utbildning.

Att inventera det finansiella stödet

När man väl har beslutat att starta ett program baserat på socialt inflytande, är det viktigt att försäkra sig om att det finns ekonomiska resurser till såväl ordentlig förberedelse som implementering av programmet. Alla program innefattar några kostnader för material och /eller utbildning.

Det är viktigt att kunna ha tillgång till skolans medel och lokaler samt kollegor som har erfarenhet av programmet. Ifall ytterligare medel behövs kan en finansiär (se Verktyg #2) eller organisation som anslår medel för preventionsaktiviteter tillfrågas.

Att optimera tiden

Skolbaserade preventionsprogram är oftast strukturerade och utformade så att de ska passa lektionstimmarna (ca 50 minuter). Det finns dock flera anledningar till varför detta inte alltid

fungerar i praktiken (Se tabell på sidan 30). Verktyg #5 innehåller en checklista att gå igenom innan varje lektion och Verktyg #6 ska gås igenom efter lektionen.

Här är en lista över vanliga hinder och föreslagna lösningar:

HINDER	LÖSNINGAR
Dåligt klimat/problembeteenden i klassen	<ul style="list-style-type: none">• förbered eleverna i förväg• arrangera passande grupper i förväg• använd uppvärmningsövningar (finns t. ex. i "Unplugged"-manualen)• Gruppundervisning
Väldigt stort antal elever (30+)	<ul style="list-style-type: none">• Gruppundervisning
Elever med inlärningssvårigheter psykiska eller fysiska svårigheter	<ul style="list-style-type: none">• arbeta två och två• arrangera passande grupper i förväg• Gruppundervisning• utför övningar som alla elever kan delta i (t.ex. övningar som kräver fysisk ansträngning)
Eleverna är inte vana vid att arbeta interaktivt/i grupp	<ul style="list-style-type: none">• öva/förbered eleverna i förväg• förenkla uppgifterna• Gruppundervisning
Lärarna är inte vana vid rollspel/brainstorming	<ul style="list-style-type: none">• gå igenom lärarmanualen eller andra resurser på skolan• ordna en förevisning med utbildare• förenkla rollspelen
Försenad lektionsstart	<ul style="list-style-type: none">• ge påminnelser dagen innan• ge förmåner för tidig ankomst• schemalägg lektionerna på en annan tidpunkt
Litet utrymme i klassrummet eller behov av att möblera om	<ul style="list-style-type: none">• be om hjälp av andra lärare eller elever• möblera om dagen innan• anpassa aktiviteterna så att de passar utrymmet
Utrustning som inte fungerar	<ul style="list-style-type: none">• kontrollera utrustningen dagen innan
Materialet är inte klart	<ul style="list-style-type: none">• förbered materialet dagen innan (se även checklistan nedan)• ge uppgifter till elever några dagar innan

3.3 Att utvärdera programmet

Precis som "Unplugged" innefattar många program baserade på socialt inflytande även insamling av data för utvärdering av programmets genomförande och/eller effekter. Att anteckna användbar information för att fastställa åtminstone programmets effektivitet och kostnad bör vara av stort intresse för de involverade lärarna, även om det inte krävs för programmet i sig eller av administrativa orsaker. Verktyg #6 och #7 kan vara en hjälp vid programutvärdering.

Grundprincip nr. 1: Även om ingen verkar bry sig idag, kan du imorgon bli ombedd att visa vad du gjorde och hur.

Grundprincip nr. 2: Vad du inte antecknar direkt kommer att vara glömt imorgon.

I slutet av detta kapitel finns därför en checklista med aspekter som kan vara nyttiga att dokumentera. Informationen ska antecknas direkt efter varje lektion i programmet.

Verktyg #1: Hur man väljer ett program baserat på socialt inflytande

Rekommenderade kriterier för att identifiera ett bra drogpreven- tionsprogram baserat på socialt inflytande:

- Programmet är utvecklat eller rekommenderat av en ideell organisation eller en myndighet utan kopplingar till näringslivet (t. ex. tobaksföretag)
- Programmet har genomgått en korrekt utvärdering, till exempel med en kontrollerad randomiserad studie eller en före- och efterstudie med en kontrollgrupp. Mindre lämpliga utvärderingsmetoder är: för- och efterstudie utan kontrollgrupp, en enkät efter programmet, jämförande studier utan randomisering och fallstudier utan jämförelse med kontrollgrupp. Programutvärderingen måste också vara baserad på en analysmetod som passar informationen.
- Program har visat relevanta bevis på effektivitet d.v.s. programutvärderingen visar på en mätbar skillnad i effekt som är statistiskt signifikant eller en pålitlig indikator på effektens betydelse. Relevanta resultat måste innefatta färre debuter, försening av debuten, långsammare ökning av debuten eller reducering av förekomsten av drog-användning, och inte bara effekter på kunskap, självkänsla eller färdigheter. Utvärderingen visar en ihållande effekt på minst ett år.
- Programmet är utvecklat för skolelever i en specifik ålder/klass, och syftar till att förändra beteenden med en ansats som är klar och relevant för denna grupp och omgivning.
- Programmets syfte är klart uttryckt och dess innehåll och processer överensstämmer med dess mål.
- Programmet är baserat på en omfattande modell om socialt inflytande. Program baserade på socialt inflytande är de mest effektiva programmen som finns eftersom de fokuserar på befintliga normer, livskunskaper och kunskap om droger, samt elevernas engagemang i/avsikt att inte använda droger.

- Interaktiv undervisning och inläring: programmet innefattar metoder som inspirerar elevernas aktiva deltagande, som till exempel öppna diskussioner, problemlösning, brainstorming, beslutsfattande och argumentationsträning, rollspel och diskussioner i smågrupper.
- Programmet ger nödvändig information och vägledning i implementering som exempelvis instruktioner och material för utbildning och implementering och andra typer av stöd.

Verktyg #2: Hur man finansierar programmet

Den grundläggande principen för framgångsrika preventionsaktiviteter när skolans budget inte räcker till är att söka finansiering. Här är en lista på externa finansieringskällor som ofta förbises eller inte används.

- Utbildningsdepartementet för hälsofrämjande aktiviteter i skolan
- Socialdepartementet för hälsofrämjande aktiviteter
- Hälsofrämjande/hälsoupplysande organisationer och nätverk
- Projektfinansiering av banker eller kreditinstitut
- Projektfinansiering på regional nivå
- Ideella organisationer som fokuserar på barns hälsa
- Skoltävlingar med prispengar

Verktyg #3:

Hur man får ut det mesta av lärarutbildningen

- Bestäm hur många lärare som bör delta i en utbildning
- Sätt upp urvalskriterier och var noga med att förklara deras syfte (t. ex. undervisning i samma klass/klasser, balanserad könsfördelning)
- Besluta om hur många lärare som kan delta i utbildningen, beroende på finansieringen
- Bestäm tidpunkt för utbildningen som passar läsårets planering
- Kontakta en erfaren utbildare som organiserar och/eller genomför kursen

Verktyg #4:

Hur man utför en kvalitetsutvärdering

- Håll kontakt med organisationen som ansvarar för programmet
- Fråga organisationen bakom programmet om det finns formulär för processutvärdering som ska fyllas i av skolan, lärarna och eleverna. Om det inte finns, gör egna
- Processutvärdering är avgörande när man genomför ett komplext program. Dokumentation som fylls i av läraren bör innefatta punkterna som ges i verktyg #5 och verktyg #6
- Indikatorer på en välplanerad undervisning är hög självförtroende och belåtenhet hos läraren samt positiva kommentarer från eleverna
- Eleverna som deltar i programmen måste vara involverade även i utvärderingen
- Tänk på förändringar i skolklimatet, välbefinnande och sociala relationer som indikatorer på ett framgångsrikt program
- Använd den interna utvärderingen för att ge förslag på förbättringar till den organisation som är ansvarig för programutvecklingen

Verktyg #5: Checklista innan varje lektion

Att genomföra ett program baserat på socialt inflytande innebär också att ta hand om ett antal praktiska detaljer, varav en del kan planeras i förväg. Dagen före varje lektion, ta dig tid att gå igenom följande checklista.

Jag är bekant med innehållet i denna lektion	
Jag planerar __ minuter för lektionen	
Jag är bekant med övningarna i denna lektion	
<input type="checkbox"/> Inledning <input type="checkbox"/> Energigivande övningar <input type="checkbox"/> Rollspel <input type="checkbox"/> Grupparbete	
Eleverna har blivit informerade/påmindas	
<input type="checkbox"/> Om lektionen <input type="checkbox"/> Om sina uppgifter	
Materialet till denna lektion är klart att användas	
<input type="checkbox"/> Papper <input type="checkbox"/> Anteckningsblock <input type="checkbox"/> Kulspetspennor/blyertspennor/märkpennor/färger <input type="checkbox"/> Saxar <input type="checkbox"/> Lim/tejp <input type="checkbox"/> Elevernas arbetsmaterial (ämnat för lektionen)	
Utrustningen för denna lektion finns tillgänglig och fungerar	
<input type="checkbox"/> PC <input type="checkbox"/> Video <input type="checkbox"/> Videokamera/kamera <input type="checkbox"/> TV <input type="checkbox"/> Overhead <input type="checkbox"/> Diaprojektor <input type="checkbox"/> Annat	

Verktyg #6: Utvärdering av lektionerna

Efter varje lektion

Du kan använda checklistan nedan som ett enkelt och snabbt sätt att registrera information som kan vara till nytta vid rapportering och utvärdering av programmet. Vi föreslår att du utformar det som ett tilltalande formulär som kan användas av alla lärare i programmet.

LEKTIONSTITEL ELLER NR:	
SKOLA:	KLASS:
Datum	
Varaktighet (minuter)	
Antal elever närvarande	
Genomförande	
Dessa övningar utfördes	
Dessa övningar utfördes inte	
Anledning till att de inte utfördes	
Prestation	
Lärares belåtenhet över sättet han/hon ledde lektionen	Skala 1-10 0=inte alls nöjd 10=helt nöjd
Anteckningar	
Elevernas deltagande	0=obefintligt 10=mycket högt
Bidrog eleverna med frågor och åsikter?	<input type="checkbox"/> nej <input type="checkbox"/> ja
Förblev eleverna aktiva, intresserade och motiverade?	<input type="checkbox"/> nej <input type="checkbox"/> ja
Elevernas belåtenhet <input type="checkbox"/> Ej fastställd	% av eleverna som sa sig uppskatta lektionen
Lektionsmoment som fungerade speciellt bra	
Saker som gick fel	
Saker som läraren vill förändra	

Verktyg #7: Utvärdering av programmets omfattning

Programmets spridning och implementering på lokal nivå kan utvärderas med hjälp av information från skolorna vid slutet av läsåret. Följande checklista kan användas för att registrera information i utvärderings- och rapporteringssyfte.

Läsår	
Programmets namn	
Involverade regioner/kommuner/kommundelar eller stadsdelar	Lista För totalt antal invånare.
För varje region/kommun/kommun- eller stadsdel	Totalt antal skolor i den specifika årskursen
% av medverkande skolor	Antal medverkande skolor av det totala antalet skolor
Godkännandefrekvens i %	Antal skolor som godkände implementeringen av programmet av det totala antalet tillfrågade skolor
Implementeringsfrekvens i %	Antal skolor som implementerade (åtminstone delvis) programmet av det totala antalet tillfrågade skolor
Införandefrekvens i %	Antal skolor som införde programmet (åtminstone delvis) av det totala antalet skolor
Förändring i införande från år 1 till år 2	Införandefrekvens i % år 2 - införandefrekvens i % år 1
På skolnivå	
Klasstäckning %	Antal klasser där programmet implementerades (åtminstone delvis) av totalt antal klasser x100
Elevtäckning %	Antal elever som berördes av totalt antal elever x100
Lärartäckning %	Antal utbildade lärare av totalt antal lärare x100
Antal implementerade lektioner %	Antal lektioner som implementerats (åtminstone delvis) av det totala antalet lektioner x100
Antal slutförda lektioner %	Antal lektioner som slutförts av det totala antalet implementerade lektioner x100

Verktyg #8: Lästips

Böcker och publikationer

Thomas R. School-based programmes for preventing smoking. *The Cochrane Database of Systematic Reviews* 2002, Issue 2. Art. No.: CD001293. DOI: 10.1002/14651858.CD001293.

Sussman S, Earleywine M, Wills T, Cody C, Biglan T, Dent CW, Newcomb MD. The Motivation, Skills, and Decision-Making Model of "Drug Abuse" Prevention. *Substance Use & Misuse* 2004; 39: 1971–2016

Situationen på narkotikaområdet i Europa - Årsrapport 2006
<http://ar2006.emcdda.europa.eu/download/ar2006-en.pdf>

Informationskällor på Internet

EU-Dap:s officiella hemsida
<http://www.eudap.net/>

Europeiska centrumet för kontroll av narkotika och narkotikamissbruk
<http://www.emcdda.europa.eu/>

Resurser:
<http://www.emcdda.europa.eu/index.cfm?fuse-action=public.Content&nnodeid=9744&sLanguage=EN>

Översikter:
<http://www.emcdda.europa.eu/index.cfm?fuse-action=public.Content&nnodeid=9741&sLanguage=EN>

Global Drug Prevention Network
<http://www.gdpn.org/>

Projektet för europeiska skolundersökningar om alkohol och andra droger
<https://www.espad.org>

PERK (Prevention and Evaluation Resource Kit)
<http://www.emcdda.europa.eu/?nnodeid=9932>

Exchange on Drug Demand Reduction Action (EDDRA) <http://eddra.emcdda.europa.eu/>

Evaluation Instruments Bank
<http://eib.emcdda.europa.eu/>

Centralförbundet för alkohol- och narkotikaupplysning (CAN) <http://www.can.se>

Statens Folkhälsoinstitut <http://www.fhi.se>

Centrum för folkhälsa, Stockholms Läns Landsting, <http://www.folkhalsoguiden.se>

Lärare mot Tobak,
<http://www.teachersagainsttobacco.org>

A Nonsmoking Generation
<http://www.nonsmoking.se>



DE SLEUTEL
Onder de Hoge Bescherming van Hare
Koninklijke Hoogheid Prinses Mathilde



centrum adictologie



**Stockholms läns
landsting**

