

Man vet inte var trappstegen är i livet...

Perspektiv på tobak, alkohol och narkotika

Ett referensmaterial från Skolverket
av Agneta Nilsson

Sammanfattning:

Hälsoundervisning om tobak, alkohol och narkotika behandlas i detta referensmaterial. I bokens första del ges en serie perspektiv: historiska, sociologiska, psykologiska, statistiska. I två avsnitt sätts fokus på skolan som hälsofrämjande miljö. Den andra delen av boken tar upp själva hälsoundervisningen. I olika avsnitt diskuteras effekter och metoder. Samtalet lyfts fram som ett värdefullt arbetssätt i hälsoundervisningen. Boken vänder sig framför allt till personal inom skolan.

Ämnesord:

ant, tobak, alkohol, narkotika, hälsofrämjande, hälsoundervisning.

Skolverket

Beställningsadress:
Liber Distribution
Publikationstjänst
162 89 Stockholm

Tel. 08-690 95 76
Fax: 08-690 95 50
E-post: skolverket.lidi@liber.se

Best.nr. 99:453

ISBN 91-89313-35-6
Skolverkets diariernr: 95:2266

© 1999: Agneta Nilsson och Skolverket
Illustrationer: Jalmar Staaf
Formgivning: Jan Wigen Andersson
Repro & tryckansvarig: Axelsson & Häggström

Innehåll

Förord	5
Inledning	6
Sammanfattning	8
Några utgångspunkter	16
Dubbelheten till alkoholen – Bibeln, Bellman, Gunnar Ekelöf	24
Skötsamhetsmoral och hedonism	34
Cigaretten – en symbol i förändring	42
Bruk och missbruk i siffror	46
”Man vet inte var trappstegen är i livet... man stöter fel fot överallt”	56
Från att pröva... till att fastna i missbruk	64
Ungdomar och ruset	100
Det blir bara värre och värre...	134
En skola att må bra i ??	136
Bilder från fem skolor	154
Undervisning om tobak – alkohol – narkotika	174
Effekter av undervisning?	176
Teorier och begrepp i hälsoarbetet	200
Är målen realistiska?	210
Från fakta – till samtal	220
Skolan kan göra en hel del – men inte allt!	258
Referenser	265

Agneta Nilsson har drygt tjugofem års erfarenhet av arbete med olika hälsofrågor – sex och samlevnad, jämställdhetsfrågor, föräldrautbildning samt kvinnors, barns och ungdomars hälsa. Hon har under större delen av 90-talet arbetat med analyser av hälsofrämjande arbete, processutvärderingar, redaktörsarbete m.m. Hon har bland annat haft uppdrag för Skolverket, där hon senast var redaktör för antologin ”Är Pippi Långstrump en hälsoupplysare eller hälsorisk?”.

Förord

Skolverket har fått uppdraget från Utbildningsdepartementet att arbeta fram en rad kommentar- och referensmaterial. Departementet skriver:

Vidare erinras om vikten av kommentar- och referensmaterial inom ämnesövergripande områden som främlingsfientlighet och rasism, barn- och ungdomskunskap, miljö, sex och samlevnad samt alkohol, narkotika och tobaksfrågor (ANT).

Skolverket startade med att göra referensmaterialet ”Kärlek känns, förstår du - samtal om sex och samlevnad”, där läraren är mer av en vägledare i ett samtal mellan flickor och pojkar.

För att väcka en diskussion om hälsoarbetet i skolan, både dess metoder och perspektiv, kom det andra referensmaterialet att bli en antologi som bar titeln ”Är Pippi Långstrump en hälsoupplivsare eller hälsorisk?”. Med hjälp av Pippis gestalt ville vi lyfta fram det som främjar hälsa och sätta fokus snarare på vad man är för - än vad man är mot.

Det här referensmaterialet kan ses som en fortsättning och vidareutveckling av antologin om hälsoarbetet i skolan. Eftersom det idag finns en mängd olika metodmaterial om undervisning i tobak, alkohol och narkotika vill vi med detta referensmaterial snarare väcka till eftertanke och få igång en diskussion om hur man inom skolan men också i lokalsamhället kan arbeta med dessa frågor.

Vi vill sätta in hälsoundervisningen i ett större sammanhang av skolans hela pedagogiska arbete. Hur kan skolan själv bli bättre på att främja hälsa genom sin pedagogik, sin arbetsmiljö och sitt elevinflytande? Hur kan hälsoundervisningen bli mera trovärdig och komma närmare barnets egen vardag?

Ungdomar som fastnar i alltför mycket drickande, som röker mycket och som börjar experimentera med narkotika har det ofta svårt i skolan, känner mindre engagemang och skolkar ofta. Det blir lätt en nedåtgående spiral, där självkänslan kan komma att knäckas alltmer. Enligt många lärare är det en stor utmaning att skapa glädje och motivation just hos dessa elever.

I likhet med referensmaterialet om sex och samlevnad lyfter det här materialet fram gruppsamtalet som en möjlig väg att tillsammans med barn och ungdomar i skolan skapa en dialog kring dessa frågor, som mer utgår från flickors och pojkars egen vardag och egna behov - än de vuxnas föreställningar.

Referensmaterialet har utarbetats av Agneta Nilsson och föregåtts av seminarier och intervjuer med en rad personer aktiva inom hälsoområdena tobak, alkohol och narkotika. Även ungdomar har intervjuats för att deras röster skall komma fram i dessa frågor. Arbetet med referensmaterialet har varit en del av Skolverkets arbete inom området ”Elevers hälsa”, med undervisningsrådet Olle Norgren som projektansvarig.

För Skolverket

Ann Carlson Ericsson, Avdelningschef

Olle Norgren, Undervisningsråd

Inledning

”Om jag vill lyckas med att föra en människa mot ett bestämt mål måste jag först finna henne där hon är och börja just där”, skriver filosofen Sören Kierkegaard.

”För att hjälpa någon måste jag förstå det hon förstår, om jag inte kan det så hjälper det inte att jag kan och vet mera”, fortsätter Kierkegaard.

Och alla som arbetar med undervisning i hälsofrågor vill ju nå fram. De vill göra gott, de vill skydda människan från allt farligt som finns omkring henne. Hjälpa henne till ett friskare liv. Speciellt barn och ungdomar blir föremål för alla vuxnas ”omsorg”.

På det sättet vill alla vuxna väl. Ändå - kan det bli så fel.

Att hjälpa en annan människa innebär, enligt Kierkegaard, att tjäna, inte att härska. Inte få allt sagt, så att jag själv kan må lite bättre. Det innebär att vara lite mindre högmodig och fåfång, lite mera ödmjuk.

Tobak och alkohol kan i tonårstiden utgöra starka vuxenmarkörer. Därför ställer ett arbete med dessa hälsoområden stora krav på medvetenhet hos de vuxna. Det finns en känslighet i tonårstiden, en protest mot vuxenvärlden. Ungdomar har i intervjuer inför den här boken kunnat i detalj beskriva hur de vill att föräldrar skall prata med dem för att de skall lyssna på vad föräldrarna har att säga. Ett barn som inte trivs i skolan, som inte har någon bra kontakt med lärarna vill ännu mindre göra ”som skolan säger”. Samspelet mellan den unge och de vuxna är kanske därför det mest centrala att bygga vidare på i all hälsoundervisning till unga människor.

Det här referensmaterialet är en fortsättning och vidareutveckling av Skolverkets antologi om hälsoarbetet i skolan ”Är Pippi Långstrump en hälsoupplysare eller hälsorisk?”. Det har länge burit arbetsnamnet ”Nalle Puh och hans vänner - för det prestigelösa reflekterandet”. I intervjuer och i möten med olika professionella har nämligen Puhs sinne hjälpt oss att vara mera öppet sökande, att inte komma med så färdiga svar, att reflektera och analysera. I seminarier har vi ställt oss bland annat följande frågor: Vad är trovärdig alkoholundervisning för ungdomar idag? Vad har varit framgångsrika/icke framgångsrika metoder? Skall de s.k. antfrågorna hänga ihop, eller gör de det av gammal vana? Vad är likheterna/olikheterna mellan tobak, alkohol och narkotika? Vad betyder hela skolans verksamhet för att skapa hälsa? etc.

Vid en ”probleminventering” som gjordes inför produktionen av detta referensmaterial konstaterades att det redan finns hyllmeter av material om tobak, alkohol och narkotika. Det rör

t.ex. basfakta om skadeverkningar, en kunskap som numera finns utlagd på Internet. Det finns också en rad material som ger förslag på lektioner, värderingsövningar, forumspel etc. Här finns mycket att hämta inspiration ur. En rad publikationer har också tagits fram om ungdomars tobaks-, alkohol- och narkotikavanor, vilka baseras på epidemiologiska studier.

Detta referensmaterial har därför byggts upp kring det som det inte skrivits så mycket om. Boken är upplagd som en antologi, där olika perspektiv på tobak, alkohol och narkotika tas fram, som sedan ligger till grund för diskussionen om själva undervisningen.

I bokens första del ges en serie perspektiv: historiska, sociologiska, psykologiska och statistiska. I två avsnitt sätts fokus på skolan som hälsofrämjande miljö, om hur skolan "gör" hälsa - utan att tala om hälsa. Den andra delen av boken tar upp själva hälsoundervisningen om tobak, alkohol och narkotika. I olika avsnitt diskuteras effekter och metoder. "Samtalet" lyfts fram som ett värdefullt arbetssätt i hälsoundervisningen.

Boken är framför allt skriven för skolpersonal men materialet är tänkt att kunna användas även av andra yrkesgrupper som arbetar med frågor som rör hälsa.

För att läsaren skall få en överblick inleds boken med en fyllig sammanfattning, som kan vägleda läsaren in i de olika avsnitten.

Tack!

I arbetet med att ta fram boken har jag intervjuat och samtalat med en rad personer, det går inte att nämna dem alla. Men några personer skulle jag speciellt vilja tacka: Hanna Olsson, skribent och psykoterapeut, som jag hade många konstruktiva samtal med då jag arbetade fram dispositionen av materialet; Birgitta Sandström, forskare och lärare vid Lärarhögskolan i Stockholm, som gett mig intressanta perspektiv att fundera på i skrivandet; Jörgen Swedbom, Jönköpings Högskola för lärarutbildning, som har lång erfarenhet av undervisning inom områdena tobak, alkohol och narkotika och som reflekterande svarat mig när jag frågat "varför gör ni på detta sättet?" Anita Åsard Lunner, undervisningsråd, som tidigt läste manus; tjugotreåriga illustratören Jalmar Staaf, som det varit extra roligt att samarbeta med. Ett speciellt tack också till de ungdomar som i intervjuer delat med sig av sina erfarenheter.

Sist - men inte minst, samarbetet med undervisningsrådet Olle Norgren har varit mycket stimulerande, vi har haft långa, roliga och framåtblickande samtal. Jag avslutar med Olle Norgrens reflektion när det gäller det viktiga temat samarbete och samverkan inom hälsoområdet. "Vi måste tala mera om hur vi tänker - mindre om vad vi gör".

Stockholm i maj 1999

Agneta Nilsson

Sammanfattning

av referensmaterialet

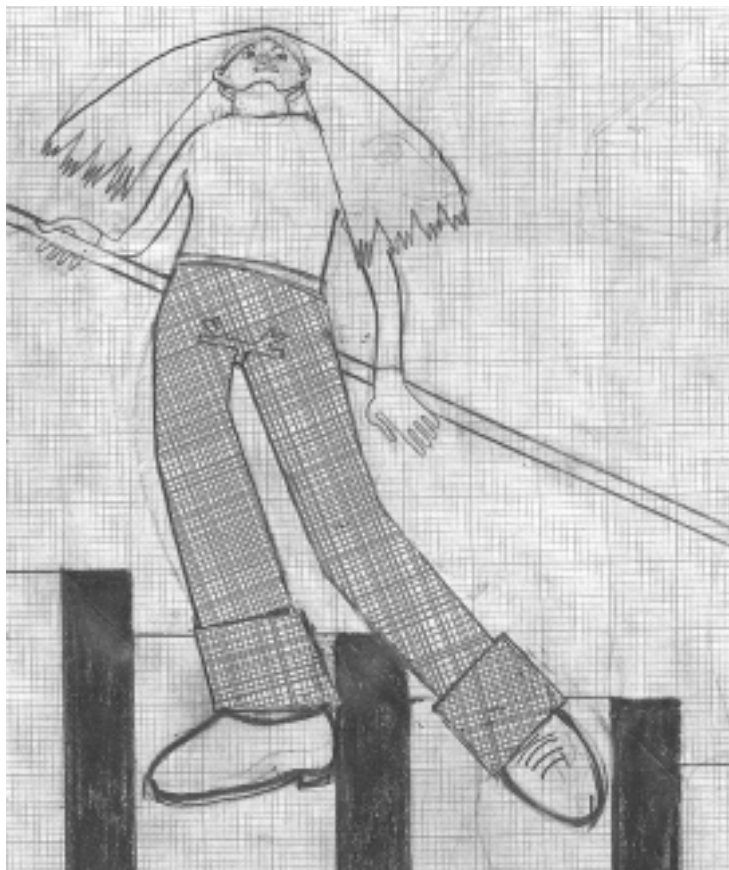
Titeln på referensmaterialet är ett citat från en intervju med en 17-årig flicka, Anna. Hela intervjun finns som inledning till avsnittet ”Från att pröva... till att fastna i missbruk”.

Anna, som bor i en stad i mellersta Sverige, börjar dricka vid tretton års ålder. Hon dras till äldre killar, som ger henne komplimanger för att hon är söt. ”Något jag var alldeles för ung för att klara av”, säger hon. Hon känner sig efterlängtat ”vuxen” och gänget blir som hennes ”familj”. Hon börjar festa alltmer och drickandet tilltar när hon blir fjorton. Hon har däremot aldrig börjat röka och har heller aldrig provat narkotika, vilket hon är stolt över idag.

Hon lyckas komma från alkoholen när hon är sjutton år. Gänget överger hon, några hon numera kallar för ”ligister”. Både skolan och ett par kamrater blir här viktiga för henne. Två kvinnliga lärare i skolan framträder i hennes berättelse. Den ene blir vägledare: ”med henne kunde jag prata och hon förstod”. Den andre väcker ett intresse för historia: ”det var det jag saknade, ett intresse, något som engagerade mig”. Skolan är dessutom mycket sträng när det gäller skolk: ”man kunde inte vara borta tio minuter innan dom ringde hem. Därför var jag i skolan jämt.” Skolan blir på så sätt ett skydd för Anna, ett finmaskigt nät, som fångar upp henne.

Två killar i hennes egen ålder blir nya vänner, som leder henne in på nya spår. Med dem upptäcker hon att det bakom hennes myt om killars barnslighet i hennes egen ålder, finns en mognad hon själv söker och råd hon behöver. Hon upptäcker alltmer ”ligisternas” ytlighet, omognad – och deras kriminalitet.

Föräldrarna, som är skilda och bor i olika städer, har hon bra kontakt med på det sättet att hon kan berätta allt, åtminstone efteråt: ”De har aldrig skrikat åt mig, då hade jag aldrig kunnat prata med dem”. Hennes djupa känsla av ”att jag vill inte göra dem besvikna” har



säkert avhållit henne från ”ligisternas” tilltag. Däremot har hon ofta spelat ut föräldrarna mot varandra, ljugit friskt för dem.

Hon har på många sätt saknat vägledning i livet. Hon har haft svårt att se trappstegen i livet och ”stöter därför fel fot överallt”, som hon själv uttrycker det.

Inledningsavsnittet **Några utgångspunkter** tar fram några av Skolverkets perspektiv i arbetet med hälsofrågorna i skolan. Hälsa är bland annat att ”säga hej”, att bli sedd. Därför behöver hälsoarbetet ett brett synsätt, där det handlar både om helhet och delar. Helheten har inriktning på skolklimatet. Det handlar om relationerna mellan ungdomar och vuxna i skolan, om delaktighet och inflytande. Med andra ord, en skola som kan ge glädje och lust i lärandet. Delarna innebär att utveckla de enskilda hälsoområdena, att behandla dem mindre fragmentariskt och upptäcka att de i grunden har mycket gemensamt.

Traditionellt har hälsoarbetet ofta satt fokus på vad man är m o t - men talat alltför litet om det man är f ö r. Hälsoarbetets långa kunskapsmässiga förankring inom naturvetenskapen har fjärrat ämnet från de psykiska och sociala aspekterna på hälsa. De existentiella frågorna har en alldeles speciell plats i unga människors liv. På baksidan till denna bok har därför följande citat lyfts fram: ”Om man inte kan tala om livets mening blir det svårt att förstå hälsans

mening”, ett påstående taget ur en av artiklarna i Skolverkets antologi om hälsoarbete i skolan: ”Är Pippi Långstrump en hälsoupplysare eller hälsorisk?”

Som en ”utgångspunkt” diskuteras också områdena tobak, alkohol och narkotika under rubriken ”Tre områden, både lika och olika”. När det gäller begreppen ”social acceptans”, ”beroende”, ”lagstiftning” och ”skador” finns likheter men också betydande olikheter. Tobak, alkohol, narkotika förekommer alltid tillsammans som begrepp (ANT) – men är i undervisningen ofta åtskilda. ”Men av ANT (hädanefter skrivet med små bokstäver) blir det i praktiken mest alkohol och narkotika, tobaken kommer ofta helt bort”, sa en av deltagarna på de två seminarier som Skolverket anordnade inför produktion av detta referensmaterial. En del hävdade att begreppet skulle lyftas bort, eftersom det förde tankarna till den traditionella ant-undervisningen, andra framhöll att begreppet är ”inkört” och därför lätt att använda inom skolan idag.

Ett annat ofta förekommande begrepp är ”drogundervisning/upplysning”, vilket ofta lämnar läsaren med en undran om vilket av de olika preparaten som avses. Ordet används ibland för alla tre områdena tillsammans, ibland för alkohol och narkotika, ibland för enbart narkotika. Det minskar tydligheten men också trovärdigheten. Även om tobaken rent teoretiskt är en drog genom det beroendeframkallande nikotinet, associerar de flesta ungdomar och vuxna begreppet ”drog” till narkotika, som, förutom att det är illegalt, inte har någon social acceptans och ofta leder till social misär och utanförskap i samhället. Narkotika är på det sättet helt skild från fenomenet ”rökning” i samhället.

I den här boken försöker vi därför så konsekvent som möjligt nämna områdena vid dess rätta namn, tobak, alkohol och narkotika. Något positivt gemensamt ord har vi tyvärr inte lyckats mynta, men flera skolor diskuterar idag områdena utifrån ämnena ”Livskunskap” eller ”Levnadslära”.

Alkoholen är en del av vårt kulturarv i Sverige. I andra kulturer har narkotikan istället en plats, medan alkoholen är helt bannlyst och förbjuden. I avsnittet **Dubbelheten till alkoholen** diskuteras dualismen till alkoholen, den både njutbara och plågsamma, den samtidigt livgivande och dödsbringande. I sumeriska myter, i bibeln, i Bellmans sångtexter och i skönlitteratur berörs rusets både positiva och negativa verkningar. En dualism som i samtal med flickor och pojkar kan behöva lyftas för att öka trovärdigheten i undervisningen men också för att ge ungdomar stöd att minimera de negativa verkningarna, som ofta har våld, olyckor och sexuella övergrepp i sitt följe.

I avsnittet **Skötsamhetsmoral och hedonism** fördjupas resonemangen kring vårt kulturarv. Dagens undervisning behöver sättas in i ett historiskt sammanhang, för att ge förståelse för den tid som gäller idag. Alkoholismen växte som hälsoproblem under hela förra århundradet. Till slut blev den också ett hot mot samhället. Människor söp, misskötte sig och kunde inte klara sina arbeten. Den fria alkoholpolitiken kunde man inte längre hantera. Så kom folkhemmet med nya visioner och i dess anda utvecklades ”skötsamhetsmoralen” med budskapet ”att inte supa innebär att vara en modern människa”. Alkohol är på 30-, 40- och 50-talet inte på samma sätt en ”vuxenmarkör” som det är idag.

70-talet var det årtiondet, då skötsamhetsmoralen ersätts av ett hedonistiskt leverne.

Föräldrarnas liv står för ett stelrat vuxensamhälle utan spontanitet, lek och lust. Alkoholen blir under denna tid en del av ett symboliskt motstånd. Under 80- och 90-talet breder en ny skötsamhetsmoral ut sig, som också har aerobics, gym, nyttigare mat i sitt spår. Nu är det viktigt att ”ha stil”, där även kroppen ingår som ett viktigt ”estetiskt projekt”. Gränsen mellan friskvård och skönhetstips är många gånger hårfin.

Även tobaken har omgärdats av olika attribut, som påverkat rökandet genom tiderna. En del av protesten mot föräldragenerationen under 70-talet var bland annat att röka och antalet rökare bland ungdomar var då som högst. Avsnittet **Cigaretten – en symbol i förändring** lyfter fram hur både vuxna och ungdomar påverkas av reklamen och hur cynism och förakt präglar tobaksindustrins marknadsföring. När lagstiftning försvårar för tobaksindustrin vänder sig denna mot nya marknader, till ungdomar i Östeuropa och Kina.

Cigaretten har i de flesta samhällen stått för ”modernitet”. Rökningen hos kvinnor på 50-talet står för frigörelse, en kvinna som strävar att bli jämlik mannen - och som därmed också röker som han. När överklassens kvinnor överger cigaretten blir den en markör för modernitet hos arbetarklassen. Sådana kunskaper kan hjälpa ungdomar att sätta in rökningen i ett bredare historiskt sammanhang. Men vad står cigaretten för hos dagens unga kvinnor och hur vill dessa bli uppfattade av andra? Detta är tyvärr ett utforskat område och här behövs mer av kvalitativ forskning.

Hur man förmedlar statistik påverkar mytbildningen om bland annat narkotika. En sådan myt är att man som ung tror att fler prövar än de i verkligheten gör. Detta tas upp i avsnittet **Bruk och missbruk i siffror**. Bakom rubriken ”Ungdomar använder alltmer droger” kan det röra sig om relativt små förändringar över en treårsperiod. Tendensen över en längre tidsperiod visar emellertid att: a) antalet rökare har halverats i ungdomsgruppen sedan början av 80-talet, b) ungdomars alkoholkonsumtion har minskat betydligt sedan 70-talet men återigen ökat något i slutet av 80-talet för att därefter plana ut; c) 93 procent flickor och 92 procent pojkar har aldrig prövat narkotika (årskurs 9).

Skillnaderna finns framför allt mellan olika grupper i samhället. Flickor på det individuella programmet röker betydligt mer än på andra gymnasieprogram. Mönstringsundersökningar visar att andelen unga män som ”någon gång prövat narkotika” (mest cannabis) har ökat under 90-talet. Erfarenheten av narkotika är större hos dem som flyttat hemifrån, saknar gymnasiekompetens och varken studerar eller arbetar vid mönstringstillfället.

I avsnittet **Från att pröva... till att fastna i missbruk** diskuteras tonåringens möte med vuxenvärlden – om frigörelse och protest, men också om risken för att den öppna dialogen med föräldrar och andra vuxna tappas bort i talet om ”gränssättning”. Här diskuteras också innebörden i ordet självkänsla, som kommer från en djup känsla av att känna sig värdefull. I kapitlet diskuteras också självhatet som självkänslans motkraft, vilket innebär att utveckla en negativ identitet, att aktivt förstöra sig själv och sina möjligheter. Det är därför som ren skadeinformation många gånger blir helt meningslös för dessa ungdomar. Om man inte upplever sig själv som värdefull, då spelar det ingen roll om det är farligt. Tvärtom, det är just det, det skall vara.

Avsnittet fördjupar också analysen kring ”festandet”, som kan stå för att ”leka tillsammans”, enligt Winnicots terminologi. I kamratgruppen blir individen stärkt, bekräftad. Tillsammans blir de ”ett starkt vi”. Att därför ”säga nej till alkohol” är betydligt mer komplicerat än att under en lektionstimme arbeta med värderingsövningar med syftet att ”våga stå på sig och lära sig säga nej”. Det är en liten grupp ungdomar som utvecklar ett missbruk och som tidigt behöver fångas upp för att få hjälp. De kan behöva särskilt individuellt stöd. Här är skolan viktig, liksom hela nätverket runt barnet. Avsnittet diskuterar olika bakgrundsfaktorer. Forskare hävdar att det är antalet sådana faktorer och intensiteten i dessa som särskiljer stor-konsumenter av alkohol och missbrukare av narkotika från andra människor som har det svårt. Skolk är enligt forskningen en av de främsta varningssignalerna vid missbruk. Att snabbt följa upp skolk är en av flera insatser som skolan kan göra.

”Om jag inte haft ett arbete hade jag blivit ligist”. Så säger en av de ungdomar som finns citerade i avsnittet **Ungdomar och ruset**, som lyfter fram ruset – ett tema som varit tabu både inom svensk alkoholforskning och svensk alkoholupplysning. Sociologerna Norell & Törnqvist visar på tre intervjuade grupper, ”arbetarna”, ”de studerande” och det ”svartklädda folket” (rockfolket). Även sociologen Philip Lalander har studerat tre grupper av ungdomar: mediafolket (unga kvinnor), de kristna samt en grupp som tillhör en politisk ungdomsorganisation.

Även om alkohol inte på samma sätt är så skadligt för tjugoårigas kroppar (den åldersgrupp som intervjuas) som under tonårstiden kan dessa ungdomars berättelser lära oss en hel del om varför festandet var och är så viktigt i deras liv. Det som är speciellt intressant att notera är hur ungdomarnas vanor förändras över tid och hur olika ungdomsgrupper förhåller sig till ”festande” och till samhällets alkoholpolitik.

I ett kort avsnitt, kallat **Det blir bara värre och värre** gestaltas de vuxnas oro över ungdomen. Varje vuxengeneration anser sig stå vid avgrundens rand när de betraktar ungdomen. Men osynliggör vi de unga i detta historielösa betraktande? Ungdomars liv beskrivs ofta som vore de bilder av en objektiv verklighet ”detta är ungdomen”. Något som kan ge näring till majoritetsmissförstånd hos ungdomarna själva.

En skola som kan ge glädje och lust i lärandet är den jordmån som behövs för hälsoarbetet i skolan. Det är en central tanke i avsnittet **En skola att må bra i?** För de barn som lever ett utsatt liv kan en bra skola kompensera brister i föräldrarelationerna. Alltmer talar man idag också om känslolivets betydelse för att främja lärandet. En rad studier bekräftar att ungdomar som inte trivs, som inte har några framtidsplaner och som ”stökar” i skolan både röker och dricker mer alkohol än ungdomar som trivs, har framtidsplaner och finner sig väl tillrätta. Samhällets engagemang för att motverka hög alkoholkonsumtion och missbruk av narkotika bör därför inte enbart omfatta själva undervisningen om tobak, alkohol och narkotika utan hela skolans arbete har betydelse. Det är här man vistas åtta timmar om dagen, det är här man träffar kamrater, som för de allra flesta ger lust att komma till skolan. Men det är också här man kan möta vuxna, inte enbart som förmedlare av kunskap om matte, engelska utan också som förebilder, ”goda vuxna”. ”En god förebild” nämns ibland i sam-

band med att lärare inte bör röka – men minst lika viktigt är att vara en förebild på annat sätt. En vuxen som kan lyssna, se, ge återkoppling, ingjuta mod, tillit, locka fram ens talanger, ge optimism och framtidshopp.

I avsnittet **Bilder från fem skolor** ger några rektorer och lärare från fem skolor sin syn på varför deras skola fungerar väl. Skolorna karaktäriseras framför allt av ett bra ledarskap. Rektorn har en pedagogisk vision, en vision som ger henne/honom kraften att orka med ett förändringsarbete. En väg att skapa ett engagemang hos eleverna är att dessa får ökat inflytande och ansvar. Skolorna kännetecknas också av en öppenhet utåt mot samhället och ett väl utvecklat samarbete med föräldrar. Skolorna är också tydliga med vilka normer som gäller, vad som är tillåtet/icke tillåtet.

Skolornas synsätt är att tidigt fånga upp de elever som har svårt att nå målen men också elever som har olika svårigheter i relationen till andra. I ett par av skolorna har man speciellt beaktat ämnen som musik, bild, dans, drama/rörelse för att dels plocka fram barnens talanger och stärka deras självkänsla, dels göra skolan roligare, vilket gör det lättare att lära. Rektoreorna värnar också om en god personalpolitik genom att svara upp mot lärarnas behov av fortbildning, stöd (handledning) och även friskvård. Att känna glädje i det du gör är en del av ett gott skolklimat, säger en rektor.

Nästa del av boken – **Undervisning om tobak, alkohol och narkotika** – berör själva ant- undervisningen.

Det inleds med en genomgång av **Effekter av undervisning?** Sammanfattningsvis visar forskning att en restriktiv tobaks-, alkohol- och narkotikapolitik begränsar ungdomars bruk av tobak, alkohol och narkotika. Undervisning och olika upplysningskampanjer verkar däremot ge mer marginella effekter, även om tobaksupplysning har mer framgång än alkohol- och narkotikaupplysning. Skräckpropaganda och ren faktainformation ger inga effekter, det förstnämnda ger snarare motsatt effekt på de ungdomar som redan är i riskzon. En framgångsrik metod visar sig vara ”den informella diskussionsgruppen där läraren är i bakgrunden och försöker skapa en öppen miljö där den unge kan utforska, undersöka och diskutera sina egna attityder och sitt eget beteende vad gäller alkohol”. Detta åskådliggörs under temat: ”Några röster från ungdomar om hälsa och hälso- undervisning”. En flicka säger i en intervju: ”Jag tycker att man borde ha mer om detta med livet. Man borde ta upp det som angår alla, de allra flesta har ju inte aids eller knarkar, men det gör man inte”. Ju mer dialog och ju mindre uppifrånkommande undervisning och information, desto nöjdare är de elever som intervjuats.

Det finns en rad teorier om hälsa, vilka berörs i avsnittet **Teorier och begrepp i hälsoarbetet**. Ett sådant är att ”bygga stödjande miljöer” för hälsa, vilket vidgar hälsoarbetet i skolan till att inte enbart omfatta individen utan hela skolan. Hälsofrågor är inte enbart livsstil utan också levnadsvillkor. Hälsoundervisning bör, enligt detta perspektiv, därför sträva mot att skapa ett engagemang för förändring och ”växt” inte bara inåt - utan även utåt, dels inom skolan, dels i närsamhället. Begreppen empowerment, handlingskompetens och Paulo Freires frigörelsepedagogik diskuteras. Grundläggande för alla tre är att det behövs känslomässig energi för att en

insikt skall leda till förändring. Undervisning inom olika hälsoområden kräver därför metoder som går mera på djupet och försöker fånga inre motstånd och svårigheter, vilket är en helt annan ”resa” än de ofta tekniska metoder, som den traditionella ant-undervisningen har varit och till viss del fortfarande är influerad av.

Är målen realistiska?, den frågan har ställts till ett antal personer med lång erfarenhet av hälsoarbete. Målsättningen i de nationella dokumenten är att ingen ska dricka före arton års ålder. Samtidigt har nästan 80 procent någon gång smakat alkohol i nian. Hur balanserar läraren ungdomars behov att ärliga samtal om verkligheten såsom den är, samtidigt som den officiella moralen uttalar att alkohol hör inte ungdomstiden till? Utmaningen för ant-undervisningen är att göra den trovärdig för barn och ungdomar. Den ställer krav på ett öppet, nyfiket lyssnande, där man utgår mer från ungdomarnas frågor än de vuxnas.

I avsnittet **Från fakta - till samtal** diskuteras hälsoarbetet i skolan med sina två perspektiv. Här ges en kort historisk exposé över främst alkoholundervisningen samtidigt som ett par arbetssätt, bland annat de vanligt förekommande värderingsövningarna, diskuteras.

En metod som kan ge både ökad självkännet och empati är ”Samtalet”, ett tema som avsnittet fördjupar sig i och som bygger på intervjuer med samtalsledare. Det fria samtalet i små grupper kan ge barn och ungdomar möjlighet till diskussioner där deras inre liv och yttre vardag blir synlig. Att ge möjlighet till samtal – och möten, är ett sätt att komma till tals om livsfrågor, där tobak, alkohol och narkotika kan vara en del av samtalet men omvandlas till andra mer närliggande teman i deras vardag – teman som kan stärka deras hälsa.

Innehållet i samtalen kan handla om längtan efter gemenskap, om vänskap, kärlek, avundsjuka, svartsjuka; om intressen; känslor av sorg, vrede, leda, glädje, tomhet, ensamhet, osäkerhet, blyghet. Men också om rusets betydelse; om fyllan som flyktzon; om kropp, utseende, sexualitet; om framtiden med oro och hopp.

Skolan är en del av samhället, vilket utvecklas i avsnittet **Skolan kan göra en hel del – men inte allt!** Här finns föräldrarna och närsamhället. Idag har många skolor byggt nätverk med elevvårdsteam, ungdomsmottagning, fältassistent, närpolis, föreningar, studieförbund. De sistnämnda kan stödja intressen (idrott, musik, dans m.m.), skapa gemenskap och engagemang.

Föräldrar bjuds ofta in till informationsmöten, där det dominerande perspektivet ofta utgår från ”risker”, ”problem”, ”symtom”, ”upptäckta tecken”. Kapitlet vill snarare vända på perspektivet och närma sig föräldrarna utifrån en mer positiv infallsvinkel: Hur kan vi komma till tals med våra tonåringar? Hur sätter vi gränser på ett sätt att vi inte förlorar den viktiga dialogen? Hur kan vi medverka till att våra barn och ungdomar känner sig värdefulla?

Avslutningsvis – vilket perspektiv intar jag som lärare i min hälsoundervisning? Intar jag ett förebyggande eller främjande perspektiv, ett negativt eller positivt, ett skuldbeläggande eller nyfiket lyssnande? Komplexiteten i undervisningen om tobak, alkohol och narkotika går ej att ta miste på och den utmanar oss därför ständigt.

Några utgångspunkter

SKOLVERKETS SYN PÅ HÄLSOARBETET i skolan tar sin utgångspunkt i antologin ”Är Pippi Långstrump en hälsoupplysare eller hälsorisk?” Några av grundtankarna i det referensmaterialet visar på nya vägar för hälsoarbetet.

I det här avsnittet diskuteras också likheter och olikheter mellan de tre områdena tobak, alkohol och narkotika.

”Pappa – vad är orätt?”

Det smyger sig lätt in drag av försakelse i samhällets hälsobegrepp, en underton av moral och olust. Något som fortfarande är en barlast i folkhälsoarbetet. Det leder till att vissa områdena är tabu att tala om. Kanske är det ett av skälen till att mycket av undervisning om bland annat alkohol inte uppfattas som trovärdig av ungdomar.

Moraliserandet har ingen plats i kommunikativt arbete. Såväl unga som äldre slår då dövörat till. Så har bland annat ”ruset” varit tabu att prata om, allra helst inom alkoholupplysningen. Även forskningen inom alkoholområdet har varit dominerad av det naturvetenskapliga perspektivet och andra forskningsdiscipliner som lyfter fram sociologiska, antropologiska och psykologiska perspektiv har hållits tillbaka. Här har istället skönlitteraturen gett bidrag till förståelsen för ruset och dess följder.

När vi idag alltmer talar om ”skyddsfaktorer” är det lätt att teman som glädje, humor, fest och gemenskap trängs undan. Men glädje och gemenskap är t.ex. viktiga komponenter i hälsoarbetet för att vi människor skall få tillgång till kraften att förändra – det vi vill – i våra liv. Att känna glädje i det du gör på en skola, är enligt en av de intervjuade rektorerna i denna bok, grundläggande för skolans ”anda” och goda lärprocesser.

En teckning från fyrtioalet av Torvald Gahlin kommer osökt i tankarna när det gäller folkhälsoarbetets historiska barlast. Det är barnet som frågar sin pappa: ”Hur ska man veta vad som är rätt eller orätt, pappa? Och pappan svarar: ”Om det är roligt, är det säkert orätt!”

Titeln till det tidigare publicerade referensmaterialet om hälsoarbetet i skolan – ”Är Pippi Långstrump en hälsoupplysare eller hälsorisk? – sattes med tanke på att hälsoarbetet har satt fokus mer på problem och olust, än på glädje och lust. Som den här artonåriga flickans

reaktion i en intervju om hälsoarbetet i skolan: ”Jag tycker också, att om man ser trött och glåmig ut, då kan det vara att man har gjort något väldigt roligt. Trots glåmigheten, kan man må väldigt bra”. Något kanske vi vuxna inte alltid tror, utan vi försöker snarare hitta problem kring ringarna under ögonen.¹

Böckerna om Pippi Långstrump skrevs i en tid, där synen på barnet var sådan att Pippi framstod som en revolutionär. Punktligheten med barnet var A och O. 1927 skriver professorn i pediatrik Isak Jundell följande i ett stort arbete om barns uppfostran och vård: ”Uppfostrans mål är att stålsätta barnet och öka dess förmåga att övervinna olustkänslor och avstå från lustkänslor. Barnet kan då när det blir äldre inom vissa gränser till och med finna lust i vad som i och för sig medför olustkänslor.”²

Mer mot – än för

Hälsoarbetet har således satt fokus på vad man är *mot* – men talat alltför lite om det man är *för*. Vad är det som stärker hälsan, som skyddar oss för de risker vi alltid utsätts för? Begreppet ”hälsofrämjande” har blivit alltmer vedertaget, även om många ibland kan undra vad detta begrepp står för. Inom den folkhälsovetenskapliga disciplinen används också begreppet ”salutogenes” om sådant som främjar hälsa, men det väcker heller inte alltid igenkännande inom den pedagogiska disciplinen. Sådana olikheter i språk- och begreppsvärldar kan skapa svårigheter att kommunicera och samarbeta mellan olika discipliner.

I dagens internationella hälsoarbete talar man alltmer om att bygga ”stödjande miljöer”, vilket kan vara ett klarare och enklare begrepp. Förutom ett främjande perspektiv är en av grundtankarna att eleverna medverkar aktivt, vilket också i ligger i linje med den nya läroplanen. Att tänka i de perspektiven kan också göra det lättare när man skall närma sig ett område som tobak, alkohol och narkotika. Vilken stödande miljö är skolan för att barn och ungdomar skall kunna utveckla ett aktivt, kreativt och icke destruktivt liv?

Två perspektiv på hälsoarbetet i skolan

I antologin ”Är Pippi Långstrump en hälsoupplivsare eller hälsorisk?” sägs bland annat att hälsa – det är att säga hej. Att bli sedd. Hälsoarbetet behöver därför ett brett synsätt. Det handlar både om helhet och delar.

Det ena perspektivet handlar om hela skolan, om skolklimatet och relationerna mellan barn, ungdomar och vuxna. Hur trivs barn och vuxna på skolan? Hur är stämningen, skolans anda? Hur pass delaktiga är eleverna i skolans pedagogiska arbete? Hur mycket inflytande har de? Hur är ledarskapet? Finns en vision för skolan – och delar alla denna? Hur stödjer man barn som har det svårt? Blir barnen sedda? Hur får de återkoppling på sina arbeten? Hur är arbetsmiljön? Finns det uppehållsrum, musikrum, cafeteria, så att eleverna upplever miljön som stimulerande och aktiv? Vilka stödande nätverk finns runt barnen?

Det andra perspektivet rör kunskapsområdet hälsa – med betoning på att stärka hälsan. Det innebär en fördjupning inom olika hälsoområden, men där dessa hålls samman till en helhet, för att undvika den fragmentisering som hälsoarbetet länge har lidit av. Ena dagen har det varit aids, andra narkotika, tredje anabola steroider, fjärde sexuella trakasserier, femte anorexi etc. Något som kan likna brandkårsutryckningar, vilka till en viss del följer

politikernas reaktioner på den massmediala uppmärksamheten kring olika företeelser som rör ungdomar i samhället. Hälsoarbetet är i hög grad utsatt för den ”enfrågekaraktär” som präglar samhällsdebatten.

De olika hälsoområdena har mycket gemensamt. Som en röd tråd genom de flesta hälsoområdena finns temat ”relationer” och de existentiella frågorna. När det gäller själva arbets sättet verkar den jämlika dialogen vara den mest framgångsrika. Ju mer dialog, ju mer nöjda elever, det är något man kan konstatera i intervjuer med ungdomar. Denna unga kvinna, intervjuad inför ”Pippi-boken”, får stå för den känsla av överklighet som flera ungdomar kan känna när olika vuxna vill ”predika” sina hälsobudskap i skolan.

Jag tycker att man borde ha mer om detta med livet. Det skulle inte behöva vara inriktat på sex, utan mer om detta hur man känner sig. Det saknar jag, för det är egentligen det viktiga och också det svåraste i livet.

Det blir ofta väldigt lite om det som känns verkligt för en, som relationer till andra. Väldigt lite om sådant som faktiskt finns, för egentligen är det ju inte så många som knarkar eller har aids. Det är viktigt att ta det som angår alla, men det gör man inte.

Tobak, alkohol, narkotika – Tre områden, både lika och olika

De tre områdena tobak, alkohol och narkotika har mycket gemensamt, men är också helt skilda från varandra. De förekommer alltid ihop som ett begrepp, ant, men i praktiken arbetar skolan med de tre områdena separat.

Enligt ungdomsforskaren Ola Stafseng är enda grunden att man fört samman de tre områdena ”att ämnena passar in i de moraliska relationerna mellan det vuxna samhället och ungdomens subsamhälle”.³

Social acceptans

Tobak och alkohol är socialt accepterade i Sverige men tobak är det preparat som är mest accepterat hos alla grupper, numera även hos kvinnor. Ett ”missbruk” av cigaretter, en kedjerökande man eller kvinna, anses inte tillhöra samhällets avvikare, såsom fallet är med missbruk av alkohol och narkotika. Den stora skillnaden är att ett missbruk av tobak inte leder till att du blir utslagen psykiskt eller socialt – om du inte blir oerhört stressad av att vara kedjerökare.

Alkohol har en social acceptans så länge du kan hantera ditt drickande, sköta ditt jobb och din familj. En kvinna som dricker har mindre social acceptans i samhället än en man. En full kvinna är fortfarande en ”sexuellt villig” kvinna.

Narkotika däremot är inte socialt accepterat och en majoritet av svenska ungdomar tar också avstånd. De anser att narkotika är ett problem, 90 procent tar avstånd från påståendet att ”det borde vara tillåtet att röka hasch” och ”att man själv skall få bestämma om man vill knarka

eller ej”. Få instämmer i påståendet att det tillhör ”normal tonårsutveckling att testa droger” eller ”att den liberalisering som äger rum i Europa är bra (8 procent).⁴

Acceptansen för olika droger skiljer sig mellan olika kulturer. Hasch och marijuana är socialt accepterade i England, Holland och USA. I Libanon, Syrien och Nordafrika är det också vanligt med hasch, där det ses mer som ett bruk än missbruk, även om det är illegalt. Khat har använts mycket i Somalia, Jemen och Egypten. På senare år har khat blivit illegalt i stort sett i alla länder utom i norra Jemen. I Indien, liksom flera arabländer, är det förbjudet att dricka alkohol. Där kan man istället röka hasch eller ganja, indisk marijuana. Iran har en lång tradition av opiumrökning, som landet på olika sätt försökt få bort, eftersom det ses som ett hot mot folkhälsan. I stället har man börjat använda rökheroin, som är svårare att upptäcka, eftersom det inte luktar.

Även om acceptansen varierar för olika droger är den sociala kontrollen överallt lika hård. Om någon börjar missbruka narkotika i en omfattning som undergräver ekonomi och arbetsförmåga, görs allt för att stoppa detta. I Mellanöstern stöts emellertid en missbrukare ofta ut ur familjen om denne inte lyckas stoppa sitt missbruk. Han anses ha fläckat familjen, släktens ära och goda rykte.⁵

Beroendet

Men hur är det med preparatens förmåga att skapa ett beroende?

Forskning har visat att de som har börjat röka tidigt i tonåren kommer att utveckla ett nikotinberoende som gör att de har svårare att sluta röka senare i livet. Vi vet numera att nikotin är starkt beroendeskapande. Ett fysiskt beroende, med samma slags fysiologiska mekanismer som för heroin och kokain, uppstår snabbt vid regelbunden nikotintillförsel. Det räcker att röka ett par paket cigaretter för att beroendet ska börja utvecklas. Mellan 70 och 95 procent av vanerökarna bedöms vara nikotinberoende. Nikotinberoendet överensstämmer med de klassiska kriterierna för drogberoende: tvång att inta medlet, tolerans, abstinenssymtom etc.

När det gäller narkotika kommer beroende och skador snabbare än med alkohol. Knark drabbar också tidigare i livet. De allra flesta alkoholister har en bra avslutad yrkesutbildning, det har sällan narkomaner.⁶

Ett enstaka bruk av t.ex. hasch eller ecstasy skapar inte ett beroende, men har man väl börjat testa finns det i de narkotiska preparaten en förförelse, speciellt den första tiden, som gör att en person kan utveckla ett beroende och därmed bli fast i ett missbruk. Det är ett smygande behov, där gränserna tänjs lite dag för dag och där slutligen hela tillvaron kan gå ut på att skaffa pengar till narkotika.

Ett glas vin innebär inte att människan blir beroende. Alkoholist är man om man dagligen måste ha alkohol för att fungera. Ungdomar blir heller inte högkonsumenter av alkohol för att de testat eller blir berusade en och annan gång. Själva testandet tillhör tonårstiden. Men däremot har man sett samband mellan tidigt drickande (11-13 år) och fortsatt hög konsumtion i 25-30-årsåldern. Psykologiska och sociala faktorer spelar in, något som ytterligare kommer att diskuteras i avsnittet ”Från att pröva...till att fastna i missbruk”.

Lagstiftningen

Sedan 1997 finns en lag om att inte sälja cigaretter till personer som är under 18 år. I lagen

finns också en 18-årsgräns för servering av alkohol på restauranger. På Systembolaget är åldersgränsen 20 år.

Men vad skulle hända om tobak vore vin? Jo, tobaken skulle säljas i särskilda butiker i ett statligt monopolsystem utan vinstintresse. Åldersgränsen skulle vara 20 år. Reklam vore förbjuden och information om skadeverkningar skulle lämnas i butikerna. Langning skulle vara straffbar.⁷

Narkotika är däremot förbjudet enligt lag och innehav och försäljning bestraffas.

Narkotika är heller inte svårt att förbjuda, eftersom de flesta inte använder det. Användningen av narkotika, vilket inkluderar allt från hasch till heroin, är inte utbredd i Sverige och enligt Eckart Köhlhorn, professor i sociologisk alkoholforskning finns det därför goda chanser att genom förbud och sanktioner, stödja och befästa ett befintligt normsystem, som främjar en narkotikafri livsstil. Det finns heller inga resursstarka lobbygrupper i Sverige som representerar ekonomiska intressen i droghantering och drogtillverkning, som t.ex. i Holland.⁸ Det finns heller ingen historisk narkotikaträdion i Sverige, som i andra länder. Alkoholförbud i Sverige skulle t.ex. inte fungera eftersom så många i Sverige använder alkohol.

Skador – sjuklighet, psykosociala följder

Ett dagligt bruk av alla tre preparaten ger skador och sjuklighet. Tobak och alkohol ger väldokumenterade fysiska skador medan framför allt narkotika ger psykiska och sociala skador. Ett alkoholmissbruk får självfallet också stora psykosociala följder.

När det gäller tobak har inte tobaksbruket effekter på den psykiska hälsan i samma utsträckning. Däremot är de fysiska skadorna klart belagda i forskningen. Man räknar med att var fjärde rökare dör före 70 års ålder och förlorar 20-25 år av sitt liv. I Sverige dör 7 000 personer varje år i förtid till följd av tobaksbruket. 80 procent av alla yngre lungcancerpatienter är kvinnor och dödligheten bland kvinnor i åldersgruppen 20-44 år är sedan några år tillbaka högre än för män.

Man vet att det finns relativt välfungerande narkomaner. Men man vet också att detta kan fungera under en kort period. Det blir allt svårare ju mer tiden går, dels på grund av att jakten på pengar till narkotika påverkar hela livet, dels att narkotikan påverkar hjärnan, den intellektuella nivån och de psykiska reaktionerna.

Det finns således olika missbrukarkarriärer, både personer som är ”marginaliserade”, dvs. de har svårt att knyta sociala band till personer utanför narkotikamiljöerna, och ”integrerade” som kombinerar sitt narkotikamissbruk med välordnat arbete och sociala relationer utan subkulturen. De senare får dock allt svårare att klara sig, eftersom de involveras alltmer i den narkomana världen och de handlingar som präglar samvaron i detta sammanhang.⁹

Begreppet ”droger” förvirrar

I olika material, allt från nationella dokument till informationsmaterial, har de tre områdena tobak, alkohol och narkotika fått samlingsnamnet droger. Begrepp som drogförebyggande, drogupplysning och drogarbete används rikligt. Ibland avses enbart narkotika, ibland narkotika och alkohol och i enstaka fall alla tre. Ofta får man utläsa mellan raderna vad som avses, eftersom någon redovisning inte görs.

Olika informatorer inom tobaksområdet har velat understryka betydelsen av att kalla tobaken för drog. Man menar att enligt WHO:s definition stämmer nikotinet in på begreppet drog, eftersom det är starkt vanebildande i likhet med narkotiska preparat som heroin och kokain.

Tobak ses emellertid inte av ungdomar – och inte heller av vuxna – som en drog. Det är stor skillnad mellan tobak och illegal narkotika, som inte har någon social acceptans och som vid missbruk leder till social misär och utanförskap.

När drogbegreppet slarvigt används i arbetet med ungdomar får detta självklart effekter på trovärdigheten. Om tobak skulle kallas drog med syftning till nikotinet, finns en risk att nikotinet beroendeframkallande egenskaper förstoras upp. De flesta som slutar röka, slutar utan hjälp av läkemedel (tabletter eller plåster) eller rök Slutargrupper. Det mest vanliga är att man slutar tvärt – av sig själv. Man har helt enkelt bestämt sig! Det finns däremot ett stort intresse hos läkemedelsindustrin att förstärka nikotinet som drog genom att ge föreställningen att det går inte att sluta om man inte använder olika sorters nikotinersättande ”läkemedel”. För läkemedelsindustrin är detta en ny marknad med stora vinstintressen.

Men vad skall det heta???

I två föreberedande seminarier med forskare och praktiker, som anordnades inför produktionen av denna bok, tyckte flera av deltagarna att begreppet ANT (här skrivet ant) skulle tas bort. Man ansåg att det förknippades med ett traditionellt sätt att arbeta, där faktafrågorna och de medicinska aspekterna dominerade.¹⁰

Dessutom, menade flera, är själva turordningen i begreppet fel. T:et i tobak kommer sist. Det borde snarare stå först, tyckte deltagarna, eftersom tobak är det första man som ung testar och prövar och något eleverna kan börja diskutera innan de kommer upp i högstadiet.

Så här svarade några av deltagarna:

Jag tycker inte ordet är bra, det är uttjatat. De vill tala mer om existentiella frågor. Det är mer livskunskaper än ant.

(Christina Zätterberg, tobaksinformatör, Falun)

Ant kan det inte heta längre. Det blir väldigt lätt en presentation av preparat, en alltför medicinsk diskussion. Om man skulle behålla begreppet skulle det vara svårt att förnya sig, för det förknippas med gamla traditioner. Alkohol t.ex. är en slutdiskussion i ett samtal som tar sin utgångspunkt i samlevnad. Det är svårt att hitta ett nytt ord. Livskunskap är kanske inte bra, eftersom det härleder för mycket till kunskap.

(Marcus Mattson, gymnasielärare, Ängelholm)

Jag tycker att man skall *börja* prata om tobak. T:et i ant har alltid kommit i fel följd. Det ska stå först. Men sedan handlar det om att ta fram helt nya vinklingar på ämnet, så att det blir mer intressant. En ny kunskap om t.ex. tobaksindustrins arbetsmetoder borde här ersätta kunskapen inriktad på skador.

(Margaretha Haglund, avd.dir, Folkhälsoinstitutet)



Tyvär kopplas ant-begreppet fortfarande till preparaten – tobak, alkohol och narkotika. Därmed kan det leda fel i innehållet, dvs att man koppar ihop upplysning med faktainformation och förmedling av kunskap om preparatens effekter på hälsan, skadeverkningar etc. Orden ger ingen inkörsport till det som stärker hälsan – det friska, de skyddande faktorerna.

Nedan följer några argument för – och emot.

Argument för att ha begreppet kvar

- Redan inarbetat
- Alla vet vad som menas
- Tid i undervisningen ges redan i ämnet, knutit till biologiläraren
- Underlättar integration i andra ämnen
- Bra sätt att förkorta tobak, alkohol och narkotika.

Argument för att ta bort ant-begreppet

- Det är preparatnamn och det kan leda till att innehållet i undervisningen blir snävt och inte tillräckligt berör den psykiska och sociala hälsan.
- Många arbetar annorlunda idag än när begreppet kom till.
- Områdena är för olika och det finns ingen anledning att föra ihop dem, eftersom de ofta i det praktiska undervisningsarbetet är helt åtskilda.

I den här boken kommer, så långt möjligt – namnen tobak, alkohol och narkotika skrivs ut, i stället för den gemensamma termen droger. Något positivt gemensamt uttryck har vi tyvärr inte lyckats mynta, men flera skolor diskuterar idag områdena utifrån ämnena ”Livskunskap” eller ”Levnadslära”.

Dubbelheten till alkoholen

Bibeln, Bellman, Gunnar Ekelöf...

ALKOHOLEN ÄR EN DEL AV VÅRT KULTURARV. I sumeriska myter, i Bibeln, i Bellmans sångtexter berörs rusets både negativa och positiva verkningar.

Här återfinns dualismen till alkoholen, både det njutbara och plågsamma. Både inspiration, kreativitet och tanke-
mässig rigiditet. Livgivande, sjukdomsalstrande och dödsbringande på samma gång.

Alkoholruset och gudarna

I flera sumeriska myter spelar alkoholruset en central roll, enligt Lars Sjöstrand, överläkare vid Mariamottagningarna, i en serie artiklar i Läkartidningen där han har analyserat rusets roll.¹

”Det finns ingen kultur som undgått rusmedel. Hos oss har alkohol dominerat och vi kan spåra dess inflytande så långt tillbaka som det över huvud taget finns skriftliga källor.”

Det finns skäl att dröja vid de sumeriska myterna. De ger en bakgrund och förståelse åt Noas rus och de hör till de äldsta kända berättelserna som ger uttryck åt alkoholens verkningar. Texterna är från omkring 2 000 år före Kristus, men de har sannolikt en muntlig historia som går ännu längre tillbaka.

En av dessa myter berättar om hur den högste guden Enlil, sedan han skilt himmel och jord samt låtit ljuset komma till himlen, skapar två lägre gudar, boskapsguden Lahar och sädesgudinnan Ashnan, för att förse gudavärlden med mat och dryck. Till en början går allt väl. Jorden flödar av rikedomar, men efter en tid börjar Lahar och Ashnan själva njuta av överflödet. De dricker sig berusade av vin, kommer i gräl med varandra och försummar sina plikter. När nu gudarnas försörjning hotas skapas de första människorna.

En annan myt skildrar hur vishetens gud Enki bjuder de andra gudarna till gästabad för att fira att de första människorna skapats. Under festen berusar sig Enki och födelsens gudin-

na Ninmah på vin. I sitt omtöcknade tillstånd gör Ninmah ytterligare mänskliga varelser, men de är defekta, bland annat en eunuck och en ofruktsam kvinna. Enki bidrar med att göra en människa som är svag till kropp och själ.

Ytterligare en annan myt skildrar hur krigs- och kärleksgudinnan Inanna lockar Enki att berusa sig. När denne sedan blivit tillräckligt hjälplös berövar gudinnan honom all den gudomliga kraft som han besitter, och som reglerar olika företeelser i gudars och människors värld, exempelvis prästämbeten, sexuellt umgänge och vapen. Sist av allt fråntar hon sin manlige kollega hans förmåga att fatta beslut.

”Dessa myter”, skriver Lars Sjöstrand, ”visar vilken vikt sumererna fäste vid alkoholens effekter och hur imponerade och hur skrämde de var av dem. Ruset kunde skaka till och med gudarna, vars ställning i mytologin visade att alkoholen var något ofrånkomligt och något som yttest hade gudomliga sanktioner”.

Dionysos

Ordet ”spiritus” betyder både ”sprit” och ”ande”. Psykodramatikern Marie Clahr Hallberg har skrivit boken *”Den gudomliga spegeln – om skapande kaos och mänsklig förvandling.”* Hon säger att det i ruset finns en både djurisk och en gudomlig potential. ”Ruset gör det möjligt att träda bortom ansvar, plikt och förnuft.” Boken handlar om Dionysoskulten. Dionysos är vinets och livets gud. I skiftande skepnader och under olika namn har han funnits i de flesta kulturer.

Medan vinets gud ännu var ung låg kultens huvudvikt vid berusning och orgier. Dionysos betraktades framför allt som en fruktbarhetsgud. Med tiden kom den andra betydelsen av uttrycket in spiritus att spela en allt större roll. Drogen användes inte längre som ett självändamål, utan som ett medel att nå den gudomliga inspirationen ”anden”.²

Även Lars Sjöstrand har i Läkartidningen analyserat denne gud och han säger: ”Han är en gud som tillåter människan att nalkas det vilda inom sig, inte minst i ruset. Det finns följaktligen exempel på att hans kult på sina ställen urartade i okontrollerade orgier. Så i Rom, där senaten år 186 före Kristus förbjöd de s.k. bacchanalerna, ett beslut som senare upphävdes av Caesar.”

Dionysos, påpekar Lars Sjöstrand, är också en civilisationsgud. När han missionerade lärde han människan att odla, jäsa och även att blanda vinet med vatten. Grekerna drack inte sitt vin oblandat. ”Det självförvållade ruset är dessutom alltid en viljestyrd handling som tyder på ett medvetet och komplicerat förhållande till verkligheten.”

Dionysos är inte heller en gud som i största allmänhet legitimerar omåttlighet. Drickandet var en del av det offentliga livet och hölls inom rimliga gränser. Platon säger i ”lagarna”:¹

Att dricka sig rusig är ju annars otillbörligt

(utom festligheterna till den guds ära, som gav oss vinet)

Om ruset hos Dionysos står för att uppnå det gudomliga, hur är det då med ”fyllona vid Centralstationen”. ”För missbrukarna”, säger Marie Clahr Hallberg, ”har ’spriten’ tagit överhand. Jag är övertygad om att den som drog sig har ett behov av att uppfyllas av en känsla av helhet och mening, eller åtminstone av att inte känna meningslösheten. Det är som om vi har en ’ur-

gen' som vet att det finns något annat, något mer. Men många vet varken vad de säger eller hur de ska göra det. Att droga sig blir ett slags vilset anrop, som aldrig besvaras.”²

Bibeln

Noa

I ett väsentligt avseende skiljer sig Noa från de ovannämnda gestalterna. Han är inte gud utan en människa. Hans olycksaliga rus tillhör en rent mänsklig sfär.

I Gamla testamentet, första Moseboken, finns den kanske äldsta beskrivningen av ett alkoholiserat och okontrollerat beteende i berättelsen om Noa, som tog sig ett rus av det vin som han själv planterat. Naken och blottad somnade han sedan i sitt tält till sina söners förskräckelse.

Och Noa var en åkerman och var den förste som planterade en vingård. När han drack av vinet, blev han drucken och låg blottad i sitt tält. Och Ham, Kanaans fader, såg då sin faders blygd och berättade det för sina båda bröder, som var utanför. Men Sem och Jafet tog en mantel och lade den på sina skuldror, båda tillsammans, och gick så baklänges in och täckte över sin faders blygd. De höll därvid sina ansikten bortvända, så att de inte såg sin faders blygd. När sedan Noa vaknade upp från ruset och fick veta vad hans yngste som hade gjort honom, sade han: Förbannad vare Kanaan, en trälars träl må han vara åt sina bröder!

Bibeln skildrar dualismen i förhållande till alkoholen. ”Människan är splittrad, varför hennes handlingar ofta är motsägelsefulla. Hon är både i en existentiell och etisk mening svag samtidigt som hon bär ett frö av styrka inom sig. Alkohol innebär i detta sammanhang ett potentiellt hot, därför att rusets euforiserande och hämningslösande effekter exponerar människan för hennes svaghet”, skriver Lars Sjöstrand.

Paulus ger i Romarbrevet uttryck för denna dualism.

Men själv är jag av köttlig natur, såld till slav under synden. Ty jag förstår inte mitt sätt att handla. Det jag vill, det gör jag inte, men det jag avskyr det gör jag.

Ruset har också sociala aspekter. Det hotar familjestrukturen, som i Noas fall, det ger en skev verklighetsuppfattning, det kan hota den inre och yttre sammanhållningen.

Lars Sjöstrand säger också att vinkulturen var fast rotad i Palestina. En mer uttalad vin- eller alkoholfientlig inställning företrädades bara av ett fåtal. Det var de s.k. rekabiterna vilka i en strävan att bevara det ursprungliga nomadlivets renhet bland annat vägrade dricka vin och idka åkerbruk. Johannes Döparen likaså, han drack varken vin eller starka drycker.

”Bibeln i sin helhet speglar skilda attityder till alkohol”, menar Lars Sjöstrand i sin analys av olika texter.

Nåväl, så ät ditt bröd med glädje, och drick ditt vin med glatt hjärta, ty Gud har redan i förväg gett sitt bifall till vad du gör.

Ur Predikaren

Sjöstrand skriver vidare:

”Det skulle dröja ända till islams genombrott innan alla avskräckande erfarenheter av alkohol kunde ackumuleras till en mer spridd alkoholfientlighet i Främre Orienten. Men även inom islams utbredningsområde har fickor av vinkultur funnits, exempelvis hos Persiens sufier. Dessutom har andra droger smugit sig in. Fixeringen vid alkohol i Koranen har gjort att man ofta uppfattat att förbudet gällt alkohol och inte rusmedel i största allmänhet.”

Det finns också ett symbolspråk när det gäller vinet, vinstockar och vinpressar, som till en del bekräftar vinets starka ställning. Ett exempel är berättelsen om bröllopet i Kana där Jesus förvandlar vattnet till vin och räddar festen. Ett annat är också bilderna om Jesu sista måltid. Vinets röda färg symboliserar här liv, blod, försoning, gränsöverskridande gemenskap.

Vinet har sedan historiens gryning använts för att symbolisera ”kommunionen mellan människan och en högre religiös verklighet”.¹

Bellmans diktning

Lars Sjöstrand har som tidigare nämnts även beskrivit ruset i Bellmans författarskap: ”Bellmans diktning kan hjälpa oss till en djupare förståelse av såväl bruket som missbruket av alkohol.”

Abstinens med klinisk exakthet

”Den stora dikten” skriver Sjöstrand, ”ger oss ofta djupare insikter i mänskligt själsliv – även sådant som har klinisk betydelse – än aldrig så väl genomförda vetenskapliga studier.”

Han jämför med Aristoteles som ”I diktkonsten” skriver att skillnaden mellan historiskrivning och dikt är att dikten inte syftar till en exakt avbildning, utan till att spegla verkligheten genom att skildra det allmängiltiga. Därför är dikten mer filosofisk.

Ruset intar således en central plats i författarskapet. Den litterära stil som Bellman utvecklade har sitt ursprung i dryckesvisor som eggat bordssällskap till gemensamma rus. ”Dikt och rus är från början invädda i varandra,” skriver Lars Sjöstrand. ”Den utveckling som Bellmans poesi genomgick från ganska stereotypa dryckesvisor till epistlarnas dramatiska och visuella form, med deras inlevelse i mänsklig passion, visar vilken rik men också problematisk inspirationskälla alkoholens kraftfält var för honom.”

I Fredmans gestalt återges obehaget med abstinensen. Fredman vaknar upp i rännsten med alla de kroppsliga symptom som tillhör abstinensen.¹

*Känn mina händer magra och kalla
Darra vid larm och då
Se dem af vanmagt vid min sida falla
Liksom visna strån*

Återställaren ger dock en nästan momentan lindring.

*Nu ska de styfva leder blifva smorda
Smorda all ihop*

Och här skildras övergången mellan nykterhet:

*Hurra, kurage!
Lustigt, bagage!
Friskt i flaskan, hej!
Nu är jag modig
Tapper och frodig
Och jag fruktar ej
Ännu en sup ell'par!
Tack, min mor och far!*

I Fredmans epistel nr 24 beskrivs också övergången från abstinens till berusning. När väl ruset börjar verka, aktiverar det emellertid ett merbegär som ökat törsten i en ond russpiral som till slut bara döden kan ända.¹

*Usla tider!
Hvad det lider
Mit benrangel faller ner
Men min munn åt glaset ler
Super flera!
Ge mig mera
Mer
Bacchus, ingen ann
Skal mig balsamera
Som en stor namnkunniger man!*



Ångesten över tiden – framtiden

Centralt i Fredmans epistlar är förhållandet mellan rus och tid. Och det förhållandet kopplat till död, ger i Bellmans dikter en nyckel till en vidare förståelse av varför alkohol har en ångestlindrande effekt. Relationen mellan dåtid, nutid och framtid bryts upp, skriver Lars Sjöstrand.

Om vi kan förstå vad som alstrar denna spänning kan vi förstå mycket av det som gör att alkohol och andra rusmedel utövar en sådan lockelse på människan. Därmed kan vi också förstå missbruket, eftersom det finns ingen skarp gräns mellan bruk och missbruk. Ur bruket föds missbruket. Grundläggande är ruset.

Lars Sjöstrand menar att den känsliga punkten i berusningen är upplevelsen av att ruset ”harmoniserar konflikten mellan medvetande och verklighet.” Här ligger en existentiell konflikt. Ruset ger en omnipotenskänsla men ytterst är ”människans behov av rusmedel ett uttryck för hennes önskan att försona sig med sin ändlighet; en ändlighet som avtecknar sig mot bakgrund av en horisont: *tiden*.

Det finns en önskan att undfly tiden hos Fredman: ”Morgondagen blott oro föder”. Ruset mildrar ångesten inför framtiden och döden.

”Ruset förändrar och förnävar tidsupplevelsen”, skriver Sjöstrand. ”Relationen mellan dåtid och nutid bryts upp. Inte så att man inte minns eller helt förlorar framtidsperspektivet, utan så som jag ofta hört missbrukare säga: ’jag bryr mig inte’. Tiden krymper till ett ögonblick: just nu.”¹

Mildrar skuld känslor

Ruset mildrar också skuld känslor, skuld känslor som har att göra med det förflutna, enligt Lars Sjöstrand. ”Bellmans diktning är en axel kring vilken både dödsångest och en stegrad livskänsla vrider sig. Svartsynen paras med en lössläppt kättja. ’Supa, dricka och ha sin flicka, är vad sankte Fredman lär’.”

Många har sagt om Bellman att han förhålls drickandet och det elände som följer därmed. Men Lars Sjöstrand har en annan uppfattning: ”Som missbruksläkare är jag medveten om att tillvaron för missbrukare oftast präglas av lidande”.

Men detta utesluter inte insikten om att alkoholruset rymmer ett positivt incitament. Varken bruk eller missbruk skulle kunna uppstå om det inte fanns något i den nyktra verkligheten som ruset kompenserar människan för.

”Bellmans diktning ger ett konstnärligt uttryck åt detta incitament. Det finns dessutom en humanitet i hans sånger om Bacchi hjältar som är viktigt att tillägna sig för den som i sin kliniska vardag arbetar med missbrukare liksom för den som över huvud vill förstå bakgrunden till alkoholmissbruk”, skriver Lars Sjöstrand.¹

Ruset – ett manligt privilegium

Christina Näsholm, psykolog och psykoterapeut inom området missbruk diskuterar i en artikel i tidskriften ”Socialt Perspektiv” hur kvinnornas roll, i kontrollen och tillverkningen av rusdryckerna, förändrats genom tiderna.³

”Medan kvinnorna historiskt sett ofta behärskat den praktiska kemin med beredning av rusmedlen har männen dominerat som användare och medier, dvs. det har i stort sett varit männen som innehaft privilegiet att berusa sig. Ett stråk av ambivalens inför ruset och dess användare löper genom skilda kulturer och historiska epoker. Underprivilegierades – och därmed kvinnors – rus har betraktats med ogillande. Idag fokuseras främst unga kvinnor som riskgrupp. Ett manligt tolkningsföreträde riskerar leda till att vi bortser från kvinnornas, historiskt sett, omfattande kompetens på rusområdet. Det är i stället dags för kvinnorna att, i en modern variant, återta kunskap och makt över rusmedlen och det egna ruset.”

I vår äldsta nordiska kristna lag, Gulatings lag, finner vi hedniska kulttankar om rus och fruktbarhet. Man och kvinna anmodas att berusa sig minst två gånger om året. Dels för att blidka gudarna, dels för att försäkra sig om släktets fortbestånd. Jämfört med antikens kvinnor i Medelhavsområdet tycks de nordiska kvinnorna haft en starkare och mer jämlik ställning. Det kan man se bland annat i fördelningen av gåvor i gravar. Vikingatidens kvinnor beskrivs som kloka och handlingskraftiga. De hade ordets makt och det var ingen skam för dem att dricka öl eller mjöd tillsammans med männen. Däremot berättas med respekt och vördnad hur de utövar sin samtalskonst lågmält ”över drikken”.

Kvinnorna hade kunskapen om kemi och de bryggde öl och mjöd. Kloka kvinnor hade kunskap om växterna och dess både läkande och dödande kraft.

Det är kvinnorna som är de läkekunniga. De ser också till att ölet inte innehåller gift. I fornskrifterna beskrivs en kvinna som har kunskap, makt och viktiga uppgifter både i framställningen av rusdrycker men också i de ritualer som finns kring drickandet.

Detta förändrades när de kristna munkarna kom till Norden. De bar med sig en annan syn på kvinnan – som oren – och hennes uppgifter både när det gäller religionsutövning som i läkekonsten togs ifrån henne.

Ruset bär på många tvetydigheter. Ruset hos en privilegierad person är väl sett och det är förunnat att vara i ett sådant sällskap. Ruset hos den icke privilegierade, underklassen, förknippas ofta med något negativt.

”Kvinnor är i många sammanhang underprivilegierade, vilket innebär att rus hos kvinnor, oftare än hos män, betraktas med kritiska ögon”, skriver Christina Näslund.

Carl von Linné

Så gör vi ett hopp till Carl von Linné. Han skrev på 1700-talet ner tankar om alkoholens verkningar, både att ”sinnet livas” och ”nerverna blir fulla av behag”, och att det minskar ”omdömesförmågan” och att ”det angriper hårt människans kropp”.¹

”Enbart genom indragning i näsan uppväcker den en medvetlös, man låter den lukta på brännvin, vin eller ättika. En genom arbete, resor eller andra mödor uttröttad blir genast uppiggad, vilket genom mat ej sker på flera timmar. Inebrians (berusningsmedel) kallas det som verkar på förnuftet.

Daglig erfarenhet lär oss att spirituösa drycker hava denna verkan. Ty vem kan förneka, att de uppliva de genom tankearbete försvagade livsandarna, och att många diktare hava känt denna underbara kraft. Ty nerverna retas, varigenom sinnet livas och nerverna bliva fulla av behag, vilket ingalunda skulle ske genom vattendrickande. Så ske även med dem, som hela dagen hava arbetat på ett tal, en predikan eller ett författarskap, som fordra så djupt tankearbete att tankarna slutligen förslöas. En upplivande dusch återställer krafterna och ger livlighet. Men om man dricker för mycket, minskar omdömesförmågan. Vinet – Noaks uppfinning – är väl rätteligen brukat, en förträfflig dryck, men angriper nog hårt människans kropp.”



Ruset och författarskap

August Strindberg liksom flera andra författare och poeter har skrivit under vinets påverkan.

Det enda som gav mig en illusion var vinet! Därför drack jag! Den lindade livsplågan. Det gjorde mitt tröga sinne vaket och intelligent! Stillade stundom hungern, i min ungdom.”

Ur den Ockulta dagboken 1908

Lars Sjöstrand beskriver också Gunnar Ekelöfs poesi. Han skriver: ”Rus och dikt har det gemensamt att de åtminstone ibland tycks förmedla upplevelser av metafysisk art. Något som kommer till uttryck i Ekelöfs dikt *Eufori*.” ”Diktaren sitter en sommarnatt i trädgården. Han börjar skriva, och på det välbehag som en klunk ur pluntan, en tugga på smörgåsen och ett pipbloss ger, följer en känsla av gränslös gemenskap, av att tiden upplöses och tillvarons motsättningar utjämnas.”¹

*...allt är i allt, på en gång
sitt slut och sin början...
död och liv är starka
som vin inom en!*

*Diktens jag är:
– ett med natten
ett med mig själv, med ljusets låga
som ser mig i ögonen stilla,
outgrundligt och stilla
en med aspen*

*som darrar och viskar,
ett med blommornas flockar
som lutar sig ut ur dunklet
och lyssnar
till något jag hade på tungan att
säga men aldrig fick utsagt
något som jag inte ville förråda
ens om jag kunde
Och det porlar inom mig
Av renaste lycka!*

*Ivar Lo Johansson har beskrivit alkoholens inverknings på följande sätt:
Hos den vanliga människan löser alkoholen hämningar, befriar från ångest
och tar bort osäkerhetskänslor, ger mod att söka gemenskapskontakt. Hos
den ensamme fantasten, låt oss säga författaren och konstnären, löser alko-
holen precis samma möjligheter, men vad han kommer i mer intim kontakt
med är sina fantastifigurer och imaginationer.*

Föröder skaparkraften

Samtidigt, avslutar Lars Sjöstrand, så är också verkligheten den att rusmedlet på sikt också föröder skaparkraften. ”Litteraturhistorien är full av förolyckade drinkare och narkomaner. Det gränsöverskridande – heliga – ruset har i sin förlängning den tillvänjningspotential och de destruktiva konsekvenser som vi förknippar med rusmedel. Dess flyktighet tenderar att reducera dikten till spånor.”

Slutligen detta med ruset – denna dubbelhet, som skänker människan både njutning och plåga. Christina Näsholm har i sitt professionella arbete som terapeut inom missbrukarvården sett rusets olika sidor och uttrycker dubbelheten så här:³

Samtidigt som det finns ett återkommande drag genom många kulturer och tider att betrakta ruset som något upphöjt, heligt och gudomligt löper en ambivalens inför ruset som tillstånd och användarna, som en röd tråd genom historien. Exemplet på denna dualism, både på samhälleligt och individuellt plan, är många. Ruset kan på samma gång vara det mest njutbara och det mest plågsamma. Det kan leda till inspiration och kreativitet samtidigt som det bidrar till tankemässig rigiditet och tomhet. Rusmedel kan vara såväl livgivande, sjukdomsalstrande som dödsbringande.

Det är väl denna dualism som också måste prägla innehållet i den alkoholupplysning vi idag ger. Trovärdigheten har fått sig en törn eftersom man talat om det som orsakar sjukdom, våld och död – men ”glömt” det som också ger – åtminstone för stunden – livsglädje, kreativitet, fantasifullhet och inspiration.

Skötsamhets- moral och hedonism

DEN RESTRIKTIVA SVENSKA ALKOHOLPOLITIKEN har sina rötter i ett samhälle, där människor drack sig fulla och där alkoholskadorna tilltog. Den fria alkoholen kunde man till slut inte hantera. I visionen om folkhemmet kunde nykterheten blomma, vilket gjorde det möjligt att begränsa drickandet.

Idag är situationen annorlunda.

Det ”våta sjuttioalet” bör ses mot denna bakgrund. Som en protest mot allt det som var moral, kontroll och skötsamhet.

Under 80- och början av 90-talet kommer vi in i en ny sorts skötsamhet.

Alkoholismen växte som hälsoproblem

Svensk alkoholkultur har sina rötter långt tillbaka. Brännvinet kom till Sverige på 1400-talet. Under ryska fälttåg lärde sig svenska soldater metoden att göra brännvin av säd. Missbruket spred sig och Gustaf II Adolf försökte stoppa brännvinsförsäljning med höga böter. Man ansåg också att säden borde gå till mat och inte till dryck.¹

Under 1600-talet var öl den dominerande drycken i Sverige. Genomsnittsförbrukningen var 2,5 – 3 liter per dag.

Alkoholismen växte alltmer som hälsoproblem och Linné skrev i Almanackan 1748 en varningsskrift om alkoholmissbruket. (Almanackan användes på den tiden som ett sätt att sprida information.)

I slutet av 1700-talet genomförde Gustaf III ett totalförbud mot brännvinsbränning och införde ett 50-tal kronobrännerier, som dels skulle ge staten mer skatt, dels skulle minska hembränneriet. Men snart släpptes husbehovsbränningen återigen fri. Tanken var att det var bättre att bonden satt hemma och söp än att han gick på krogen. Brännvinskonsumtionen ökade enormt under denna tid. Alla drack, till och med de små barnen sattes på "brännvinsdiet".

Liberal alkoholpolitik och fattigdom

Alkoholkonsumtionen under 1700- och 1800-talet var fem till tio gånger högre än idag. Alkoholismen var utbredd och en rad sjukdomar följde i dess spår. En del av barnadödligheten i början av 1800-talet var säkerligen en indirekt följd av familjeförsörjarens alkoholism. Husbehovsbränningen ansågs som en rättighet. Handelsmän och krögare hävdade den fria alkoholpolitiken. Även prästerna understödde den fria alkoholhanteringen.

All brännvinstillverkning, både vid kronobrännerier och det egna husbehovsbränneriet, ledde till slut till en allt mer tilltagande protest mot att säden i hungersnödstider gick till brännvin.

Fattigvårdskommittén 1837 uppfattade "fyllerilasten" som en av de främsta fattigdomsorsakerna i samhället. Man föreslog beskattning av brännvin men vågade inte förbjuda husbehovsbränningen. Ulf Högberg skriver i boken "Svagårens barn" att myndigheternas liberala alkoholpolitik och den rådande fattigdomen var den egentliga orsaken till alkoholismen – men det uttrycktes aldrig från myndigheternas sida. Ulf Högberg illustrerar detta med Gustaf Frödings dikt:

*De giva oss slagg för malm
Och spark för vårt släp och slit
De tröska oss ut som halm
Och läska oss sen' med sprit.*

Stockholmsläkaren Magnus Huss såg de alltmer tilltagande alkoholskadorna, inte bara de fysiska utan också de psykiska skadorna. Huvudorsaken till den tilltagande alkoholismen ansåg Huss vara den rådande lagstiftningen som gjorde brännvinet så lättillgängligt. Han ville höja priset, förändra lagarna och minska tillgängligheten. Huss blev en förgrundsgestalt inom nykterhetsrörelsen.

1860 förbjöd man husbehovsbränningen och tillverkningen koncentrerades istället till färre enheter.¹



Nykheterhetsrörelsens framväxt

Godtemplarorden, IOGT, och andra delar av den ”moderna” nykterhetsrörelsen, kan sägas vara initierad av medelklassen och utvecklades från 1879 – parallellt med frikyrkorörelsen – till att bli en av de stora svenska folkrörelserna. Båda rörelserna var kristna, Godtemplarorden med frikyrkorörelsens inslag av puritanism, religiöst allvar och sedlig stränghet, medan Nykterhetssällskapet företrädde statskyrkan. Godtemplarorden var mera asketisk också i mål och medel och skilde sig från Nykterhetssällskapet (initierat av överklassen) också genom kravet på absolutism. Ett folkuppfostrande patriarkaliskt inslag finns hos båda rörelserna, men ändå mindre magistralt än hos Godtemplarorden.²

Medan nykterhetsrörelsen höll på att växa sig stark började arbetarklassen organisera sig fackligt och politiskt. Nykterhetsrörelsen hade vid slutet av 1800-talet närmare 200 000 medlemmar medan Socialdemokraterna endast hade cirka 3 000. Socialdemokratin opponerade sig mot att nykterhetsrörelsen var förankrad i borgerligheten och att dessa framhöll att alkoholproblemet var det viktigaste i samhället. Efter några stridsår började ett erkännande komma från Socialdemokraterna om det positiva i själva nykterhetsarbetet. Liberaler och socialister kom till slut att samverka inom nykterhetsrörelsen, som kom att domineras av radikala liberaler, flertalet med en hemvist i frikyrkorörelsen.

Något totalförbud genomfördes aldrig. I stället genomfördes Ivan Bratts förslag med alkoholransonering och att privata vinstintressen inte skulle få förekomma i alkoholhandeln.

Motboken infördes i Stockholm 1914 och fylleriförseelserna sjönk från 25 per 1 000 invånare 1914 till 5 per 1 000 invånare 1935. Med Brattssystemet minskade alkoholens tillgänglighet i samhället och därmed minskade alkoholmissbruket. Utan nykterhetsrörelsens starka moraliserande kring alkoholmissbruket hade inte Brattssystemet kunnat genomföras.²

30-talet och skötsamhetsmoralen

Philip Lalander analyserar i sin avhandling ”Anden i flaskan” hur ”konstruktionen av den moderna människan ägde rum”. Skapandet av skötsamhetsmoralen behöver man förstå för att också se det våta sjuttioalet och den revolt mot allt som ”Svensson” stod för. Ett symboliskt motstånd, skriver Philip Lalander.³

Under 30-talet fanns många strömningar. Landsbygd och stad skiljdes alltmer åt. Samhället moderniserades och staden lockade med ett växande nöjesutbud. Det mesta nöjesutbudet på landsbygden stod nykterhetsrörelsen för men även frikyrkorörelsen och arbetarrörelsen. Egentligen var dessa en föregångare till de drogfria miljöprojekt som växte fram under 80-talet.

Skötsamhetsmoralen utvecklades framför allt under 30-talet. I denna kamp kom alkoholen att spela en stor roll. Nedan skisseras mycket kort de värden som, enligt Lalander, då var viktiga för människan.

- *Sexualiteten – lösaktig eller skötsam*

Preventivmedel var förbjudna. RFSU bildades. Bejakandet av sexualiteten sågs som förkastligt. Abort var ej tillåten. Den ogifta modern var fortfarande ej ansedd.



- *Könsrollerna var klart definierade*

Borgarkvinnan var i hemmet. Arbetarkvinnan arbetade för att bidra till familjens försörjning. Det fanns kvinnliga arbeten, manliga arbeten.

- *Sociala hierarkier var viktiga*

Lydnaden mot överordnade var stark. Inom sjukvården fanns en stor hierarkisering.

- *Positiv framtidstro*

Tron på en framtid hade förankring i kollektivet (jmf. idag då individualismen dominerar). 1928 myntades begreppet folkhemmet, det skulle bli alltmer framträdande.

- *Bildning och skötsamhet förespråkades*

Modernism och skötsamhet hänger samman under denna tid. Den som sköter sig och planerar sin tid är samtidigt en modern människa. Skötsamhet, bekämpande av sjukdomar, disciplinering av kroppen lyfts fram som ideal (se också makarna Myrdals "Kris i befolkningsfrågan", där folkhälsoarbete var viktigt för att få en "god arbetarstam").

- *Tekniken utvecklades.* Byggandet växte i rekordfart. Funktionalismen beundrades.

Dansen förkastades

Ungdomar drack inte så mycket som de senare kom att göra. Folkhögskolorna präglades speciellt av absolutism. Man konstaterade också ett samband mellan dans och alkoholförtäring. Inom myndighetsvärlden såg man därför med skepsis på dans.

Skötsamhetsmoralen var starkt förankrad i myndighetsvärlden, men också hos svenska folket, även om det alltid fanns en jakt på motboksransoner.

Människorna själva började skuldbelägga det egna drickandet och den egna sexualiteten. Däremot, skötte man sitt arbete och tog sig ett "järn" på kvällen kunde detta legitimeras. Fattigdom kunde accepteras om den fattige försökte förbättra sin situation. Om den fattige däremot misskötte sig möttes han med misstänksamhet.³

**"Att inte supa innebar
att vara en modern människa."**

Unga socialiserades in i samhället

Efter folkskolan, som de unga avslutade vid 13 års ålder, anställdes man ofta som lärling och kunde på det sättet bidra till försörjningen. Lärlingssystemet var på denna tid lika självklart som det idag är att gå på gymnasiet.

Folkrorelserna var ett sätt att umgås vuxna, barn och ungdomar tillsammans. På det sättet

tet fanns inte den långa ungdomstid som finns idag. Man blev snabbt vuxen och fick ta ansvar, vuxen och ung arbetade sida vid sida. Trots detta förfasade sig de vuxna – som alltid – över de ungas respektlösa uppträdande.

Ungdomskulturer växte fram, där det gavs möjlighet att ta avstånd från vad de vuxna tyckte. Svingpjattar och Nalensnajtare var två exempel.

Ungdomar började finnas ute på biografier och kaféer, ungdomar som på olika sätt genom gruppen tog offentligheten i besittning. Dansen, jitterbuggen, blev speciellt hos storstadsungdomen ett sätt att närma sig det andra könet och att pröva nya stilar.

Alkoholen hade inte samma plats i ungdomars liv som den har idag. Så här skriver Philip Lalander:

Det förefaller inte som om alkoholen hade den stora betydelse som den senare skulle få, när det gällde för den unge att hantera och symboliskt gestalta den egna identiteten. Som jag ser det var ungdomsdiskursen inte lika förknippad med alkohol som den senare skulle bli. Alkoholkonsumtion och supande var inte kriterier på ungdom, så som det skulle bli under 1970-talets hedonistiska revolution.^{x)} Dessutom var skötsamheten strikt förankrad i folkrörelserna.

Framför allt fanns ett individuellt ansvar, ett ansvar som också innebar ett ansvar för samhället. Att ha ett arbete ingår i denna skötsamhetsmoral. Denna skötsamhetsmoral framkommer tydligt i de intervjuer som gjorts med tjugooåringar i Norells och Törnqvists forskning (se vidare kapitlet ”Ungdomar och ruset”) där ”arbetare” är en av de intervjuade grupperna. En ung man säger: Hade jag inte fått ett arbete...hade jag blivit ligist”. Han hade druckit en hel del i sin tonår men nu, när han fått arbete, anammat den skötsamhetsmoral, som han bar med sig hemifrån. ”Arbeta och sköt dig”.

Att dricka tillhör för dessa unga arbetande män i början av 90-talet helglivet, liksom att dricka vid midsommar, jul, dvs. vid helgdagar starkt separerade från arbetet. Under veckan dricker man mjölk.⁵

Det ”våta” 70-talet

Schemaläggning, vuxenhet, sexuell moral, ekonomisk trygghet, arbetsflit och mycket mera sågs som delar av etablissemangen. ”Detta betecknade ett stelnat vuxensamhälle utan spontanitet, lek, lust och egentlig självreflektion. Dessa epitet togs som exempel på hur man i n t e skulle vara”, skriver Philip Lalander.

På många sätt framstod det som hände på 70-talet – vilket tog sin början på 60-talet – som en hedonistisk revolution, vilket avspeglades i de siffror som beskriver alkoholkonsumtionen.

x) En hedonist, enligt Lalander, är en person som söker situationer där njutning är möjlig, närmast ett karnevaliskt tillstånd. Således är en hedonist inte en alkoholist som super sig full varje dag. I det finns en tvångsmässighet, som inte hör till ett mera hedonistiskt leverne.



Alkoholkonsumtionen bland ungdomar har aldrig varit så hög som under 70-talet.

Lalander tar här Ulf Lundells bok ”Jack” som exempel. Den blev en generationsroman, som ironiserar över Svensson som går till sitt jobb på morgonen och tycks vara nöjd med det. ”Supandet och cannabisrökandet sker mer eller mindre självklart...Här finns också den fria sexualiteten, sexualitet för vänskaps skull”. Motsatsen till Svenssonlivet blev att göra ingenting, lyssna på musik och, kanske främst, använda sig av alkohol, som det etablerade samhället åtminstone offentligt bannlyste.” Ett symboliskt motstånd mot skötsamheten.³

Lalander fortsätter:

Det som i debatten ofta har målats upp som ungdomens förfall och totala avsaknad av moral kan alltså ses som symboliskt motstånd mot den skötsamhetsmoral som upplevdes tvingande. Det tidigare generationer hade hoppats på, ett mer civiliserat samhälle fritt från fattigdom och misär, framstod för 1970-talets hedonister som förljugna klyschor och dubbelmoral. Måltavlan för många blev just skötsamhetsmoralen och en generationsklyfta uppstod.

Under 70-talet experimenterades det en hel del med olika narkotika och alkoholen fick en allt större betydelse för ungdomarnas identitetsskapande. Alkohol blev för många liktydigt med att vara ung.

På 30-talet dansade man för att protestera mot föräldrarna, på 70-talet tog man till alkoholen och den fria sexualiteten. Om man skall kalla någon generation för den ”våta” generationen, så var det just 70-talets. ”Det hedonistiska levernet upplevdes som ännu friare när det relaterades till sin motsats, det skötsamma. Kroppslighet och utlevelse var två viktiga hörnpelare”, skriver Philip Lalander.

80- och 90-talet – flera stilar blandas

Under 80-talet går alkoholkonsumtionen hos ungdomar ned. Det blir rimligt att tala om en ny skötsamhet som breder ut sig, menar Lalander. Hälsorörelsen med strömningar från USA växer fram. Det gäller att hålla kroppen igång, se pigg och fräsch ut och att ha en slank och trimmad kropp. Gymmen och motionslokalerna breder ut sig, en hel klädkollektion byggs upp kring aerobics, gym etc. Det är en ny ”hälsostil”, där man kan förmoda att alkohol inte har samma popularitet. Å andra sidan belyses i Norells och Törnqvists forskning att de ungdomar som intervjuades under 80-talet både drack och haschade en hel del, men att de sedan i tjugooårsåldern upphörde med detta och blev måttlighetskonsumenter.⁴

Under 90-talet förekommer de flesta stilar tillsammans, det finns inte enbart en stil – utan många. Olika individer kan söka sig till olika grupper där de kan känna en hemvist och samhörighet. Gammalt blandas också med nytt.

Kropp och stil

Om arbete under 30-talet var kopplat till skötsamhet så är kropp och framför allt *stil* kopplat till den nya skötsamheten. I ungdomsintervjuer som gjorts inför denna bok framkommer hur drick-

andet och festandet förändras över tid. Tonåringarna blir äldre, like klokare och har andra saker som markerar att de är vuxna. Att dricka med ”stil” återkommer upprepade gånger i samtalen med ungdomar, framför allt de som studerar. Det innebär att bli lagom berusad, lite glad, men inte full så att man gör bort sig och andra får skämmas. Det innebär att se till att ha egen kontroll över drickandet. ”Det är något man fått lära sig själv, av misstagen. Nåt sånt fick man aldrig lära sig i skolan”, säger en ung kvinna. Folkhälsoinstitutet har också i sina massmediakampanjer för ungdomar över 20 år, budskapet att inte dricka så du blir ”dum och full – och ful”, utan ha en inre självkontroll. Att säga nej och stopp i tid.

Ungdomar som inte dricker så mycket alkohol men däremot använder hasch kan försvara haschet genom att säga: ”Vi vill inte dricka oss fulla, vi vill inte ’slippra med tungan’ som de gör som dricker, utan istället se pigga och fräscha ut. Eller så vill man vara en ”älskansvärd” person via t.ex. ecstasy. På det sättet kan narkotikaanvändningen på ett förföriskt sätt förpackas i en fräsch och trimmad kropp som man ger stimulantia, utan att man blir ful eller vämjelig för omgivningen.⁵ Forskning visar att en del av rökningen hos unga kvinnor har sin grund i rädslan att gå upp i vikt och flickors fokusering på kroppen.⁶

Sammanfattningsvis – samhället idag är inte 30-talets. Dagens undervisning och alkoholupplysning bör därför sättas in i dagens sammanhang, med en förståelse för den tid som gäller idag.

Idag finns inte de gemensamma visionerna kring samhället som fanns i folkhemmet.⁷ Samtidigt finns inte heller hos ungdomar den högljudda protesten mot hela vuxensamhällets tråkighet och skötsamhet som på 70-talet. Idag vill till och med de vuxna likna ungdomarna, leva ungdomligt, göra ”ungdomliga” saker, klä sig ungdomligt. Det finns ingen vuxen klädstil eller tråkighet att protestera mot!

Det finns också en ny skötsamhet med inriktning på kroppen, ett mer narcissistisk inslag. En allmän tendens breder ut sig – att ”dricka med stil” – att inom EU:s ramar leva upp till den gode europén, som dricker ofta, men som aldrig dricker sig berusad.

Detta är självklart generaliseringar, eftersom vi vet att barn, ungdomars och vuxnas levnadsvillkor är så olika. För att återvända till den tidigare citerade unge mannen, som tror att han blivit ligist om han inte fått ett jobb, så är Ulf Högbergs tidigare kommentar om ”fyllerilasten” värd att ytterligare upprepa. Då ansåg fattigvårdskommittén att alkoholen var orsak till fattigdomen, när det snarare kan vara så att fattigdomen – och den fria alkoholpolitiken – var orsaker till alkoholismen. Det grundläggande välfärdssamhället har således stor betydelse, eller som denne unge man uttrycker det: ”För ett år sen la de ner fritidsgården – och nu ojar dom (de vuxna) sig över att vi skrotar i centrum och dricker alkohol.”

Cigaretten – en symbol i förändring

CIGARETTEN HAR PÅ OLIKA SÄTT STÅTT FÖR ”MODERNITET”. Det var därför kvinnor började röka. En cigarett innebar att vara en frigjord kvinna och en modern kvinna.

Nu har borgarklassens kvinnor övergett cigaretten. I stället har arbetarklassens kvinnor tagit vid. Och i Sverige röker fler kvinnor än män, även om rökningen har minskat betydligt de senaste tjugo åren hos både kvinnor och män.¹

Cigaretten – inget för kvinnor

Rökning vid sekelskiftet hörde endast ihop med männens värld – med herrum, kaféer, nöjeslokaler och kontor. I Sverige har också traditionen varit att snusa. I tobaksaffärerna arbetade kvinnor med en så dålig lön att många kvinnor tvingades prostituera sig för att dryga ut lönen. Många tobaksaffärer fick därför rykte om sig att vara förtäckta bordeller. Cigarraskarna pryddes också ofta med lättklädda kvinnor.

För kvinnorna gällde regeln att kvinnor inte skall röka. De kvinnor som bröt mot denna regel betraktades som omoraliska.

Uppfinningen av cigarettmaskinen ledde till att cigaretterna kunde massproduceras och det blev allt viktigare för tobaksindustrin att hitta både fler och nya grupper av tobaksconsumenter. Men motståndet mot att kvinnor fick röka var stort även bland kvinnorna själva. I USA organiserade sig kvinnor inom nykterhetsrörelsen mot ”cigarettdjävulen” som man ansåg lockade männen bort från att fullgöra sina skyldigheter mot kvinnorna. I USA samarbetade

1 (kapitlet är delvis en bearbetning av en artikel av Margaretha Haglund, avdelningsdirektör, Folkhälsoinstitutet, som ingår i boken Tobak och kvinnors hälsa. Gothia förlag. 1998.)

cigarettmotståndarna med kända företagsledare, bl. a. Henry Ford som betraktade rökningen som ett hot mot produktionen.

“Reach for a Lucky instead of a Sweet”

Första världskriget kom att bli vändpunkten. Den massiva protesten mot kvinnors rökning mildrades betydligt efter kriget och kvinnor i vissa grupper som t.ex. suffragetterna började röka för att visa sin självständighet. Samtidigt började kvinnorörelsen ställa krav på rätten att bära långbyxor.

Lucky Strike-kampanjen, med slogan som den i rubriken ovan, var en av de första massmediakampanjerna riktade direkt till kvinnor (1925). Cigaretten skulle ersätta sötsakerna. På två år ökade Lucky Strike sina marknadsandelar med 200 procent. Budskapet att bli smal har ofta förekommit i reklamen alltsedan mitten av tjugotalet. Medicinjournalisten Gunilla Myhrberg myntade en gång uttrycket om just vikten som en väsentlig bortförklaring till att inte sluta röka. ”Tjock blir man på en gång men lungcancer får man om 30 år.”

En annan viktig händelse som bidrog till att minska motståndet mot att kvinnor fick röka var när några suffragetter marscherade rökandes i en påskparad i New York 1929. Suffragetterna, som hade hyrts in för att röka, var en del av en välutvecklad strategi skapad av Edward Bernays, en av vår tids främsta inom PR. Händelsen fick stor uppmärksamhet och cigaretten sattes som symbol för kvinnors frigörelse.

Bildligt talat vann de allierade Andra världskriget med en cigarett i mungipan och även för kvinnorna ledde kriget till det stora genombrottet för cigarettrökning. Som under alla krig fick nu kvinnorna göra männens arbete på hemmaplan. Då blev det också tillåtet att ta över en del av männens vanor. Då var temat i cigarettreklamen patriotism. När kriget var över handlade det i stället om att vara maka, älskarinna och moder. En av de mest kända kampanjerna från denna tid är budskapet från cigarettmärket Chesterfield.

*Nu är det vår igen
nu är vi två igen
två som delar morgontidningen,
över två koppar kaffe och
varsin Chesterfield.*

Till Sverige – först på 50-talet

I Sverige började inte tobaksreklamen rikta sig till kvinnorna förrän på 1950-talet. I slutet av 1940-talet var mindre än var tionde kvinna rökare i Sverige jämfört med varannan man.

Det rädde dock fortfarande en tveksamhet till kvinnor och rökning, och kvinnorna i annonserna rökte gärna en mild cigarett av orientalisk typ. Rökning skulle utövas vid ”festliga tillfällen” eller i hemmet. John Silver marknadsförs t.ex. med bilder på kändisar som Maj-Britt Nilsson och Per Gerhard som rökte tillsammans. Lyx och romantik blandades i en gammaldags romantisk stil. På 1960-talet blev jämställdhet det viktigaste argumentet i tobaksreklamen.

men för kvinnor och rökning. Ett av de tydligaste exemplen från de här tiden är en annons med texten: ”Karlar! Se upp för kvinnorna. Dom tar ifrån oss allt vi har. Nu röker de till och med vår cigarett...”

I många andra annonser från denna tid finns erotiska anspelningar – som cigaretten Saratoga som marknadsfördes som ”cigaretten efteråt”. Lanseringen misslyckades men det underliggande budskapet var uttalat – rökning är något för den jämställda, sexuellt frigjorda och aktiva kvinnan.

Tobaksindustrin satsar på kvinnorna

Tobaksindustrins satsningar på att nå de svenska kvinnorna hade effekt och andelen rökare bland kvinnor ökade kraftigt från slutet av 1950-talet och fram till 1970-talet, för att därefter avta. 1963 rökte dagligen 23 procent av kvinnorna i jämförelse med 49 procent av männen. Idag är motsvarande siffror 24 procent resp 22 procent. Männen har således drygt halverat sin rökning.

På 1970-talet möter vi en mer vardaglig bild i tobaksreklamen. Väinnor som sitter på kaféer och pratar utan en enda man inom synhåll. När kvinnor och män förekommer på bild tillsammans röker man i ett ”jämligt förhållande”, i vardagskläder, ute i naturen eller under andra fritidsaktiviteter. Förpackningar börjar komma i mer pastellfärger för att tilltala kvinnorna.

I mitten av 1970-talet startades myndigheternas arbete för att minska rökningen i landet. Under 1970-talet infördes också de första reklam begränsningarna, som utmynnade i ett förbud mot reklam i periodisk press. Mot slutet av 1970-talet börjar rökningen minska alltmer bland kvinnorna, men idag är det fler kvinnor än män som röker.

Det är när rökningen minskat i väst som tobaksindustrin vänder sig till nya marknader, framför allt till kvinnor och ungdomar i Afrika, Asien och Österuopa. De försöker lägga under sig de nationella tobaksmonopolen och på olika sätt styra marknaden. Om de inte lyckas införa reklam genom lobbying av olika slag, försöker de göra reklam för produkter som bär tobaksmärkets man. För att få förekomma i TV sponsrar man tennismatcher, seglingsregattor, popgalor, filmer etc. En Madonnakonsert i Spanien dyker t.ex. upp som Salem Madonna-konsert i Hongkong och US Open i tennis i New York blir till Salem Tennis Open i Malaysia. ”Marlboro girls” delar ut gratis cigaretter till ungdomar på popkonserter i Budapest och solglasögon om cigaretterna röks etc. Allt för att nå nya marknader, där de speciellt riktat in sig på de unga kvinnorna.²

Olika föreställningar om cigaretten

Vi ser olika på ”njutningen” – bortom det hälsosamma – under skilda tidsepoker. Rökningen har genom tiderna varit som en symbol för det som anses modernt i tiden. Men förändringen går ganska snabbt om vad som är ”inne” och ”ute” och symbolvärdet skiftar mellan olika grupper i samhället.

I vissa grupper är det mer ”modernt” eller ”ballt” att röka medan det parallellt i andra grupper framstår som mer förkastligt och omodernt. Som lärare möter man i samma undervisningsgrupp flickor och pojkar med olika föreställningar om cigarettens symboliska betydelse. Detta är en av utmaningarna i undervisningen, vilket gör att alltfler lärare så långt som möjligt försöker individualisera undervisningen.

Bråk och missbruk i siffror

DET FINNS TVÅ OLIKA sätt att uttrycka statistik:

”Användningen av narkotika ökar. Upp till 8 procent av alla skolungdomar har använt narkotika”.

Eller så kan man uttrycka det så här:

”Idag är det hela 92 procent av skolungdomarna som aldrig prövat narkotika.”

Några ord om statistik...

Churchill lär ha sagt: lögn, förbannad lögn – och statistik!

Hur statistik förmedlas påverkar mytbildningen om olika preparats användning. Genom media kan man få uppfattningen att betydligt fler ungdomar använder t.ex. narkotika än de i verkligheten gör. Något som kan förstärka majoritetsmissförståndet kring narkotika.

Det är de långsiktiga trenderna som är värda att visa. När man i små material försöker visa att alkoholbruk har gått upp under en tvåårsperiod blir det svårt att utifrån detta dra speciellt långtgående slutsatser. Samtidigt som det i flera epidemiologiska undersökningar påpekas att ”sambandet inte är statistiskt signifikant” finns ändå statistiken angiven och kan tas för objektiva sanningar.

Det finns således mycket blindskär när det gäller statistik. Paul Nordgren, Tobaksprogrammet, Folkhälsoinstitutet, påpekar i materialet ”Aktuellt om tobak” följande i sina kommentarer till att man kan se en lätt ökning av dagligrökningen hos ungdomar efter 1993.¹

Uppgifterna...ger intrycket att dagligrökningen bland ungdomar ökat något efter 1993, åtminstone bland flickorna. Men man måste här hålla i minnet att den statistiska felmarginalen i dessa data för den här åldersgruppen ligger i storleksordningen plus/minus 3-4 procent. Förändringar mellan enstaka år skall alltså tolkas med försiktighet. Det är den långsiktiga trenden som är viktig.

Unga kvinnor utpekade ofta som den grupp där rökningen ökat, men sett i ett längre tidsper-

spektiv har rökningen bland unga kvinnor minskat. De flesta unga kvinnor röker inte alls. Flickorna är egentligen betydligt ”duktigare” än den bild som generellt ges i olika uttalanden. Och ser man till det totala tobaksbruket, som även omfattar snusning, så är tobaksbruket högst bland pojkar.

I rapport nr 5 från Centralförbundet för alkohol- och narkotikaupplysning (CAN) kan man också läsa om en ökning av antalet ungdomar som kommit in till Maria ungdomsenhet i Stockholm för missbruk av narkotika. Om detta har det rapporterats ett flertal gånger i de stora dagstidningarna.

Mariamottagningarna har bl.a. uppgivit att det skett en ökning av de s.k. ”partydroger-na” men att den tyngre narkotikan går tillbaka. CAN skriver emellertid att det vid tolkningen av den typ av statistik som redovisats bör göras vissa förbehåll när det gäller statistikens tillförlitlighet över tiden. Bl.a. påpekar man att mottagningens upptagningsområde ändrats, vilket gör att det kan vara svårt att jämföra över tid. En klinik kan t.ex. ha ett vårdavtal med ett antal kommuner, som kan välja andra vårdgivare samtidigt som andra kommuner kan tillkomma.²

Olika feltolkningar

I rapporten ”Aktuellt om tobak” diskuterar Paul Nordgren ett antal förklaringar till den utbredda uppfattningen att rökningen ökat kraftigt bland unga kvinnor. Han konstaterar att:

* Det kan vara en feltolkning av den i sig riktiga observationen att det numera är fler unga kvinnor än unga män som röker. Detta motsäger inte att rökningen har minskat även bland unga kvinnor.

* Uppfattningen kan ha sin grund i spontana intryck – att kvinnor röker mer ”offentligt” än tidigare. Ännu på 1960-talet var det närmast opassande för kvinnor att röka ”på gatan”, medan det idag har blivit vanligt att rökning sker utomhus. Många avstår från inomhusrökning på grund av den ökade kunskapen om risker av passiv rökning, och det har blivit allt vanligare att arbetsplatser och offentliga lokaler hålls rökfria.

* Uppfattningen kan vara ett felslut utifrån det faktum att den rökningensbetingade sjukligheten och dödligheten för närvarande ökar bland kvinnor. Det beror självfallet på att rökningen är vanligare – jämfört med äldre generationer – i de kvinnogrupper som nu uppnår de åldrar där rökningensbetingad sjuklighet och dödlighet visar sig. Det är ju latenstid mellan tobaksdebut och insjuknande.

* Jämförelsen kan gälla ett långt tidsperspektiv. Andelen rökare bland kvinnor är otvivelaktigt mycket högre idag än mitten av 1940-talet.

* Jämförelsen kan gälla ett kortare tidsperspektiv. I CAN:s undersökningar finner man...att andelen rökare bland grundskoleelever var allra lägst vid mitten av 1980-talet. Därefter skedde en viss ökning, som dock planat ut under 1990-talet. Att döma av dessa undersökningar var påståendet att ”unga kvinnor röker alltmer” således helt korrekt under senare hälften av 1980-talet.

* Uppfattningen kan också baseras på iakttagelser i vissa grupper, t.ex. hälso- och sjukvårdspersonal eller kvinnor med kort utbildning och låg inkomst. Långt in på 50-talet var rökning-

en sällsynt bland kvinnor i LO-grupperna, medan den idag tycks vara allra vanligast hos dessa kvinnogrupper.

* Slutligen kan utvecklingen på en viss ort eller i en viss region vara annorlunda än utvecklingen för hela landet.¹



Tobak

Rökvanor hos vuxna

Rökningen i Sverige började öka på allvar först efter andra världskriget. I en Gallupundersökning 1946 uppgav 50 procent av männen och 9 procent av kvinnorna (över 18 år) att de rökte regelbundet. Rökningen ökade bland männen fram till 1970, för att därefter minska. Hos kvinnorna ökade rökningen fram till ca 1970 för att sedan plana ut och därefter minska.³

Den långsiktiga trenden visar att rökningen minskar, sakta men säkert.⁴

För närvarande (1997) röker var femte vuxen dagligen. Det innebär 17 procent av männen och 22 procent av kvinnorna.⁵

Rökningen är mer utbredd bland utländska medborgare än bland infödda eller naturaliserade svenska medborgare. Det gäller särskilt bland män. I många invandrargrupper är det sannolikt så att rökningen nu är ovanlig bland kvinnorna men riskerar att öka i takt med anpassningen till den svenska "jämligheten" i rökvanor.⁴

Rökvanor hos ungdomar

1963 var 51 procent av de unga männen (16-24 år) dagligrökare, jämfört med 36 procent av de unga kvinnorna. 1980 var motsvarande siffra 28 procent bland de unga männen och 37 procent bland de unga kvinnorna.³ 1997 var 12 procent av männen och 19 procent av kvinnorna i åldern 16-24 dagligrökare.⁵

Antalet rökare har således halverats sedan i början av 80-talet. I jämförelse med övriga Västeuropa röker svenska ungdomar mindre än genomsnittet.³

Inställning till förbud och restriktioner

Majoriteten av ungdomar är positiva till restriktioner mot tobaksbruk. Drygt 2/3 anser att det är bra med rökförbud på skolgårdar. Nästan lika många anser att det bör finnas åldersgränser för tobaksinköp och ett förbud mot reklam.³

Sammanfattningsvis kan konstateras

- Rökningen har minskat bland ungdomar under de senaste trettio åren, men utvecklingen tycks ha planat ut under 1990-talet.
- De rökfria är flest (dvs. de som inte röker ens tillfällighetsvis)
- Andelen dagligrökare är större hos arbetare än hos tjänstemän, men rökningen minskar stadigt i båda grupperna.
- En större del av de yngre manliga rökarna är tillfällighetsrökare, jämfört med de kvinnliga rökarna där dagligrökandet övervägar. De manliga tillfällighetsrökarna snusar ofta.^{3,4}

Snus

Försäljningen av snus ökar stadigt och här skiljer sig Sverige i förhållande till övriga länder.

Många män som slutat röka har gått över till snus. I åldersgrupperna 25-34 år snusade 32 procent 1996. Endast ett par procent av flickorna snusar men bruket tycks öka. Det finns stora regionala skillnader – i norra regionen snusar 100% av flickorna dagligen i åldrarna 18 till 24 år.⁶ När det gäller ungdomar kan man fråga sig om snuset "skyddar" mot rökning eller om snuset är en inkörsport till rökning.

I slutet av 60-talet låg snusförsäljningen på ungefär hälften av dagens nivå. Då startade Svenska Tobaks AB en kampanj för att göra snuset populärt bland ungdomar - "Det är fint att snusa". Man kan säga att deras satsning lyckades. Ett par år därefter hade andelen snusare bland pojkar och unga män fördubblats.

Hos de unga männen finns en stor andel tillfällighetsrökare bland de som använder snus.

Den nya generationen pojkar, som blir tobaksanvändare, gör ofta sin tobaksdebut som snusare. Vi har fått s.k. primärsnusning bland pojkar i Sverige, dvs. snuset blir en inkörsport

till nikotinberoendet och rökningen. Motsatsen gäller för äldre män, som när de försöker sluta röka, börjar snusa istället.⁴

Ökad snusning är varken en förutsättning eller en garanti för att rökningen skall kunna minska. Därför bli det svårt att som Tobaksbolaget säga, att marknadsföringen av snuset är ett led i att minska rökningen.¹

Alkohol

CAN har regelbundet undersökt skolbarns ”drogvvanor”. Nedan skall ett par av de genomförda undersökningarna redovisas.

Skolundersökningen, årskurs 9, 1998

I CAN:s rapport från 1998 års undersökning definierar man begreppet alkoholkonsument enligt följande:

För att bli klassificerad som alkoholkonsument i föreliggande undersökning är det tillräckligt att vederbörande åtminstone en gång om året dricker antingen ett glas öl (gäller ej lättöl), 2 cl vin eller 2 cl sprit. Denna definition har erhållits genom att kombinera den lägsta konsumtionsfrekvensen med den lägsta konsumtionskvantiteten för varje dryck. Alla personer som svarat på frågan om frekvensen och kvantiteten för de drycker som ingått har klassificerats som alkoholkonsumenter eller icke-konsumenter.

Andelen pojkar och flickor som enligt CAN:s definition betraktas som alkoholkonsument är lägre än för 25 år sedan. Minskningen skedde framför allt under 1980-talet. I 1998 års statistik är andelen något större bland flickorna än pojkarna, 80 procent av flickorna och 79 procent av pojkarna.

På frågan ”Har du någon gång under vårterminen druckit öl, vin eller sprit?” (årskurs 9) svarar 50 procent av pojkarna och 45 procent av flickorna att de druckit ”flera gånger under vårterminen”. 32 procent har inte druckit alls, det gäller både pojkar och flickor. I jämförelse med både 1970- och 80-talet skiljer inte dessa siffror sig mycket åt. Det är mycket små variationer under en femtonårsperiod och samma mönster för pojkar och flickor.

På frågan har du druckit öl, vin eller sprit (inkl alkoholisk) den senaste veckan svarade 76 procent av pojkarna nej på den frågan 1983 mot 62 procent 1998. För flickorna är motsvarande siffror 78 procent 1983 och 67 procent 1998.

Från och med 1997 ingår i skolundersökningen frågor som rör även alkoholisk och stark cider. Drygt hälften har av både flickor och pojkar har druckit alkoholisk under de senaste tolv månaderna. I rapporten menar man att introduktioner av dessa så kallade blanddrycker har troligen lett till en ökning av den totala årskonsumtionen. I 1997 års undersökning uppgav en tiondel av de elever som inte drack varken öl, vin eller sprit att de druckit alkoholisk under de senaste 12 månaderna.

En samlad bedömning av grundskoleungdomens alkoholvanor, är att ”det under senare år

varit relativt oförändrade även om berusningskonsumtionen är något högre idag än i slutet av 1980-talet”. Andelen högkonsumenter av alkohol minskades till hälften under 80-talet. Men från slutet av 80-talet har andelen återigen ökat både bland pojkar och hos flickor.

På frågan ”Hur ofta händer det att du känner dig berusad när du dricker alkohol?” svarar 15 procent av pojkarna och 12 procent av flickorna ”varje gång”. För pojkarnas del är det det samma som år 1971, men då var denna siffra 8 procent för flickorna. 1995 låg det som högst



för flickorna med 14 procent. På frågan ”Nästän varje gång” svarar 24 procent av pojkarna och 26 procent av flickorna, vilket i stort sett varit detsamma de senaste 25 åren. Drygt en tredjedel upplevde sin första berusning vid 13-14 års ålder, dvs. någon gång i årskurs 7 eller 8. Det är få elever som varit berusade före 13 års ålder. Det kan tilläggas att knappt 40 procent av eleverna har aldrig varit berusade. ⁷

Alkoholbruk i socialt stabila områden

De båda alkoholforskarna Norsjö och Romelsjö visar att alkoholmönstret har förändrats under 90-talet. Det är skillnader mellan olika socialgrupper. Andelen manliga högkonsumenter bland arbetare var högre 1993 (10 procent) än för tjänstemän (6 procent), vilket kan förklaras med att informationen eventuellt trängt igenom till höginkomstgruppen och att arbetare har fått en betydligt ökad press och större otrygghet idag genom den ökade arbetslösheten. Författarna konstaterar därför att det inte räcker enbart med en befolkningsstrategi utan andra krafter bestämmer också nivån (livsvillkoren). ⁸

Samtidigt kan vi se i två studier (1993 och 1996) att andelen ”högkonsumenter” i nionde årsklassen i skolan har ett par karaktäristiska. I studien ”Rika barn krökar mest” (Stockholms stad) visas att bruket av alkohol var störst bland svensktalande elever, bland elever med ensamstående föräldrar, i socialt stabila områden (god ekonomi samt positiva till alkohol) samt att ”drogvanorna” (mest alkohol, bruket av narkotika var marginellt) var stabila över tid.⁹

I en annan studie av 13 000 elever i Stockholms län framkommer att den psykiska hälsan och alkoholvanorna varierar mellan olika områden. Sven Bremberg, ansvarig för studien vid Centrum för barn- och ungdomshälsa, Stockholms län, menar att det är inga enkla mönster där enbart ”lågstatusområden” har problem. Han konstaterar: ¹⁰

”I vissa av de socialt välbeställda områdena i länet, t.ex. Östermalm, finns det påfallande höga förekomster av depressivitet och psykosomatiska symptom kombinerat med alkohol- och droganvändning.”

Utländsk bakgrund

Statistiska jämförelser mellan ungdomar med svensk bakgrund och utländsk bakgrund visar att sambanden är komplexa. Bruk av alkohol och tobak är relaterat till föräldrarnas etnicitet.

Ungdomar i storstäder med finska föräldrar löper en ökad risk för alkoholmissbruk. För ungdomar med föräldrar från Turkiet är alkoholmissbruk betydligt mindre vanligt bland dem som bor i invandrardominerade än i svenskdominerade områden.

Narkotikamissbruk är i högre grad kopplat till social utsatthet. Ungdomar i samtliga invandrargrupper tycks ha en ökad risk att hamna i narkotikamissbruk. Risken för detta är också ökad för ungdomar med svensk bakgrund som bor i ett invandrrområde. ¹¹

Inställning till restriktioner

TEMO gjorde telefonintervjuer med ungdomar 15-24 år, 1996. I undersökningen framkom att drygt 1/3 av ungdomarna instämmer i att alkoholbruket är ett samhällsproblem. Men en lika stor andel anser att vi har för mycket restriktioner kring alkoholen och drygt en tredjedel vill sänka åldern för att få köpa alkohol på Systembolaget. Här är andelen pojkar högre än andelen flickor.

Inställningen till illegal sprithantering är negativ. 56 procent anser att det inte borde vara lagligt att få tillverka sprit för personligt bruk. Majoriteten anser att det är ett allvarligt brott att sälja hemtillverkad sprit eller smuggelsprit till ungdomar. När det gäller regionala variationer så har Sydsverige en mer liberal inställning än övriga landet.²

Internationella jämförelser

”The ESPAD Report 1995” är en internationell studie över alkohol- och narkotikabruk i 26 europeiska länder (The European School Survey Project on Alcohol and Other Drugs). När det gäller alkoholkonsumtion under de senaste tolv månaderna ligger Sverige vid genomsnittet, mellan tionde och tjugonde plats. För vindrickning ligger Sverige lågt, medan däremot ölen dominerar som dryck, framför allt bland pojkarna.

Däremot ligger Sverige högre när det gäller antal ungdomar som berusar sig. Då hamnar Sverige mellan femte och tionde platsen. 63 procent uppges ha varit berusade under de senaste tolv månaderna (genomsnittet ligger på 48 procent). Högst ligger Storbritannien och Danmark.¹²

Narkotika

Skolundersökningen, årskurs 9, 1998

1998 hade 91 procent av pojkarna och 94 procent av flickorna *aldrig* provat narkotika. 1989 var ”prövandet” som lägst. Då hade 97 procent av flickorna och pojkarna *aldrig* provat narkotika.

Av dem som provat är det 2/3 som använt cannabis. 1 procent har använt annan narkotika.

Det finns inga större könsskillnader i unga år. Erfarenheter av att ha använt cannabis senaste månaden har 3 procent av pojkarna och 2 procent av flickorna. Under hela 80-talet låg denna siffra på 1 procent.⁷

Mönstringsundersökningen

CAN har också gjort undersökningar bland de ungdomar som mönstrar.

1998 var det drygt 16 procent av dem som mönstrade som provat narkotika. 1988 var motsvarande siffra som lägst, knappt 6 procent. Av dem som provat har 60 procent använt endast cannabis.

Av de som provat narkotika har 9 procent använt annan narkotika än cannabis. Under hela 1990-talet har knappt 2/3 av dem som testat inte gjort det mer än fyra gånger. De som använt narkotika senaste månaden är 2,7 procent. I början av 70-talet var motsvarande siffra 5 procent. 1998 års siffror kan man också utläsa att 1,9 procent använt ecstasy.⁶

Det är viktigt att här tillägga, att den absoluta majoriteten som prövat narkotika slutar med detta.⁷

Tungt missbruk

1992 beräknades antalet tunga missbrukare till ca 14 000 till 20 000 personer.

Medelåldern var 32 år och 3/4 av de tunga narkotikamissbrukarna var män. Vanligen används flera preparat. Amfetamin var vanligast (82 procent), följt av cannabis (66 procent) och heroin (32 procent). Hälften hade missbrukat i 10 år eller mer.²

Ungdomar – ej drogliberala

En majoritet av ungdomarna anser att narkotika är ett problem och påståendena i ”drogliberal” riktning får mycket begränsat stöd. 90 procent tar avstånd från påståendet att ”det borde vara tillåtet att få röka hasch” och ”att man själv skulle få bestämma om man vill knarka eller ej”.

Få instämmer i påståendet att det tillhör ”normal tonårsutveckling” att ”testa droger” (ca 11 procent) eller att ”den liberalisering som äger rum på olika håll i Europa är bra (ca 8 procent).

81 procent anser att ”straffen för olaglig försäljning borde vara hårdare”. 70 procent anser att ”narkotika är ett av våra största samhällsproblem”. Ca 65 procent menar att narkotikaanvändningen skulle öka kraftigt om narkotikan avkriminaliserades.²

Internationella jämförelser

Enligt den tidigare nämnda ”ESPAD Report” visar denna tydligt att narkotikaanvändning är inte speciellt vanligt i Sverige i jämförelse med andra länder. Sverige ligger långt ner när det gäller användningen av narkotika, både cannabis och annan narkotika. Däremot är det betydligt vanligare i Sverige att kombinera alkohol med piller, i den engelska rapporten kallat ”life-time experience of alcohol together with pills”. Här ligger Sverige tvåa efter Storbritannien. Framför allt flickorna experimenterar med detta.¹²

Fyra tendenser

I Rapport 5, 1997, talar man i den ”sammantagna bilden” om fyra tendenser i narkotika-utvecklingen.

1. Attityden till cannabis är mindre negativ. Man skriver att ”även om de flesta ungdomars attityder till narkotika fortfarande generellt sett är mycket negativa bör tendenserna uppmärksammas”. Denna utveckling sker också i andra länder.
2. Nyrekrytering till mera regelbundet narkotikamissbruk tycks ske bland ”socialt marginaliserade ungdomsgrupper”. Här omnämns speciellt rökheroinet. Man skriver att ”även om nyrekryteringen antalsmässigt fortfarande är liten är utvecklingen oroande. Inte minst med tanke på ...att behandlingsresurserna har minskat p.g.a. ekonomiska problem”.
3. Amfetamin bibehåller sin roll som dominerande preparat bland etablerade missbrukare.
4. Ett alltmer utbrett blandmissbruk. Ofta blandas eller ersätter alkohol och olika typer av läkemedel användningen av narkotiska preparat. Detta komplicerar bilden av missbruket ur behandlingssynpunkt.²

" Man vet inte var trappstegen är i livet...man stöter fel fot överallt..."

Intervju med Anna 17 år.

ANNA ÄR PIGG MED SPELANDE ÖGON. Hon bor i en stad i mellersta Sverige och går första året på gymnasiet. Hon började ganska tidigt gå ut. Hon kom in i ett gäng med äldre killar. Alla drack och hon började också.

- När jag var tretton började jag gå ut med kompisar på fester. Jag drack inte direkt då, utan det började när jag varit med några månader. Det var på de populäraste festerna man var tvungen att dricka, för annars var man utanför. Man måste ju vara med i sammanhanget. Då satt man bara där och pratade inte med någon. De andra pratade med varandra. De höll sig i grupper de som drack.

När jag var fjorton började det gå mera utför. Då gick jag ut flera kvällar, då tog jag inte hänsyn till nån, då hade jag hittat den nya familjen. Det är liksom gänget. Jag struntade i fall mamma sa, att "du kan väl ringa?" Jag kunde vara ute till sex på morgonen, utan att ringa och så fnyste jag bara bort det när jag kom hem.

Jag tyckte ju aldrig alkohol var gott, jag kunde inte förstå hur man kunde bli alkoholist. Men på ett sätt var man ju det, för man var tvungen att dricka varenda helg.

Anna ville hela tiden se äldre ut. Komplimangerna hon fick, att hon var söt, att hon var vacker, det var hon för ung att klara av, enligt henne själv.

- Man kände sig äldre, man kände sig som arton, så att killarna kunde släppa in en på krogen

fast man var fjorton. Jag klädde upp mig och målade mig precis som om jag varit arton. Det var en falsk bild av en hela tiden. Man ville vara äldre än man i själva verket var.

Man har ju alltid velat att folk ska tycka att man är snygg. Ja, jag fick alla sådana där stötningssreplikor. Jag fick höra att jag var vacker, snygg, jag var äldre, det var det man ville uppnå... När man får den uppvaktningen som ung är man egentligen inte riktigt mogen, man får det tidigare än vad man egentligen skulle få. Då hamnar man fel på en gång.

Anna talar mycket om att få "respekt". Men respekt då, var inte detsamma som den betydelse hon lägger i ordet idag. Då var respekt att bräcka de andra i gruppen. Att visa att hon kunde få vilken kille hon ville. Speciell respekt tyckte hon att hon fick, om hon var med de snygga killarna, de som var lite äldre.

- Var man ute på stan, var det gänget man var ihop med. De var äldre, jag såg upp till dom och så fick jag respekt från andra gäng. Jag kände mig respekterad, fast sådant tänkte man inte på... att nu känner jag mig jätterespekterad. Det bara var så. Det kändes jättebra.

Till exempel... Min kompis och jag började gå till ett nytt ställe. Vi hade inte varit där förut och så... "nu kommer det två fräscha tjejer som vi aldrig sett förr" och så var de vi som fick alla killarna. De var runt tjugotvå och vi var fjorton. På det sättet fick man inga tjejkompisar för de blev så avundsjuka för att vi snodde deras killar. Då blev det så himla bråkigt mellan dom. Men man fick respekt ändå på något sätt. För jag hörde sedan att vi kunde ta vilken vi ville...bla, bla, bla. Det handlar mycket om det. Att få dom man ville ha.

Jag har aldrig behövt kämpa för nåt förhållande i hela mitt liv. Jag har liksom bara gått på hela tiden, inte haft något mål. Jag har aldrig kämpat för att det skall bli nåt bra förhållande.

De killar Anna var tillsammans med kallar hon nu "ligistkillar", de "hjärndöda". De justa killarna dumpade hon. Samtidigt var det en sport att "bräda" en annan tjej.

- När man blir tillsammans med en jättegullig killig, blir liksom han lägre ner i status om den där jättepopulära killen kommer, han som alla tjejer vill ha. Speciellt om det är någon tjej som är jättekär i honom. Det var i nian senast det hände. Då var det en tjej som berättade för mig att hon var så himla kär i en kille. Så träffade jag honom och så visade det sig att han var kär i mig. Jag hade inga alls känslor för honom, men jag blev tillsammans med honom ändå, bara för att kunna visa det. Att visa henne att jag kunde få honom, att ungefär "det var rätt åt dig". Man kunde vara så taskig!

Då dumpade man den där jättegulliga killen, som inte hade gjort något fel och som kunde göra allt för en. Istället gick man till den äldre människan som inte respekterade en, utan det var bara något man trodde. Så blir man tillsammans med honom. Så visar det sig att efter att han berättat i en timme hur snygg han var och hur lycklig jag var som var tillsammans med honom – att det här kommer ju aldrig att funka.

Det var en grupp yngre flickor som absolut ville vara med de äldre pojkarna – de som inte kunde få några jämnåriga flickor, utan imponerade på dem som var fjorton istället.

- Det har alltid varit så att de yngre tjejerna faller för de lite äldre snygga killarna. Det har alltid varit så, den äldre starka mannen har vunnit, över den svagare med hjärta... Man valde bara dom. Man kanske såg nåt fint hos dem. Det kanske bara var att han var snygg, men inte hade någon hjärna, ingen moral – ingenting! När man till slut förstod hur det verkligen låg till... att det var därför de omgav sig med yngre tjejer, för äldre tjejer med lite hjärna, de tänker.

Idag skulle jag aldrig fastna för en sådan kille.

En "ligist" det var en kille som kunde vara både kriminell och narkoman, eller någon som slogs väldigt mycket. Plötsligt var det som om ögonen öppnades på Anna och hon började plötsligt upptäcka vad de höll på med.

- Jag hade en pojkvän som nu är på ungdomsvårdsanstalten. Han gick och slog ned äldre för att få tag i droger. Det där sa man ju stopp för till slut. Det var ju droppen för jag har aldrig fattat att man inte kan ha respekt för äldre, det har jag alltid haft. Då anmälde jag dom för polisen. Jag började förstå vad de höll på med. Jag hade inte öppnat ögonen och sett det tidigare. Det visade sig att de höll på med droger, inbrott och allt möjligt.

Det var i början av första året i gymnasiet, när Anna var sexton år, som hon tyckte att drickandet helt ändrades. Då hade hon börjat knyta an till helt andra kompisar, till killar i hennes egen ålder. Hon blev också kär i en kille som var helt annorlunda.

- Det var Viktor som drog mig upp ur skiten så att säga. Då lärde jag mig väldigt mycket, han är tre år äldre än mig. Han har varit ett otroligt stöd för jag har berättat allt som hänt. Jag slutade att festa. Samtidigt kunde han säga att jag var tråkig att festa med för jag drack bara en öl... Han menade att jag kunde festa förut och så ville jag inte göra det med honom. Så han missförstod mig helt enkelt.

Nu märker hon att vännerna fått en ny, annan "respekt" för henne, när hon klarar av att dricka endast en öl och heller inte använder narkotika.

- Jag har mer respekt nu än jag någonsin haft för att jag har kunnat säga nej till sprit och öl. Nu dricker jag inte alls så ofta, men jag har kompisar som festar varje helg, varje onsdag fredag lördag, varenda vecka...Och dom respekterar faktiskt mig mer nu... Jag har aldrig hållt på med riktigt sådana droger, men jag har haft kompisar som ständigt gjort det, när jag varit med. Jag har alltid sagt nej på något konstigt vis. Och det är många som inte gjort det av mina vänner. Och de fattar inte hur jag klarat av det. Det är så otroligt mycket gruppsyck. Folk säger att det inte är gruppsyck, men det är alltid gruppsyck.

Anna ger uttryck för vad hennes nya vänner betyder för henne. Som Erik, en kille jämnårig med henne, som också går i gymnasiet men på ett annat program. Av honom har hon lärt sig mycket av vad som är "rätt" och vad som är "fel" i livet. Han är klok, säger hon.

- Man behöver en kick i arslet, liksom... Det är faktiskt tur att jag lärt känna honom. Jag var inte riktigt hel innan, men nu har jag lärt mig ännu mer om mig själv tack vare honom. Det är precis som han vet vad som är bäst för mig och jag måste kunna fatta det. Det är så underligt, allt han säger, det är sant... Ja, det är mycket saker som har börjat förändras hos mig själv... Jag blir förändrad nästan varje dag, jag har aldrig tänkt förut, jag har bara låtit saker hända.

Annas föräldrar är skilda och bor i olika städer. Hon pendlade därför mellan föräldrarna. Hon har bott hos sin pappa i veckorna, men pendlat till sin mamma över veckosluten. Det var hos mamman hon levde sitt "uteliv".

- Pappa bodde i A-stad tillsammans med lillebror och mig i en villa, mamma bodde med min äldre bror i B-stad och jag var där ibland på helgerna. Det var då man var ute och så var det hela somrarna. Jag tog varje chans att åka till A-stad... Jag var aldrig inne, kanske max två timmar under hela helgen.

Jag har aldrig stått nära min pappa... i alla fall att jag har haft en pappa på det sätt som man ska ha en pappa... för nu typ pratar jag bara med min pappa ibland, sedan två år tillbaka. Just nu har vi väl ingen riktig kontakt.



Hennes mamma vill att hon skall bli "den vackra", men själv protesterar hon mot det och hon klippte därför av sig sitt långa ljusa hår. Samtidigt har hon berättat allt för sin mamma. Med henne kan hon vara öppen. Pappa blir mera rädd. Men honom vill hon inte göra besviken, hon vill fortfarande vara hans "favoritbarn".

- För en vecka sedan fick jag tuta i mamma att jag vill inte bli den där vackra... Hon skulle skicka mitt foto till Lucia för jag hade så långt ljust hår. Men jag ville absolut inte göra det. Hon hade själv varit det när hon var liten. Hon ville jag skulle vara det, de där lilla ängeln...det är det hon blir besviken på.

Pappa blir mer besviken att jag inte kan hålla mig på rätt väg. Hans syster har haft stora problem och han blir bara rädd när man berättar för honom.

Men jag hade fortfarande det där samvetet när jag var fjorton, femton..att hade det hänt någonting, då berättade jag det alltid för mamma. Ja, jag har berättat allt för mamma. Mamma kunde mera förstå, men jag ville inte göra pappa besviken. Jag ville vara pappas lilla flicka liksom. Mamma kunde ta det lite bättre. Jag vet inte, jag ville fortfarande vara det där lilla favoritbarnet för pappa, som inte kan göra fel.

Skolan blev på många sätt ett skyddsnät. Anna klarade skolan bra och det fanns ingen möjlighet att skolka. Hon hade två kvinnliga lärare som blev betydelsefulla för henne. Den ena var ett psykologiskt stöd, den andra gav henne ett intresse. Hon var en personlighet, som Anna tyckte var intressant. Tidigare hade hon ingen fast punkt, hon bara flöt omkring, säger hon.

- Jag behövde inte plugga så mycket, jag tyckte det var mest allmänbildning. Jag läste aldrig till något prov, men ändå fick jag jättebra. På den skolan var det så att man kunde inte ha någon frånvaro. Var man borta om så bara för en timme, ringde de till föräldrarna och kollade. Lärarna var så stenhårda. De ringde ju hem så fort man var borta 10 minuter och jag ville inte göra dem besvikna. Därför skolkade jag aldrig. Jag gjorde istället saker och ting efter skoltid. Jag visste att jag kunde dra små vita lögnar, att nu åker jag och bor hos en kompis, en vecka på ett sportlov. Så var man ute och festade i en stuga. Men jag skötte skolan rätt bra tyckte jag.

I gymnasiet hade jag en klassföreståndare...kom man inte på en lektion, så kunde man förklara för henne att

man haft det stormigt med någon pojkvän. Hon kunde fortfarande förstå det för hon var fortfarande så ung i sinnet så hon vet hur det var. Jag kunde också få råd av henne. Hon har också varit som en extra psykolog. Det är hon och min historielärare som betytt rätt mycket. Det är tack vare min historielärare som jag har börjat läsa historia. Hon har varit ett väldigt stöd.

Hon är så pass öppen, hon är också en sån person att man kunde prata med henne om vad som helst. Hon visste precis hur hon skulle locka fram intresset hos eleverna. Det finns inte en elev som tycker att hennes lektioner är tråkiga. Alla sitter rakt upp, stirrar med ögonen, frågar, hon kan fånga intresset. Och det var det jag saknade, att jag inte hade intresse för någonting. Hon

Lärarna var så stenhårda. De ringde ju hem så fort man var borta 10 minuter och jag ville inte göra dem besvikna.



fångade verkligen ett intresse, och sedan har intressena kommit eftersom. Förut hade man ju ingen fast punkt utan man bara flöt omkring och lät saker hända och liksom... sprit och så där.

Hon hittade verkligen något annat jag inte lagt märke till och som man behöver. Det är väldigt ovanligt.

När hon beskriver sin hälsoundervisning är det inte mycket hon fått. Alkohol, det togs upp mer utifrån skador på njurar, men inget om det själsliga, säger Anna. Och det är nu hon uttrycker orden som blivit rubrik till denna bok.

- Alla vet att alkohol ger skador.

Men man blir så oerhört depressiv, man vet inte var trappstegen är i livet, man stöter fel fot över allt.

Kommentarer

Intervjun med Anna visar att alkoholvanor förändras över tid. Även om Anna i tidiga tonåren drack en hel del, var ute kvällarna igenom, var tillsammans med "ligister", som hon själv

säger, har hon vänt på sin situation. Även om hon drack mycket alkohol fanns också en gräns inom henne att inte pröva narkotika, som flera av hennes vänner gjorde och fortfarande gör. Hon röker inte heller, vilket gör att hon inte faller in i det gängse talet om att "alla som dricker röker, så det gäller att stoppa rökningen".

Hon har mognat, förändrats och upptäckt vilka hon var tillsammans med. Trots ett yttre kaxigt sätt i de tidiga tonåren har hon en bräcklig självkänsla, vilket kanske ledde till att det var viktigt för henne att få "respekt". Att visa att hon var uppskattad av äldre killar. Att hon kunde bräda en annan tjej. På så sätt skaffade hon sig självförtroende, hon blåste upp sig via en negativ identitet. Gänget anammade hon okritiskt – det var de som var familjen.

Man kan säga, att Anna haft sitt utseende emot sig. Det gjorde att hon hade lätt kom i kontakt med äldre killar. Killar, som inte kunde få tjejer i sin egen ålder och som även de, genom sin bräckliga självkänsla, försökte få självförtroende genom att idoliseras av de fjortonåriga flickorna.

Anna menar att hon definitivt var för ung för att få så mycket komplimanger i den åldern, hon klarade inte av det. Hela Annas tillvaro gick ut på att fånga "snygga" killar, att få "respekt" genom att vara med gänget. Hon var omogen och kunde inte se vilket spel hon gick in i. Alla hennes kamrater då, de hade samma sätt att leva, samma föreställningar.

Ordet respekt använder hon ganska flitigt under intervjun, även om hon nu som 17-åring hittat en ny valör av ordet. Genom dels en pojkvän, dels nya killkompisar i skolan, tar hon ett skutt framåt. Hon börjar sätta ihop saker och ting. De nya kamraterna hjälper henne att förstå vad som är rätt och vad som är fel. En ny positiv spiral har påbörjats.

Hon har haft sina föräldrar i bakhuvudet – ett samvete som hon säger, även om dessa inte kunnat hejda hennes framfart. Föräldrarna spelades ut mot varandra. När hon var hos sin mamma fick hon stor frihet, en frihet hon inte kunde hantera. En gräns inom henne är tanken att hon inte vill göra dem besvikna, speciellt pappan. Hon har också alltid berättat allt för sin mamma – "mamma vet allt om mig". På det sättet har inte den viktiga dialogen med föräldrarna brutits. Samtidigt verkar mamman omedvetet ha underblåst hennes utseendefixering. Hon vill att hennes dotter skall vara "den vackra".

Skolan har på olika sätt fungerat som ett "skydd" för Anna. Dels att skolan inte tolererade skolk, vilket gjorde att Anna hela tiden höll sig i skolan och också klarade den bra. Dels att två kvinnliga lärare kom att betyda mycket för henne. Den ena kunde förstå, se och uppskatta henne. Den andra hade förmåga att entusiasmera henne, så att hon fick ett nytt intresse i skolan. En kvinnlig lärare med en personlighet hon kunde identifiera sig med. En förebild, helt enkelt.

Från att pröva... till att fastna i missbruk

TONÅRSTIDEN ÄR HOPPETS OCH UPPBROTTETS TID. Det är en kraftfull men också en sårbar tid, som kan pendla mellan oberoende och beroende, upprymdhet och nedstämdhet, omnipotens och oförmåga.

I tonårstiden behövs ett stort och varmt ”ja” på frågan om man duger. Det är en tid för MÖTEN, där självkänslan växer av att bli sedd och bekräftad

Att pröva att röka eller dricka alkohol är ett sätt att testa gränser men också att överskrida gränser. Man vill själv bestämma men också kopiera de vuxna. Alkohol och tobak kan ses som identitetsverktyg, vuxenmarkörer.

Steget till missbruk är dock långt ...men om tonåringen brottas med svårigheter i skolan och i relation till föräldrar och kamrater kan alkohol och narkotika bli ett ”sug”, ett sätt att dämpa och hålla borta det som kan göra ont.



Mötet med vuxenvärlden

Identitetsutveckling kan beskrivas som ett sökande efter svaren på två frågor: Vem är jag? Och vad skall jag göra med mitt liv? Den första frågan ställs under första hälften av tonåren och den andra ger sig mest till känna under den senare delen.

Den första frågan handlar om kroppsuppfattning, könsidentitet, social roll inom familjen och grannskapet. Den andra frågan riktar sig mer framåt och handlar om studie- och yrkesinriktning, framtida föräldraroll osv. Den berör också en rad existentiella frågor som tankar om livets mening, om frihet och ensamhet, om sorg, ledsnad och depressivitet.¹

I tonårstiden finns många olika känslor på samma gång. Det är ett ständigt pågående inre arbete. Det är därför ungdomar i intervjuer uttrycker att det är viktigt att få samtala om de existentiella frågorna, speciellt under gymnasietiden.²

I åttaårsåldern kan ingen tänka sig röka

I åttaårsåldern är barn mycket sociala och inte särskilt protestfyllda. De är fortfarande inställda på att vad vuxna säger är rätt. Då finns det nästan ingen som kan tänka sig att t.ex. röka. De tycker inte om lukten av rökning, när de behöver vistas i lokaler där man röker. Så här säger en pojke i årskurs 3, apropå föräldrarnas rökning.

En gång var jag så trött när de rökte,
 så då gick jag ut
 och åkte skridsko.
 Man måste ut och ha syre.

I nioårsåldern börjar glansen falna från de vuxna. Barnen börjar inse att de vuxna själva inte alltid gör som de säger. De förstår också att det som de tidigare varit så säkra på – att aldrig någonsin röka – kan bli komplicerat att hålla. Så här säger tre flickor i årskurs 3.³

Man kan nästan säga att det är kamrater som bestämmer om man ska börja röka, för när de börjar kan man inte låta bli själv. Då säger de, ååå, du är så löjlig, du röker inte, vi är mycket bättre än du och så där och så börjar man för att inte vara utanför.

Om man talar om att man inte röker och dom andra i gänget röker, så kommer dom att bua ut en. Dom lyssnar inte, för dom vill röka.

Man glömmar när man bli stor, att man inte skulle röka.

Jag vill inte börja röka, men man kanske gör det ändå.
 När man blir äldre.

Man kan inte bestämma nu när man är liten, om man ska röka.

Att göra upp med auktoriteter

Så här sprakande har *Louise Kaplan* uttryckt tonårstiden i sin bok "Farväl till barndomen".⁴

När tonåringarna vänder sig bort från barndomens metaforer blir de poetämnen, galningar som trotsar vuxenvärldens försök att ge någon mening åt deras ogenomträngliga åtgärder och stämningar.

De blir drömmare som måste förkasta vuxengenerationens drömmar, klädedräkt och realpolitik. Det lilla barnet måste säga nej för att kunna få reda på vem hon är. Tonåringen säger nej för att hävda vad hon inte är.

Hon tillhör inte föräldrarna, hon tillhör sin egen generation... Hon vägrar vara underdånig, hon vägrar lyda.

Tonåringar frambesvärjer sin egen värld av kläder, seder, språk och danser.

Tonårstiden kan beskrivas som en tid då man gör upp med yttre och inre auktoriteter. Från att ha levt i en barnvärld som har behärskats av vuxna – att det är mamma och pappa som förstår världen – inträder ifrågasättandet av auktoriteternas förening.

Lyhörd för hur de vuxna svarar

Hanna Olsson, psykoterapeut och handledare och dessutom initiativtagare till sex- och samlevnadsarbetet i början av 70-talet, har intervjuats. Tankarna som förs fram nedan stödjer sig bland annat på en intervju med henne.

Den känslighet som tonåringen har för auktoriteter förs över inte bara på föräldrarna utan också på lärare och andra vuxna som den unge har en relation till. Tonåringar är mycket lyhörda för hur de vuxna svarar. De godtar inte automatiskt den vuxnes världsförklaring eller förhållningssätt. Det föräldrarna utsätts för som krav under denna tid, det liknar det som föräldrarna måste svara på när barnet var litet, mellan två och tre år. Det är frigörelseprocessen – att ”jag kan själv” och ”jag vill själv bestämma”.

Det lilla barnet och tonåringen liknar varandra på det sättet att man vill pröva egna krafter. Man vill själv tycka, tänka och klara sig på egen hand. Samtidigt finns de snabba förändringarna mellan att ena dagen vara stor och den andra dagen liten, med det lilla barnets behov. Det är en pendelrörelse mellan ifrågasättande och anpassning, vilket innebär en stark pendling i relationerna till de vuxna.

Under den här tiden hämtar man styrka via kamraterna och kulturen, framför allt musiken. Det är två krafter som man använder sig av på ett nytt sätt.

Musiken är fundamental, men här finns också filmen, mediavärlden, bilderna och böckerna. Ord, bild, musik och kläder är symboler och ett sätt att ge uttryck för det jag tycker om. Det hjälper tonåringen att komma nära frågan: Vem är jag? Symbolerna förstärker identiteten. ”Det här är jag, för jag tillhör det här sammanhanget”.

Gränser!?

Begreppet ”gränser” har nämnts alltmer i diskussionen om hur man skall ta hand om s.k. ungdomsproblem. I den diskussionen kommer gamla rester fram av ett auktoritärt förhållningssätt, som den vuxna generationen inte gjort upp med.

Den vuxne behöver kunna lyssna, vara nyfiken och vara ”närvarande”, vilket inte innebär att behöva gå med på allt som vuxen. Lyssnandet innebär att den vuxne ordentligt tar till sig vad den andra säger. ”Egentligen kan du inte komma någonstans om du inte har en dialog”, säger Hanna Olsson.

Du kommer att bli spolad som vuxen, du kommer att vara en stel vuxen, som inte förstår. Om man på allvar går in i den unges värld, kommer man också att förändras själv som vuxen. Den vuxne måste självklart bära sin egen värld, men i grunden acceptera och ta in, att den unges liv är något helt annat. Att det är något nytt och inte på samma grunder som mitt vuxna liv. Det är därför det blir konflikter för bägge parter.

Tonåringen måste få veta vad jag tycker om och inte tycker om, men hur gränserna sätts är det viktiga. Allt tal om gränser kan missuppfattas av de vuxna och leda till att de återigen kör över de unga. Och då har man gjort dem en otjänst.

De vuxna har ett ansvar för samspelets kvalitet. Om tonåringen märker att den vuxne inte

lyssnar eller har en genuin nyfikenhet på vem de är, sluter de sig. Om deras inre verklighet inte blir synlig och de därmed inte blir sedda, då kan de ”spola” vuxenvärlden. Om samtalets uppbyggnad alltför mycket präglas av medelåldersgenerationen, blir det inte användbart för tonåringen. Som vuxen behöver man därför veta mycket om de ungas liv och verklighet – hur de faktiskt lever. Det måste finnas en nyfikenhet på ungdomars liv, intressen och tankar.

När det gäller gränssättningar runt alkohol har de vuxna i Sverige själva ett komplicerat förhållande till alkohol, menar Hanna Olsson.

Den här frågan är inte helt oladdad för oss vuxna. Hur många vuxna har ett så kallat självklart förhållningssätt till eget drickande. Vi har levt i en kultur med långvariga och stora spänningar inom detta område. Det finns en dold revolt i drickandet som de vuxna ägnar sig åt. Det finns ett folkligt accepterande att man ”tar sig en bläcka”. Det finns så många attityder till drickandet, från det totala avståndstagandet till skämtet.

I känslor av misstro växer inget omdöme

Om tonåringen känner att de vuxna litar på henne, inger det hopp och ansvaret ökar. I känslor av misstro växer inget omdöme. Om man inte blir betrodd finns det risk att man lever upp till föräldrarnas farhågor. Man förstärker en negativ identitet, vilket blir motsatsen till att ”jag duger”.

I de vuxnas misstro kan tanken komma att: ”Det spelar väl ingen roll, jag kan lika gärna dricka, de verkar ju ändå inte lita på mig.” Eller ”Tror du att jag ligger med vilka killar som helst, ska jag göra det.” Eller ”Då ni ändå inte tycks tro att jag klarar mig, är det ingen idé att jag anstränger mig”.

Tonårstiden är vägen till vuxenliv. Man vill bli vuxet behandlad och vill inte att lärare eller föräldrar bestämmer över ens huvud. Som tonåring vill man ha dialog och vill inte bli kommenderad, varken av föräldrar eller lärare. Gränssättningen får på det sättet mer karaktären av förhandling.

Skuldbeläggande är många ungdomar känsliga för. Här berättar Lena, 17 år, hur hon känner sig när polisen kommer till skolan och skall prata ungdomarna till rätta. Det blir kränkande och ett maktutövande från de vuxnas sida.⁵

Som tonåring vill man ha dialog och vill inte bli kommenderad, varken av föräldrar eller lärare.

Det är de där temadagarna när polisen kommit och diskuterat med en. Och från olika statliga organisationer, som kommer till skolan och säger att det är så farligt allting. Det går ut på att man ska bli avskräckt på något vis, man ska bli rädd...

Sedan får jag skuldkänslor. Det var inte så länge sedan vi hade besök av citypolisen i skolan. Jag tycker de trycker ned en. Så fort man gör något som är olagligt är man en så himla dålig människa. Har man druckit alkohol före arton års ålder, ja, då är man illa ute. Nej, jag tycker de trycker ned en. Man får sällan ha egna åsikter och värderingar.

När tilliten finns växer man

När tonåringen möts av tillit och när tonåringen och den vuxne går varandra till mötes, i en dialog, då kan det vara det skydd som gör att den unge kan sätta egna gränser och inte välja det destruktiva. Så var det för Anna intervjuad i avsnittet ”Man vet inte var trappstegen är i livet... man stöter fel fot överallt”. Även om Anna hade det snårigt under ett par år, fanns det i bakhuvudet, att hon inte ville göra föräldrarna illa. Hon kunde också tala med dem, eftersom de aldrig ”skrek” åt henne. Det hade hos Anna bara väckt ytterligare protest och gänget hade ännu mer blivit ”familjen”.

Att kontakten med föräldrarna är viktig, det menar Anki. Det gör, menar hon, ”att man aldrig kan sjunka så lågt”. Anki är enligt statistiken ett ”skilsmässobarn”, men har enligt henne själv mycket bra relationer till både sin mamma och pappa. Hennes mamma har alltid vetat vart hon går, men tiderna har aldrig varit kategoriska utan kunnat ändras beroende på var Anki befinner sig. Hennes mamma och hon möts på halva vägen. De kan förhandla. Hon känner också att hennes mamma litar på henne. Om hon är försenad ringer hon alltid hem, eftersom hon vet att mamma annars blir ”alldeles till sig av oro”.

Kompisar är allt viktigare men jag tror samtidigt, att hade man inte haft föräldrar som uppskattade en, så hade man kanske inte brytt sig. Man kanske skulle tänka, det spelar ingen roll, det är ju ändå ingen som tycker om mig. Då kanske man skulle bry sig mer om vad kompisar tycker. Det är en grundtrygghet att veta att man har någon som tycker om en, vad man än gör. Det gör väl att man aldrig kan sjunka så lågt.

Anki, 18 år

Självkänsla – att känna sig värdefull

I olika ant-material finns ordet ”självkänsla” ofta omnämnt. Man kan få uppfattningen att detta är något tekniskt, som man kan fixa på en lektionstimme genom några värderingsövningar och genom att veta ”vad man tycker”, eller ”lära sig säga nej”. Självkänsla blandas ofta ihop med självförtroende.

Självkänsla bottnar framför allt i en känsla av att känna sig värdefull.

Det är i ungdomen som personligheten och identiteten formas. Barnet växer, blir självständigt och skall lära känna sig själv. Det speglar sig i andra ungdomar och försöker hitta sitt rätta jag. Det handlar inte bara om att bli bekräftad att jag gör något i skolan som jag är bra på (att få ökat självförtroende) utan självkänslan växer också i mötet med en annan människa. Någon som tycker om en förbehållslöst och ser vem man är.

Det räcker således inte bara med att känna att jag är bra på något, utan det handlar också om hur jag blir sedd, hur jag blir lyssnad till, respekterad och förstådd när jag uttrycker mina tankar och känslor. Det gäller från det att barnets föds där självkänslan växer i samspelet med föräldrarna.

Till en god självkänsla hör också att våga erkänna sin oro, sin litenhet, okunnighet och rädsla. Det handlar i grunden om att ha tillit till sin egen förmåga.

Man kan ha självförtroende, men en bräcklig självkänsla. Då blåser man lätt upp sig själv

och har svårt att låta andra komma fram och vara duktiga. Mobbning bottnar bland annat i dålig självkänsla, både hos den som mobbar och den som blir mobbad. Mobbaren kan verka som han eller hon har bra självförtroende, men det är mera ett sätt att dölja en bräcklig självkänsla.

Det gäller att hitta de punkter, där man kan något eller gör något som också börjar finnas i en vuxen mening, säger Hanna Olsson. ”Det innebär att kunna göra en massa saker som är både skrämmande och svåra. Om du inte hittar något där du kan uttrycka dig, då bli det svårare att växa. Den unge behöver de vuxnas stöd och seende.”

Självförtroende och självkänsla – olika begrepp

Den danske familjeterapeuten Jesper Juul har skrivit boken ”Ditt kompetenta barn”. Jesper Juul är sedan 1979 ledare för The Kempler Institute of Scandinavia. Han har mångårig erfarenhet av familjer i kris och boken handlar mycket om hur man umgås och samspelar i familjen. ”Det bygger varken på en auktoritär maktutövning eller ett demokratiskt likhetstyranni utan på en strävan efter verklig jämlikhet och ömsesidighet mellan barn och vuxna.”

I boken finns ett kapitel om självkänsla och självförtroende där han analyserar skillnaderna mellan dessa två begrepp.

Självkänsla enligt Jesper Juul är ”vår kunskap om och upplevelse av vilka vi själva är. Självkänsla handlar om hur väl vi känner oss själva och hur vi förhåller oss till det vi vet. Självkänsla kan bildligt beskrivas som ett slags inre centrum eller kärna. Det innebär att ”vila i sig själv”, ”vara nöjd med sig själv”.

Den låga självkänslan känns som en konstant förnimmelse av osäkerhet, självkritik och skuld känsla.

Självkänsla är antingen den är hög eller låg, en existentiell kvalitet. Den är grundtonen i vår psykologiska existens och den kan utvecklas både kvantitativt och kvalitativt hela livet.

”Vår självkänsla”, skriver Jesper Juul, ”behöver näring och växer huvudsakligen av två näringsämnen: När minst en av de viktiga personerna i vårt liv ”ser” och erkänner oss som vi är, och när vi upplever att vi är värdefulla för andra människor precis som vi är. När dessa två grundelement tillförs ett personligt språk har vi de maximala förutsättningarna för att få ett fruktbar liv, själva och tillsammans med andra.”

Självförtroende handlar om det vi kan. Det vi är bra och duktiga eller dåliga och odugliga på – det vi kan prestera. ...Självförtroende är en mer utanpåliggande, inlärdd kvalitet, dock inte utanpåliggande i betydelsen ytlig.

Självkänsla och självförtroende är av helt olika natur men på ett sätt finns ett samband: Om man har bra självkänsla är självförtroendet sällan något problem (det motsatta är inte fallet). Han tar ett exempel om barnet som lär sig spela piano och som efter ett par år ser att hennes musikalitet inte räcker till fullt ut. Hon kan reagera realistiskt och säga ”Jag är inte tillräckligt musikalisk för att lära mig det”. Om hon har låg självkänsla blir uttrycket mer dramatiskt: ”Jag duger då inte till något!” Hon upplever hela sig som ett fiasko.

Det betyder inte, skriver Jesper Juul, att det är något fel på att stärka sitt självförtroende, om man är en människa med låg självkänsla. Det är inte heller något som hindrar att föräldrar och andra vuxna arbetar med barns och ungdomars självförtroende, även om de också har låg

Om man har bra självkänsla är självförtroendet sällan något problem.

självkänsla. Bara man vet vad man gör och inte inbillar sig själv eller andra att människor får det bättre med sig själva för att de blir duktigare. ”Det är fint att träna, utveckla, berömma, kritisera, uppmuntra och stödja människors prestationsförmåga om man samtidigt värnar om deras varande”, skriver Jesper Juul.⁵

Kamraterna viktiga

Det absolut viktigaste under tonårstiden är tveklöst kamraterna. Så här uttrycker några ungdomar, som intervjuats i en skola i Norrland.

Kamrater är viktiga för att man ska må bra, mer än föräldrar... i alla fall just nu. Jag tror att jag umgås mer med kamrater än familjen. Jag tycker att jag har väldigt bra relation till mina kamrater... fast av någon anledning har jag mest bara killkompisar.

Petra, 15 år

Jag tror att jag inte skulle vilja gå till skolan ifall jag inte hade några kompisar. Jag tycker de är viktiga. Jag tycker om att prata, röra mig, vara med folk, umgås. Det tycker jag är kul. Alla tjejer, vi brukar vara med varann på fritiden oftast. Alla är kompisar. Killarna är också kompisar med varann. Vi blir liksom allihopa kompisar till slut.

Agnes, 14 år

Ja, om man inte hade kompisar och alla var dumma mot en då skulle man inte känna sig så bra. Men om man har snälla kompisar som är schyssta och ställer upp för en. Då är det klart man mår bättre.

Peter, 14 år

Det är kamraterna man använder och behöver i tonåren, i frigörelsen från föräldrarna. ”Man kan säga att kompisarna är det emotionella supportersystemet för ifrågasättandet”, säger Hanna Olsson. Är man för mycket ensam orkar man inte den uppgörelsen, då blir de för mycket anpassning. Den här processen ser självklart mycket olika ut och det är svårt att schematisera en tonårsutveckling. Den kan t.ex. komma mycket sent i en människans liv, för det kanske inte funnits utrymme tidigare för ett ifrågasättande i uppväxtmiljön.

Kamraterna representerar en trygghet, i gänget är alla likadana och har samma problem. Genom samvaron hitta man sig själv och sin stil. Framför allt experimenterandet med olika livsstilar i gänget, med musik i alla former. Alla vill vara så lika som möjligt eller kanske snarare – alla vill vara annorlunda, fast på samma sätt.

Men gänget kan också helt ta över och bli en ersättning för föräldratryggheten. Man kan låta sig inneslutas av gänget precis som man som liten låg i sin mamma och pappas famn. I viss mån kan gänget därför påminna om den tidiga symbiosen. Gänget idealiseras, idoliseras och förgudas.

Att tala negativt om grupstryck och kamratpåverkan kan snarare leda bort från den unges längtan och behov. Det kan ge känslan ”att de vuxna förstår ju ändå inte”. Det blir aldrig något möte.

Att tala för mycket om kamratpåverkan kan också vara att ge kamraterna alltför mycket makt. Det handlar mycket om hur pass värdefull man själv känner sig och hur pass starka de destruktiva sidorna i ens personlighet är.

Självhatet – ”Det spelar ingen roll om det är farligt”

Det riktigt allvarliga missbruket kan bli ett självdestruktivt sug. Man söker sig till det som är dåligt istället för att söka sig till det som är bra. Den negativa identiteten blir både en protest och något negativt i livet, men som man inför sig själv formulerar som något ”häftigt”.

”Det är en aktiv process, att förstöra sig själv, att förstöra sina möjligheter, att göra saker mot sig själv. Det är ingen passivitet, utan aktivitet”, säger Hanna Olsson. Det är därför som ren ”skadeinformation” blir helt meningslös. Om man inte upplever sig värdefull, då spelar det ingen roll om det är farligt. Tvärtom. Det är just det, det ska vara. Det är viktigt att nå fram på ett sådant sätt, att personen känner sig värdefull, istället för värdelös”.

Drogen blir ett sätt att skära av all kontakt. Det innebär att man avskärmar sig för livet och sina känslor. Drogen tar över livet, kan man säga. Här kan kompisar komma in i ens liv eller andra vuxna, som kan bryta en destruktiv väg. ”Det är på inget sätt enkelt”, säger Hanna Olsson.

Det gäng man är tillsammans med, det är ett gäng som gillar en på riktigt. Är man då inte omtyckt hos de vuxna, kommer gänget att betyda alltmer för ens egen identitet och utveckling. Suget efter destruktiva krafter blir mycket starkare under sådana förhållanden. Finns det sociala och psykologiska problem i bakgrunden finns ett självhat. Självhatet är det absolut allvarligaste under tonårstiden. Det är det som gör att man inte kan välja positivt. Man väljer inte utifrån det som är bra för en själv, utan man väljer utifrån en negativ tillhörighet. Så skapas de negativa spiralerna.

Det finns ett sökande, ett testande i tonårstiden. När det blir till ett allvarligt missbruk blir det ett sätt att avvärja psykiska problem som man inte kan hantera. Att skära ned på de vuxna i skolan och på fritiden är därför oroväckande, menar Hanna Olsson. Då minskar man på de djupare samtalen människor emellan, som kan hjälpa den unga att hitta nya positiva spiraler.

Ensamhet – men inte självald

Många ungdomar lider av en stor ensamhet. De har dåligt socialt nätverk, de har svårt att ta kontakt och behålla långa kamratrelationer.

I Daniel Golemans bok ”Känslans intelligens” har han speciellt uppmärksammat hur problem i barnets emotionella utveckling uppstår tidigt och där barnet behöver få stöd, innan han eller hon hamnar utanför kamratgruppen.⁶ Han säger:

Bortsett från dem som blir utfrusna för att de är slagskämpar kan man säga, att de barn som lekkamraterna undviker i allmänhet saknar de färdigheter som behövs för att få kontakt med andra, särskilt kunskap om de outtalade regler som styr mänsklig samvaro... Barn som inte kan avläsa eller uttrycka känslor känner sig ständigt frustrerade. De förstår i grund och botten inte vad som försiggår omkring dem.

Många ungdomar skulle inget heller vilja än att vara bjudna på fest eller att våga tacka JA. De behöver inte lära sig att säga nej – utan ja.

De är många gånger rädda att de inte duger och självkänslan är bräcklig. Det säger psykolog Anna Torbiörnsson, som har lång erfarenhet av arbete med unga människor. De lider av att inte bli sedda och accepterade som de är. Varför har de utvecklat skuld och skamkänslor i stället för självkänsla? Misstro istället för tillit? Det är svårt att besvara dessa frågor. Det händer att de går omkring med en mask, att de ständigt förställer sig.⁷

Anna Torbiörnsson har i sina samtal med unga människor funnit tre gemensamma nämnare som är viktiga för dem.

Relationerna till familjen. ”Vill man hjälpa barn att må bra och utveckla eller bibehålla hälsa, tror jag att vi kraftigt måste stötta familjen och föräldrarna. Det gäller vare sig föräldrarna bor tillsammans eller inte”, skriver Anna Torbiörnsson i antologin ”Är Pippi Långstrump en hälsoupplysare eller hälsorisk?”. S.k. ant-insatser kan därför lika gärna vara stödinsatser på barnavårdscentralen eller att stötta pappan att inte tappa kontakten med sitt barn.

Att få tid med vuxna. Barn och ungdomar behöver tydliga vuxna i sin närhet. Det behövs också tid för att barnen ska hinna bli sedda. De unga kan längta efter närhet, men visar det genom att ta avstånd. De testar och blir bråkiga för att åtminstone kunna få någonting – uppmärksamhet. ”De vill vara till glädje för andra, känna att de behövs, att man räknar med dem. Men de säger det på andra sätt än med ord.” Här kan säkert många lärare känna igen situationer som sker i skolan varje dag.

Ensamhet. ”Efter kontakt med många ungdomar är jag helt säker på att ensamhet är ett av de större hindren till hälsa och ett lyckligt liv”, säger Anna Torbjörnsson. Ensamhet leder ofta till dålig självkänsla, att man inte klarar av det man vill eller längtar efter. Man utvecklar misstro i stället för tillit till andra. Det känns skamfyllt att vara ensam. Man väljer hellre att lämna, än att bli lämnad. Man drar sig undan.

För att lärandet i skolan skall få en grogrund behöver eleven må hyfsat. ”Det bör också bli ett möte mellan den unge och den vuxne, annars blir all hälsoinformation ett tomt skal. Hjälper man dem att skapa goda relationer är det den bästa starten till en god hälsa”, säger Anna Torbiörnsson.

Att känna att man duger, att man är någon, att man kan och vill. Det handlar om trygghet, att ha tillit till andra och ha positiva relationer. I vardagen, i klassrummet och hemma. Det är först när den nivån är nådd som man kan förvänta sig att de unga skall kunna ta till sig all kunskap.⁸

Att pröva

Att testa och pröva är en del av tonårsutvecklingen. Man gör det av nyfikenhet och av spänning. Så har det varit i varje generation.

Testa att röka

”Det ingår på något sätt i utvecklingen att man smygröker någon gång”, skriver Ulla Marklund i den tidigare citerade undersökningen, gjord så långt tillbaka som 1978, men där barnens svar fortfarande är lika aktuella.

Alla de intervjuade ungdomarna hade prövat att röka någon gång. Då 1978 var rökningen som högst bland ungdomar.

Rökdebuten sker oftast tillsammans med bästa kompisen eller i en grupp där även äldre barn ingår.³

Det var med en äldre kompis. Vi skulle bara smaka hur det kändes.

Ville bara pröva hur det smakade. Man har ju sett andra som gjorde det.

Vi var hos en kompis. Det var väl för att det var tufft och spännande. Det bara blir så. Det var bara vi två. Vi gick ute i mörkret så ingen skulle se oss.

Ungdomarna kommenterar att det smakar inte speciellt gott. För de flesta smakar det ”äckligt”. Men så småningom lär man sig tycka om smaken.

Det var inte gott precis, men så gör man det ett par gånger så blir det gott.

För *Peter*, 15 år, blev rökningen till en obehaglig upplevelse och det har avskräckt honom. Peter bor i en Norrlandsstad.

Röker du?

- Neej

Varför...vad är det som gör att du inte röker?

- Det kan vara det att förut när jag provade att röka då rökte jag så mycket så jag mådde jätteilla. Det var på skoltid...undrar om det kan vara därför.

Hur gammal var du då?

- Det var i 7:an eller 8:an.

På skoltid, utanför skolan?

- mm...utanför skolan på rasten. Jag hade hemkunskap timmen efter.

Blev du dålig..?

- Jag gick ut hela tiden för att jag mådde så dåligt.

Du tror inte att du börjar röka?

- Neej, det tror jag inte...

Det intressanta, menar Ulla Marklund, är varför vissa fortsätter att röka, medan andra låter det stanna vid ett par försök.

Vi har inte lyckats hitta någon punkt i utvecklingen av rökvanan som är kritisk för om man skall fortsätta röka eller inte. Det tycks vara lika vanligt att man slutar efter ett par försök som att man slutar efter ett par års tämligen regelbunden rökning. Orsaken till att man slutar varierar.

Testa att dricka – att hitta sina gränser

Karin minns hur negativ hon var till allt som hade med alkohol att göra. Men så blir man äldre...

Jag har aldrig varit så att jag druckit jättemycket. Men när man var yngre då var man ju väldigt mycket emot det innan man började dricka. Då var det jättehemskt att se fulla mäniskor, man tyckte, nej, jag skall inte dricka. Men sen blev det ju det här att man började festa, fast då var det ju i lagom mängd ändå. *Karin, 15 år*

Petra, 15 år, såg plötsligt hur förnedrande det är att bli full. Själv, menar hon, har hon hittat sina gränser:

Jag går på fest varje helg, men jag är inte sån som dricker så att jag bli helt redlös. Från början gjorde man ju det ofta. Jag kunde ju däcka och alltihop...bara somna. Men jag tyckte det var hemskt att inte vet vad man gjort. Nu kommer jag aldrig i de lägena. Det var i sjuan det var så.

Jag var på hockeyfest i helgen och då var det en tjej som var så full, så hon somna ju på golvet och allting. Vi fick gå och bära henne. Jag tyckte att det var så hemskt, för alla var så dumma mot henne. Ta ut fyllo skrek dom till henne. Det är så förnedrande, och jag tänkte att aldrig skall jag utsätta mig så...fast på sätt och vis får man väl skylla sig själv.

Att testa att dricka är också att pröva sina gränser. En del hittar dem snabbare än andra. Första fyllan är en sådan obehaglig upplevelse att man inte vill hamna i det läget igen. Här är två ungdomar från Norrland som har "testat" men som hittat sina gränser till "drickandet".

Jag älskade ölskum när jag var liten. Jag tror att jag redan på mellanstadiet kom i kontakt med alkohol. Jag umgicks ganska mycket med äldre. Men sen i sjuan hade jag min första fylla. På hösten i sjuan. Ordentligt.

Jag drack nog mer när jag var yngre för att bli berusad. Då var det bara att dricka en flaska vin innan man gick till ett ställe för där fanns det ju inte alkohol. Och det var ju bara för att bli full. Det var ju knappast gott även om man försökte säga det. Nu är det stopp när man känner att det börjar snurra. Man vet ju att det inte slutar att snurra för att man slutar dricka, utan det fortsätter

ju ett tag till och sen börjar det gå över. Så det gäller att vara lite förutseende.

När man är ute eller borta på en fest behöver man ju ha lite pejl på varandra. Det är ett socialt ansvar, tycker jag. Sen är det ju så att börjar min kompis må dåligt, så måste jag ju ta hand om henne. Så det är ju lite egoistiskt också...jag menar att hålla efter henne. Vill jag ha en skitrolig kväll, inte har jag lust att torka spyor efter henne heller.

Lotta, 20 år

Egentligen var det väl inte bara gruppptrycket som gjorde att man drack mer när man var yngre utan man var ju tonåringen, man ville bli vuxen och göra som de vuxna gör. Då drack man absolut bara för att bli full, man tyckte inte det var gott. Jag har haft en kväll när jag fått en riktig minneslucka. Det var egentligen inte så farligt. Jag somnade bara i ett hörn. Jag menar, man kommer inte ihåg så mycket när man somnar i vanliga fall heller.

Det där att bli vis av erfarenheter det verkar ju många sakna. Jag upplever inte heller något problem med att sluta dricka, jag känner inte att nu måste jag dricka mer och mer. Man lärde sig hur mycket man tålde, det gjorde man när man var 14, 15 år. Nu känner man ju att tar jag den här ölen då kommer jag att må dåligt, då kommer jag att få gå hem och spy...så varför skall jag ta den för?

Thomas, 20 år

Här ser tre flickor tillbaka på sitt ”drickande” i tonåren. Vi kan kalla dem A, B, C. De är nu mellan 22-23 år.

A: Nu kan man sitta med en drink en timme, man dricker väldigt långsamt, så man hinner ju märka om det snurrar till i huvudet och då ställer man bort drin-ken. När man var yngre, då var det också att det är så svårt att komma över spriten. Hade man en flaska måste man dricka upp den. För det här har man minsann kommit över. Det var som att få en jättefin parfym även om den luktar illa. Men den var så dyr när man köpte den så att man måste använda den.

B: Nu kan man sitta med en flaska vin utan att dricka upp hela flaskan, det är inga problem. När det är en raritet kan man inte kasta bort hela flaskan.

C: Vi började ju när vi var tretton på våra tjejmiddagar...om vi ska vara ärliga.

A: Men gjorde vi verkligen det...

C: Jag vet, för jag har en videofilm från det.

C: Jag menar, det var en väldig press...alla skulle dricka, det var hela tiden pava på bordet...svep...svep...svep.

B: Det var lite prestation.

A: Vi spelade alla väldigt mycket. Men tyckte att hon var skitfull men så kom någon av föräldrarna och man såg hur nyktra alla blev, så folk spelar väldigt mycket. När man var yngre var det tufft att vara full... idag är det bara patetiskt.

Fyra unga män lite över tjugo år beskriver här sitt drickande, både nu och tidigare i tonåren. Den stora skillnaden, menar de, är att förr drack de för berusningens skull. Det förbjudna var också en del av tjusningen, en del av spänningen, menar de. Det var också lite "ballt" att vara full, samtidigt som man var blyg för alla tjejer.

Samtalet är ett sammandrag.

Alkohol idag är något som hjälper en att slappna av, släppa spänningar från jobb eller plugg. Alkohol kan fungera lite som en belöning – den där ölen man tar efter jobbet på fredagen betyder att man har klarat av en hel veckas arbete och nu är veckan över! När man går ut och tar en öl dricker man öl eller något annat för att det är trevligt och riktigt gott.

De alkoholfria alternativen är inte lika goda. Det beror också på tillfället, ibland kan det var lika gott med en Ramlösa men om det är fest känns det inte särskilt festligt med Ramlösa. Att det är fest innebär att man själv vill fira något, att det är fredag, att man klarat tentan.

När man skall bort på en stor fest kan det hända att man inte bara dricker för att det är gott utan också för berusningens skull. Man träffas hos någon innan festen och tar ett par drinkar innan man går till festen. Dels för det är trevligt att gå tillsammans med flera andra till festen men det är också skönt att ta några drinkar och komma i stämning innan festen. Bli lite smått berusad... inte så att det syns men så att man själv känner det, man slappnar av och kommer i feststämning.

Tidigare drack vi alla för berusningens skull och att det hela var spännande – både förbuden som berusningen. Numera dricker man för att njuta av själv smaken – ja, även effekten... men förr gällde det att bli full. När man var yngre ville man bli berusad lika mycket för själva berusningens skull som att det var lite ballt att vara full. Man var ju också rätt blyg som kille när man var yngre. Man drack för att våga gå fram och prata med tjejerna. När man var yngre tyckte man det var ganska häftigt om någon var full, därför drack man så ofta så att man var säker på att det skulle märkas att man var berusad.

I protest – mot de vuxna

I frigörelseprocessen ingår att testa gränser och ibland handla tvärtemot vad föräldrar och andra vuxna vill. Man kan säga att alkoholen är en rätt konventionell form av "uppror". Att experimentera med alkohol handlar både om att själv bestämma och att kopiera ett typiskt vuxenbeteende. Att pröva alkohol eller tobak är att stilla en nyfikenhet. Att smygröka kan vara att söka spänning i något förbjudet.

En kurator i en skola, där de flesta av eleverna har utländsk bakgrund, tycker sig se ett nytt mönster bland flickor med utländsk bakgrund. I skolan lyckades man få ned rökningen, ganska få flickor rökte. Men sedan den nya tobakslagen kom har lockelsen i det förbjudna blivit en form av vuxenmarkör. "Nu kan man se dem stå och fnittra och smygröka". Eftersom alkohol och sexualiteten för dessa flickor är helt förbjudna områden och svårare att dölja för



föräldrarna är rökningen en av de få saker som de kan använda för att ”protestera”. Det ger spänning och är ett hemligt uppror, som de kan gå in i.

Sam, en iransk pojke, menar att han aldrig kommer att sluta röka. Inte förrän han slutar skolan. Han befinner sig i protest mot lärarna och att sluta röka är att göra ”som dom vill”. Han tycker inte de svarar på hans frågor eller bemöts på ett vuxet sätt. Den hälsoupplýsning han fått har snarare medverkat till att göra tvärtom!²

På lågstadiet var det detta med att du skall borsta tänderna. Sen blev det – du ska inte röka, du ska inte dricka. Det är inte bra för kroppen. Absolut inte bra. De förstörde upp de där delarna.

Väldigt ensidigt blir det. Inte för att jag tycker alkohol och narkotika är bra, men jag ser det som ren propaganda från statens sida. Jag är så pass negativt inställd till skolan att jag tycker det är tufft att bryta regler. Tobak är hälsofarligt, men jag röker.

Jag tycker att jag aldrig får några riktiga svar, när jag ställer frågor och ifrågasätter i skolan. Lärarna ser det enbart som att jag är jobbig.

Kati, som intervjuats om sin rökning inför den här boken, tar också upp detta med protesten mot de vuxna. Hon röker dagligen och är 17 år. Hon menar att när hon började var det inte i form av något gruppträck. Hon talar också om sig själv som en icke lättpåverkad person. Hon går sin egen väg. Hon tycker däremot att de vuxna skall vara försiktiga med att bara förbjuda. Kati tänker sluta röka – det har hon lovat en killkompis som har åkt till USA på ett år. Hon menar, att hans pappa förhöll sig helt annorlunda till rökningen än vad hennes föräldrar gjort. Nedan följer ett utdrag ur intervjun med Kati.

Jag vill bestämma själv...

Jag är verkligen inte lättpåverkad. Jag vill bestämma själv. De kan säga, snälla, kan du inte följa med till stan, men jag säger, ”jag tänker inte följa med dit, jag har ingen lust”. Ingen kan bestämma över mig, det är skönt.

Jag röker ganska ofta...och har blivit beroende

Jag röker ibland, inte jämt, inte lika mycket som alla andra röker, men jag röker varje dag. Jag har rökt i två år, kan man säga. Men om jag ligger hemma och är sjuk i tre dagar, då röker jag inte alls. Jag kan hålla uppe en månad. Så jag är inte som Jesper, som blir helt knäpp om han inte får röka. Och han röker jättemycket. Om jag säger att nu håller jag uppe en månad. Då gör jag det.

Det är otroligt att man kan bli beroende av vanlig rök. Ja, det är ju inte vanlig rök, men det är ju r ö k. Jag tycker det är jättekonstigt, men det har bara blivit det.

Det var inget grupptryck att jag började...

Det var inte så att några kompisar började röka, utan det var jag och min kompis som började röka själva. Bara hon och jag uppe på ett berg, här där vi bor. Sedan, i nian, då började alla mina kompisar röka, men då hade jag redan rökt ett halvår. Då tyckte jag dom var fåniga som började röka, bara för att alla andra började röka.

Ett väldigt tjat om att jag inte fick börja röka...

Pappa röker själv, men han blir arg på mig om jag röker. Men jag kan inte säga att bara för att du röker så. Han får bestämma själv om han skall röka. Det får jag också, men ännu är jag inte myndig.

Mina föräldrar och även Tinas föräldrar, de hade tjatat om att vi absolut inte fick börja röka. Då skulle vi trotsa det. I stället för att som Jespers pappa – han röker inte själv – som gick och köpte ett paket åt dem: ”Nu kan ni röka det här, så får ni se hur gott det smakar”. De tyckte att det smakade för jävligt. Då började de aldrig röka, eftersom pappan hade sagt att de fick ju röka om de var så dumma så de gjorde det. Då vände de på det. ”Jag skall inte göra som pappa sa, jag skall inte röka.”

I stället borde de säga: ”OK att ni provar och dricker. OK om ni börjar röka lite då och då, men ta droger är ju väldigt korkat av er, men det är ert eget val och nu har vi informerat er om att det är farligt.” Men aldrig säga att man aldrig får...

Man vill trotsa allt.

Dom har undervisning om sådant som man redan kan...

Rökning, tobak, alkohol och droger – det kan man. Det har man kunnat sedan man var liten. De kommer hela tiden och tjarar om hur farligt det är och bla, bla, hela tiden. Och det kan man, utantill. Vi har haft temadagar, jag fattar inte hur alla, politiker och lärare tänker. Att man har undervisning om sådant som man redan kan! Det är verkligen knäppt.

Så som dom vuxna pratar...du får absolut aldrig prova att röka...och inte heller dricka. Aldrig prova en drog. Då blir man ju mer nyfiken. Då blir man liksom...oh, då måste jag testa, eftersom de säger att jag inte får det!

Varför komma samman och dricka?

Alkoholen – ett symboliskt farväl till barndomen

Alkoholen kan enligt forskaren Philip Lalander ses som en del av ungdomens identitetsverktyg. Han kallar det en ”vuxenmarkör”.⁹ Hilde Pape, psykolog och forskare, ser provandet som en del av en ritual, när inga andra ritualer erbjuds.¹⁰

Tonårsdrickande kan vidare betraktas som ett symboliskt farväl till barndomens rike och som en markering att man är i färd med att inta en ny och mer avancerad roll. I moderna, ritualfattiga samhällen är det få andra beteenden som kan befästa en sådan rollförändring.

Samtidigt ser det ut som att dessa symboliska markeringar på övergångar mellan olika livsfaser, tjäna viktiga sociala och psykologiska funktioner i de flesta kulturer. För unga pojkar handlar drickandet också om att träda in i en traditionell könsroll och förvalta en social identitet som man.

Självklart är alkoholen som ritual kulturellt bunden. I förorter som Rinkeby eller Tensta, där många ungdomar har muslimsk bakgrund, dricker ungdomar mycket litet. I deras kultur gör man inte så. Där är det snarare rökheroin och andra narkotiska preparat som är mer tillåtet. Narkotikan är dock inte så mycket av en vuxenmarkör, utan har för en liten grupp blivit ett snabbt sätt att få pengar, i en ekonomiskt och socialt utsatt situation. Narkotikan kan på det sättet bli en väg in i kriminalitet.

Alkoholdebut och psykosocial hälsa

Ett representativt urval av 2000 norska ungdomar undersöktes under tre olika perioder: 1987, 1989 och 1993. Deltagarna var 19-22 år vid första undersökningen och 25-28 år vid den senare.

Hilde Pape och forskargruppen ville veta hur ålder vid den första berusningen hängde samman med hur man fungerade psykosocialt. De var speciellt intresserade av de som debuterat sent och de som aldrig hade druckit alkohol.¹¹

De startade med att undersöka de ungas anpassning till vuxenrollen. Resultaten visade markanta könsrollsskillnader. Kvinnor som hade en sen alkoholdebut eller som aldrig hade påverkats av alkohol skiljde sig inte åt. De var lika välfungerande som de som hade följt huvudströmmen och debuterat i mitten av tonåren.

I analysen av män fann de att både de som debuterat sent och de som aldrig hade varit berusade, visade tecken på en försenad frigörelse från föräldrarna. Dessa män hade en ökad tendens att bli försörjda av sina föräldrar efter tonårstiden. De bodde också hemma långt in i vuxen ålder.

Indikationen på sen anpassning till vuxenrollen var särskilt markant när det gällde förhållandet till det motsatta könet.

Forskningen visade också att om man började dricka som mycket ung hade man också fler psykiska problem i ung vuxen ålder. Bland kvinnorna var det bara de som debuterat tidigt som skilde ut sig. Bland männen fanns således tecken på missanpassning när de befann sig vid båda ändarna av skalan, både vid låg och hög ålder för debuten. Båda grupperna hade ofta

depressioner. De hade också lägre självkänsla. De mest välfungerande unga männen återfanns bland dem som drack sig fulla för första gången i 15-16-årsåldern.

Flera av männen i den sent debuterande gruppen hade sämre socialt nätverk bland sina jämnåriga. Men det fanns också en grupp bland de välanpassade männen som aldrig hade druckit. Att de avstod helt från att experimentera med alkohol berodde säkerligen på att de hade en stark ideologisk ståndpunkt mot alkohol redan som tonåringar.

Intressant är således att god självkänsla inte innebär att man inte prövar, vilket man kanske kan förledas att tro.

Ungdomars drickande handlar mycket om att vara som alla andra. Hilde Pape frågar sig varför ett experimenterande med alkohol i mitten av tonårstiden hos männen hänger ihop med att senare fungera bra psykosocialt. Hon menar, att de var välanpassade innan de började testa att dricka. De män som mådde psykosocialt sämre, hade haft ett sämre utgångsläge, innan tonårstiden, än sina jämnåriga. Annan forskning, menar hon, stödjer denna förklaring.

Att testa och att pröva för dessa sextonåringar var således ingen fara. De fungerade bra och hade bra självkänsla. God självkänsla innebär således att man testat, men först i sextonårsåldern, inte när man är tolv, tretton år. En tidig debut innebär enligt Pape att risken är stor att man blir s.k. högskonsument av alkohol, att drickandet fortsätter upp i vuxen ålder och att man därför får en dålig psykosocial hälsa.

Intressant är således att god självkänsla inte innebär att man inte prövar, vilket man kanske kan förledas att tro. Däremot utvecklar säkerligen en person med god självkänsla inte ett missbruk.

Att vara i ett socialt sammanhang

En måttlig alkoholkonsumtion i mitten av tonårstiden hänger samman med ökad självkänsla och bättre mental hälsa i vuxen ålder. Hilde Pape menar, att det inte handlar så mycket om själva alkoholbruket som att vara i ett socialt sammanhang med andra ungdomar, i en vänskap där alkohol tidvis ingår som en viktig ingrediens. Hos unga människor handlar drickandet mycket om tillhörighet till jämnåldersgruppen.

Mycket tyder på att tonårsdrickande är förbundet med bekräftelse och uppmuntran från vänner, medan avhållsamhet sällan ger upphov till sådana reaktioner. Samtidigt vet vi att erkännande och acceptans från vännerna bidrar till självkänslan i ungdomstiden.

Pape avslutar sitt resonemang med att undra om ungdomar som dricker ökar sina sociala färdigheter när de är på arenor med jämnåriga och när de utövar typiska tonårsaktiviteter. Alkohol kan fungera som en slags "inträdesbiljett" till den viktiga vänskapen i ungdomstiden.

Forskning visar att innebörden av att dricka alkohol innebär att ha det "roligt och trevligt" tillsammans med vänner, att bli mer lösläppt i samvaron med andra. Många berättar också att de använder alkohol för att det skall bli lättare att närma sig det motsatta könet, enligt Hilde Papes forskning.¹¹

Den plågsamma blygheten dämpas och närhet och förtrolighet är lättare. Eftersom ungdomar inte har en inarbetad repertoar hur man knyter kontakt med det motsatta könet värdesätter de därför alkoholen speciellt högt.

Amerikansk forskning har visat att folk förknippar alkohol med god sinnesstämning. För den som dricker måttligt handlar ofta alkoholbruket om ett efterlängtat avbräck från vardagen.

Andra undersökningar tyder på att små till måttliga mängder alkohol minskar stressen, ökar stämningsläget och känslan av välbehag. Här hänvisar Hilde Pape till en omfattande genomgång av forskarna Baum-Baicker, som visar att ”resultaten från olika studier tyder på att lågkonsumtion och moderat drickande kan bidra till att främja psykiskt välmående”.¹²

Men hur är det för ungdomar, som inte tål alkohol på samma sätt som i vuxen ålder? Varför dricker de? I Ulla Marklunds avhandling tar ungdomarna upp ett antal skäl till varför de dricker. Vissa eftersträvar alkoholens verkningar, medan andra tar fasta på de sociala anledningarna till att dricka. Exempel på verkningsskäl är ”slappna av”, ”glömma”, ”våga”. Exempel på sociala skäl är å ena sidan kamratpåverkan, att ”inte känna sig utanför”, å andra sidan betingelser i dryckessituationen som att ”det hör till när det är fest”.¹³

Vad har leken med ruset att göra...?

Sociologen Margareta Norell (vars forskning beskrivs i nästa kapitel ”Ungdomar och ruset”) beskriver ”förfesten” som behovet av att leka. Något man gör tillsammans med sina vänner. I kamratgruppen blir individen stärkt, bekräftad, ”det blir ett starkt vi”.¹⁴ Hon säger vidare:

Detta är något djupt kulturellt, som är viktigt för individens, gruppens och samhällets överlevnad. Idag, när det finns så mycket uppsplittringstendenser av livssammanhangen, fungerar detta festande, som att människor verkligen kommer samman, åtminstone i 20-årsåldern när alla är på väg åt olika håll.

Samtidigt som individerna stärker sig och de blir ett starkt ”vi”, blir individen själv stärkt. Det är så det fungerar. Det kan man aldrig uppnå på en artificiell väg.

I avhandlingen ”Berättelser om ruset” beskrivs ruset som en del av leken, i Winnicots terminologi. Leken är ett övergångsområde. Leken är grunden till all kultur. Det är där det djupa meningsskapandet sker. När vi oförbehållsamt vågar möta och lita på den andre. Winnicot betonar att det är så tilliten utvecklas genom barnets lek, till en början via de vuxna runt barnet. I jämförelsen med Winnicot kan festen ses som en situation där man leker tillsammans, skojar och känner tillit. ”Det är en massa osäkra jag som skapar ett starkt vi”, säger Margareta Norell.

Psykolog Christina Näslund refererar också till Winnicot när hon beskriver ”ruset”.¹⁵ Hon skriver:

I detta betydelsefulla av Winnicott beskrivna lekområde frigörs tankens kreativa lek, något som redan vikingarna visste att använda. De visste att nya

tankar uppstår vid mental lek och när de skulle fatta stora beslut, valde de att dryfta frågan två gånger, dels under rus, dels i nyktert tillstånd.

Det finns mycket som hotar vår tilltro till den andre. För att upprätthålla tilliten måste vi komma i sammanhang som är nära och konkreta och där vi upprätthåller en viss ritualisering. Sammanhang där vi gör som vi brukar göra, utan att behöva reflektera så mycket. Där vi inte hela tiden måste omförhandla villkoren. Så här säger Margareta Norell:

Att till exempel festa tillsammans med människor som man känner, som man litar på och som man har festat med tidigare, då vet man hur det ska gå till. Det blir nästan rituellt och man kan lita på de andra. Samtidigt vågar man också skoja med varandra, vilket också skapar en tilltro. Förfesten kan fungera på det sättet – som att leka. Där finns en massa osäkra ”jag” – som skapar ett starkt ”vi”, som sedan vågar gå ut och möta andra i samhället på en offentlig arena. Både jämnåriga och vuxna.

Innebär det att jag behöver avstå från att vara med i gruppen bara för att jag inte vill dricka alkohol? Jag vill ju säga ja till gemenskapen. Jag vill ju ”leka med de andra” och inte sitta ensam hemma med mamma och pappa”. Det är ju inte med dem jag hittar min identitet – inte längre.

”Att säga nej, att kunna stå själv, är ett typiskt utslag av individualiseringen” säger Margareta Norell. Det innebär att individen skall kunna stå stark och välja hela tiden. Men i förfesten blir alkoholen till en katalysator i den ”lek” som äger rum. Därmed inte sagt att det inte finns de som inte dricker. Men de sitter inte och säger nej hela tiden för då får de inte vara med. Då är det en lekförstörare.

Även om du lekte utan alkohol som barn så är de barn som hela tiden säger nej, som avvisar förslag till lekar, de som till slut inte får vara med. Man deltar inte i leken på samma premisser. Det finns i vår undersökning de som aldrig dricker, men då mer eller mindre låtsas de... De gör ingen grej av det, för att inte förstöra stämningen i leken.

Avhandlingen ”Berättelser om ruset” utgår från tjuugoåringar men de resonemang som förs om leken och hur vi skapar vår identitet tillsammans med andra är viktigt att förstå om vi skall nå fram till en mer fördjupad alkoholupplysning. Att ”säga nej till alkohol” är så mycket mer komplicerat än att genomföra av några övningar ”för att stärka självkänslan”, ”lära sig säga nej” etc.

Men rökning – då?

Tyvärr finns mycket lite kvalitativt forskning kring själva ”rökandet” och vad det betyder – inte bara i ungdomars utan också i vuxnas liv. Även här säger forskningen att en bra självkänsla absolut inte är en garanti för att inte börja röka.¹⁶

I en intervju gjord inför detta referensmaterial belyser en flicka på 21 år, Susy, hur rökningen kan vara ett sätt att ta kontakt. Hon kallar sig inte rökare, men röker ibland. Susy rökte aldrig i gymnasiet, självklart testade, men utvecklade aldrig detta till att bli en regelbunden vana. Hon gick helt enkelt inte i en rökande skola och kanske, menar hon, att det är därför som hon och flera av hennes kamrater aldrig riktigt kommit igång med sin rökning. Susy tycker att rökningen är ett sätt att i en osäker situation få kontakt med människor men också lite av en tröst när hon är ledsen.

Jag röker inte så där vuxet...

Jag röker mer tillfälligt. Det tycker jag att de flesta av mina vänner gör. De röker inte så där vuxet, som att vilja ha en cigarett efter maten. Eller också är de inte så beroende som vuxna är. När jag blir stressad eller är lite ledsen, ja, då livet känns lite svårt, då kan jag också ta en cigarett.

Inte när jag är harmonisk...

När jag är harmonisk då tycker jag bara att det luktar illa. Jag känner inget sug eller behov av att röka. Som nu på kaféet, där jag jobbar, där är det jätterökigt. Eftersom jag står där hela dagar, så kan jag inte tänka mig att röka själv. Det luktar illa och mina kläder blir rökiga. Jag tycker jag luktar apa, när jag går därifrån.

Att ta en cigarett i nian, det var att få träffa dom där andra!

Ja, men nog rökte man en och annan cigarett i nian. Då gick vi till A-lunden eftersom vi inte fick röka på skolgården. Men det var ju inte själva rökningen, utan de som rökte... Det som var viktigt det var ju att den och den och den gick dit. Det var också som en ursäkt att få träffa vissa, det var inte rökningen i sig. Rökningen var mera ett skäl att träffas.

Ett sätt att få kontakt i en paus...

När jag börjar på något nytt, t.ex. en ny kurs, så ser jag alltid till att ta en cigarett med mig, även om jag inte skulle rökt om jag var hemma. Det finns alltid ett litet trevligt gäng som går ut och röker i pausen och det bli ett sätt att träffa och lära känna dem. Det blir då inte det här med att man väljer ut någon att stå och prata med, utan några går ut för att röka, så träffs man och börjar tala med varandra.

Att få kontakt med det andra könet...

Jag tycker också, att de som inte lever i någon parrelation, de röker mera. Alltså rökning är lite som att få kontakt med det andra könet. Det blir ett sätt att få kontakt med en kille när man går ut. I den där osäkerheten, tveksamheten, tar man en cigg ihop och börjar prata lite. I en fast relation har man inte samma behov, tycker jag. Där finns inte den där trevande osäkerheten. Tina, som jag arbetar med nu, hon röker inte. Hon har en pojkvän och de röker inte. Jag tycker det är jättebra.

Att det är farligt, skjuter man åt sidan...

Att man kan få luncancer det tänker man inte så mycket på... det skjuter jag upp. Jag vill inte tänka på det nu, för nu är jag stressad och j u s t n u behöver jag en cigarett. Jag tror att

det är därför som ensamstående mammor röker mer. De unnar sig en liten cigarett, kopplar av, får vara lite för sig själv.

När jag inte röker på flera dagar tycker jag att jag genast känner att jag får bättre kondition.

Föräldrarna får inte ryta, då blir det värre...

Rökning kan bli lite av en protest. Jag tycker inte att föräldrar skall vara så att de förbjuder, men det skall heller inte tillåta att man röker hemma. De skall absolut inte ryta, då blir det ännu mer protest. Nej, mera i stil med "att lilla gumman, du får inte gör så där". Om de däremot skulle skrika, "du får inte". Då blir man ju bara protestfylld och gör tvärtom.

Man måste känna att de bryr sig...

Det är viktigt att man känner att de bryr sig, att de blir ledsna om man röker. Jag tycker att jag känner från mina föräldrar att rökning är inte tillåtet, de bryr sig...någonstans långt bak har jag detta med mig att jag skall inte röka.

Att röka när man är tonåring tror jag mycket är att få föräldrarnas uppmärksamhet, ett sätt att pocka på deras uppmärksamhet, "oh, röker du"...man testar om de bryr sig.

Jag tycker också att det ofta är så, att de som har en mamma som röker, de blir väldigt negativa till rökning under sin uppväxt, men sedan när de är lite äldre, röker de precis som mamma...och så sitter de där och pratar och röker ihop.

Tråkigt med uppdelningen...

Jag tycker det är tråkigt med dom som är så anti rökning, att man till exempel inte kan stå eller umgås med dem som röker. Det blir en väldig uppdelning i två grupper. De för och de emot.

Att inte dra alla över en kam...

En del av dem som är mer konstnärliga, håller på med musik, konst, de är mer toleranta. Men det är ingen som använder narkotika, eller missköter sig, eftersom de flesta har sina drömmar, vill framåt.

Det finns en del som röker för de tycker det är tufft. Men sen finns det också en grupp som röker som är mer romantisk. De sitter på ett kafé, läser en bok...men effekten, och skadorna, de är ju desamma.

Så är det ju också med hasch, det finns ju de som använder hasch men inte alls är några kriminella typer. De är mjuka, tänkande, ibland lite filosoferande. Därför går det inte att man skär alla över en kam, t.ex. att polisen pratar i skolan om hasch som om det var ett gäng halvkriminella typer som är utslagna, bär sig åt och härjar. Dom lyssnar man inte på. Då stänger man av!

Det kan också bli väldigt fördömande. Man dömer ut personer, "dom där, dom där hemska", det tror jag också är lite farligt.

En ökad individualisering

I medias bilder uppstår ofta en klyfta mellan förväntningar och en verklighet, särskilt för de

unga. Där allt blir möjligt att göra men aldrig genomförbart på grund av socioekonomiska ramar. De unga måste få hjälp att få ihop detta, säger Margaretha Norell.

Det finns stora svårigheter i gymnasieskolan med att de unga har så pass svårt att få ihop detta med självbild och verklighet. Vem är jag i förhållande till andra och var är min plats? Därför ser vi mer regression i gymnasieskolan än tidigare. Regression är positivt för identitetsutvecklingen på det viset att man går tillbaka och bearbetar. De är således inte bara önskvärdt med progression i skolan idag.

Identitetsarbetet tar idag både energi och är tidskrävande. Det är inte bara självbilden som blivit svårare, när klyftan mellan förväntningar och verklighet ökar, utan det är också detta att den där platsen för mig i samhället finns inte alltid. Den står inte och väntar. Inte nog med att man skall skapa sig själv, utan man skall också skapa sin plats i tillvaron. Man kan inte förvänta sig att någon annan gör det.

Allt kan gestaltas

Ungdomar står idag inför många val. Individualiseringen ställer nya prestationskrav på de unga individerna. Andra områden av livet blir indragna som kroppen men också själen. Helst skall man ha bra självförtroende, vara oblyg etc. Allt är ”gestaltbart”. Margaretha Norell fortsätter:

Kroppen har blivit väldigt indragen för de unga. Kroppen kan gestaltas...den skall skapas. Kroppen kan ju inte bara se ut som den gör. Även det inre kan gestaltas. Man skall inte ha dåligt självförtroende, det ska man rätta till. Man kan inte bara säga ”att jag är blyg och det var min mamma också”. Allt är gestaltbart och det tycker jag är något som har ändrats från det att jag själv var ung.

Men detta är inte bara svårigheter, det är också möjligheter. ”Unga människor vågar idag gestalta konstnärligt på ett sätt man inte gjort tidigare”, säger Margareta Norell. Aldrig har det skrivits så mycket poesi av de unga som idag. Det har målats och skapats, ofta via multimediateknik. Möjlighetshorisonten har förändrats både på gott och ont. Det finns hela tiden två sidor av myntet.

Själva skapandet är viktigt för att bearbeta trauman i livet, menar Margareta Norell. Detta för tankarna till skolan som en plats i livet där det ”musiska” i människan borde få en större plats. I skolor som är ansedda som bra och med ett positivt skolklimat, där erbjuder skolan ofta olika sorters uttrycksmöjligheter vid sidan om den ordinarie kunskapsinriktade undervisningen. Detta berörs också i senare kapitel.

”Det svartklädda folket”, som var en av de grupper som intervjuades i avhandlingen ”Berättelser om ruset”, där sker ett ständigt bearbetande av egna personliga trauman via skapandet, via musiken, via konsten. På ett sätt är de tvungna att skapa för att klara sina inre svårigheter. ”Den egna identiteten blir en av många möjliga identiteter. Jag tror vi lever i en speciell tid med hela mediavärlden, som spottar ut sändningar om hur livet skall levas och hur det inte skall levas”, säger Margareta Norell.

Prestationstryck

I kapitlet ”Skötsamhetsmoral och hedonism” beskrivs hur 90-tales ungdomar vidgat sina möjlighetshorisonter. Individerna kan göra mer fria val samtidigt som detta också utgör en av svårigheterna i livet. Allt ligger öppet – samtidigt finns det inte tillgängligt. Det blir ett ”prestationstryck” på individen. Om det i de auktoritära samhällena handlade om att man ”vill för mycket” är det i vår tid att jag ”uppnår för lite”- att jag som hel människa fortfarande inte lever och är sådan som jag skulle kunna vara.⁹

I ungdomars identitetsbygge betyder medier alltmer. Oändliga framstår valen och man kan experimentera med olika identiteter. Ångesten är att ”vilja rätt” – och det blir allt svårare att veta vad som är rätt.

Ziehe lyfter fram begreppet ”reflexivitet”, för att förstå 90-talets ungdom. Begreppet kan översättas med självreflektion som görs utifrån allt det vår kultur erbjuder idag. I allt mediautbud som finns idag har världen vidgats och nya områden presenteras. Bilder förmedlas av sexualitet, kön, arbete, samliv, föräldraskap. Nya livsområden blottas, förs ut i ljuset och avmystifieras.

TV kan låta oss leva i olika världar utan att vi behöver ta ansvar. Även under 90-talet pågår ett ständigt arbete med kroppen i fokus. Sexualiteten och kroppen är ofta säljande rubriker på löpsedlar. Sexualiteten är också ett område, där inget får lämnas åt slumpen. Löpsedel på löpsedel kan vi läsa ”Så här vill hon ha det” eller ”Så här vill han ha det”. Det finns ett stort prestationstryck. Och i tidningar som Frida, som tidigare skrev om rätt oskyldiga saker som hästar, kärlek och vänskap, smyger sig alltmer in ett sexbudskap. Här kan man läsa om både analsex och massagestavar.

Kroppen har blivit ett estetiskt projekt. Från att ha varit en avgränsad subkultur med bodybuilders har kroppskulturen lett till den så kallade fitnessindustrins framväxt, där framgång är lika med en vältränad kropp.”...”I medierna hyllas det ungdomliga”, skriver Philip Lalander i sin avhandling ”Anden i flaskan”.

Tidigare har ungdomar förmodligen tämligen oproblematiskt kunnat leva upp till denna ungdomlighet. Genom den ökade kroppsfixeringen och det ständigt accelererande stilskapandet torde emellertid även ungdomar ha svårt att närma sig idealen. Att skapa den ungdomliga kroppen låter sig inte göras så enkelt, då denna kropp idealmässigt är utom räckhåll för de flesta.⁹

Att fastna i missbruk

Fyllan – en flyktzon

I Philip Lalanders forskning kan vi läsa hur de liberalkonservativa, som drack väldigt mycket alkohol, hade en tidig debut (12-13 år). De hade en bakgrund med stora besvikelser på vuxenvärlden, vilket kan förklara varför de gick in i en relativt slutna grupp. Han skriver:

Fyllan kan erbjuda en slags flyktzon, ett plats där man längtar efter något annat. Tjugoåringarna beskrev det som om de ibland ville trycka på pausknappen, när

livet var jobbigt och kraven blev för många. Festen blev här denna pausknapp. Jag tror att många vuxna använder alkohol på det sättet. Att komma loss från den vanliga vardagen.

Att vid unga år blir högkonsument av alkohol innebär mycket av flykt. Lars Ramström, i sin bok "Droger och tonåringar", menar att denna tröst i livets olika lägen, kan vara något som föräldrarna har lärt barnen. Med sitt sätt att hantera alkoholen kan de säga till sina barn: om du är trött – pigga upp dig med alkohol; om du är trött och ledsen – trösta dig med alkohol; om du är glad – drick alkohol; om du är spänd – slappna av med alkohol.¹⁷

"Droger fyller igen luckor och tätar hål"

Det är få av dem som prövar cannabis som blir fast i ett dagligt missbruk. Om ett tillfällighetsmissbruk av cannabis eller en högkonsumtion av alkohol kommer att fördjupas till ett vanemässigt missbruk beror på hur haschrökningen respektive alkoholdrickandet klaffar in i ungdomarnas tonårsutveckling.

Det finns alltid orsaker till att man försöker förhöja tillvaron eller att man bedövar sig för att stå ut med samma tillvaro. Det är inte slumpmässigt, säger psykologen Tommy Moberg, med lång erfarenhet av narkotikamissbrukare och missbrukare av anabola steroider. "Drogen fyller igen luckor och tätar hål", säger han.

Precis som testosteron behöver receptorer i vår biokemi för att "haka tag", behöver olika droger psykiska receptorer i vårt inre för att dess effekter skall fylla luckor och täta hål. Utan dessa "mottagare" kommer vi att finna att just den drogen inte passar oss.

"Om drogen, som vid exempelvis cannabismissbruk, tar bort känslor och gör att man inte behöver tänka och känna, så förstår vi att cannabismissbrukarens upplevelse av 'att må bra' är förknippad med att slippa tänka och känna", säger Tommy Moberg.¹⁸

Man kan utskilja följande sätt på vilket drogmissbruk kan klaffa in i tonårsutvecklingen, enligt Ramström:

- Lust att pröva det förbjudna, uttryck för godartade protest och separationssträvanden
- Eftergift för krav som ställs av kamratgruppen
- Drogintaget tjänar till att dölja blyghet och osäkerhet speciellt det motsatta könet
- Ett sätt att slå larm att man inte mår bra
- Befriar från smärtsamma inslag i tonårsutvecklingen
- Led i utvecklingen av en narkomanidentitet
- En form av medicin mot psykisk sjukdom
- Självbestraffning och självförstörelse

Tungt missbruk och föräldraskap

Om tungt missbruk som heroin och amfetamin, skriver Jan Ramström följande.

När det gäller det tunga missbruket – vanligast injektionsmissbruk av heroin eller centralstimulantia – är det min erfarenhet med stöd av många veten-

skapliga undersökningar, att missbruket har sin främsta grund i en sedan tidig barndom störd psykologisk och social utveckling.

Om ett barn hamnar i upprepade misslyckanden i sociala sammanhang fördjupas den grundläggande känslan från den tidiga barndomen att vara dålig och inte önskvärd. Den sociala och emotionella kompetensen slår här igenom och en negativ identitet har förstärkts, skriver Jan Ramström.

När barnet sedan går in i tonåren är förutsättningarna för att lyckas med tonårsutvecklingen små. Tonåringen kan anta en negativ kompensatorisk identitet som narkoman, dvs. han eller hon finner en ersättning för den misslyckade identitetsbildningen i livet som narkoman.¹⁷

Ett ihållande drogmissbruk under tonåren för ofta med sig att tonårsutvecklingen bromsas upp och tonårsutveckling stannar av.

MEN – och det måste framhållas – störda relationer till föräldrar innebär inte att du behöver bli fast i ett missbruk. Men flera psykiska och sociala svårigheter finns ofta i botten hos den tonåring som fastnat i ett missbruk.

I forskning om ”värstingar” överges dock en del fördomar, bl. a. att ungdomar skulle ha svårt att bryta sitt missbruk, när de väl en gång börjat. Så här säger forskaren Stig-Arne Berglund, som under tre år följt ungdomars väg från utredningshem, behandlingshem och verkligheten de mött efteråt.

”De flesta tycks ha lätt att bryta missbruksvanan om deras liv ändras. Det kan handla om att man knyter en ny relation som ger nya livsstilsalternativ. Det kan också gälla ett jobb som man inte vill missa.”¹⁹

Aktiv eller passiv livshållning

Livsinställningen kan ha inverkan på om man utvecklar ett beroende, menar Jan Ramström.

En aktiv livsinställning bygger på en god självkänsla, en positiv självbild.

Den passiva människan har mycket liten tro på sin förmåga att göra saker, förändra sina levnadsförhållanden och påverka andra. För att må bra måste jag få någonting: mat, dryck, saker, beröm, kärlek osv.

Den passiva människan blir lätt relationsuppgiven, den aktiva blir ofta relationsinställd. En människa med god självkänsla blir aktiv, eftersom hon har en tro på sin förmåga att göra saker, förändra yttre omständigheter och påverka andra. Hon har följande grundinställning: Vill jag må bra, så måste jag göra något! Ta initiativ, producera, skapa kontakt och utbyte med andra människor. Att därför stärka ungdomars ”handlingskompetens” har varit ett av målen med den danska hälsofrämjande skolan (ingår i WHO:s nätverk för hälsofrämjande skolor).

Det passiva förhållningssättet är kopplat till drogmissbruk på följande sätt:¹⁷

- Man har inställningen att de goda känslorna skapas av att någonting tillförs som saker underhållning m.m. Nästa steg i samma riktning skulle kunna vara att tillföra den goda känslan direkt utan att gå via underhållningen, sakerna. Det är detta som sker vid missbruk av narkotika och högkonsumtion av alkohol.

- Missbruk av alkohol eller narkotika är helt enkelt extremformer av ett passivt, konsumerande förhållningssätt.
- En annan närliggande och viktig aspekt är de vuxnas förhållningssätt till alkohol i hemmet, som tidigare lyfts fram, dvs. att man ser att de vuxna använder alkohol antingen för att man är ledsen, glad, skall fira, slappna av etc. I stället för att lösa dessa känslor på annat sätt.

Bakgrundsfaktorer

Forskning har visat att vissa bakgrundsfaktorer är mycket vanliga bland vardagskonsumenter. Det är således ingen slump att den unge fastnar i ett missbruk.

Arthur Solarz, som forskat vid Brottsförebyggande rådet, har undersökt betydelsen av skola, arbete och fritid som bakgrundsvariabler för missbruk. Han har ställt samman en antal bakgrundsfaktorer som finns hos missbrukaren.²⁰ Som vi skall se handlar en hel del om svårigheter i skolan om:

- Dålig anpassning i skolan (för varje missbrukare som anpassat sig väl går det 28 med dålig skolanpassning)
- Känsla av att bli orättvist behandlad
- Skolk (skolk har visat sig ha det starkaste sambandet med missbruk)
- Anmärkningar för dåligt uppförande i skolan
- Frånvaro p.g.a. överansträngning
- Gått om en klass eller gått i specialklass

Andra bakgrundsfaktorer är att missbrukaren haft svårt att anpassa sig i arbetslivet, haft konflikter med överordnade, slutat med arbete för att han känt sig orättvist behandlad etc.

Ytterligare bakgrundsfaktorer är stor tobakskonsumtion i ungdomen, att man ofta i tonåren varit berusad, bakfull, att man sniffat mer än 10 gånger, snattat upprepade gånger under ungdomsåren. Och att man är känd för myndigheterna.

Medicinska och psykologiska bedömningar av vardagskonsumenterna visar att de har fler psykosomatiska symptom, låg tolerans för stress, en benägenhet för ångest, svårt att kontrollera nervositet och kanalisera aggressivitet. Här nämns också svårigheter att ta kontakt med andra människor, bristande ansvarskänsla och oförmåga att ta egna initiativ.

Samma miljö – men ändå olika

Narkotikamissbruk är vanligare i fattiga miljöer, men ändå blir en del icke konsumenter. Forskarna Chein och medarbetare studerade i USA inte bara missbrukarna utan även de som inte missbrukade i ett fattigt område. De som inte missbrukade kommenterar forskarna så här:²¹

Än så länge känner inte dessa pojkar att de står i motsättning till samhällets institutioner, de slutar inte skolan i förtid och många lyckas behålla ett arbete. Deras allmänna orientering vid sexton års ålder är ganska realistisk såtillvida att de hade någon sorts bestämd plan för den närmaste framtiden och de

önskade sig inte saker som de visste att de omöjligen kunde få. Deras sätt att relatera till omgivningen var positiv i bemärkelsen att de var intresserade av och hade förmåga att delta i tillgängliga aktiviteter, som de både fann njutning i och hade nytta av. I alla dessa avseenden skiljer de sig klart från sina jämnåriga som redan var, eller var på väg att bli vardagskonsumenter av narkotika.

En annan viktig skillnad var att de som tillhörde icke-missbrukarna uttryckte på flera sätt en bestämd vilja att hålla sig borta från de andra som kunde ”dra in dem i tråkigheter”. Nästa hälften av dem som missbrukade narkotika uttryckte neutrala och t.o.m. positiva känslor för dessa ”andra” och få uttryckte klart negativa känslor om dem.

”The tipping point”

Skolsvårigheter kan å ena sidan kompenseras av bra relationer till familjen. Men störningar i föräldrarelationen kan också leda till anpassningsproblem i skolan. Men, å andra sidan, kan till en viss del positiva skolupplevelser kompensera, om kamratgruppen missbrukar.

Det är antalet problem och intensiteten i dessa som särskiljer storkonsumenter av narkotika från andra människor som har det svårt. James Gabarino, psykolog och forskare, talar här om ”the tipping point” eller ”the accumulation of risks”.

Man kanske klarar en eller två ”belastningsfaktorer” men en fjärde kan bli för mycket och då blir konsekvenserna snabbt allvarliga. Om ytterligare belastning tillkommer, en femte och sjätte, kanske inte detta förvärrar situationen. Men det är punkten, när en belastningsfaktor stjälpjer ”lasset”, som är ”the tipping Point”.²²

Bra och dåliga hemförhållanden

Arthur Solarz har också studerat hemförhållanden för att se vad som särskiljer missbrukarnas hemförhållanden från ”någongångs-användarna” och dem som aldrig prövat narkotika. De hemförhållanden som Arthur Solarz betraktar som sämst kännetecknas av flera av följande egenskaper:

- Låg socioekonomisk standard
- Spritmissbruk
- Kroppsaga
- Konflikter
- Minst en av de biologiska föräldrarna saknas
- Fadern visar bristande intresse för familjen

De bästa hemförhållandena kännetecknades av att den socioekonomiska standarden är hög, far och son har gemensamma intressen, kontaktfrekvensen barn-föräldrar är hög samt att föräldrarna ger barnen utrymme för eget beslutsfattande och självständighet.

Skolan – vad föregår vad?

Den vanligaste bakomliggande orsaken till ett missbruk av dels alkohol, dels narkotika är skolsvårigheter. Skolk är en signal som är genomgående. Men flera debattörer har tvistat om nar-

kotika föregår skolsvårigheter eller om skolsvårigheter föregår narkotikamissbruk. En sammanvägning av all forskning visar emellertid att skolsvårigheter föregår missbruket.

Ted Goldberg för denna diskussion i sin bok "Narkotikan avmystifierad". "Det är", skriver han, "som om den vanemässiga haschrökaren fungerade i skolan innan hon började med hasch". Eller att hon hade energi till fritidssysselsättningar före hon använde hasch, att hon deltog i umgängeslivet på samma sätt. Eller att hon inte blivit utstött ur den vanliga gemenskapen...eller att hon tidigare haft förmåga till ivriga diskussioner och meningsutbyten.

Ted Goldberg menar vidare: "Det verkar som om en del tror att konsumtionen av hasch är förklaringen till att hon nu är understimulerad, får bristfällig social träning och har svårt att finna gemenskap och vänskap".

Snarare är det så att en rad faktorer, däribland skolsvårigheter, har föregått haschmissbruket. Om man alltför mycket ser tillgängligheten på alkohol och narkotika som den bakomliggande orsaken till problemen kan det försvåra att förstå missbruket och att hitta förebyggande strategier för att komma åt användningen av t.ex. narkotika eller en hög alkoholkonsumtion.

Men – det är också så att ett ökat cannabisbruk medför kognitiva försämringar och därför kan skolsvårigheter uppstå, med minnesluckor och inlärningsvårigheter, vilket i sin tur leder till skoltrötthet och skolk. Det späder således på en redan utsatt situation. I länder där cannabis är lättillgängligt och t.o.m. kan köpas i s.k. coffeeshops, där är haschbruket vanligare och också antalet missbrukare betydligt större än i Sverige. Tillgängligheten spelar således en mycket stor roll.²²

Ungdomar på Mariamottagningen

Christina Andersson har skrivit en avhandling om ungdomar som behandlats vid Mariapolikliniken i Stockholm ("The children of Maria"). Hon visar, som tidigare berörts, att relationsproblem i familjen leder in i missbruket. Det är en följd av att den unge söker gemenskap och skydd hos kamrater, som väljs för att kompensera där familjen har brustit.

Det kan vara intressant att närmare studera hur livet såg ut för dessa ungdomar som kom till Mariamottagningen i Stockholm för behandling.²³ Mariamottagningen tar emot många ungdomar akut, men dessa besök förblir ofta engångsföreteelser, medan andra p.g.a. sina svårigheter blir kvar i behandling.

Hur är relationerna inom familjen?

Både pojkar och flickor utmärktes av att de kom från familjer med ensamstående förälder. Men svårigheterna kommer inte för att föräldern är ensamstående utan problem ligger i föräldrar-barn-relationen. Det är mycket konflikter med föräldrarna, framför allt har flickorna stora konflikter med sina mödrar. Flickorna har blivit utslängda hemifrån eller de har lämnat hemmet. Konflikterna består mycket av att föräldern ville kontrollera flickans uppförande och att ingen dialog uppstod.

Missbruk i familjen

Fäderna till ungdomarna missbrukade dubbelt så mycket alkohol som genomsnittet. Mödrarna missbrukade fem gånger mer än genomsnittskvinnan.

Hur går det i skolan?

Ungdomarna hade varit mer frånvarande än närvarande i skolan. Fler pojkar än flickor hade hoppat av skolan. En del av pojkarna och flickorna gick i specialklass. Några hade andra specialarrangemang. Skolk var vanligt.

Flera var skoltrötta. De tyckte inte om skolan, hade inlärningssvårigheter, hade svårt att följa instruktioner, var aggressiva. Det mest vanliga bland flickorna var skoltrötthet och att inte vara "happy in school", medan det hos pojkarna mer var inlärningssvårigheter och aggressivitet (att acceptera läraren som auktoritet). Ingen av flickorna hade problem förrän på mellanstadiet. För pojkarna började det vid sju års ålder, hos en del fjorton, femton års ålder i likhet med flickorna. Många av pojkarna men också en del av flickorna var kriminellt belastade.

Vilka preparat används?

Alkoholproblem föregick problem med narkotika. Ett manligt drag var ett intensivt alkoholmissbruk. Ungdomarna använde flera olika preparat samtidigt. Alkohol var dock det vanligaste: (1 flicka och 11 pojkar missbrukade endast alkohol).

Fler flickor än pojkar hade använt cannabis, medan vid ett intensivt haschmissbruk hade lika många pojkar som flickor missbrukat detta. Amfetamin var dubbelt så vanligt hos flickor som hos pojkar. Flickorna kom snabbare än pojkarna in i ett tungt missbruk, genom att de var tillsammans med äldre missbrukande män. Fem flickor och sju pojkar tog heroin intravenöst.

Lugnande medel användes mer av pojkar än flickor – ofta ordinerat av läkare och som de fått av deras mamma mot abstinenssymptom.

Anabola steroider – om osäker manlighet och frånvarande pappor

Avslutningsvis lyfts fram ett annat missbruk – missbruket av anabola steroider. Tommy Moberg, psykolog i Göteborg, har gjort en studie med djupintervjuer med missbrukare av anabola steroider, vilket sätter fokus på faderns relation till sina söner.¹⁸

Faderns roll har inte uppmärksammats särskilt mycket i de kommunala s.k. drogprojekt som pågår i landet. Att tidigt stötta män att få en varm och nära känslomässig relation till sina barn borde vara en viktig främjande strategi.

Problem med manlighet

I arbetet med behandling av män med narkotikamissbruk kom Tommy Moberg i kontakt med ett helt nytt mönster bland unga män, som använde anabola steroider. Endast fem av de 54 män han träffade mellan åren 1990-1994 använde anabola steroider i samband med träning. De övriga, 29 männen, använde preparaten enbart utifrån den drogeffekt de beskrev. 40 män kombinerade sitt intag av anabola steroider med andra preparat, framför allt amfetamin och hasch.



Samtliga hade fått allvarliga psykiska störningar.

Tommy Moberg fann ett gemensamt mönster i deras bakgrund. De intervjuade uppgav att de hade en dålig relation med sin biologiska pappa. Även om han var fysiskt närvarande var han inte känslomässigt tillgänglig för sin son. Han var en frånvarande pappa.

En del av de intervjuade hade haft en relativt bra relation med sin styvpappa, men aldrig med den biologiska pappan. Två av männen trodde långt upp i tonåren att deras biologiska pappa var död. Båda fick av en slump reda på att så inte var fallet.

Till det yttre såg de unga männen mycket manliga ut, enligt Tommy Moberg. Deras beteende var också präglad av en traditionell manlighet, ”i alla fall våldspräglade ytterligheter av manlighet.” Men andra iakttagelser gjorde att han började fundera över deras manlighet och inte minst över hur deras manliga förebilder har sett ut och såg ut. Han har i sin kliniska verksamhet sett exempel på behovet och längtan efter en tydlig mansförebild.

”Ett intressant fenomen är att när pojken dömdes till skyddstillsyn så valde han ofta som lekmannaövervakare den polis som hade förhört honom. Säkerligen som uttryck för en längtan efter en stabil, gränssättande men också varm person som de hade behov av men som också var en tydlig representant för manlighet.”

Ett annat fenomen kom också fram i de unga männen relation till kvinnor. De levde tidigt samman som par, där de hade lägenhet och där han arbetade, hade körkort och bil. Kvinnan blir sedan gravid och de får barn. Tommy Moberg fortsätter:

Så en dag står han där med en ”ölkasse” i handen. En tid senare är separationen ett faktum. De unga männen sätt att hantera situationen är att de släpper

allt! De ökar sitt drickande, börjar använda droger och begå brott. Så blir de dömda i tingsrätten och får ett fängelsestraff. Efter strafftiden upprepas så historien om och om igen. Samma mönster. Nya relationer, ny ”uppryckning”, nya barn, nya separationer – i ett märkligt kretslopp.

Längtan att vara en man

Före.

”Från början när man tar steroider så känner man att man blir en MAN helt enkelt.”

”Man går två meter över marken.”

Och efteråt.

”Jag låg bara och grät. Det fanns inget positivt. Jag ville bara dö. Slutade äta och låste in mig i ett rum.”

”Hela livet utanför huvudet försvann”.

Längtan efter en stark sexualitet finns också som skäl till att ta steroider. Sexualiteten beskrivs som ”djurisk”. Efteråt blir det raka motsatsen. ”Jag klarade inte av att ha samlag. Det gick inte för mig.”

Så kan man lätt komma in i en dålig spiral. För att kunna behålla sin sexualitet börjar man ta amfetamin. Och om effekterna blir kraftiga vredesutbrott börjar man missbruka cannabis, som dämpar och lugnar.

Tomhet och omnipotensfantasier

Den tomhet och förtvivlan de har i sitt inre göms bakom omnipotensfantasier och en karikatyrartad manlighet, menar Tommy Moberg.

De här unga männen plockar ofta fram det sämsta i manligheten, hårdhet, okänslighet och aggressivitet. I det här sammanhanget blir användandet av anabola steroider med dess egenskaper av att bli stor, stark och aggressiv mycket funktionellt. När en pojke inte får en fars bekräftelse på att han är som han skall vara, måste han söka en stark fadersgestalt, eller en stark auktoritet. I annat fall måste han kompensera sin inre bräcklighet på något annat. Om pojkars spirande maskulinitet inte får näring kommer de att söka den näringen på annat sätt. När pappa inte är tillgänglig räcker det inte med den snälle farbrodern i grannhuset eller den vänlige fastighetsskötaren som identifikationsobjekt för pojken. Så enkelt bygger man inte upp en fungerande, flexibel och sund maskulinitet och manlig självkänsla.

”Jag vägrar att tro att det är en ren slump att en övervägande majoritet av de unga män jag arbetat med inom missbruksvården, oavsett vilken drog de använt, alla har det gemensamt att deras pappor deltagit så lite i deras liv”, säger Tommy Moberg.

Jag bad en av de unga män jag arbetade med att han skulle beskriva en lycklig händelse i sitt liv. Något fint som han varit med om och som han tänkte på

ibland. Han tänkte en helt kort stund och sedan sa han: "Jag var sju, åtta år när pappa tog med mig på restaurang". Den enda gången pappa såg honom blir det första han tänker på när han ska beskriva en lycklig tilldragelse i sitt liv. Han kunde beskriva i detalj hur det såg ut på restaurangen, bad de åt och till och med en speciell lukt som han mindes. Den gången hade han sin pappa för sig själv.

Knyts nära mamman

I faderns frånvaro knyts mannen närmare mamman. Det var ofta hon som ringde till mottagningen och uttryckte oro över att sonen börjat använda anabola steroider. Kontakten var i många fall tät, skriver Tommy Moberg.

De undrade om de fick komma och få information. Jag svarade naturligtvis ja, och frågade samtidigt om pojkens pappa kanske ville följa med. Inte vid något tillfälle gjorde han det. När så mamman och pojken kom förundrades jag över deras likhet, Likhet i klädstil, solariebruna, fräscha. De hade också en magisk kontakt som präglades av samstämmighet och att mamma känner på sig och pojken sade "hon vet vad jag tänker".

Inkapslad vrede

Genom sin frånvarande pappa tror pojken att han är mycket mer lysande, mäktig, spännande och underbar än pappa. Därmed är risken uppenbar att pojken tror att det är han och inte pappa som kan tillfredsställa mammas känslomässiga behov. "Utan att behöva jämföra det med verkligheten, inbillar sig pojken att han har besegrat fadern. Därmed har pojken magiskt berövat pappan hans makt. I och med detta omöjliggörs också all positiv identifikation med honom."

Kränkningar från fadern gör att han utvecklar aggressivitet i förhållande till män och i relation till kvinnor blir många "lille prinsen". Han söker en ny mamma i varje kvinna. När relationen blir kravfylld flyr han till nästa mamma.

En effekt som användandet av steroider ger är en oerhörd aggressivitet. Det kan räcka med att bli emotsagd, så "smäller det till". Men Tommy Moberg talar också om den inkapslade vreden han mött i sin behandling av t.ex. narkotikamissbrukare.

...Vreden visar sig i dubbel bemärkelse. Å ena sidan som en högljudd, uppläxande och självfördömande inre röst, å andra sidan som en varaktig bitterhet. En sakta puttrande indignation, som plötsligt bryter ut i impulsivt utagerande och i ett trotsigt hånande av förväntade eller uppfattade fördömanden från omgivningen. En slags "mental självförgiftning". Här återfinns hämndlystnad, avund, svartsjuka, förakt och hånfullhet, njutande av andras olycka eller ren illvilja.

Här kan finnas minnen av orättvisa som om man alltjämt eller på nytt upplevde den...Affekten generaliseras och förflyttas från sitt ursprungliga objekt till ett substitutet. Kanske är det i grunden vreden mot en försvunnen och otillgänglig far. Det är detta som de intervjuade har som gemensam nämnare.

Frånvarande och kränkta fäder

I forskning kan man konstatera att fadersfrånvaro inte rör sig om att fäderna är borta hemifrån, de kan i allra högsta grad vara fysiskt närvarande men psykiskt, känslomässigt frånvarande.

Mauricio Rojas har skrivit boken ”Sveriges oälskade barn, att vara svensk men ändå inte”. Han menar att mycket av de perspektiv som sägs om frånvarande fäder är ett medelklassperspektiv. När fadern är frånvarande hörs ofta att han helt har lämnat familjen, arbetar ständigt över och aldrig har tid eller ork att intressera sig för sina barn. I intervjuer som Mauricio Rojas gjort med ungdomar i Rosengård visar han en bild av hur pappan kan vara frånvarande – eller också närvarande.

Problemet var att pappan var till mycket lite nytta för att hjälpa barnen att växa upp på ett harmoniskt och tryggt sätt. I regel var det tvärtom. Pappan satt hemma, arbetslös eller förtidspensionerad, fylld av bitterhet mot ett samhälle som enligt hans tycke bar ansvaret för hans missöde. Denna bild är mycket vanlig idag i en tid då många, i synnerhet män med utländsk bakgrund, inte bara slås ut utan aldrig kommer in på arbetsmarknaden. Så här skriver Mauricio Rojas:²⁴

Djupt kränkta och degraderade pappor antingen frånvarande eller närvarande och familjer i kris är en mycket bättre beskrivning av den verklighet som alstrar ungdomar med ett våldsamt behov av att hävda sig mot allt och alla, ungdomar som desperat söker respekt ofta till priset av den egna undergången. Därför ligger inte lösningen i att restaurera en förlorad manlighet eller få mer kontakt med vuxna män. (Vilka i så fall? Andra arbetslösa och utslagna vuxna män?)...

Den verkliga lösningen ligger givetvis i att skapa värdiga uppväxtvillkor för dessa ungdomar och det kan inte göras utifrån ett generaliserande perspektiv som reducerar problemet till ett slags allmängiltigt ungdomsproblem. Det kan göras bara om de som bor i våra framväxande getton kan bygga upp egna utkomstmöjligheter och institutioner, stå på egna ben, förstärka sina gemenskaper, ta ansvar för och få makt över det egna livet.

Det som krävs är med andra ord en radikal restaurering av dessa individers värdighet. Då kommer ungdomarna att kunna växa upp med högburet huvud. Allt annat är bara ynkliga plåster på ett mycket djupt och svårläkt sår, menar Mauricio Rojas.

Sammanfattningsvis

Det stora flertalet av dem som prövar narkotiska preparat blir inga vanebrukare. De stillar sin nyfikenhet. För dem slår det inte an någon ”ton” att fortsätta. Risken är för stor och man är inte beredd att leva det livet. Önskan att gå vidare i tonårsutvecklingen är starkare än behovet att fly från tonårstidens påfrestningar. Det är bland annat därför som relativt få fastnar i ett missbruk.

Att bli fast i missbruk har ett komplicerat orsakssammanhang. En del menar att fanns bara inte narkotikan eller alkoholen tillgänglig, skulle ingen vara missbrukare. Andra hävdar att alla blir inte missbrukare, de som blir det har flera olika svårigheter bakom sig i livet och i sin uppväxt.

Det finns inget antingen eller, snarare ett både och. Sambanden är således sammansatta

och teorierna har växlat över tid och använts som slagträ i debatten om framför allt narkotikan och missbrukets orsaker. Förutom tillgängligheten på alkohol och narkotika i ett land påverkar också sociala, psykologiska men enligt forskarna också biologiska och medicinska faktorer. Rent generellt kan man säga att ju lättare det är att få tag på alkohol och narkotika desto starkare behöver individen vara för att kunna stå emot. Hon behöver ha en rad skyddsfaktorer som hjälper henne att inte hamna i ett missbruk.

Man måste sätta
människan i centrum,
inte substansen.

”Man måste sätta människan i centrum, inte substansen,” säger Artur Solarz, forskare vid Brottsförebyggande rådet. Längre dominerades ant-undervisningen av ”substansen”, vilket säkert fick till följd att de som verkligen behövde hjälp inte blev hjälpta. Skolans roll behöver snarare vara att fånga upp den unge tidigt tillsammans med nätverket runt den unge. Ju tidigare, desto bättre, det är forskarna ense om.

Solarz pekar på betydelsen av långsiktiga insatser, det kan ta en generation. Artur Solarz säger i en intervju i en artikelsamling av Svenska Dagbladet följande:

Visst är somliga kortsiktiga insatser bra. Det behövs till exempel tydliga reaktioner från samhället. Och det är viktigt att information och kunskaper sprids. Kortsiktiga åtgärder kan verka ekonomiskt billigare och mer begripliga. Men de långsiktiga är mer effektiva - teoretisk och empirisk forskning visar att kortsiktiga program sällan är effektiva över tid.

Familjer behöver stöd. Grundproblemet är inte låga inkomster, utan dåliga känslomässiga relationer, krissituationer, föräldrarnas uppfostringsmetoder och egna drogvanor. Samarbetet mellan hem och skola behöver stärkas. Skolan idag ser sig bara som kunskapsförmedlare men borde också ta en roll som uppfostrare. Föräldrar behöver erbjudas utbildning i hur deras beteende påverkar deras barn. Sådan verksamhet kan man också sätta in på okonventionella ställen, som fängelser.

Och så behövs det satsningar på ungdomar. Ungdomar måste få ha mål här i livet. Vi har inte varit nog skickliga på att hjälpa dem att hitta dessa.²⁵

Ungdomar och ruset

VAD BETYDER Ruset och hur skiljer sig olika gruppers drickande från varandra? I det här avsnittet redogörs för bl.a. två avhandlingar. Margaretha Norells & Claes Törnqvists avhandling "Berättelser om ruset" samt Philip Lalanders avhandling "Anden i flaskan".

Behovet av kvalitativ forskning

Vilka är de djupaste känslorna bakom drickandet? Hur dricker jag? Hur modererar jag mina vanor över tid? Hur tänker jag för att inte tappa kontrollen? Hur känner jag mina gränser? Vad betyder alkoholen i det sociala samspelet med andra? När jag tackar nej, vad händer då? Vad gör jag om min kompis super sig berusad?

Den kvalitativa forskningen med bl. a. djupintervjuer hjälper oss att komma bakom de tankar, erfarenheter och föreställningar som unga människor har om att röka, dricka alkohol eller att experimentera med olika narkotiska preparat. Det är denna kunskap som hjälper oss att hitta rätt i det förebyggande arbetets innehåll och metodik.

Tabu att berätta om "lockelsen"

Det finns många tabun inom svensk alkoholforskning. Detta kommenterar sociolog Margareta Norell och psykolog Claes Törnqvist i sin avhandling "Berättelser om ruset".¹

Svensk alkoholforskning har i liten utsträckning uppehållit sig vid betydelsen av eller meningen i att berusa sig. Ett skäl till detta är att det är svårt eller rent av tabubelagt att se det positiva i något som samtidigt har negativa skadeverkningar. Vi ser det som angeläget att bidra med ökad kunskap om detta underutforskade område för att få en mer nyanserad bild av tjugoåringars förhållande till alkohol och rus.

Philip Lalander är en annan forskare, sociolog, som våren 1998 lade fram sin avhandling "Anden i flaskan", där tre olika ungdomsgrupper studerats.² Han skriver följande i artikeln "Gemenskap, frihet och svenskhet – eller ormen i Edens lustgård" i tidningen Socialt perspektiv.³

Alkoholforskningen har i Sverige länge varit problemorienterad. I andra länder, exempelvis USA och Finland, har man däremot insett vikten av att studera utifrån ett mer antropologiskt perspektiv, där tonvikten läggs på alkoholens symboliska betydelse, snarare än dess medicinska verkningar...De forskare som studerat alkoholen har därför oftast gjort det med föresatsen att beskriva alkoholens negativa konsekvenser. Denna ensidiga alkoholforskning har förmodligen ganska väl speglat hur debatten om alkohol har förts i samhället.

Att säga något ”gott” om alkoholen har varit tabu för politiker och andra och synonymt med att säga att ”samhället kan lika väl gå åt helvete”. Alkoholister och andra avvikargrupper har på många sätt fått fungera som varnande exempel på vad som händer den människa som inte ställer sig i ”normalitetens” och ”skötsamhetens” led.

Normannen H.C. Sörhaug har i en antologi som bär namnet ”Förbjudet, Farligt, Frestande” skrivit artikeln ”Där går gränsen – om arbetets, rusets och kärlekens betydelse”. Även han berör hur lite den internationella forskningen om alkohol och narkotika har behandlat rusupplevelsen. I stället har skönlitteraturen bidragit till den diskussionen.⁴

Den i övrigt så kompetenta forskningen rör sig som katten kring het gröt runt berusningen. Forskningen handlar i stället om medicinska, psykologiska och sociala orsaker och konsekvenser, medan det som ligger mellan orsakerna och konsekvenserna och som det hela i en mening rör sig om, rusets innehåll och betydelse, är genomgående obetydligt utforskat och diskuterat. Oftast nämns inte ens berusningen såsom relevant.

Ruset är som ett slags svart hål, osynligt, men inte desto mindre närvarande och betydelsefullt. Förmodligen är det i stället skönlitteraturen som har givit de viktigaste bidragen till en beskrivning och förståelse av rusets fenomenologi.

”Berättelser om ruset”

Margareta Norells och Claes Törnqvists avhandling har underrubriken ”Alkoholens mening för tjuugoåringar”. Avhandlingen ger intressanta perspektiv eftersom den beskriver olika ungdomsvärldar och vilken roll ”ruset” spelar i deras liv. Det handlar om tjuugoåringars festande och rusupplevelser och bygger på djupintervjuer med ungdomar i Malmö i mitten av 80-talet.

Att de valt just 20-åringar beror på att konsumtionen av alkohol då är som högst, inte bara i Sverige utan också i övriga Norden och i de flesta länder i Västvärlden. I kapitlet ”Utgångspunkter” skriver forskarna följande:

Att man dricker som mest i denna ålder har emellertid väckt vår undran om varför det förhåller sig så och vilken betydelse drickandet och ruset har. Varför har festandet en sådan viktig plats i tjugooåringars liv?

Vi utgår nämligen från att tjugooåringar inte dricker för att förstöra för sig utan för att det är ett betydelsefullt och viktigt inslag i åldern på tröskeln till vuxenlivet.

Tre grupper har intervjuats de arbetande, de studerande och de svartklädda.

Vad har tjugooåringarnas drickande att göra med tonåringarnas?

Även om alkohol inte är så skadligt för tjugooåringars kroppar som under tonårstiden så kan dessa ungdomars berättelser lära oss en del om varför festandet v a r och ä r så viktigt i deras liv. Framför allt lär det oss att ungdomars värld ser mycket olika ut, en kunskap som kan väcka frågor runt den nuvarande ant-undervisningen.

De intervjuade ungdomarna berättar också en del retrospektivt om hur de drack när de var unga och hur de förhöll sig till exempelvis skolan. Det som är speciellt intressant att notera är hur de i tjugooårsåldern ändrar sina vanor, från att tidigare supit sig fulla i unga år, till att numera tänka på hur man dricker.

Det finns således en hel del att lära med tanke på förebyggande strategier när man tar del av tjugooåringarnas berättelser, även om de intervjuade befinner sig precis i utträdet ur tonårstiden.

Kunskapen om det klassbundna ruset och synen på alkohol, kan vara viktigt att ha i åtanke när undervisning om alkohol planeras.

De unga i Söderdal (de arbetande)

Att arbeta och sköta sig

Lika självklart som det är att man inte festar till vardags tycks det vara att man inte dricker alkohol i veckan. Vad ligger bakom denna restriktiva hållning?

Framför allt betyder arbetet mycket för dessa unga. Det är arbetet som för in dem i skötsamheten. Något man också bär med sig hemifrån. Att jobba och att sköta sig.

Intervjuaren: Vad är det värsta som skulle kunna hända dig?

Stefan: Arbetslös. Då hade allt gått åt helvete. Då hade jag fått lämna tillbaka bilen, stereon, TV:n och kicka ut härifrån. Jag hade blivit ligist. Det hade gått åt helvete rent. Fy fan."

"Att tänka sig själv i denna miljö utan arbete väcker föreställningar om att bli utslagen," skriver Norell och Törnqvist (N & T). Den positiva identiteten finns uttryckt i den kollektiva föreställningen att "de som arbetar och inte dricker för mycket är skötsamma".

Men skötsamheten fanns inte som ideal i tonårstiden. Det kan man utläsa i intervjuerna. Att vara skötsam är därför inte något som är självklart.

Kicki: ...Vi är inte skötsammare än andra tjugoföråringar. Men om man säger att man gör jämförelser mot fyra, fem till sex år tillbaka så var vi djävlingar då eller vi var rätt djävliga, när vi umgicks allihop. För då umgicks vi i stort sett alla, alla femtonåringar, ja utom dom som man säger var "mesar", som man kallade det... nej, vi var rätt tuffa. Vi var ett stort gäng som alltid höll ihop, så vi blev rätt tuffa.

För de flesta i gänget har det gått bra, men några har det gått dåligt för.

Kicki: Vi var ett gäng på fyrtio stycken. Det blev ju så att det smittade av sig. Vi gick på cafeteria och satt där i stället för att vara i skolan. Det var ingen som kom och hämtade oss... vi var väl slashasar. Där finns ju vissa det gått åt helvete för. Det har det ju förstås. Men annars så kan man säga att det är kanske tio som det gått åt motsatt håll för. Vi andra trettio har om man säger blivit bättre, va. Försökt att komma någonstans och tagit igen det vi har missat?

Skoltrötta

De flesta i gänget skolkade. Dessa ungdomar upplever att skolan inte tillhört dem. De har varit utanför. Även föräldrarna har känt ett utanförskap till skolan, vilket gjorde att de accepterade till en viss del skolket. N & T skriver följande:

Det finns överlag en negativ inställning till skolan och skolprestationer bland de unga i Söderdal. Det gäller både bland dem som upplever sig själva som "busiga" och dem som är mer "ordentliga". Protester i högstadiet tog sig både konkreta och symboliska uttryck men var främst riktade mot de delar av vuxenvärlden som representerades av skola och myndigheter – inte mot föräldrarna. Man skolkade ofta från skolan i högstadiet med föräldrarnas goda minne: "man tyckte väl inte att skolan var så viktig".

Intervjuaren: Blev inte lärarna misstänksamma?

Anette: Jo, vi pratade med SYO-konsulenterna och kurator och sånt också. När vi var på lägerskola, sån knas det blev på vår klassföreståndare. Kom våra kompisar upp där, vi var i Barnens by. Så hade vårt hasch tagit slut. Så kom våra kompisar med fem liter hembränt och så en knuda (haschbit) mitt i natten. Alla stormade ut, ner till sjön och röka och man började fika. Och hon rent hispig tanten, ringde snuten och sånt att dom skulle komma och ta ungdomarna som hade kommit upp. Så kul vi hade... I vår klass var det dömånga tjejer som rökte hasch, nästan bara tjejer och så två killar. Vår klass var den värsta på skolan med sånt. Men det blev knas på lärarna också, men de tog aldrig kontakt med mitt hem.

Monika: Då blev det ju att kuratorn hörde av sig hem. Ja, då menade pappa på att "jag kan inte tvinga henne". Alltså när jag skolkade gick jag inte bara och drev, va. Utan jag hjälpte till hemma, mossan hon slapp och städa och sånt, dom åren. Jag tvättade varje fredag. Jag höll mig hemma, så dom visste att jag var hemma. Ja, vi var ju tre tjejer på den tiden som skolkade från skolan. Och då hjälptes vi åt alla tre, städa och sånt. Men vi var ju inte uppe i stan och drev.

Från att ha sett sig själva som ”djävulungar” ser man sig numera som skötsamma. Minnen från skoltiden gör sig emellertid fortfarande påmind, inte bara inom skolvärlden. Rädslan för att bli ligist om man blir arbetslös får säkert en del av sin näring ur minnen av vad man gjorde som ”djävulunge” också utanför skolans värld.

Haschet och ambivalensen

Haschet har, enligt N & T, en stor och mångskiftande betydelse i Söderdalsungdomarnas tonårskultur. Haschrökning är ett ambivalent område. Flera har nyss slutat eller försöker upphöra med bruket.

Susan: Det kanske är ett år sedan jag lade av eller nåt sånt. Jag kan göra det någon gång ibland. Men innan alltså va det ju varenda kväll och varenda dag. Vad man än skulle göra, vad man tvungen att röka först, för annars vågade man inte. Men nu kan jag göra det någon gång varannan månad, för att jag tycker det är gott. Jag blir både bjuden och köper själv. Men det finns ändå någon som har fastnat i det, så jag har kompisar som håller på med det ännu.

Intervjuaren: Har alla på fritidsgården hållt på med det, eller är det bara vissa?

Susan: Ah, det är bara vissa. Alla, nästan alla har väl provat det, skulle jag tro – någon gång. Men vi var ändå rätt många som höll på, faktiskt...till slut blev det att vi blev två gäng, sådana som inte rökade och sådana som rökade.

Intervjuaren: Men vad skilde dem åt, de som höll på att röka hasch och de som inte gjorde det?

Susan: Ja, egentligen ingenting, utan vi var ju samma människor från början, eftersom vi ju umgicks med varandra. Men sen tyckte man det var häftigt och så där men det tyckte inte dom. Men från början var det nog ingen skillnad. Det kan vara vem som helst som börjat.

Mönstret som Susan beskriver stämmer väl överens med de övrigas berättelser. En del experimenterade och provade under en kort period, andra fortsatte så gott som dagligen. De äldre ungdomarna i området initierade de yngre och därigenom har man inte behövt anstränga sig för att få ta på det. Det har inte heller omgetts med några ”flummarideologier”, som i ungdomskulturerna på 60-talet. Så här skriver N & T:

De används av helt ”vanliga” arbetarungdomar som är busiga och inte tillhör ”mesarna”. Man börjar röka hasch eller ”brass” för att det är ”häftigt”, ”coolt” eller för att våga göra saker – för att få ett roligare och mer spännande liv. Det ungdomliga haschbruket upplevs alltså inte som något avgörande hot mot en kommande vuxen skötsamhet i den här miljön – under förutsättning att det avgränsas till just ungdomsperioden.

De beskriver livet på ungdomsgården som ibland vilt och hur haschet kunde lugna ner dem:

Magnus: ...rutor gick åt helvete, slagsmål och det blev så...sen när man började röka brass så tog man det djävligt lugnt. Man bara springer och grinar ju. Det blev ju några rättgångar, men jag var aldrig inblandad.

N & T menar att haschet – till skillnad från alkoholen – i en viss ålder bidrog till att man som tonårspojke kunde hålla sig lugn och avstå från att slå sönder fritidsgården.

Man kan säga att haschet i vissa avseenden bidragit till att Sönderdalsungdomarna har kunnat kontrollera sig själva och sina impulser, så som de själva upplever det. De har i varje fall inte inneburit utanförskap och social isolering utan snarare att man ”passar in”, att man integreras tack vare drogen, åtminstone i grannskapets sociala gemenskap.

Ungdomarna håller sig uteslutande i sitt bostadsområde. De upplever hanteringen av drogen som ”sin egen affär”. Myndigheter och socialtjänst tycks inte ha blivit inblandade i någon större omfattning. För haschbruk är trots allt kriminaliserat i Sverige, vilket inte tycks ha varit helt uppenbart för alla. N & T fortsätter:

Att de vuxna i de unga ögon ”blundat”, reagerat ambivalent och dubbeltydigt, har bidragit till att de unga som tjuugoåringar inte uppfattar sig som misslyckade ”narkotikavrak”. De har alltså inte en negativ identitet som avvikare när de står på tröskeln till vuxenlivet. De är i sina egna ögon ”vanliga busungar” på väg att bli ”normala skötsamma” människor, och de håller på att ta igen en del som de anser sig ha förlorat på vägen.

De andra, som inte sköter sig

I ett avsnitt beskriver N & T relationen till ”de andra”, de som inte sköter sig. Om bråk i bostadsområdet, om alkoholister, som slagit in en dörr i trappuppgången. De uttrycker också rädsla när de talar om tidigare kamrater som blivit narkomaner. ”Det var en himla område för ett tag sen”, säger Kenneth. ”De rökade brass från höger till vänster. Många är faktiskt döda. Men sen är det många som det gått bra för.”

Det finns också ett intressant avsnitt som berör hur en av de intervjuade unga kvinnorna tar avstånd från en ”smutsig” arbetskamrat, som inte vet hur hon ska sköta sig, tvätta sig etc. Kampen mot smutsen, skriver N & T, kan vara en uppgörelse med allt som associeras med gränslöshet, vilket skulle representera en fortsättning av barndomens symbiotiska tillstånd och ungdomens fördärv: det mjuka, klibbiga. Avståndstagandet från smutsen kan i den här åldern ses som en förtvivlad kamp att bli vuxen – en avgränsad individ.

De som dricker alkohol till vardags i den unga arbetandes värld är nämligen de arbetslösa, ”halvalkoholisterna”, de som inte lyckas med att vara skötsamma. Sådan vill man själv inte bli.

Dricker annorlunda mot förr

Som tjuugoåring dricker de inte på samma sätt som när de var tonåringar. Då var det ett utlevande som man inte kunde hantera. Idag kan man hantera sitt drickande, känna gränsen.

Tina: När man drack innan, så drack man så mycket att man inte kunde gå knappt och det gör man inte nu. Jag gör det i alla fall inte. Jag dricker tills jag tycker det är lagom och sen när jag känner att det är bra så dricker jag inte mer. Det gjorde man inte förr. Då drack man till det var slut. Det skulle man göra då, för då var man med i gänget. Då skulle alla hänga med. Nu tycker jag att jag är gammal nog, så jag vet när det är bra. Det är jag själv som får bestämma om mig och hur mycket jag ska dricka.

Man upplever att man har utvecklat en personlig kompetens, där man kan kontrollera sin impulser. Man följer inte längre gängets lag.

Robert: Jag börjar aldrig bråka eller slåss eller så. Det gör jag aldrig. Jag brukar ta det lugnt. Jag dricker mig aldrig riktigt full. Det har jag fått nog av. Ja, man lär sig med åren, som dom säger.

N & T skriver, att ”i en miljö som Söderdal erbjuder upphör emellertid de ungdomliga experimenten då man kommit upp i åldern 18-22 år, och något tidigare för de unga kvinnorna än för männen. Nu gäller det verkligen att hålla sig till en genomsnittstillvaro och att inte falla utanför ramen.”

Att lära känna sin gräns...

Tina: Det gäller ju att veta sin gräns, när man dricker...

Författarna frågar vilken kompetens som behöver utvecklas när man dricker för att undvika misslyckanden. Vad krävs för att undvika att bli för berusad och agera på ett sätt som visar att man inte har kontroll över sig själv längre?

Inte dricka för fort

Man måste t.ex. lära sig hur mycket alkohol man kan dricka inom ett visst tidsintervall för att inte överskrida gränserna.

Intervjuaren: Finns det något sätt att dricka på som du tycker illa om?

Mikael: Ja, om man ser en som dricker döfort; för då kommer han inte ut på kvällen. Han kan lika bra gå och lägga sig direkt. Sånt ser man. Då säger man till att ”sitt inte och håll på och drick så fort. Du blir ju döfull. Du kommer inte ut. ”Ah, det gör jag visst det.” Sen blir de kanon alltså.

Att inte blanda olika sorter

Man måste också lära sig att inte blanda olika sorter.

Mikael: Det gäller att man inte dricker för mycket och så att man inte sitter och blandar all skit. Då går det rent åt helvete.

Tim: Förr då drack man mycket och sånt. Man hällde i sig allt man fick tag i. Då kunde man se botten i flaskan. Nu tar man det lugnt i stället. Det är klart att man dricker men man tänker också. Förr så tänkte man inte. Då bara drack man.

Att ha kontroll

Intervjuaren: Du säger att man får kontrollera hur mycket man dricker. Vad menar du med det?

Mikael: Ja, så att man inte dricker, att man blir toppad, så att man inte kommer ihåg nånting dan efter. Då är det rent misslyckat.

Även om det står klart att en viktig aspekt av drickandet är förmågan till kontroll, så är i alla sammanhang alkoholens roll att ge möjlighet till utlevelse, dvs minskad kontroll, skriver N & T. Hur går denna ekvation ihop? Så här säger Robert:

Intervjuaren: Vad tror du att du har ut av att dricka?

Robert: Ah, det är väl det att man har roligare. Truten glappar på en och så.

Kvinnotabu – att bli full

Tina: Det är inget som går upp mot en full brud. Jag tycker det är gräsligt. Jag kan se en full kille. Det gör inte så mycket. När det är en tjej som är så full tycker jag inte det är roligt.

Äcklet och avståndstagandet kan enligt N & T ses som en egen rädsla för att man själv ska bli sådan och en skamkänsla för egna snedsteg. Att det är så farligt att bli berusad för unga kvinnor förklarar en av männen.

Stefan: Det är lite skillnad mellan killar och tjejer när dom dricker. Det är det. Tjejer är mer rädda för att bli skitfulla och sådär. Det ser inte alls passande ut. Man säger att en sån där tjej som är skitfull och som knappt kan gå och så går hon och stöter på en kille. Det är störigt alltså. Det är väl därför det aldrig brukar bli så.

Tabun handlar mycket om risken att kvinnan lever ut sexuellt i berusat tillstånd. Bakom rädslan för att bli berusad finns rädslan för att allt för tydligt visa sig sexuellt intresserad, skriver N & T. Att mannen visar sig sexuellt intresserad är relativt oproblematiskt. För kvinnan gäller fortfarande stereotypin att villig kvinna är detsamma som en lösaktig kvinna. Henne vill ingen ha annat än för stunden. ”Hon diskvalificerar sig för det monogama förhållandets slutmål: äktenskapet och moderskapet”. Det sexuella utlevandet under ruset är tabubelagt. Att vara ”dryckeskompetent” innebär att leva ut under skötsamma former och inte överskrida tabun.

Att ändå vara lite ”oppositionell”

Trots skötsamheten gäller det att inom vissa gränser vårda en olydig inställning till de offentliga auktoriteterna. Det finns en stolthet att man varit oppositionell i skolan. N & T skriver:

Man vet att man varit "djävellinge" man anstränger sig om att vara skötsam men man pratar samtidigt om tiden som djävellinge med kluven tunga. Man fördömer och skäms över sin oförmåga till kontroll, men man uttrycker också viss stolhet över att man vara "tuff" olydig och kunde försvara sig mot andra. Man anpassade sig inte helt till de offentliga auktoriteternas krav, t.ex. skolan. Och för det är man stolt.

En vanlig företeelse för Söderdalsungdomarna är att dricka hembränd sprit som någon i kamratgruppen framställt. När flickorna pratar om sina pojkvänner uttrycker de stolhet över att de gör god hembränd sprit och det är en viktig manlig hobby. I hembränningen upplevs ett oberoende och överlägsenhet i relation till samhället.

Förfesten

En del av festen är själva "förfesten". Att dricka och prata med varandra är ett sätt att "värma upp". Den finns i alla åldrar och just i förfesten kan man hitta det som gör själva alkoholen så viktig för att komma i stämning. Hur många vuxna har inte detta som sin vana, t.ex. vid alla kurser eller konferenser. Man ses ofta på någons rum för att summera dagen och tar då ofta ett glas vin eller drink tillsammans före middagen. Förfesten är en tradition, djupt rotad inte bara i Sverige utan också västvärlden.

Söderdalsungdomarna träffas ofta i enkönade grupper innan man går ut, eftersom de tycker det blir det en annan stämning då. Helgens absoluta höjdpunkt, det är att gå ut. Och där ingår förfesten, som av flera upplevs som det roligaste.

Mikael: Man har handlar några öl. Sen så sitter man där och har skitkul för det mesta. Vi har kul som fan. Sen så går man ut då. Då har man inte alls så roligt. Det blir alltid så att man har roligare innan. Så brukar det alltid vara.

Stefan: När man sitter ett helt gäng och dricker lite och snackar så blir det en viss atmosfär. Det blir rätt kul. Det är många garv som kommer fram. Det är enklare. Det är lite charm över det hela. Sen så går man ut och har kul och så vaknar man nästa morgon och är bakfull. Det är en helt annan sak.

Att släppa loss är känslan att man vågar mera.

Susan: Ja, jag har faktiskt jätteligt roligt när jag dricker. Det har jag faktiskt för det mesta. Jag vågar faktiskt vara mig själv mer. När jag dricker vågar man allt det jag egentligen skulle vilja när jag är nykter och som jag inte vågar då. Då bryr jag mig liksom inte om det.

Men det är inte bara alkoholen utan det är stämningen i sig. Forskaren Hilde Pape, som nämndes i föregående avsnitt, beskriver hur människor testats under en s.k. förfest, där t.o.m. de som inte fått alkohol, beter sig som om de fått alkohol, genom att de "tror" att de fått det.

N & T menar att genom föreställningen om alkoholens verkan har man en förevändning för att bete sig och uppleva sig själv annorlunda än vanligt och en ursäkt för detta.

Jeanette: Ja, man har ju lättare att göra bort sig eller så när man säger nånting som gör att man gör sig dum. Det tar man inte så hårt som när man är nykter. Om man säger nåt fel eller gör nåt fel när man är nykter då känner du dig rätt dum. Men när du har druckit bryr du dig inte om det. Sen är det ju...Jag vet inte. Det är lättare att snacka också. Det kommer mer spontant när man har druckit.

Manliga och kvinnliga förväntningar

I ett intressant avsnitt skriver N & T om "manliga förväntningar". När man söker kontakt med kvinnan som partner är det naturligt att inskränka sin alkoholkonsumtion i syfte att göra intryck på henne. Om det är en "brud att satsa på" så hade man druckit lite mindre. Man anpassar sitt sätt att dricka efter vad hon tycker om. Ett måttligt vindrickande blir i det manliga perspektivet en symbol för anpassning till en kvinnlig ordning. Man underordnas.



I detta inte särskilt lockande manliga framtidsperspektiv består valfriheten i att välja mellan att dricka vitt vin eller mjölk till räkorna. De unga männen väljer då mjölken som inger dem självrespekt eftersom det representerar den skötsamme arbetaren, till skillnad från vitt vin som förknippas med kränkande underordning i förhållande till kvinnan.

Men, konstaterar författarna, vid en närmare granskning av mönstret för festandet visar det sig att kvinnorna underordnar sig männens behov att styra festandet. Som kvinna deltar man som partner. Kvinnorna i gruppen är ”männens kvinnor”. De får anpassa sig delvis till nya sätt att festa och berusa sig på.

En erfarenhet för kvinnorna är också att pappan varit speciellt vaksam på dotterns festande. De har en öppen relation till modern som därmed kan påverka sina döttrars syn på alkohol och berusning, enligt N & T.

Fäder har varit noga med att sätta gränser för vad som är tillåtet. Kvinnornas möjlighet att delta i gänglivet är också mer influerat av förbud och förmaningar hemifrån än vad som gäller för männen. Att kontrollera deras drickande är egentligen att kontrollera deras sexualitet.

”De unga kvinnorna i Söderdal räds ett framtidsperspektiv, där de måste ansvara för männens förmåga till skötsamhet”, skriver författarna. Problemet för dessa kvinnor är inte att klara av att kontrollera egna impulser. Hos dem finns snarare hotet om att mannen inte skall sköta sig och ta ett tillräckligt ansvar för barn och hem.

Söderborg (de studerande)

I Söderborg har de studerande vuxit upp en dryg kilometer om Söderdal. Att de identifierar sig som studerande innebär inte med nödvändighet att de studerar. De kan arbeta men tillhöra en kamratgrupp av studerande.

Att se sig som studerande, menar N & T, är att ”man vill något med sitt liv”, man vill avancera på en social karriärstege.

När de beskriver festandet står detta i relation till den anspänning som studierna skapar i vardagen. Man talar om spänningarna som släpper när man lämnat in en uppsats eller skrivit en tenta. Festupplevelsen förknippas bl. a. med befrielse från prestationskrav och tankearbete... ”För de arbetande är det motsatsen som gäller – de ser sig som förmögna att kunna tänka under ruset. Hur skall dessa skillnader vad gäller rus och tänkande kunna förstås?” frågar författarna.

För den studerande innebär att ”slippa tänka” att man tillfälligt befrias från att behöva använda sin intellektuella förmåga som prestations- och konkurrensvapen, samtidigt som man slipper sina tvivel på denna förmåga. Att ”slippa tänka” för den studerande ska alltså inte förväxlas med att ”inte tänka” bland de arbetande, vilket för de senare innebär en oförmåga att vara herre över sina impulser.

Att vara kultiverad

I festande finns en vilja att vara eller att bli någon.

Birgitta: Förr drack man väl för att bli full. Det var ändamålet med att man drack. Där hade man liksom ingen mat eller att där skulle vara en sorts kultur med, att man skulle ha vitt vin till räkorna eller rött vin till köttet eller något sånt där. Det är bara att man skulle bli glad i hågen.

Man vill slippa tänka men i kontrast med detta står det välplanerade och uttänkta sätt att festa som man förespråkar. Hur kan man förstå detta?

Erik: Man har kommit fram till att man kan nyttja sprit på olika sätt. Jag föredrar att dricka vin och sprit i samband med mat.

”Att på ett kultiverat sätt dricka rätt sorts alkohol till rätt sorts mat är bl. a. ett sätt att försöka visa att man ’är något’ speciellt och därigenom markera en särställning”, skriver N & T. ”Denna strävan underlättas av befrielsen från osäkerhet, som är en viktig konsekvens av att man ’slipper tänka’ under ruset”.

Man jämför sitt eget kultiverade drickande med arbetarnas mer ”barbariska” feststil.

Joakim som arbetar som servitör på en krog, där unga arbetande går, uttrycker här sitt ogillande över dem han serverar.

Joakim: Där jag jobbar är det inte såna människor som jag brukar umgås med. Jag trodde inte man kunde var så jädrans äcklig när man druckit några öl liksom som vissa kan vara där...man undrar ”blir man själv sån” (fniss) när man druckit ett par öl. Då är det dags att tänka om...Dom håller öl i askkoppar. Det är svineri. Det är inte så att man måste lägga upp ordentligt och servera fint från armen utan det är bara ut med så mycket öl som möjligt.

”Pinsamt” att tappa kontrollen

De studerande identifierar sig med det vuxna etablerade samhället och de möjligheter det har att erbjuda. De förväntar sig ett liv där offentlig makt ingår. De vill ha inflytande.

Man ger uttryck för rädsla och förakt för den okontrollerade utlevelsen, man avskyr det spontana våldet, man ser ned på de som är ”fulla och slåss” liksom på dansställen där våld förekommer.

Joakim: Det är bra med hockeyn för där kan man leva ut sin aggression.

Praktiskt taget samtliga av de studerande männen har spelat ishockey i tonåren, det är så de har träffats och lärt känna varandra.

Man uttrycker en försiktighet och återhållsamhet att alltför mycket hänge sig åt stunden.

Erik: Jag dricker för att det är gott och vad ska jag säga. Jag är väldigt rädd att knyta nya kontakter när jag är onykter, för det kan komma grodor. Man knyter kontakt med en ny tjej och

så är tungan lite extra slipprig. Mina kompisar och jag har kommit fram till att när man går ut och klär upp sig är det helt enkelt för att saluföra sig. Jag menar den sämsta PR man kan göra för sig själv är när man ska ge komplimanger, så slinker tungan på en.

Christina: För många kanske alkoholen behövs för att man ska prata mer och för att kunna släppa loss. Personligen behöver jag det inte. Jag dricker vin för att det är gott.

Intervjuaren: Påverkas du av alkoholen?

Christina: Nej, inte mycket. Det gör jag inte. Man har vant sig vid att dricka vin. Jag är ofta... jag vet inte om man blir gladare precis. Det kan jag inte säga. Jag är oftast på bra humör. Det är jag väl. Vad ska man säga, att man blir lite fräckare i munnen helt enkelt. Man säger saker som man ångar och man säger saker som man inte skulle säga annars. Men i övrigt påverkas jag inte. Jag raglar inte, utan jag går rakt. Jag uppför mig som vanligt. Det gör jag. Det gör vi.

”När rusupplevelsen går över i rusutlevelse förknippas detta med misslyckande”, skriver N & T. Men de intervjuade berättar också om situationer då de befinner sig på gränsen. Då talar de inte om sig själva utan om tredje person. Det ”barbariska drickandet” finns där ständigt som ett hot och ett misslyckande. Det får inte märkas att man är berusad. ”Man skyr det ’pinsamma’ i att tappa kontrollen.”

”Good guy eller a bad guy”

De studerandes sätt att festa även under skoltiden fick två av de intervjuade, som var uppvuxna i arbetarstadsdelen Söderdal, att dra sig till de studerandes gäng.

Jan-Olof och hans närmaste kamrat Erik tillhörde de i skolan framgångsrika eleverna i Söderdal. Det var de som redan vid skolstarten presterade bra och de stimulerades i sin strävan att nå framgång.

Intervjuaren: Hur kom det sig att du och Jan-Olof var bästisar?

Erik: Därför att på högstadiet så fick man välja mellan att vara ”good guy” – alltså nu drar jag det väldigt va – ”good guy” eller ”bad guy”. ”Good guy var den som följde med på lektionerna och som inte busade. Kanske slängde ur sig en kommentar då och då och skötte sig. Och så ”bad guy” var dom som störde lektionerna och var allmänt tuffa och skulle slåss med studierektorn och sånt där. Det fick man se då i de olika klasserna, vilka som gick där då och vilka som identifierade sig med ”good guy”. Ja, då var han en sådan då, för lika barn leka bäst.

På högstadiet och gymnasiet

Erik kommer in på hur festandet var under skoltiden, att det var trevligt med alla kompisarna men att stilen inte var särskilt kul.

Erik: På högstadiet, så var det främst då man kom i kontakt med alkohol. Det var ju då...att det var äldre kamrater som ordnade det. Då blev det det att den stilen passade aldrig mig riktigt, att sitta i en källare och dricka så där. Jag tyckte det var lite snuskigt, men man måste ju prova på det. Den verksamheten la jag ner ganska fort redan efter en gång... Under gymnasi-

et och högstadiet så blev det mest det att man satt ett gäng runt ett bord och drack. Själva kompisarna var trevliga men stilen var det ju inte. Sen så det att sitta på en parksoffa och sitta och dricka. Det har jag mest sett. Det har jag själv gjort ett par gånger och det tycker jag ser tråkigt ut. Sitta på en buss med en plastpåse har jag aldrig gjort. Det tyckte jag definitivt var tråkigt. Alternativet var att sitta hemma. Vi satt ju hemma som sagt och man blev ju på mycket bättre humör. Sen efter hand som man blivit äldre så tycker man att man får andra vänner och så där. Så då tycker jag att det är en stil som passar mig nu.

Föräldrarna köpte ut

Sättet att dricka beskrivs ofta utifrån hur det var sanktionerat från föräldrarna. Föräldrarna köpte ofta ut till dem.

Anders: Min pappa köpte ut till mig och Joakims pappa köpte ut till honom och Mats mamma till Mats... Ja, vi var kanske 17 år och det var ju så att föräldrarna pratade tillsammans och de hade ju klart för sig att vi satt hemma och drack. Men de hade ju kontroll på det hela, ju. De visste ju vad som försiggick. Vi var inte dom som sprang ute på stan och slog sönder, utan vi var ordentliga, så att säga. Det tyckte dom var jätteroligt. Så dom gjorde det med glädje, ja, glädje kanske man inte ska säga men dom tyckte det var bra.

Att sakna gemenskapen i festandet

De intervjuade ger också en bild av att nyorienteringen i livet ger dem en känsla att förlora något annat, framför allt den gemenskap man kunde känna i festandet.

Man har förlorat vänner, samhörighet och en hög status i gruppen som kanske inte motsvarar den status man upplever sig ha bland de nya vännerna. När man pratar om de tidigare vännerna gäller det framför allt hur det var när man var ute och festade.

Festandet representerar något av det förflutna, som man söker i det aktuella festandet, men som kanske saknas där. Ofta var man då obunden och man träffades först hemma hos någon för att därefter gå ut och träffa tjejer.

Fest på helgen

Till skillnad från de unga arbetande som poängterar att de inte dricker alkohol under veckan, framhåller de studerande att de mycket väl kan tillåta sig att dricka under veckan. Men det blir mest på fredagen, eftersom det gäller att vara "fräsch" på söndagen, då man måste plugga.

Man anpassar sig inte till en "Svenssontillvaro" utan är "herre i eget hus". Att man sällan dricker alkohol under veckan hänvisar man till det egna och "fria valet".

Man identifierar sig med en kontinental alkoholstil och tar avstånd från det man karakteriserar som "typiskt svenskt supande". De flesta av de studerande dricker alkohol endast under helgen.

Sättet att festa skiljer sig åt. De som kommit längre i sina studier, är på väg mot en "karriär" håller sig till ett festande som anses mer "kultiverat". De som påbörjat sina studier umgås fortfarande med de tidigare kamraterna och har ett festmönster som inte förändrats så mycket utifrån tidigare ungdomsår. Precis som hos arbetarna ingår hos alla den viktiga förfesten, där mat och alkohol har olika betydelser.

I: När ni är på väg ut, brukar ni vara påverkade då?

Susanne: Ja, vi är påverkade. Det är vi mer eller mindre, oftast mer. Det dricks rätt mycket alkohol i det här gänget. Det gör det. Kanske för mycket ibland, kan man tycka. Man går på fredagen eller lördan och det är svårt att läsa på söndan. Det måste jag säga. Det har jag svårt för. Men det är aldrig någon som mår dåligt, det är det inte, som uppför sig obehagligt utan det är bara det att det dricks rätt mycket. Det gör det.

De studerande vill gärna, enligt N & T, försköna verkligheten. Att de t.ex. äter mat när de dricker alkohol. De vill ofta inte erkänna att "ruset ofta ger möjlighet att komma nära "otillåtna" känslor och släppa fram dessa. N & T skriver:

Männen med lägre status ("de distanserade") är öppenhjärtiga om hur mycket de dricker och undviker inte att göra kopplingen mellan att dricka alkohol och att bli berusad. De unga män som är närmast att förverkliga sitt framtidsprojekt är mer återhållsamma när det gäller att redovisa mängden alkohol de förtär och graden av berusning. I stället uttrycker de sig i termer av exklusivitet och estetik beträffande olika alkoholsorter och hur de olika sorterna smakar.

De studerandes skildringar är mer återhållsamma i detaljerna, skriver N & T.

...Ändå är det tydligt att de studerande deltar i en kollektiv berusningsprocess som har likheter med den som gäller för de unga arbetande. Detta framkommer indirekt när de studerande uppger att "man pratar mer", "vågar mer", och "skämtar mer". Detta leder successivt till att den "rätta stämningen" infinner sig: ett fenomen som bara är möjligt om det råder samstämmighet i gruppen. Alla måste utan undantag delta. Den som visar att han eller hon inte deltar utgör ett hot mot den atmosfär som är så viktig att frammana.

"Killar dricker mycket öl"

Susanne: Det märkliga med killar är att dom dricker rätt mycket öl. Det har jag funderat på varför just dom dricker det. När man kommer ut brukar dom alltid beställa in öl. Det tycker jag är rätt konstigt. Jag funderar på det därför att flickorna brukar inte beställa in något när dom kommer ut. Möjligtvis ett glas juice. Ett glas brukar jag ta, eller ett glas isvatten. Jag skulle aldrig få för mig att beställa in någon alkohol när jag kommer ut någonstans. Jag vet inte varför.

Jan-Olof berättar här vad ölen betyder för de unga männen, vilket kan vara ett svar på Susannes undran.

Jan-Olof: När hon är med dricker vi lika mycket innan vi går ut. Men sen när jag väl är ute på dansstället, så dricker jag inte så mycket. Jag vet inte. Oftast när man är ute så står man och dricker en öl bara för att man inte har något att göra, så att man inte bara står där som

ett fån liksom. Om man inte har någon att snacka med så är det ofta att man går och handlar en öl får då har man något i handen. Men har man henne med sig, då sitter man mer och snackar och då dricker man inte så mycket som när jag är själv.

Det kvinnliga drickandet

Om kvinnan gör ett övertramp är det ett misslyckande. En berusad kvinna är en ”billig” kvinna, enligt de intervjuade. Här skiljer sig inte de arbetande och de studerande åt. Ett skäl till att kvinnorna oroar sig för männens öldrickande kan handla om flickornas behov av gruppens och männens skydd. När festen är mer ”sluten”, då flickan är trygg kan hon våga festa lite mera.

Erik: Ja. När vi går ut innan och går på ett ställe så brukar tjejerna man har med sig dricka ganska måttligt så att säga. Men däremot om det är privata fester, så tycker jag nog att då blir det mer sprit. Det bli det alltså. När det varit födelsedagsfester eller något liknande och när det är ett begränsat antal...

Det svartklädda folket

Den svarta stilen är uttryck för en pessimistisk upplevelse av världen, ett uttryck både för missstro mot omvärlden och tvivel på de egna möjligheterna. Räddningen ur den svarta pessimismen ligger i drömmen om konstnärlig succé. Man identifierar sig med personer som representerar det onda – skurkar, demoniska varelser och avvikare. Här möts en blandning av sorg, besvikelse och vrede.

Bristande tilltro

Kvaliteten på kontakten i umgänget beskrivs i ganska negativa ordalag. Den bristande tilltron till sig själv och omvärlden inverkar även på relationen till kamraterna. Man undviker att lämna ut sin sårbarhet. En något äldre musiker som är bekant med gruppen uttalar sig på följande sätt om deras sätt att umgås:

...dom säger aldrig nånting. Jag trodde ett tag att jag skulle bli inspirerad av dom som yngre men dom är värre än vad vi är som är trettio. Dom sitter bara där och glor.

Öldrickandet, skriver N& T, används som ett skydd mot en närhet och kontakt som man egentligen är rädd för. ”Samtidigt med försiktigheten i kontakten och rädslan för att lämna ut sig själv strävar man efter personligt originella uttryck..., bl. a. i utseende, kläder, vanor – och i att våga stå på scen.”

Man tror att man är speciell och utvald, snarare än att man själv är en avskärmad iakttagare och inte har något att erbjuda. Att vara avvikande är inte fult.

Betty: Ja, jag tycker att det är roligt att vara nykter. Det är roligt att reta folk och folk blir uppretade på en. Ja, jag vet inte jag känner mig lite överlägsen.

Besvikelser och avståndstagande

”Det svarta folket utmärker sig genom sina negativa åsikter om och sitt ifrågasättande av Sverige – det land i vilket de fötts och lever”, skriver N & T. Därmed tar de avstånd från vanliga svenska livsideal. Att kritiken också handlar om besvikelser och ilska över att vara illa behandlad av och i sitt hemland framskyntar tämligen snart, även om det inte är denna grund för sin inställning som svarta folket öppet framhåller.

Iltskan över Sverige gäller bl. a. den rådande alkoholpolitiken.



Gunnar: Ja, de är (kamraterna) jävligt negativa till Sverige alla jag känner...

Intervjuaren: Vad är det man brukar prata om då t. ex?

Gunnar: Vad man tar upp liksom, det är bara ett utslag av det hela. Såna här saker som att man inte kan ta en öl klockan halv ett på natten om man känner för det. Det är rätt mycket det här med alkoholpolitiken.

Enligt det svarta folkets uppfattning finns i Sverige utrymme enbart för dem som arbetar och gör sin plikt: det är sådana medborgare som anammas av "moder Svea" – inte människor som befinner sig utanför samhället på det sätt svarta folket anser sig göra.

Att dricka alkohol som "Svensson" gör, skulle för svarta folket innebära att lyda och underkasta sig ett samhälle som de anser är fientligt inställt till deras specifika behov.

Systembolaget raljerar man över. Man jämför med Frankrike och andra länder. Systembolaget "Vad är det egentligen? Två eller tre ställen i världen har det. Det är liksom löjligt", säger Rickard.

Sven: Ja, jag tycker att man har helt fel syn på alkoholen i Sverige. Om man tar andra ställen i Europa så är det så att dricka är att umgås så att säga... I Sverige är det nästan fult att dricka när man umgås. I Sverige går man inte ut heller, går på pub eller restaurang och sätter sig.

Vem umgås man med?

Det är en väldigt vid krets man umgås med. "Det är kanske folk som inte vill arbeta med vanliga arbeten så där. Så där lite konstnärliga och lite konstiga", säger en av de intervjuade.

De kommer företrädesvis från medelklass. "Det har varit rätt mycket karriärkomplex från föräldrarna. Dom har liksom haft rätt höga tankar om oss och sen har det inte blivit mer."

En del är lokala kändisar, har stått på scen med sitt rockband. Man drömmer om ett liv bl. a. som artist eller filmare..."

Vantrivsel i skolan

Upprottet från det vanliga livet bottnar ofta i en känsla av vantrivsel. Det vanliga livet i familjen, skolan och bostadsområdet kändes instängt och förfelat.

Sussie: Jag kom in i ett stadium där jag inte ville gå i skolan mer. Inte bara för att jag var skoltrött utan jag tyckte det var fel att gå i skolan. Vi lärde oss fel saker. Jag tyckte inte om lärarna, jag avskydde auktoriteter. Man slogs mot föräldrar och lärare... Jag skubbade (skolkade) jättemycket. Hemma var jag mer att jag sket i allt, den attityden. "Jag pallar inte. Jag pratar inte med er. Jag sticker liksom. Jag orkar inte". Jag orkade inte vara hemma överhuvudtaget. Jag flackade runt och bodde lite här och var. Men sen skulle de stänga av mig från skolan när jag gick i slutet av 8:an och då började jag begripa saker och ting. Att det gick för långt... Därför började jag vilja utbilda mig, det ville jag inte innan. Jag kunde gärna vara gatsopare i hela mitt liv, tyckte jag. Jag var punkare då också. "Allt är skit" också så vidare. Det är så roligt att titta tillbaka på det. Det var dödsallvarligt. Och man började fundera över politik. Och jag var med i SAC (syndikalistisk organisation) och hade mig.

Alkoholen – en längtan efter gemenskap

Om det för den arbetande och den studerande är otänkbart att dricka öl och alkohol på nätterna mitt i veckan, är det inte så för det mer eller mindre arbetslösa svarta folket. Arbetslösheten framställs som en tillvaro med vissa fördelar och som delvis självvald, enligt N & T.

Man sover till långt fram på dagen och är uppe sent om nätterna. Stängningsdags upplevs som ett hot mot behovet att umgås och få kontakt. Man förvägras att dricka öl när det passar en. Öldrickandet symboliserar gemenskap.

Intervjuaren: Vilken betydelse har festandet för dig i livet?

Johan: Ja, det är ju ganska viktigt. Jag trivs med att vara full liksom. Så om man har 100 kronor och frågar sig om man skall köpa öl eller om man skall köpa sig något att äta på helgen, så tänker man att då köper jag öl och räknar med att någon bjuder mig på mat.

I gemenskapen på krogen slipper man för ett tag de känslor av utanförskap och otrygghet som annars är den genomgående upplevelsen i förhållande till yttervärlden. Gänget blir som en familj.

Cecilia berättar att hon ibland kan bli trött på sin ”familj” men inom två veckor träffas man åter.

Cecilia: Jag har bytt skola väldigt mycket. Det kan också göra att man blivit otrygg. Man skall lära känna nya människor och så blir man otrygg igen. Det är kanske därför som jag hållit fast mycket. Har man väl hittat ett gäng och folk man trivs med så betyder det allt. Det betyder nog mest för mig just nu.

Cecilias svar ger en antydning om gängets gemenskap. Att det är inte bara att ”säga nej” till kamraterna, eftersom de stor för en djup längtan efter en trygghet man saknar i livet.

Att dricka

”När man dricker öl tillsammans får man en känsla av att ’det lossnar’. Men vad är det som lossnar?”, skriver N & T.

Richard: Ja, när man går på restaurang så sitter man och dricker. Det är så att man känner sig kass och sånt. Då vill man ju gå ut och då kanske de blir det att man blir glad liksom. Det kommer fram nya tankar i huvudet om man bara snackar och sånt.

Det finns också mycket drömmar och planer som man vill förverkliga. Axel berättar här när han dricker:

Axel: Ja, jag pratar en massa skitsnack. Antingen ett sånt här tufft töntigt snack utan innehåll. Eller så blir det stora projekteringar som aldrig blir av. Vi är väldigt duktiga på att planera saker allihopa när vi dricker. Vi skall planera och sätta igång med en mängd grejor. Men det är bortglömt dan efter.



Helgruset

Svarta folket vill inte festa som andra, men gör det ändå. Precis som andra tjugoåringar festar man på helgerna. Man känner sig ”billig”, mindre värd om man festar som andra. Men eftersom man inte arbetar i veckorna kan man inte känna den lössläppta glädje som andra kan uppleva efter intensiv arbetsvecka eller efter att ha gjort en tenta.

Förfesten innehåller mer av video och musik än hos arbetarna och de studerande. De kan ses som ett ”substitut för eller skydd mot en verbal och intim kontakt”.

Gunnar: Ja, de flesta dricker i samma syfte och spänner av och har jävligt kul liksom. Dessutom blir det nån slags kedjereaktion. I och med att alla dricker så är det jävligt att vara nykter själv. På något sätt är det lika bra att hänga med. Det är inte kul att vara nykter när dom andra är fulla.

Det är påtagligt att man i berusningen bekräftar varandra att man är ”speciell” och ”unik” och därigenom ”oemotståndlig”

Efter förfesten går man till "KB", Kulturbolaget. Men att ta sig in där är ibland inte möjligt. Åldersgränsen är 22 och man själv är 20. Om man inte kommer in blir man kränkt i sin uppblåsta självkänsla, som hänger ihop med att man tycker att man är "speciell" och att man tillhör "innefolket". N & T skriver:

Inne på KB gör svarta folket ett starkt "visuellt" intryck på oss. Deras utstrålning är suveränitet i förhållande till den övriga publiken. På KB är svarta folket nästan uteslutande tillsammans med varandra.

Kvinnorna i skuggan av männen

Kvinnorna lever i skuggan av männen. Deras artistambitioner är mindre uttalade. De lever i skuggan av de unga männens projekt och förefaller knappast hävda något specifikt kvinnligt sådant. Däremot tycks de i vissa avseenden jämföra sig med och även sträva efter att efterlikna männen. Det gäller speciellt sätt att dricka alkohol. Kvinnorna dricker lika mycket alkohol som männen, uppger de intervjuade. Men N & T vänder på detta påstående, för att visa att det är männen som är normen hos det svarta folket. Ingen hävdar nämligen "att männen dricker lika mycket som kvinnorna".

Gunnar: Tjejer super sig i princip lika fulla som killar numera. Det är också olika. Man kan ju inte generalisera att så och så är tjejer och så och så är killar, men i princip dricker flickor lika mycket som killar och i samma syfte också antagligen.

Carina: Nej, jag tror faktiskt att tjejer dricker mer än killar ibland. Även om det är ganska lika, för ibland kanske det är en kväll som inga killar dricker och så är det många tjejer som dricker i stället. Så ibland är det killarna som dricker mer liksom. Ja, det är nog rätt lika."

Men kvinnorna saknar inte insikt om att det är på männens premisser de lever,

Carina: Ja, det var en period då man drack rätt mycket. Man märkte själv ett tag att det gick rätt snett och att det gick åt fel håll. Dom man levde med var musiker. Dom hade inga speciella tider. Dom kunde i princip festa varje kväll.

Under kvällen kan kvinnorna sitta för sig för att tala om sitt, samtidigt som de talar om det de har gemensamt, att få kontakt med en manlig partner. De tycker bl. a. att relationerna till männen är alltför tillfälliga. De talar om att "killar börjar bli rädda för tjejer nu därför att tjejer börjar ställa krav på kvinnlig frigörelse och sånt".

Det kan väcka oro att männen inte har kvinnornas totala uppmärksamhet. Hos männen finns en tvekan inför parrelationen, vilket "kan hänga samman med rädslan för att fastna i ett mönster som påminner om deras ursprungliga erfarenheter av brist och kärlekslöshet i den egna uppväxthistorien. Parrelationen blir också ett hot mot det egna artistiska livsprojektet", enligt N & T.

Sammanfattningsvis

I intervjuцитaten framskymtar ett par intressanta perspektiv med tanke på förebyggande åtgärder.

Arbetsungdomarna

Arbetsungdomarna var ofta skoltrötta, de led sig igenom skolan, som inte lyckades motivera eller engagera dem. Det har funnits en tydlig mur mellan ungdomarnas vardagskunskaper och de skolkunskaper som serverades i skolan. De har inte kunnat relatera sina egna erfarenheter till skolans förmedlade kunskaper. Skolan var med andra ord inte till för dem. Det är i livet med gänget, som de hittar sin identitet. När de skolkade gjorde de det ofta med föräldrarnas ”goda minne”, som inte heller såg det meningsfulla med skolarbetet.

En skola med en pedagogik som kan skapa mening och sammanhang, som lyckas engagera dem i fritidsaktiviteter och skänka glädje och lust i lärandet är kanske några av de viktigaste insatserna för dessa ungdomar. Traditionell ant-upplysning med någon av skolans företrädare väcker kanske snarare protest än välvilja hos dessa ungdomar.

Det framstår också med all tydlighet vilken utsatthet ungdomarna hamnar i om det skulle bli arbetslösa, ”då skulle jag bli ligist”. Möjligheter att efter skolan få ett yrkesarbete har helt klart lett dem in på nya vägar – men också att de blivit äldre.

De dricker mycket under skoltiden. Drickandet hänger ihop med protest, att våga mera, att vara i ett gäng där de trivs och där alla andra dricker. Som i ryggmärgen sitter föräldrarnas uppfostran där ”skötsamhetsmoralen” är nära sammanlänkad med yrkesarbetet. Dessa yrkesarbetande ungdomar dricker mjölk i veckorna och skulle aldrig drömma om att suppa sig fulla under veckodagarna, som t.ex. ”det svarta folket”. Deras framtidsbild är att bli en ordentlig Svensson med jobb, villa, bil och äktenskap.

De studerande

Även de studerande har druckit en hel del under skoltiden, men de har kunnat göra det hemma. Och även om föräldrarna köpt ut åt dem verkar föräldrarna haft en viss kontroll över dem. De som haft studieambitioner men som under skoltiden var ”arbetsungdomar” har sökt sig till gängen där de sällat sig till gruppen ”good guys”.

Drickandet har mycket stått för en gemenskap med andra i festandet, det som Norell och Törnqvist i avhandlingen utvecklar som den betydelsefulla ”leken” (se bl. a. föregående kapitel). De studerande verkar heller inte ha kommit i kontakt med hasch under skoltiden i samma utsträckning som de arbetande i Söderborg.

De studerande talar idag om att dricka ”med stil”, att inte bete sig pinsamt, att ha kontroll över sitt drickande. Även om inte alltid skoltiden stod för det, kommer man snart in i det tänkande eftersom man bär på en vision om en framtida karriär. Att dricka med stil passar in i en mer kontinental dryckeskultur.

Det svartklädda folket

Det svarta folket ser sig som lite förmer än ”de andra”. De står i opposition till föräldragenerationen. De har inte hittat någon plats i skolan, där de ofta vantrivts.

De protesterar mot svensk alkoholpolitik, att man inte kan köpa öl klockan ett på natten. Man vill framför allt inte bli en Svensson, som dricker på helger, därför sitter man ofta på restauranger och dricker även under vardagen.

De längtar efter gemenskap, tror sig ha den, men har svårt att finna den. Det är gänget som ger trygghet, något man ofta saknat.

Ant-undervisning – till tre helt olika grupper

Forskningen visar framför allt på komplexiteten att nå fram med en ant-undervisning i en skolklass där dessa tre helt olika grupper befinner sig.

En traditionella ant-undervisning kan kanske här passa de studerande, som bär på ett framtidsprojekt. En sådan undervisning riktad till de arbetande i Söderborg, liksom det svarta folket kan säkerligen ge mer av uppror mot auktoriteter än av ett aktivt lyssnande.

Ungdomar är ingen homogen grupp – det kan efter denna läsning – behöva upprepas.

”Anden i flaskan”

Vad är det som gör att en del tycker om alkohol och andra inte? Vad är det som gör att en del dricker vatten på midsommarfesten, medan andra dricker brännvin? Philip Lalander har i sin forskning fokuserat på gruppen och den kultur som gruppmedlemmarna värnar om.

Det är tre grupper av ungdomar som studerats. De är alla runt 20 år:

- ungdomar tillhörande ett liberalkonservativt parti (övervägande unga män, övervägande arbetarklassbakgrund, annars egen företagarbakgrund. Bor i småstad.
- flickor på medialinjen (övervägande akademikerbakgrund, enbart unga kvinnor. Bor i medelstor stad men kommer från orter av varierande storlek).
- ungdomar i en kristen organisation (enbart unga män, blandning av arbetarklassbakgrund och akademikerbakgrund. Bor på landsbygden).

Philip Lalander har använt etnografiska metoder, såsom deltagande observation i vardags- och festsammanhang samt personliga intervjuer och gruppdiskussioner.

Dessa ungdomar är inte längre tonåringar men kunskapen om deras liv, hur de tänker, hur deras alkoholvanor ser ut, deras relationer till omgivningen ger oss kunskaper om ruset i likhet med Norell och Törnqvists forskning.

De liberalkonservativa

Denna grupp består av fyra personer, tre män och en kvinna, vilka bor i en medelstorstad i Mellansverige (17-24 år).

I de individuella berättelserna finns motiv att söka sig till en sluten grupp, eftersom de som ingår i gruppen har upplevt utanförskap och ensamhet.

Kicki och Johan

Kicki upplevde ett utanförskap innan hon kom med i gruppen. Hon var ofta ensam i grundskolan, var osäker på sitt utseende, hon fick mens när hon gick i fyran, tre år innan de andra. Hon var längst när hon gick i åttan. Hon var aldrig mobbad, kompisar ringde hem varje dag, men hon föredrog att vara ensam och sitta hemma och läsa. Hon beskriver senare att hon ser tjejsnack och tjejgemenskaper som konstlade gemenskaper med mycket skvaller och skitsnack. Lalander skriver: ”Att Kicki valde att tillhöra en grupp med män kanske därför inte är så underligt. Hon var rädd att inte bli bejakad som ung kvinna i relation till andra kvinnor”.

Johan hade problem med kompisar i skolan, när föräldrarna skilde sig särade de på barnen. Johan fick bo hos mamman medan brodern följde med pappa till en annan del av Sverige. Johan beskriver hur han tillhört flera organisationer, t. o. m. en gång Nordiska rikspartiet när han var 15 år.

Johan: Jag var nazist, nynazist då. Och enbart därför att jag var sökande och jag upplevde en segdragen skilsmässa som barn. Min mormor var den enda trygga tillvaron, den enda trygga punkten i mitt liv, och hon dog precis i den vevan och jag blev sökande. Man sökte efter kärlek och tröst och jag hamnade hos nynazisterna, jag hamnade hos Jehovas vittnen, jag hamnade i Liberala ungdomsförbundet och jag hamnade i den här organisationen och här har jag liksom hittat mig själv.

Genom att bilda sin organisation, hitta lokal och inreda denna skapade de sin egen kultur. De fick en gemensam historia, ett skydd mot omvärlden.

Deras bärande ideologi är individens frihet. Inskränkningar i denna upplevs som ett hot. Men man sträcker sig inte så långt som nyliberalerna som vill legalisera narkotikan, något de vänder sig mot.

Johan: Det (narkotikan) drabbar ju oss indirekt, vi som betalar skatt till sjukvården. Knarkarna dom måste ha vård, förr eller senare, på ett eller annat sätt och det kostar pengar. Där drabbas både dom själva och vi indirekt och därför tycker jag inte det ska vara lagligt med narkotika som nyliberalerna.

Alkohol och fest

Lalander analyserar i sin avhandling vad högern symboliserar för medlemmarna. De säger att högern symboliserar förnuft medan vänstern oförnuft. De hålls samman av ett starkt kitt och förenas i sin gemensamma kritik mot staten.

De lyssnar mycket på musik, även Ebba Grön, som förknippas med punkrörelsen och med den vänsterinriktade proggrörelsen på 70-talet, men där de omtolkat Ebba Gröns kritik mot det kapitalistiska systemet till ett förakt mot staten.

Borgaren har en speciell typ av frihet, fri företagare, kan göra snabba pengar, ett klipp anses hedervärt. Att kunna tänka och göra saker utan att storebror lägger sig i.

Bilden av borgaren inbegriper en människa som festar, frottar sig med kamrater och

super hejdlöst på kvällarna, men som trots det kan ägna sig åt hårt arbete och snabba klipp på dagarna. En ”skrupelfri människa som inte erkänner några andra överheter än kapitalet och kungahuset”.

Festen är ett sätt att värva ungdomar för att på sikt garantera organisationens överlevnad. Att dricka sig berusad är inget märkvärdigt utan snarare ett sätt att leva upp till myterna i organisationen. ”När vi började där i Bro var vi 22, efter festen var vi 112 medlemmar”, säger Johan.

Organisationen har många alkoholsymboler och deras berättelser är fulla av fylla och fylteri. Supandet är väl förankrat i organisationen, så väl att man betalar för supandets konsekvenser, nerspydda taxi etc.

Olydnad gentemot staten

Alkoholen signalerar olydnad och trots i förhållande till staten och därmed exklusivitet och makt. Om man träffas och inte dricker så mycket alkohol talar man om samkväm. Det utmärks av smuttande på vin eller öl där syftet inte är att dricka sig kraftigt berusad. Att vara på fest är i stort sett som synonymt med att berusa sig.

Enligt Lalander innebär deras kraftiga avståndstagande från staten och en förkärlek för det genuint svenska att de sällan dricker Pripps, eftersom de ej vill gynna staten.

Den unga kvinnan i den grupp som Lalander studerat förhåller sig mer kritiskt till varför man skall behöva supas sig full för ”konsten”. Hon vill behålla en autonomi i förhållande till männen och delar i diskussionen därför inte hela deras berättelser om att man måste vara full för att kunna skriva dikter.

Lärt sig supas genom organisationen

Att bli medlem av den innersta kretsen skulle vara omöjligt om man inte hade druckit alkohol med partimedlemmar och därmed visat att man var att räkna med och bevara deras hemligheter.

De skålar rituellt med varandra och sluter förbund. Någon citerar en svensk nationalskald. I vissa sammanhang sjunger man kungssången unisont, som för att visa tilltron till svenska traditioner.

Äldre medlemmar har berättat hur de lärde sig ”supas” genom organisationen.

Manlig utlevelse

Genom att dricka sig berusade får de också möjligheter till ”maskulin utlevelse”.

Dessa män är de som har tolkningsföreträde och äger rätten att sätta igång olika typer av ritualer. Kvinnan är sällan mer än ett sexobjekt och det finns en oskriven regel i organisationen att man inte ska ta med sin flickvän till festerna. Denna regel finns förmodligen till för att männen relativt ohotade ska kunna leva ut i den maskulina utlevelsearenan. Mannen ses som hjälte och som ”en jävel på att supas”.

Alkoholen symboliserar icke-kontroll, man överskrider vardagens gränser och rör sig mot det som annars skulle vara tabu.

Alkoholen är i denna grupp delvis tabu, eftersom man aldrig dricker ensam, endast i grupp. Alkohol är en motståndssymbol och en symbol för överskridandet.

Alkoholens sociala och symboliska karaktär

Nedan citeras Kicki och Staffan som intervjuaren, Philip Lalander har ett samtal med. Enligt Lalander ”visar de en närmast sociologisk insikt när det gäller alkoholens betydelse som symbol. Även om dessa ungdomar är i tjugårsåldern representerar hela samtalssekvensen något allmängiltigt. Detta att komma i och vara ensam i en lokal, på en fest och inte känna någon. Att dessutom varken röka eller dricka ställer stora krav på den personens självbild.”

Kicki: Jag tycker att man måste hålla nåt i handen. För alla som går på fest känner sig mer eller mindre som en panelhöna eller som nån som är utanför. Förr eller senare på en timme så gör du ju det nån gång, så känner du att ”jag sitter inte bland dom som är mest inne och det är ingen som sitter och pratar med mig” eller så tänker man ”det är ingen kille som tittar på mig eller det är ingen tjej”... Men har man ett ölglas så kan man liksom se oberörd ut, man har nånting annat att göra, man har en egen sysselsättning.

Staffan: Mm. Ja.

Intervjuaren: Krävs det...

Kicki: Om man sitter stilla så, nån som inte röker och inte dricker och sitter på en stol och inte har nån att prata med, då ser dom ju verkligen dej som om du sitter där alldeles ensam.

Staffan: Jaa.

Kicki: Om det sitter en person som både dricker öl och röker och ingen pratar med, så ser inte dom så speciellt konstiga eller ensamma ut... (skrattar). Ja, men det är ju så.

Staffan: Ja.

I: Så det är så att...

Kicki: Det är ett komplement till personligheten eller så kan man nästan säga.

Staffan: Det reagerar man faktiskt på när man är ute, om en som sitter ensam inte har en öl, inte sitter och röker eller nånting utan bara sitter och tittar. Dom ser verkligen ensamma, övergivna, utstötta, ”jaha där sitter nån...”

Kicki: Där kan sitta nån med precis samma kroppshållning eller så och ha en öl framför sig.

Staffan: Ja, det är helt okej liksom.

I: Ja, vad är det som gör, tror ni, att man liksom smälter in på festen på ett annat sätt om man har det?

Staffan: Ja.

(...)

Kicki: Det är båda delar; det är tecken att man inte är ensam och en del sitter för sig själv också. För om man känner det som att man har nånting att göra så får man en annan kroppshållning, kanske tittar folk i ögonen och så där i stället för att titta ner i golvet, om man inte känner sej ensam. Känner man sej ensam så är det kört, då kommer inte en människa fram till en, då sitter man och kurar med axlarna och lägger benen i kors och...

Alkoholen är ett sätt att motverka stigmatisering, avsaknaden av alkohol gör att man i andras ögon, och i de egna, tillskrivs negativa egenskaper, ensamhet, tråkighet etcetera. .

”Alkoholen, och den tro den ger när den hålls i handen, ger också individen möjlighet till kontroll av kroppen, vilket är viktigt om man skall kunna umgås med andra”.



Unga kvinnor på medialinjen

I en intervju jag gjorde med Philip Lalander beskriver han hur de unga kvinnorna på medialinjerna drack mer i yngre åldrar och att deras drickande nu är mycket kontrollerat. Deras sätt att dricka eller att dricka mycket litet är ett sätt att kunna kontrollera tillvaron, att ej hamna i underläge gentemot männen. Han säger:

Genom att på en fest sluta att dricka efter två glas vin, då blir man inte berusad. Då har man hela tiden kontrollen och de som fortsätter efter två glas är oftast männen. De här männen blir då korkade efter hand. Man får i tjejgruppen en överlägsenhetskänsla mot de här männen som man annars känner sig underställd inför.

De lever i en mansdominerad mediavärld där de ofta blir tilltalade vid "lilla gumman". De känner sig ganska mycket som det andra könet. Någonstans drömmer man om en friare värld där deras kvinnlighet bejakas. En värld där männen är justa och där man kan prata med varandra på en horisontell basis. Hur skall man kunna upprätthålla någorlunda identitet i det här patriarkatet? Hur skall man kunna ha självkänsla? Det är här det restriktiva drickandet kommer in. Att man faktiskt kan kontrollera sitt drickande och därmed hålla en överordning gentemot de unga männen.

De unga kvinnorna lever i en mediavärld där det är mycket ironi. Skämtet är uppbyggt på ironi, säger Philip Lalander. Kravet på att vara kvicktänkt gör att du inte kan dricka så mycket.

Det handlar mycket om identitet, att bli sedd som en som inte tappar kontrollen. Han fortsätter:

Vad det handlar om är att bibehålla en identitet i en situation där de både är ungdomar och kvinnor. Båda är underordnade, ungdomar är underordnat de vuxna och kvinnor är underordnat männen.

De unga kvinnornas alkoholkonsumtion har reducerats dels sedan tonårstiden, dels sedan de gått utbildningen på universitetet. I ettan drack de mer än i trean. ”Det var som om de under utbildningstiden gradvis hade disciplinerat det egna drickandet och, eventuellt, den egna kroppen”, skriver Lallander. Hur motiverade de detta sparsamma drickande?

Nedan följer en dialog som visar hur de unga kvinnorna har hittat sin ”spärr” – då de går över från vin till vatten.

Intervjuaren: Brukar du bli jävligt full?

Maria: Nää, för jag brukar liksom känna att nu snurrar det till och då brukar jag sluta att dricka. (individuell intervju)

I: Vad tror du det är som gör att ni inte behöver det där extra glaset som gör att man passerar den magiska gränsen?

Anne: Jag tror inte....jag vet inte...det behovet finns liksom inte. Jag kan nog känna att jag är den som blir mest berusad av oss, konstigt nog. (individuell intervju)

I: Kan du säga lite om vad som är motivet till att inte dricka så mycket?

Lisa: Jaa, man vill ju inte må dåligt och det är man väl gammal nog att... att inte vilja bli packad. Jag vill inte... det finns säkert dom som vill bli det, men jag har liksom inte nåt behov av att jag kan dricka så jag blir glad, men liksom... (Individuell intervju)

I: Jag såg att du och ett par till började dricka vatten?

Camilla: Jag gör alltid det.

I: Varför gör du det?

Camilla: Därför att jag känner att det inte är gott att dricka vin längre. När jag känner att jag liksom inte... ja, det blir tröttsamt att dricka vin och öl i evigheter så känner jag liksom ”nu är det godare med vatten”, då gör jag det.

I: Det är inte bättre också på något vis?

Camilla: Joo, det är det, det är klart. Om jag känner att nu behöver jag inte bli mer onykter så dricker jag vatten. Och sen så är jag väldigt känslig mot cigarettrök, så jag känner att jag bli så torr i halsen. (individuell intervju)

Kvinnorna kan beskriva de kvinnor som tappar kontrollen, som berusar sig.

Anne: Josabeth blir alltid jättepäckad och det tycker jag är jätteobehagligt dels för att hon inte mår så bra och dels för att hon...när klockan är sju så är hon stenpackad och sen är hon

det resten av kvällen. Det är alltid så...så fort det är fest liksom...Hon bara håller i sig och det är ju hemskt otrevligt. Nu är det ju inte så att hon är min allra bästa vän, så att det här känslomässiga bandet...jaa, det är klart...jag är lite orolig för henne, det är jag."

De uppfattas som ett hot mot gruppen, hon uppfattas som en som har alkoholproblem och också som mår psykiskt dåligt. För hög alkoholkonsumtion symboliserar psykisk instabilitet. Personer som är psykiskt instabila klarar inte av att "ha koll på sej själv". En av kvinnorna säger: "Jag tycker att det är lite synd, det tar ner min respekt för vissa, att dom aldrig kan hantera spriten... Jag tycker det är ett svaghetstecken att inte ha koll på sej själv så mycket..."

Mediekvinnorna, skriver Philip Lalander, använder alkoholen symboliskt för att beteckna individuell mognad. Ett icke-kontrollerat förhållningssätt till alkohol sågs som omoget.

I: Vill man inte visa sej när man är för full eller?

Mia: Nää, jag tror inte det.

I: Känner du det själv, av egna erfarenheter?

Mia: Jaa, absolut. Nu tycker jag inte det är så ofta som jag blir riktigt onykter, men någon när man har känt att "shit, nu är jag pinsam" då går jag hem alltså, helt klart.

I: Vad är det pinsamma i det hela?

Mia: Ja, jag tycker det är pinsamt att inte kunna fixa en sån grej. Att inte kunna ha kontroll på sej själv. Det är jättepinsamt tycker jag. Jag tycker det är jävligt omoget att inte ha kontroll.

Maria tar upp hur hon tidigare i tonåren drack för att bli full. Det gick ut på det. Att det inte var tillåtet att dricka alkohol, dvs "jag får inte", gjorde det hela extra utmanande:

Jag tycker det är synd om dom som måste gå hem och lägga sej liksom, men det...jag menar...så har man ju också varit, men det var ju när man var yngre och drack, för då drack man ju för att bli full. Det gör jag i och för sig nu också, men det är ändå på ett lite annorlunda sätt, då var det mer spännande, liksom "jag får inte, jag dricker lite till".

Starksprit och grogg tar man avstånd från. Rött vin är den dryck som mest förknippas med mognad och därmed är den mest legitima drycken i gruppen. Fenomenet alkoholism relaterar kvinnorna till starksprit och inte till vin, enligt Philip Lalander.

Huldran

Huldran är ett begrepp som Lalander använder för att beskriva alkoholens dubbla innebörd. Huldran, också kallad skogsrået eller skogssnuvan, är ett mytomspunnet väsen som vid en första anblick är attraktiv men som vid närmare bekantskap visar sig vara ful, grotesk och omänsklig. Huldran lockar, men man kan bli lurad. För att hantera huldran krävs försiktighet, att man ger akt på sig själv och sina rörelser.¹

Alkoholen hade för mediekvinnorna en liknande dubbel innebörd. Å ena sidan sågs den

som ett tecken på förfall, å andra sidan som innehållande frihetsdimensioner. Alkoholens huldraliknande symboliska innebörder hjälpte kvinnorna att beskriva både vilka de själva var och vilka andra människor var.

Distans till Huldran

Vi – huldrans framsida

Sofistikerat drickande
(Drickande för den goda smakens, matens och den sociala samvarons skull. Långt från alkoholism.)

Moget drickande
(Distanserat)

Egenkontrollerat och självvalt drickande. (Distanserat)

Ironiskt förhållningssätt till alkoholen
(Distansskapande)

De – huldrans baksida

Okultiverat supande
(Drickande för supandets egen skull. Tecken på jagsvaghet. Nära alkoholism.)

Omoget drickande
(På allvar)

Konformt och socialisationskapat drickande.
(På allvar)

Uppriktigt förhållningssätt till alkoholen
(På allvar)

De kristna

I gruppen unga kristna är alla utom en nykterister. Sören är den som dricker alkohol ibland men han skulle aldrig tänka sig att dricka med de andra. I gruppen är alkohol förbjuden. Det finns en tyst överenskommelse dem emellan men ej som förbud. Gruppens medlemmar är inte bara till övervägande del kristna utan även engagerade i en fotbollssupporterklubb.

Philip Lalander skriver i tidskriften Socialt perspektiv följande om de kristna:

”Det är svårt att på fotbollsläktaren skilja dessa unga kristna från andra fotbollssupportrar. De kan alla ramsor utan och innan. När de gör ett stopp med bussen på väg till match försöker de tillsammans med andra supportrar närmast invadera raststället, genom att skriva det egna laget namn.

Två saker kompromissar man aldrig med:

1. De följer kärleksbudskapet, dvs när de övriga i ”klacken” skriker ”domaren har sålt sig som en hora” söker de starta en annan ramsa eller så försöker de hyssja de övriga i klacken.
2. De dricker inte en droppe alkohol, även om de, trots att de andra supportrarna vet att de inte dricker, blir bjudna.

Följande ordväxling utspelades i samband med en bussresa till en bortamatch. Jörgen tillhör den kristna klackfraktionen, vilket inte Bengt gör.

Bengt: Det var ni som var från Åkersrum va?

Jörgen: Huså, vi är från Huså.

Bengt: Ja, Huså var det. Det är ni som inte dricker ja. Så du ska inte ha lite? (Räcker fram den öppnade kvartingen till Jörgen.)

Jörgen: Nä, du vet, jag klarar mig ändå.

Bengt: Jaså, du klarar dig ändå (Jörgen tittar rakt fram).

Bengt: Men det är en sak jag undrar. Hur "faan" kan du hänga med det här gänget om du inte dricker?

Vid dessa tillfällen tackar de kategoriskt nej. Det har t. o. m. utvecklat strategier för att kunna säga nej på ett så smidigt sätt som möjligt.

Alkoholen fungerar i bussen och på matcherna som en viktig symbol för gemenskap. När kapsyler bryts och burkar "pyser" kommer sorlet och snacket igång. På sätt och vis är de unga kristna, genom sitt konsekventa nej-sägande till alkohol, dömda att delvis stå utanför dessa gemenskaper, vilket de söker kompensera med en nästan överdriven aktivitet på läktaren.

Vad är det då som motiverar nykterhet för dessa kristna ungdomar? Både i Missionskyrkan och i Pingstkyrkan är nykterhet en norm. Ett asketiskt leverne ses som en slags indikation på att man är utvald. Att vara nykter symboliserar en hel livsföring och inte endast nykterheten i sig självt. Svensson är de som inte befinner sig på den väg som ska ge evigt liv. Svenssons är de som hamnar i helvetet. Genom att skapa sig en identitet som troende och genom sitt icke drickande vill man skilja sig från andra människor i närmiljön.

Nejsägandet är dels ett sätt att stärka den religiösa gemenskapen, dels att skilja ut sig i förhållande till andra grupper i samhället. Därmed markerar man den egna utvaldheten.

Sammanfattande kommentarer

Lalander menar att politikergruppen och de unga kristna symboliserar alkoholens dubbla ansikten. Politikerungdomarna har den hedonistiska synen, med njutning, frihet men där alkoholen också symboliserar ett motstånd som gruppen har om stat och auktoriteter.

De unga kristna har utvecklat skötsamhetsperspektivet, där alkoholen symboliserar ett leverne som leder till helvetet och förfall, vilket gör dem extra starka i sitt avståndstagande till alkohol.

I sin avhandling sammanfattar Lalander på följande sätt de motstridigheter som finns i de tre gruppernas karaktärer.

De liberalkonservativa för ett symboliskt krig mot de krafter som de upplever begränsar deras frihet. Stat och socialism symboliserar det system de upplever sig motarbetade av. De söker fasthet i genuint svenska traditioner och manlighet och de försöker i gruppen förankra och rimliggöra denna fasthet. Gruppens medlemmar pendlar således mellan erfarenheter av identitetsmässig fasthet och suveränitet och erfarenheter av att vara misshandlade av systemet alternativt härska över det.

Mediekvinnorna pendlar mellan erfarenheter av sig själva som autonoma,

handlingskraftiga och kreativa och erfarenheter av att vara förtryckta av manlig makt. De lever i en manligt dominerad värld där deras frihet och makt till viss del är beskuren på grund av att de är unga och kvinnor. I gruppens kulturskapande rimliggörs deras identiteter såsom autonoma, handlingskraftiga och kreativa och de framstår i mycket liten utsträckning som passiva offer för systemet.

De kristna försöker hantera det motsägelsefulla förhållandet mellan frikyrkokultur och profan fotbollskultur. Genom interaktionen i gruppen och det genuina fotbollsintresset försöker de frigöra sig från frikyrkokulturen. Det är emellertid ingen enkel process; priset kan bli för högt i form av identitetsanspråk som inte kan bekräftas. För att de skall kunna frigöra sig och samtidigt behålla ontologisk trygghet krävs att de lyckas hantera sina rörelser i såväl den kristna som den profana världen på ett balanserat sätt.

För både den kristna och den liberalkonservativa fungerar alkoholen som en identitetsmarkör, menar Lalander. Men vad gör alkohol till en viktig identitetsmarkör?, frågar Lalander. Mycket handlar det om att man fastställer sin position i förhållande till alkoholen, dricka lite, dricka mycket eller inte dricka alls. Hur man dricker resp. inte dricker visar vem man är men också vem man inte är. Alkoholen, menar Lalander, ger upphov till en berättelse vem man är.

Alkoholen bär på en historia om skillnader – mellan män och kvinnor, mellan ungdomar och vuxna, mellan arbetare, medelklass och överklass – och det är det som ger alkoholen dess symboliska laddning.

”Att dricka eller inte dricka är således mycket mer än att berusa sig, det är ett sätt att svara på existentiella frågor. Vem är jag egentligen? Genom att drickandet knyts till gruppen och till olika ideologier så kan det ge ett svar på vem man är, vad man tillhör, enligt Lalander. Ungdomar och alkohol är så gott som sammanväxta, enligt Lalander. ”Begreppet ungdomsfylleri används långt oftare än vuxenfylleri, barnfylleri eller pensionärsfylleri”. Däremot intar narkotika inte alls samma position. Att ta med sig t.ex. tung narkotika till en fest skulle kunna innebära att man uteslöts från kollektivet och av de flesta stämplades som utslagen. I de grupper som Lalander studerade sågs narkotikabruk som ”synnerligen avvikande och ett tydligt tecken på personliga problem”. Han säger:

Narkotika är tabu till skillnad från alkohol som är delvis tabu i de flesta sammanhang men ses som legitim att använda vid fest. Begreppen alkohol och fest är sammanväxta. Tung narkotika och fest har inte denna samhörighet, även om hasch på 1970-talet framstod som legitimt i många ungdomsgrupper och gör det än i dag.

Lalander kommenterar också här att narkotikan har vunnit legitimitet i vissa grupper, delvis

för att många kändisar har blivit ertappade med narkotika. Begreppet partydrog har också etablerats i ungdomskulturer, främst i samband med rave. Men det är ändå stor skillnad på legitimitet vad gäller narkotika i Sverige än i övriga Europa och USA.

Det blir bara värre och värre

”LIVSVILLKOREN FÖR UNGDOMAR har aldrig varit svårare än nu. Gör vi inget nu ökar problemen lavinartat och utgör en stor samhällsfara!”

Varje vuxengeneration anser sig stå vid avgrundens rand när de betraktar ungdomen. Oro för ungdomens utveckling och tidens dekadans har genom historien varit vanliga – från antiken och framåt.

Under 1700- och 1800-talen fanns oron för barn som tiggde på gatorna. Tiggeriet ansågs var ett moraliskt problem.

Under sekelskiftet fördes återkommande diskussioner om ungdomens förbildning, ligapojksproblemen och ungdomsbrottsligheten.

Under första världskriget steg ungdomsbrottsligheten i landet, det oroade både lagstiftare och ungdomsvårdare.

På femtiotalet diskuterades bilstölder, ungdomsprostitution och missbruk.

På sjuttioalet var det ungdomars alkoholvanor, hippiekulturen och experimenterandet med droger.

På åttiotalet fördes en normlöshetsdebatt.¹

Och på nittioalet finns oron över våld, mobbning, främlingsfientlighet, alkohol och gruppvåldtäkter...

Den genomgående uppfattningen har varit att missanpassningen, sedeslösheten och våldsbenägenheten blir värre och värre jämfört med tidigare. Problemen växer gigantiskt och faran har aldrig varit så stor som nu.

Allt är värre när de vuxna betraktar de yngre i samhället jämfört med förhållandena i sin egen ungdom.

Ungdomsforskarna är splittrade i sin bedömning av orsakerna till ”ungdomsproblemen”.

Vissa menar att samhället idag befinner sig i en ny fas och att ungdomens problem är annorlunda och allvarigare än förr. Andra pekar på att vuxenvärlden under de senaste 150 åren resonerat på samma sätt.

En norsk ungdomsforskare säger att 40-åringarna bekymrar sig för ungdomarna utifrån sina egna livskriser. Egna problem transformeras till kampanjer för ungdomar.²

Osynliggör vi de unga i detta betraktande, denna oro?

"Saknar de vuxna förväntningar på oss", sa en 17-åring, då han sida upp och sida ned suckade över tidningens eländesbeskrivningar.

Är kanske de vuxnas oro rent av visionslös? Eller är det ett sätt att komma undan eget ansvar...

"Vi ungdomar ser med stor oro på de vuxna... de är främlingsfientliga, papporna misshandlar mammorna. De verkar ha svårt med kärleken, skiljer sig, ibland flera gånger. De har inte tid att lyssna, de opponerar sig och verkar rädda för att samtala. De mobbar varandra på arbetsplatsen. De dricker, numera inte bara på helger utan även mitt i vardan... de verkar ha tråkigt..."



Skolan en plats att må bra i ??

EN SKOLA SOM KAN GE GLÄDJE OCH LUST i lärandet är den jordmån som behövs för allt hälsoarbete i skolan. Det finns en rad studier som visar att skolklimat, trivsel i skolan, förmåga att lära sig läsa och skriva har effekter på hur barn och ungdomar mår. Skolan med sin pedagogik kan därför antingen dra ned självkänslan eller stärka den.

Vad går en fyrtiominuters lektion i alkoholupplysning upp mot tolv år i skolan, åtta timmar om dagen?

Skolan skapar både hälsa – och ohälsa

I ett större internationellt perspektiv är utbildning i sig ett skydd för hälsan. Utbildning ger inte bara kunskap om hur man kan förbättra sin hälsa, det ger också en större beredskap att tolka de olika motstridiga hälsobudskap som förs fram via TV, radio, broschyrer.

Ju fler utbildade kvinnor ett land har, ju lägre spädbarnsdödlighet. Barns hälsa vilar i kvinnors armar, eftersom det är oftast de som är vårdare. Barn till kvinnor med utbildning klarar sig därför bättre. Ett land kan vara i krig, det kan minska sin BNP men trots detta kan spädbarnsdödligheten minska, eftersom kvinnors utbildning ”slår igenom” så starkt. Medicinska framsteg har inte på samma sätt kunnat ge samma framgång.

Det blir liksom tråkigt... allt...

Vad spelar det då för roll att jag röker

Rickard, 14 år

När jag inte trivs, mår jag inte bra...

Likaväl som skolan kan skapa hälsa, kan den också ge ohälsa. Skolan kan å ena sidan integrera ungdomar in i samhället. Detta främjar med all säkerhet hälsan. Å andra sidan är det vissa grupper som klarar skolan dåligt. Dessa tenderar att marginaliseras och får därigenom sämre hälsa.¹ De elever som inte lyckas i skolan, de dricker mer alkohol, röker oftare, äter mer skräpmat och är oftare kriminella.²

En central fråga är om dålig skolframgång leder till dessa problem, eller om det omvända gäller, dvs att eleverna klarar skolan dåligt därför att de dricker alkohol, äter dåligt etc. Det som talar för att skolan är orsak till dessa oönskade beteenden är att skolans etikettering av eleverna, som mindre framgångsrika eller mer framgångsrika, föregår dessa oönskade beteenden.³

Negativa till skolan – röker och dricker mer

En genomgång av hälsoundersökningar som gjorts av skolbarns hälsovanor i ett tiotal europeiska länder samt Australien visar att om inte elever trivs i skolan är risken betydligt större att man röker och dricker alkohol.²

De elever som hade angivit att de ”inte tyckte om skolan” och ”inte tyckte om skolan alls” rökte varje vecka och använde alkohol varje vecka. Det gjorde också de som angav att de hade varit berusade mer än fyra gånger. Samma sak gällde för de elever vars uppförande i skolan var under medel (skala: very good, good, average, below average). Detsamma gällde för de elever som inte hade några framtidsplaner.

I en svensk studie framgår hur tobaks- och alkoholvanorna påverkas av de inre förhållandena i skolan. Curt Hagquist har i en sammanläggningsavhandling valt att studera lokala och regionala variationer när det gäller tonåringars tobaks- och alkoholvanor. Undersökningen omfattade samtliga elever i årskurs nio i Värmlands län, ca 3 560 elever från 36 skolor i 16 kommuner. Alkoholdrickande och rökning bland pojkar är vanligare i skolor där en hög andel av pojkarna lägger ned lite tid på läsläsning. Bland flickor är alkoholdrickande och rökning vanligare i skolor med en hög andel ”mobbare” än i skolor med en låg andel.⁴

Andra studier i Sverige visar att andelen elever som röker ”ibland eller dagligen” är större bland elever som går det individuella programmet. De som utbildar sig till yrken som speciellt ”tungt” röker också mer än andra. Däremot fanns ingen större skillnad i alkoholvanor mellan de olika gymnasieprogrammen.⁵

Om en elev mår dåligt medför det således risk för ohälsosamma vanor. Men i stället för att angripa detta har man försökt att informera bort ohälsosamma vanor. Man har inte tillräckligt kopplat ihop hälsa med hur eleverna trivs på sin skola. Man har heller inte utgått från elevernas egna upplevda behov.⁶

Både bra och dåligt i skolan

Forskning visar att eleverna tycker sämre om skolan, tycker de får mindre att säga till om, ju

äldre de blir. Skolan kan därmed bidra till sämre självkänsla med ökande ålder, skriver forskaren Ulla Marklund. Så växer också andelen elever med olika psykosomatiska problem. ”Skolan tycks ha svårt att anpassa sig till elevernas ökande mognad och krav”, skriver Ulla Marklund. En god skola skall främja elevernas självförtroende. Synnerligen få elever anser sig ligga under genomsnittet, vilket är ett bra betyg över svenska lärares ansträngningar att ge eleverna tilltro till sin egen förmåga. Utvecklingen tycks dessutom gå åt rätt håll när vi jämför över tid. Men vi har fortfarande lång väg att gå. Ulla Marklund fortsätter:

Inga andra länder har så få elever som Sverige och Finland, som tror att lärarna tycker de är ”duktiga” eller ”mycket duktiga” i skolan.

En del av de problem som barn och ungdomar uppvisar och kommit fram i undersökningen har med puberteten att göra och kan kanske ses som oundvikliga, skriver Ulla Marklund. ”Men, desto viktigare bli det då, att skolan i sitt arbete finner former för att underlätta och möta de växande elevernas behov.” På det sättet genererar skolan ohälsa, vilket är en av de stora utmaningarna för skolan att ta itu med.⁷

”Jag är så trött... och jag har ont i huvudet”

Mycket av leda och trötthet tar sig uttryck i psykosomatiska åkommor. I en undersökning gjord i Kramfors kommun svarade 60 procent av både flickor och pojkar att de alltid eller ofta var trötta.⁸

En annan studie fann att hos elever i årskurs sju och nio var det trötthet som var den vanligast förekommande fysiologiska åkommor. Detta kan ha många förklaringar, alltifrån skolans innehåll och arbetssätt, kroppslig och mental utveckling i samband med puberteten, sena kvällsvanor, liksom resor till och från skolan.⁹

I en studie med 302 elever i årskurserna 1-3 på de naturvetenskapliga och samhällsvetenskapliga programmen vid Bromma gymnasium påvisades en stor skillnad mellan flickors och pojkars upplevelse av hälsa.¹⁰ Drygt 60 procent av flickorna angav att de ofta eller ibland upplevde nedstämdhet, rastlöshet och trötthet mot drygt 40 procent av pojkarna. Flickorna hade också mer spänningsbesvär som oro, värk och sömnproblem. De upplevde mer av bekymmer i vardagen, de var mer bekymrade inför framtiden och de var också mer bekymrade över sitt utseende. Trots detta upplevde flickorna mer glädjeämnen än pojkarna. De uttryckte glädje av att ha någon som lyssnar, att vara tillsammans med sina närmaste. Det som tydligt framkommer i rapporten är hur flickorna inte blir sedda: ”Ingen ser mig och ingen bryr sig om hur jag mår”. De blir inte sedda som personer och får sällan uppskattning för en välgjord uppgift.¹¹

Att trivsel kan minska med stigande ålder visar bl. a. den nämnda Kramforsrapporten. Skolan var bättre anpassad till de yngre eleverna. Flickorna i årskurs tre var de som var mest nöjda med sin skolsituation. Skolarbetet var roligt och sällan enformigt. Eleverna här var mindre trötta än andra grupper. Många önskade sig mer av något skolämne och fler än i någon annan grupp önskar ett teoretiskt ämne.

De allra flesta flickorna liksom pojkarna i årskurs tre tycker att skollokaler är bra, att

det finns bra ställen att vara på under rasterna och de har förtroende för de vuxna i skolan. I rapporten ställs frågan om inte dessa elever skulle må bra av att arbeta mera, dvs. komma längre i sin kompetensutveckling.

Barnets vardag – och livet i skolan

Barnets cirkulära tid – möter skolans linjära

Skolverket har gjort en treårig studie med ”Elever som medforskare”. Det är elever i årskurserna fem, sju och nio, sammanlagt 46 elever som skrivit regelbundet om olika teman som rör skolans vardag, sammanlagt 500 brev.¹²

Breven skrevs för ett par år sedan och i brevsvaren kan man utläsa att eleverna fortfarande har undervisning med 40 minuters lektioner och en mer traditionell katederundervisning. En hel del har hänt i skolan de senaste åren, där både elevinflytande, friare arbetspass m.m. numera finns i skolan. Trots detta kan dessa elevers svar påminna en hel del om det som många av oss nu vuxna kände i vår egen skola och som många elever fortfarande känner för sin skoltid – ledan, stressen men också känslan av ”flyt” när man träffar alla kamrater på raster, luncher och efter skoltiden.

I de första breven skriver eleverna om TIDEN.



Leda

Leda är den vanligaste ”kategorin” i materialet, 121 av 282 uttalanden. Leda står för beskrivningar av tiden som ”trög, seg, långsam, tråkig”. ”Ledan är nästan uteslutande förknippad med tiden i skolan men återfinns även i viss utsträckning i samband med uppstigandet på morgonen och bussresan till skolan”, skriver Christians Lundahl, som arbetat med forskningen.

”Tiden efter skolan beskrivs med några få undantag i positiva ordalag. Undantagen handlar om läxläsning, inrutade fritidsaktiviteter som pianospel och gymnastik.”

Stress

När de i breven närmare analyserar begreppet stress, som återfinns i 66 av 282 uttalanden, finns beskrivningar som uttrycker en kamp med tiden: ”vi hinner inte”, ”måste bli klar”, ”mycket att göra”, ”tvingas avbryta”.

I analysen av breven finner man att pojkarna uttalar sig om stress på ett sakligt konstaterande sätt medan flickornas beskrivningar av stress har mer av känsloladdning – att vara stressad respektive att känna sig stressad.

Flyt

I kategorien flyt finns 92 av 282 uttalanden. De handlar om beskrivningar av tiden som inrymmer känslor av lust och glädje.

*Sen kommer det bästa på hela dagen – en 40 minuters lång rast
Slutet är nog det bästa med skolan
Innan lektionen pratade vi om vad vi skulle göra efter lektionen
De ämnen jag tycker bäst om är de som är litet friare*

När eleverna talar om flyt i skolan är det oftast de praktiska ämnena man talar om och oväntade inslag i skolvardagen som bryter den dagliga lunken. Tiden som källa till glädje finns också med i elevernas beskrivningar av lunchraster och håltimmar. I slutdiskussion i rapporten skriver man följande:

Tiden i skolan beskrivs omväxlande som trög, meningslös och stressig. Lektionerna upplevs som långtråkiga och innehållslösa. Lusten finns i raster, håltimmar och i ”handens och kroppens ämnen”, bild, idrott och slöjd. Allt detta under en slöja av stress: rasterna är aldrig tillräckligt långa, hinner jag göra läxan, tar dagen aldrig slut! Till slut utträdet ur skolan som nästan alltid är förknippad med lust och befrielse.

Våra resultat pekar på en konflikt mellan de ungas och skolans tid – en kraftmätning som skolan nästan alltid vinner. Det är uppenbart att förlorarna i denna kamp måste utveckla strategier för att återerövra fragment av den tid som berövs dem. I vårt material ser vi strategier som att: drömma sig bort, skaffa sig ett eget mentalt rum, komma för sent, prata på lektionerna, skolka.

Forskarna ställer frågan om skolan förstår och respekterar de ungas behov av egen tid, den cirkulär, organiska tiden. Skulle skolan kunna förhandla med eleverna om en annan fördelning mellan cirkulär och linjär tid? Hur kan gränserna mellan fritid och skola, rast och lektion bli mindre konfliktfyllda?

Forskarna tar som exempel en liten samtalsstund som start på skolveckan där den organiska fritiden på ett varsamt sätt växlas till skolarbete eller som avslutning lägger in en reflektionspaus för att markera övergången mellan skolans tid och den egna tiden. Något som en del skolor numera lagt in i sitt schema.

Detta har också kommit fram i intervjuerna med några samtalsledare i Kalmar, som i sina reflektioner över lärarrollen ser det som viktigt att läraren på måndagsmorgonen kan ställa frågorna: Hur mår ni? Hur har ni haft det i helgen?

Ledan motsatsen till engagemang

Ledan har på olika sätt negligerats som riskfaktor för ohälsa. Ledans motsats är engagemang. Engagemang leder till goda processer, till aktivitet, kontakter, livfullhet. Trötthet kan vara som bortblåst när unga – och vuxna – tar tag i något de trivs med. Detta känner vi alla igen.

På landsbygden dricker man mer än i storstaden, vilket kan bero på att fritiden är mindre engagerande för tonåringen.

Upplevelse av leda kan säkerligen vara en bidragande orsak till att ungdomar t. ex börjar röka. På landsbygden dricker man mer än i storstaden, vilket kan bero på att fritiden är mindre engagerande för tonåringen. Det finns inte så många mötesplatser och då blir drickandet det som blir spännande. Men här behövs mer av kvalitativ forskning för att komma nära ungdomars inre upplevelser av mening och engagemang i tillvaron.

Två artonåriga kvinnor, Anki och Nina, beskriver nedan skillnaden mellan olika skolkulturer. Deras skola, där de trivdes så, har evakuerats ut i förorten under ett år. De kan därför mycket påtagligt beskriva hur det förändrade skolklimatet har påverkat dem och hur den ”underbara andan” försvunnit. När de t.ex. beskriver hur de på håltimmarna tidigare brukade sitta på några av områdets trevliga caféer ledde inte detta, som kanske många vuxna tror, till att fler rökte. Snarare var det säkerligen den leda de kände i den nya skolan som ledde till att tio ungdomar i klassen hade börjat röka. Det tror åtminstone dessa två unga kvinnor.

”Läraren ser det som en parantes i sitt liv, men för oss är det ingen parantes, säger Anki.¹³

För oss är det vårt sista år. De skall ju fortsätta och komma tillbaka till en fin skola, det är bara ett år för dom som de kan stryka ett streck över. Musiken, showen, samlingarna varje fredag som gav en sådan stämning, det är borta. Lärarna säger, ”det får bli lite så här detta året... det kan inte bli så mycket spex och så”. Då är det klart, att är dom inte mer engagerade, så kan vi ju inte heller bli det.

Hon beskriver skillnaden i skolklimat i termer av energi.

Förut kunde man få energi av att bara komma till skolan, det var som att gå iväg till en aktivitet, det fanns en atmosfär, en anda. Man kände sig stolt över sin skola. Nu är det så att har man energi när man kommer, tappar man den

helt i skolan. Förut tänkte jag, oh, vad skönt att gå på gymnasiet, det är så roligt... nu tänker jag, oh, bara jag kommer härifrån.

På vår tidigare skola var jag så harmonisk, vi hade t.ex. ett läsrum, dit jag ofta gick på håltimmarna och läste mina läxor om jag inte hade något att göra. Det finns ingenstans att ta vägen på den här nya skolan, om man vill sitta för sig själv. Vi hade också tidigare ett rum dit vi gick för att lyssna på musik, det kom jag på i tvåan, att vad trevligt det var att gå dit. Här finns inget sådant. När håltimmen kommer tänker man, oh, vad skall jag göra. Det finns inga caféer, förut kunde vi sitta på fik, diskutera, prata, ha gemenskap.

Förut när man kom hem var man pigg, nu är man trött.

Och Nina fyller i och talar om skolans ”förfall”. Nu röker tio stycken i klassen mot tidigare en.

”Det har blivit tuffare, hårdare, det är grövre ord. Förut kunde alla olika personligheter blomma, nu har det blivit mer grupper som sprider ut sig.

Ett intressant faktum är att många har börjat röka detta år, som inte tidigare har rökt. Vi var ju i stort sett en helt rökfri klass. Endast en rökte. Jag har t.ex. tidigare bara rökt på fester, men nu kan jag röka i skolan, för det finns inte så mycket annat att göra, tycker jag då. Det är ändå så tråkigt, att det gör inget, det blir ett nöje.

Det är lite sent med tanke på min ålder att börja röka, jag är väldigt medveten att jag gör det, det känns nästan lite larvigt, men jag skäms inte heller för det.

Alla säger att de har börjat röka för att det är så tråkigt på den här skolan. Vår andra skola var inte en rökande skola, helt enkelt. Man gjorde inte det!

Det är jättehemskt, jag hoppas att det inte är den här bilden man kommer att ha med sig när man slutar.

Skolan är inte längre den stödjande miljö den tidigare varit för dem. I exemplet ovan hade både föräldrar och elever engagerat sig, för att förhindra en total utflyttning. När väl flytten till slut var ett faktum, fanns kanske inte så mycket krafter kvar för att eleverna skulle kunna engagera sig att försöka göra något åt den nya skolmiljön.

Att få elever att sluta röka i denna situation kräver därför mer djuplodande insatser, som rör hela deras skolsituation och inte endast ”symptomet” rökningen.

Barnkultur möter skolkultur

I materialet ”Elever som medforskare” sätter man barnets uppfattning av leda i relation till barns uppfattning om tiden. Barnets ”cirkulära” tid möter skolans ”linjära” tid.

Jan-Roar Bjørkvold, författare till boken ”Den musiska människan”, tar på samma sätt fram två motsatspar. Han jämför ”barnkultur” med ”skolkultur” och ser en nedbrytande kulturkollision mellan en musisk barnkultur och en icke musisk skolkultur – ”det institutionaliserade barndomsbrottet”.¹⁴

Dessa tankar kan jämföras med det motsatspar som finns mellan synen på ”att förebygga sjukdom” och att ”främja och stärka hälsan” och som utvecklas närmare i avsnittet om ”Teorier och begrepp i hälsoarbetet”. Det förebyggande perspektivet som ant-området har dominerats av har präglats av ett mer hierarkiskt naturvetenskapligt synsätt. Det är mera linjärt än cirkulärt, har mer av olust än lust i fokus, handlar mera om att styra och kontrollera än att ha tillit och tilltro. Frågorna har formulerats av de vuxna uppifrån, snarare än av ungdomarna själva.

Barnkultur

muntlig
vara i
helhet
fysisk närhet
jag kan redan
musisk
spontanitet
carpe diem! Fånga dagen!
berusning, extas
innerlighet
djärvhet
fysisk rörlighet
kroppsglädje
egalitär
stojande
känslig
jag rör mig – och lär
osv.

Skolkultur

boklig
läsa om
ämnesspecialisering
fysisk distans
du kan inte än
logisk
planmässighet
vänta tills du blir stor
nykterhet
distans
försiktighet
fysisk stillhet
gymnastikövningar
hierarkisk
tyst
intellektuell
sitt stilla!
osv.

Nedan får Marie, 23 år, boende i en stad i Norrland, illustrera det ständiga dilemmat mellan barnkultur och skolkultur. Hon ville i skolan lära sig för nuet – ej för framtiden.

När jag gick i skolan fick man alltid höra att man skulle lära sig för framtiden. I lågstadiet var det att det och det måste du lära dig för att klara mellanstadiet. Och i mellanstadiet fick jag höra att det och det måste jag lära mig för att klara högstadiet. Så pågick det. Hela tiden. Det var alltid en förberedelse för framtiden, aldrig att man skulle lära sig för nuet.

Skolan passade inte Marie – så uttrycker hon det själv. Hon gick ut gymnasieskolan. Och att hon överlevde beror på att hon spelade så mycket teater. När hon sedan började Komvux upplevde hon skolkulturen lika frustrerande.

En dag på Komvux ställde jag mig upp och sa.
 ”Kan vi inte sjunga här? Varför kan vi inte sjunga
 något tillsammans?”
 ”Nej”, sa läraren, ”sant gör vi inte här!”

Förmågan att begeistra

Livskrafter möter skoltänkande. Dragningen till det musiska som finns hos barnet möts av starka och styrande motkrafter. ”Många barn har flugit högt och vilt i sin tidigaste barndom och ständigt bytt skepnad – från snöräta rönnar till blänkande fågel”, skriver Jan-Roar Bjørkvold.¹⁴ Efter bara några år i skolan kan barn sluta flyga. Vi kan bli musiskt utvecklingshämjade. Men ingen skola blir musisk utan musiska lärare – lärare bör tränas och utvecklas som musiska människor, så mycket som möjligt. Han talar bl. a. om förmågan att begeistra.

Spontanitet, fabuleringsförmåga, musisk energi, ögonblicksimprovisationer på fjärilsvingar; lekfullhet; klokhet och värme; ämneskompetens och naiv nyfikenhet; förtroendeskapande och förtroendeingivande; begeistring och förmåga att begeistra – allt detta borde vi kunna önska oss mera av för att stärka och utveckla skolans musiska intelligens, hos läraren i klassrummet.

Ordet ”geist” nämner också den danska hälsofrämjande skolan. Geist och livsglädje tillhör de element som bidrar till att öka elevernas handlingskompetens.¹⁵

Kamraterna och fria ämnen – en dragningskraft

Kamraterna betyder mycket, det är en del av dragningskraften till skolan. I en uppföljning av det individuella programmet visar det sig att ett par elever som bestämt sig att inte fortsätta, ändå är i skolan, även om de inte går på några lektioner. Där är platsen där man kan träffas, prata och vara med en grupp.

Bengt Erik Andersson, professor vid Lärarhögskolan i Stockholm, har följt ca 1 200 elever i årskurserna 7 och 9 i grundskolan och årskurs 2 i gymnasiet under en treårsperiod. Vore det inte för kamraterna skulle 40 procent av ungdomarna inte stå ut. Men här finns också exempel på hur viktigt de fria estetiska ämnena är. Hälften av eleverna vill arbeta mer med sina händer och en fjärdedel menar att de områden de är bra på inte räknas i skolan.

De praktiskt-estetiska ämnena – slöjd, idrott, musik och bild – hamnar i topp tillsammans med ett teoretiskt ämne – engelska. Att engelskan hamnar så högt beror sannolikt på att eleverna ser den omedelbara nyttan av att läsa detta ämne. Engelskan är helt nödvändig i musikvärlden, i datorvärlden och på resa i andra länder.¹⁶

Att bli motiverad

Vardagskunskaper och skolans kunskaper – hur set det mötet ut? I boken ”Livlina till livslångt lärande” tar Torsten Madsén upp en rad faktorer som är viktiga för att ungdomar ska må bra i

skolan.¹⁷ Han utgår från uppföljningsansvaret, det som idag är det individuella programmet. Att särskilt syna hur skolan skall stödja barn med skoltrötthet och svårigheter, innebär också att man lyfter fram en skola där alla kan må bra, även de som är mer utsatta.

Om det inte blir ett möte mellan vardagskunskaper och skolkunskaper uppstår ett teori-förakt. Så har ofta skett vid undervisning i olika hälsoämnen. Kunskaperna och arbetssättet är inte relaterade till elevens egen verklighet, utan sker på de vuxnas premisser. Därför blir heller inte undervisningen trovärdig, den unge slår ifrån sig – ”det här gäller inte mig”.

Madsén säger: ”Rent allmänt kan man dock konstatera att man måste eftersträva en undervisning i vilken eleverna kan känna igen sina erfarenheter i skolarbetet. Det gäller också att visa dem att skolämnena är tankeredskap, som gör tillvaron mera begriplig och påverkbar. Kan man uppnå en sådan förståelse har man också i huvudsak löst motivationsproblemet”.

Att det blir meningsfullt

Om barn och ungdomar får uppleva att skolkunskaperna hjälper dem att strukturera vardagsserfarenheterna och förklara olika fenomen de kommit i kontakt med, blir också inläringen meningsfull. Om skolkunskaperna däremot verkar vara något som bara är till för skolans och lärarnas skull, utvecklar eleverna lätt en allmänt avvisande inställning till studier. I stället för att ”lära för livet” blir det att man ”lärt för skolan”.

Har man svårt att se något samband mellan skolkunskaperna och sin egen vardag blir det också svårare att lära in och minnas. När jag inte förstår vad det hela går ut på, påverkar det också min uppfattning om mig själv inom det område som undervisningen handlar om. De elever som i skolan inte förstår eller har svårt att leva upp till skolans krav, utvecklar lätt en negativ självbild av sig själv som elev. Helt naturligt försöker man sedan att undvika sådana situationer, i vilka man tidigare upplevt sig själv som misslyckad.

För många elever kan det traditionella sättet att lära in bli vattentäta skott mellan deras vardagskunskaper och skolkunskaper. Det måste finnas ett samband mellan praktik och teori – annars hamnar teorierna eller faktakunskaperna i luften.

Elevinflytande

Elevinflytande är en del av den nya läroplanen och som också bör genomsyra hela hälsoundervisningen. Elevinflytande innebär inte valet mellan blå eller röda gardiner, eller vitt och blått i korridoren. Snarare hur jag som elev kan vara med och påverka skolarbetet och mitt lärande. Att jag är medveten om var jag skall uppnå fram till jul och att jag måste ta ansvar för att nå dit.

Gunilla Zackari som varit projektansvarig för Skolverkets arbete med elevinflytande säger att elevinflytande är mer komplicerat än det vid första stunden kan låta. Det handlar framför allt om att fostra eleverna till demokratiska personer. Det finns två aspekter på elevinflytande: fostran och kunskap. Kunskap innebär inflytande över det egna lärandet och fostran innebär medborgarfostran. Det är dubbla sidor. Genom det förhållningssätt man har i skolan kan man lära sig demokrati, att helt enkelt bli en demokratisk människa, menar Gunilla Zackari.¹⁸

Alltför mycket fokus på det individuella lärandet kan göra att du inte diskuterar. Att du inte går in i ett samspel med andra och fostras till att förhålla dig på

ett demokratiskt sätt. Det innebär att kunnandet i gruppen måste artikuleras, att åsikter bollas mellan varandra och att man därigenom också lär sig samarbete. Barn behöver också tid, och de behöver olika tid. Elevinflytande innebär att kunna lyssna, att ta sig tid att lyssna, att skapa vettiga spelregler, att få tala till punkt, att inte bli avbruten etc.

Nedan följer ett exempel på elevinflytande, som säkerligen de allra flesta elever skulle vilja ha. Att vara med och bestämma vilka lärare som ska anställas.

Tommy Fabricius är rektor vid Äppelvikens skola, ett medel- och övre medelklassområde i Bromma, Stockholm. Det är enligt hans mening en rätt vanlig traditionell högstadieskola, där utvecklingen med elevinflytande inte kommit så långt. Speciellt inte i planeringen av elevernas egen undervisning. Vad är då elevinflytande, enligt Tommy Fabricius:

Det är att kunna påverka saker som är väsentliga för en själv. Inte bara får bestämma om det är betydelsefullt eller inte. Elevrådet är idag ganska ointresserad av att rösta fram om en vägg skall vara blå eller grön. Man vill kunna påverka sin situation.

Jag gick runt i klasserna och ställde frågan: Vad är det för frågor som känns angelägna för er att vara med och bestämma i? Ja, sa dom, det är naturligtvis att få vara med och bestämma om vilka lärare vi vill ha.

Ja, det kan jag förstå, tyckte jag. Det skulle jag gärna vilja påverka, vilka jag skall samarbeta med. Jag berättade då, att jag om en månad kommer att träffa 10-15 personer som söker tjänst och ”då är det intressant att veta om ni vill träffa dem och ha synpunkter. Ni har vissa frågor och dom kan ha vissa frågor att ställa till er, om mig som rektor, om skolan, det kan vara intressant för dom”. Det tyckte dom var viktigt. De ville vara med!

Jag bad dem att välja ett par från varje årskurs.

Det blev väldigt lyckat. De sökande tyckte det var kul att träffa eleverna och få en bild av skolan från dem. Sedan hade vi en väldigt bra diskussion med eleverna. Vi hade sagt, att innan vi har en gemensam diskussion, så skriver ni på en lapp vad ni har för synpunkter och så gör vi i personalgruppen samma sak och sedan diskuterar vi.

Så visade det sig att vi hade samma uppfattning. Eleverna var nyanserade, de uttryckte ”å ena och å andra sidan”, de var kolossalt uppmärksamma. Det var ett påtagligt tillfälle att använda sig av deras resurser.

Sedan har de tittat in till mig och sagt att ”det funkar ju bra”...Jag kommer tillämpa den här principen i fortsättningen.

Att bli sedd !

Betydelsen av att bli sedd återkommer som en slutsats från det mesta av pedagogisk forskning.

Det är ett grundläggande mänskligt behov. Och ju mindre man blivit sedd hemma, desto viktigare blir skolans seende. Detta blir även tydligt i en utvärdering som gjorts av det individuella programmet.¹⁹ Som en del av elevinflytande finns den viktiga ”återkopplingen”, att jag får feedback på det jag gjort. Att jag bekräftas, får stöd att gå vidare, får känslan av att ”jag kan”.

Utvärderingen av IV-programmet visar att eleverna tycker att lärarna är mycket engagerade i sina elever och att de lyckas med den sociala relationen. Lärarna visar också själva att de sätter den sociala relationen högt och framhåller att utan den kan ingen inläring ske. Att de också är engagerade i sina ämnen framkommer på flera sätt. Eleverna uttrycker att de inte sedan lågstadietiden upplevt en så god relation till lärare som på IV. Lärarna verkar befinna sig i en ständig dialog med eleverna och är påtagligt närvarande i relationen till dem.

Utvärderingen visar att lärarna till IV-programmet handplockas. Det är lärarerfarenhet och tidigare pedagogisk förmåga som är urvalsgrund. Det gemensamma för flertalet av de intervjuade lärarna är att de ger uttryck för en pedagogisk medvetenhet. ”Flera lärare karakteriserar sin undervisning i termer av lyhördhet, improvisation, positiv förstärkning, uppmuntran och trygghet. De visar en vilja att skapa intresse för studier genom att pröva alternativa arbetsätt”, skriver man i rapporten. Utvärderingen visar också att enbart engagemang och entusiasm inte räcker till om den pedagogiska förmågan saknas.

Vissa av eleverna kan vara intensiva i sitt kontaktsökande och sitt krav på uppmärksamhet. Det finns ett sug efter vuxenkontakt hos eleverna.

Under året har de lärt sig att ta ansvar för sin studier: ”Det är jag som måste ta ansvar för mina studier. Det är jag som måste lära mig. Det kan ingen annan göra åt mig”.

En vuxen fokuserar på något gott i mej!

En dag frågade en lärare jag hade på gymnasiet om jag ville prata med honom på frukostrasten! Det var något han ville prata med mej om, sa han. Vad hade jag gjort? Vad ville han mej? Han ville prata med mig, sa han.

Vi gick i en park en bit från skolan och samtalade. Min svensklärare på gymnasiet och jag. 45 minuter, vi två, bara han och jag. Han pratade mest. Det enda jag nu efteråt kan återskapa av mötet är hans kläder, gången, vädret (det var sol) och själva grundinnehållet, känslan i vad han sa. Du har någonting, Pollak, sa han.

I det starka skolljuset i den parken har jag sen dess gått många gånger med honom. Du har nånting, Pollak, sa han.

Han klandrade inte, anmärkte inte, anklagade inte, kritiserade inte. Betygsatte inte, fördömde inte, skuldlade inte...Pollak, sa han. Jag har nånting. Han hade kanske rätt. Vilken känsla. Jag har kanske nånting.

Jag kan se hans ansikte. Det är öppet leende. Varmt. Han får mig att pröva en ny tanke. Jag är ett bidrag på den här jorden. Själva jag är en möjlighet. Du har nånting, Pollak, sa han. En vuxen fokuserar på något gott i mej.

*Kaj Pollak, filmare, författare, i boken
”Barn tänker – men inte som vuxna”.²⁰*

Jag var ju sämst i plugget, jag kunde knappast läsa eller skriva. Och så hade jag en flitig tjej bredvid mig som skrev och skrev och skrev. Jag bara satt och försökte få till några bokstäver. Alltid låg jag efter.

Först hade jag en klen manlig småskollärare som hette Einar och som man stod i givakt för och kompisen bredvid pissade på sig för att han var så rädd. Sen fick jag en kvinnlig lärarinna som bara var elak och hade favoriter, och favoriterna var alltid små flickor. Sedan hade jag en vikarie som klassen stödde ständigt för och sedan...

Då fick jag en ny lärare och då lossnade det för mig när jag gick om fyran. Hennes syrra hade dött i en tågolycka mellan Härnösand och Sundsvall och då hade hon sådana där gråtattacker på lektionerna. Och då tyckte jag synd om henne. Sen märkte jag att hon såg mig...vi fick kontakt med varandra. Det var den första lärare som såg mig och som tyckte jag var bra. Och det gav mig självkänsla. Hon tyckte om mig, fast jag var försagd och blyg. När jag inte ständigt blev betygsatt, när hon började bry sig om mig...då vände det för mig. Då började jag läsa böcker...Hon följde mig sedan genom plugget, långt efter studenten.

Erik Centerwall, numera skribent och författare

Om känslolivets betydelse för lärandet

Alltmer talar man om känslornas betydelse för lärandet. Skolklimatet, trivseln, relationerna mellan läraren och eleven.

Skolan har stor betydelse som grogrund för barns och ungdomars utvecklande av god social kompetens. Skolans sociala miljö blir en förebild för samhället och de livsmönster man där lär sig. Det är ett bagage som den unge sedan bär med sig ut i vuxenlivet.

Vad kännetecknar då en god social miljö eller ett gott skolklimat, som man brukar benämna det? Forskaren Sonja Hägglund uttrycker det på följande sätt: ”Med ett gott klimat menas en öppen och rak kommunikation, där var och en vågar framföra sina åsikter och behov. Samtliga respekteras och det finns en stor tolerans för olikåttänkande och de som ser annorlunda ut. Symptomen med ett dåligt socialt klimat kan t.ex. vara frånvaro, bristande engagemang och stress.”²¹

Skolforskningen talar också om skolans ”ethos”, anda, dvs. själva tonen, stämningen, atmosfären eller ”det som ligger i luften”. Att utveckla en god ”anda” tillhör de utmaningar som varje arbetsplats säkert kämpar med. För att återgå och referera till dansken Jesper Juul, som citerades i föregående avsnitt, för han ett resonemang om andan – i familjen. Detta resonemang kan också appliceras på en arbetsplats, som skolan.

Vad han klagör är att ansvaret för stämningen ligger på de vuxna. Denna stämning kan inte delegeras ut eller delas på demokratiskt vis. Det betyder inte att barnen inte påverkar processen. De påverkar den med alla sina livserfarenheter, sina behov av att samarbeta men också att vara åskledare för de vuxnas inneboende konflikter. Men barn kan inte göras ansvariga för samspelets kvalitet, skriver Jesper Juul. ”I familjer där föräldrarna av olika skäl inte klarar av detta ansvar och där det därför slutar med att barnen ’bestämmer’ blir resultatet alltid des-

truktivt. Arbetsuppgifter, plikter och praktiska ansvarsområden kan delegeras till barn och ungdomar, men det är de vuxna som har det fulla ansvaret för familjens trivsel.” Detta blir också tydligt i de fem skolor, som berättas om i nästa avsnitt, där framför allt de fem rektorerna har tagit på sig detta ansvar – men där eleverna har mycket medinflytande. Det viktiga är att ta barnens önsknings och behov på allvar.

Den ”personliga” relationen

De olika hälsoområdena tobak, alkohol, narkotika är i grunden laddade med olika känslor (även om det i innehåll och arbetssätt inte alltid har synliggjorts) och därför citeras här pedagogen Carl Rogers. Rogers vill att elever och lärare skall erkänna att känslor är självklara i inläringen – dvs. betydelsefull, existentiell inläring, en inläring som utvecklar personligheten såväl som intellektet.

Carl Rogers skrev sin bok ”Freedom to learn” redan 1969. Han har beskrivit mänsklig inläring utifrån sin egen erfarenhet av arbete med människor som psykoterapeut och universitetslärare. Han har kommit att tro att betydelsefull inläring är möjlig endast när individen har tilltro till sin inlärningsförmåga och känner att inläringen kommer att bli personligt lösnande och betydelsefull. Det egna uttryckets frihet och lärarens oreserverade uppskattning av eleven är grundbultarna i Rogers syn på undervisningen. Roger vill att kunskapen skall vara underställd processen att lära sig lära, eftersom dagens nya idéer är morgondagens gamla information.²²

Även Rogers talar om den personliga relationen mellan läraren och den lärande. Något som också belyses i forskning som ett av ”framgångsrecepten” med en bra skola:

Befria nyfikenheten; tillåta individerna att dra iväg i nya inriktningar styrda av sina egna intressen; att släppa loss en känsla för frågandet, att öppna allt för ifrågasättande och utforskande; att erkänna att allt är i förändring.../Och/vi vet...att införandet av en sådan inläring inte bygger på lärarens undervisningsfärdigheter...inte på hans föreläsningar och lektioner, inte på ett överflöd av böcker, även om de var för sig någon gång kan användas som en betydande tillgång. Nej, underlättandet av en betydelsefull inläring bygger på vissa förhållningsmässiga egenskaper i den personliga relationen mellan läraren och den lärande.²³

I en C-betygsuppsats har en fallstudie genomförts med syftet att närmare studera hälsoarbetet i en gymnasieskola. Lärarna har i intervjuer sammanfattat hur de stärker elevernas hälsa. Följande punkter framkom: ²⁴

- Ser eleverna och ge uppmärksamhet
- Visar förtroende för eleverna
- Visar att man tycker om eleverna
- Lyssnar på eleverna
- Ger eleverna en framtidstro

- Ställer krav och ger fasta spelregler
- Får eleverna att uppleva skolan positivt och meningsfullt
- Är tillgänglig för eleverna utanför undervisningstillfället

”Med henne la vi en grund, vi blev en fantastisk klass... intressant är att se att ingen av oss började röka, ingen snusade eller drack alkohol före nian – och det är ovanligt i vår norrlandsbygd.” Det säger Marie som fortsätter:

Den lärare som betytt mest för oss alla i vår klass var en lärare, som vi fick som vikarie. När hon var 23 år och utbildad. Nu är hon utbildad och jag har kontakt med henne än idag.

Det var den enda lärare under min skoltid som gjorde något extra. Jag tror det är hon som gett mig det här att jag vågar vara en känslomänniska. Hela tiden har jag stått för vad som är jag. Att t.ex. få visa sig svag och gråta. Man vågade visa det i klassen, för hon gav så mycket av sig själv. Hon grät, hon kramades och hon var otroligt öppen med oss. Hon åkte och tittade på våra fotbollsmatcher, hon kom och tittade på teatern, hon körde flera mil för hon bodde rätt långt från skolan. Hon var med på våra klassfester. Hon var en väldigt varm människa.

Hon grät alltid när hon läste Bröderna Lejonhjärta. Så fort någon gjort något extra bra eller om någon var extra snäll, så fick hon tårar i ögonen... Att hon kunde visa det så öppet betydde jättemycket för oss. Vi var 24 stycken i klassen. Och det var många av lärarna som sa på högstadiet att det har liksom inte funnits någon sådan klass. Vi var en sådan klass som vikarierna ringde och frågade om de kunde få ha. Jag tror det berodde på att vi var så samspelade och att vi hade en otrolig grund att stå på och som vi fått av henne. Och jag tackar henne för det.

Det är också intressant att se att ingen av oss började röka, ingen snusade ända fram till nian. Vi började festa på alkohol vid julen i nian och det är väldigt ovanligt – i alla fall i vår norrlandsbygd.

Framgångsrika skolor

Mikael Rutter genomförde på 70-talet ett tiotal skolstudier i en rad grundskolor i London. I resultaten talar han bl. a. om skolans ”ethos”, anda, som speciellt värdefullt.²⁵ Trots att skolorna inte skiljde sig åt socialt eller ekonomiskt framstod vissa skolor som bättre än andra. Enligt Rutter präglades de framgångsrika skolorna av:

1. Aktivt ledarskap av rektor eller studierektor
2. Arbete med eleverna som var välstrukturerat
3. Arbetscentrerad miljö
4. Begränsat fokus under varje undervisningspass (då arbetade man inte så mycket med tematiserade pass, som görs i dagens skola i Sverige)
5. Engagemang från föräldrar
6. Engagerade lärare
7. Intellektuellt utmanande undervisning
8. Maximal kommunikation mellan lärare och elever

9. Noggranna noteringar om varje elev
10. Positivt klimat
11. Samstämmighet lärare emellan

Elever och lärare behöver gemensamt ha format normer och värderingar för skolan som organisation. I skolor med liten delaktighet för elever hade man stora problem hos eleverna, både vad gällde skolprestationer och beteende.

Mycket av detta stämmer således än idag. Enligt skolforskaren Lennart Grossin kan en skola med goda relationer överbygga klasskillnaderna. Det är en skola där eleverna trivs och där det finns ett tydligt ledarskap och klara normer. Det är något som samtliga rektorer kan instämma i och som kommer till tals i nästa kapitel "Bilder från fem skolor".

Lennart Grossin har under en lång tid studerat framgångsrika skolor och pekar liksom Rutter på en del framgångsrika faktorer. Han lyfter bl. a. fram betydelsen av att ha tilltro till eleverna, att det är läroaktiga och att man har förväntningar på dem.

Det gamla betygsystemet – att 15-20 procent av eleverna skulle vara underkända – ledde till ett synsätt där elever inte är läroaktiga. "Man har haft mycket lågt ställda förväntningar på dem och vi lever fortfarande i sviterna efter det", säger Lennart Grossin.

Rektorernas inställning är också fundamental. Det leder till att lärarna tror på det de gör och detta smittar i sin tur av sig till eleverna. Framgångsrika skolor kännetecknas av att lärarna känner sig delaktiga i att utforma målen. Delaktigheten gäller också eleverna som bör ha inflytande och delta i planeringen av undervisningen.

Skolan bör, enligt Grossin, ge möjlighet till personliga möten. Undervisningen måste baseras på en stark personlig relation mellan lärare och elev och mellan lärare och klass. Det måste finnas respekt och ömsesidigt förtroende. Något som också den tidigare citerade Carl Rogers framför.

Skoldagen bör heller inte bli för splittrad, utan koncentreras till endast ett par teman under dagen. Och så till sist, framhåller Lennart Grossin, elever behöver också bli sedda.²⁶

Tid för reflektion

Det finns en rad utvärderade utvecklingsprojekt, där man försökt få fram vilka har lyckats och varför de har lyckats resp misslyckats.

En allmän reflektion när man ser till dessa studier är att det tar tid att utveckla en skola. Tiden måste vara ens vän. Det behövs också fortbildning och det kan behövas pengar att söka. Även material har varit viktigt. Om man använder minst tre av de här sakerna lyckas man bättre än om man bara använder en.

Den norske skolforskaren Erling Lars Dale har studerat skolledarnas och lärarnas roll och talar om tre nivåer i lärarnas arbete som är viktiga för att utveckla skolan. Så här sammanfattar Jörgen Svedbom, Högskolan för lärarutbildning och kommunikation i Jönköping, de tre nivåerna.

Just ordet reflektion har jag mött hos skolledare som vill utveckla pedagogiken på sin skola. Som lärare ställs man varje lektion inför en mängd valsitu-

ationer. Skall jag säga till killen som gungar på stolen? Skall jag kräva redovisning nu eller senare? Man reflekterar och fattar beslut nästan samtidigt. Det kännetecknar den första reflektionsnivån.

Den andra nivån används vid planering, efterarbete och utvärdering. Hur skall jag organisera arbetet? Vilka exempel skall jag använda? Och hur blev det efteråt? Det är reflektion före och efter. Men man gör ofta detta i sin ensamhet.

Den tredje nivån innebär att man har en forskande attityd till sin egen undervisning. Hur gör jag när jag undervisar? Att försöka få syn på det. Varför gör jag som jag gör? Vad finns det för vetenskapliga studier om detta? Vad har de kommit fram till? Vad finns det för andra sätt att förhålla sig och vilka är de vetenskapliga grunderna för det? Kan jag eventuellt pröva något av dessa arbetsätt? Och hur skall jag anpassa det till mitt sätt att jobba? Det är en reflektion över sin egen undervisning och den måste ofta göras tillsammans med andra för att bli meningsfull.

Den tredje nivån är inte så vanlig, menar Jörgen Svedbom. I de flesta fall lägger lärarna minst tid på denna nivå. Man undervisar, planerar och arbetar, ofta ensam. Men där skolutveckling sker – där lägger man också tid på den tredje nivån.

Bilder från fem skolor

DET HÄR KAPITLET LYFTER FRAM NÅGRA röster från rektorer och lärare vid fem skolor, som har valts ut för att de fungerar bra. De ger sin syn på hur skolan kan engagera och ge lust till lärande. De berättar om elevinflytande och ansvar, om samarbete med föräldrar och om ledarskap.

Denna kunskap är en bas att utgå från när undervisningen om tobak, alkohol, narkotika diskuteras i nästa kapitel. Alla som ”knackar dörr” på skolan och vill in och ”informera” känner inte alltid till skolans pedagogiska utvecklingsarbete.

Skolan – ett hett debattämne

”Brist på intresse för skolans innehåll”
”Återerövra skoldisciplinen”
”Larmet går i skolan”

”Kommunerna försummar skolans ledning”
”Monroe-doktrinen kan vända skolan”
”Bedöm lärare och skolledare”

Skolan har livligt debatterats i media. Det har varit artiklar om skolor som inte klarat av de olika problem som uppstår i vardagen. Det har skrivits om mobbning och våld i skolan, liksom ”allmänna skolproblem”. Insändare har lyft fram ledarskapets betydelse, andra har utgjutit sig över skolan och krävt ”krafttag” och ”mer disciplin”.

Rektorn från Harlem, Lorraine Monroe, har bl.a. lyfts fram som den goda förebilden. Hon har lyckats vända en nergående skola i Harlem till att bli ett föredöme för hela USA och även internationellt.¹

I januari 1999 kom Skolverket med sin rapport om ledningsfunktionen i skolan där det bl.a. skrivs ”att rektor inte ges tillräckligt goda förutsättningar för att genomföra uppdraget i en mål- och resultatstyrd skola och för att leda det pedagogiska arbetet”. Det behövs enligt

rapporten ett bättre samspel mellan rektorn och den överordnade kommunala ledningsfunktionen men också mellan rektorn och skolans personal. Endast två av de besökta skolorna hade rektorer som arbetade med en tydlig och klar vision för sin skola.²

Bilden är således mycket sammansatt. Man kan idag hitta skolor i landet som i likhet med skolan i Harlem är framgångsrika skolor med pedagogiska framgångar, där problemen med barnen är ringa, där lite mobbning förekommer, där varken rökning eller missbruk av alkohol och narkotika är problem, trots att skolorna enligt samhällets bedömning, ligger i så kallade ”problemområden”. Sedan finns det skolor där lärarkollegiet är splittrat, där ledarskapet är mindre visionärt, där det förekommer mobbning och allehanda problem. Sådana olikheter kan finnas även inom samma kommun.

I det här kapitlet skall vi emellertid bygga på positiva bilder genom att lyfta fram fem skolor där en ständig utveckling pågår. Sådana bilder bär förhoppningsvis mer framåt än problembilder.

Fem grundskolor

Samtliga besökta skolor är (0)1-9-skolor, varav en 6-9 (Kiörningskolan). ”Bilderna” har således begränsats till grundskolan. Skolorna har valts på grund av att de idag fungerar bra. Syftet med att lyfta fram dessa skolor i det här referensmaterialet är att ge ökad förståelse för hur skolan kan skapa hälsa – utan att tala om hälsa. Genom sitt sätt att arbeta kan skolan ge barn och ungdomar trygghet, sammanhang, framtidstro men också tron på sig själva. Därmed kan skolan med all säkerhet bli ett skyddsnet för de barn som lever mer utsatt och därför lättare kan hamna t.ex. i missbruk. Här följer en presentation av de fem skolorna:

Fulriggaren Malevik ligger utanför Kungsbacka. Det är en F (förskola)-9-skola med 450 elever, som ligger i ett medelklassområde med mestadels villabebyggelse. Skolan är lite av ”skolan mitt i byn”. Skolan som ligger i Malevik har en speciell karaktär genom sin prägel av skepp och sina skeppsnamn på salar. Skolan är bl.a. dekorerad av en konstnär, som dessutom är en av föräldrarna i skolan. På skolgården finns ett skepp, fullriggaren Malevik.

Intervjuad: rektor Agnetha Ardfeldt samt NO-läraren Robert Johansson.

Edboskolan, finns i Trångsund, i Huddinge Kommun. Det är en 1-9 med 610 elever. Trångsund är en förort söder om Stockholm med både hyreslägenheter och villabebyggelse. Skolan är relativt nybyggd, den har ljus arkitektur med många fönster och belägen nära ett skogsområde.

Intervjuad: rektor Inger Bengtsson

(är numera anställd som skolområdeschef i Huddinge Kommun)

Bredbyskolan ligger i Rinkeby, nordväst om Stockholm. En skola från 1-9 med 400 elever. Den var tidigare än 1-6-skola. Den är lågt byggd, med ljusa färger, en skola mitt i bostadsområdet, där man även utvecklat den fysiska miljön, bl.a. är matsalen ny. Även den tidigare asfaltgården håller numera på att bli grön. Många av eleverna har föräldrar med bakgrund från andra länder.

Intervjuad: rektor Tom Hagman.

Hjulsta Skolor, finns i Hjulsta, nordväst om Stockholm. Namnet står för två skolor, Hyllingskolan och Hjulstaskolan, med samma rektor. Hjulsta Skolor är en 1-9 skola med 700 elever, ca 90 procent med utländsk bakgrund. Skolorna har samma skolgård och ligger på en höjd ovanför Hjulsta tunnelbanestation. De har kretslopp, djurskötsel, odlingar och är även profilerade med musik och dans.

Intervjuad: rektor Elisabeth Sörhuus.

Kiörningskolan, ligger i Härnösand, en äldre byggnad med stora fönster, högt belägen med vy över landskapet. Skolan har 250 elever. Sedan hösten -97 är det en 6-9-skola. Skolan har ett stort upptagningsområde med en blandning av elever från olika delar av Härnösand med omgivningar.

Intervjuad: lärarna Sverker Lindwall och Eva Jacobsson

(E. Jacobsson numera anställd i Karlskrona). Rektor var sjuk vid intervjutillfället.

Lust till lärande

Eleverna bör veta varför de behöver kunskaperna och dessa bör relateras till deras egna erfarenheter. Det förmedlar dessa fem skolor. Eleverna bör själva vara aktiva i sitt eget lärandet och inte passiva mottagare av kunskaper. Detta kan ge ökad lust till lärande och mer av engagemang i skolarbetet.

Inger Bengtsson, f.d. rektor i Edboskolan, talar om att det måste vara roligt att gå i skolan, ”man skall få njuta av att gå i skolan” men också möta nya utmaningar.

Ett ökad engagemang för skolan är knutet till att eleverna får ökat inflytande och ansvar. Det ansvaret måste öka, ju äldre man blir.

Agnetha Ardfeldt, rektor på Fullriggaren Malevik började bygga upp ett nytt arbetssätt när hon hade vidareutbildat sig i didaktik. Plötsligt fick hon en ny ”kick”, när hon såg att eleverna blev motiverade och när de plötsligt blev självgående utifrån sin egen motivation. Det var en helt ny upptäckt.

Barnen känner plötsligt att ”jag duger”, att jag går vidare utifrån ”vad jag kan”. Det blev en helt annan spontanitet, nyfikenhet och glädje. Jag kunde testa alla teoretiska tankar i det jag hade studerat. Därför vet jag att det bär. Och jag kan förklara det för föräldrar, för jag har själv arbetat med det.

Agnetha Ardfeldt anser att didaktiken ligger till grund för allt det skolan gör. Det handlar om synen på lärandet. Det finns tre frågor att ställa när det gäller lärandet – varför, vad och hur.

Det skall vara roligt att lära sig och det skall vara en motor som driver dig, en motivation.

Man måste veta varför man behöver en ny kunskap. När man fått upp svaret på den frågan då har man också en motivation för att gå vidare.

Att inte bli knäckt – av skolan

Det som står överst på Malevikskolans mål – det är glädjen. Utan den blir lärandet svårt. Utan glädjen trivs inte heller personalen. ”Det måste vara kul att gå till arbetet”. Kanske är detta en vik-

Det måste vara kul att gå till arbetet!

tig grundbult för upplevelsen av hälsa. ”Det spelar ingen roll om man är barn eller vuxen. Om du inte känner fullständig total glädje med det du gör, så har du ett hinder redan där”, säger Agnetha Ardfeldt.

Elisabeth Sörhuus, rektor i Hjulsta Skolor talar om betydelsen av ett bra skolklimate och att eleverna bör lämna skolan stärkta, inte knäckta. Skolan i ett område som Hjulsta måste vara extra bra, eftersom alla barn inte har stöd hemifrån, menar Elisabeth Sörhuus.

Om man talar om förebyggande arbete så tycker jag att stämningen i skolan är grundläggande. Vi vill skapa en god skola. Framför allt vill vi stärka elevernas självförtroende. De skall lämna skolan stärkta och inte knäckta.

Det är viktigt att eleverna blir sedda, det finns ett grundläggande behov att bli sedd och bekräftad. I vår skola har 90 procent av eleverna utländsk bakgrund, det är också en hög omsättning bland eleverna, ca 25 till 30 procent. Det finns mycket att ta hänsyn till. Alla har t.ex. inte tillgång till det svenska språket.

Skolan måste här vara extra bra, skapa extra stora möjligheter eftersom flera av ungdomarna inte alltid har stöd eller stimulans hemifrån när det gäller att orientera sig i det svenska samhället.

Hos lärarna finns positiva förväntningar på barnen. ”Om barnen känner att vi vill dem väl, anstränger de sig mera i skolarbetet”. Det blir, enligt Elisabeth Sörhuus, en uppåtgående spiral.

Lärarna bryr sig om dem långt utöver deras skoltid. De är här t.ex. på onsdagkvällen då vi har hjälp med läxläsning och hjälp före prov. De har ett starkt engagemang. Det är så många som har den grundläggande inställningen bland lärarna. Det gör det lätt att arbeta.

Vi anstränger oss och barnen känner det. Då anstränger de sig också. Vi vill att det skall gå bra för dem.

Bredbyskolan har en liknande situation som Hjulsta Skolor. Rektor Tom Hagman arbetar sedan sju år på skolan, som 1997 fick Stockholms stads kvalitetspris med följande motivering:

Bredbyskolan driver ett systematiskt och målmedvetet arbete för att skapa delaktighet, öppenhet och demokrati. Arbetsorganisationen är uppbyggd så att eleven sätts i centrum. Därigenom skapas förutsättningarna för den helhetssyn på eleven som präglar skolan. Skolans mål och visioner är förankrade i hela verksamheten, såväl hos rektor som hos medarbetare och elever. Medarbetarna är involverade i planeringsprocessen och all kompetensutveckling utgår från verksamhetens behov. Skolans hela verksamhet genomförs av ett tydligt samhällsengagemang. (Prissumma: 200 000 kronor)

Tom Hagman har denna vision framför sig när skolan arbetar med lärandet:

Varje elev skall få så mycket med sig, så att hon eller han fixar det jobb som hon eller han vill ha när de sedan skall ut i livet...Det innebär också att de måste kunna läsa av koderna i samhället – vad är det man skall kunna? Det innebär också att skolan ska ge eleven en stark självkänsla, en tro på sig själv. Detta genomsyrar allt arbete i skolan.

Tom Hagman talar om att fullt ut respektera de unga.

Det handlar inte om att som lärare säga – har du förstått? Utan snarare, har jag förklarat det här på ett bra sätt, eller ska jag utveckla mer? Att det är jag som är skulden till att förståelsen inte existerar.

Bredbyskolan försöker aktivt analysera vad som är språk respektive kunskapsutvecklande. Vad innebär det att ha traditionella lektioner där läraren är mest aktiv, eller lektioner med större elevaktivitet? Ska elevaktiviteten vara individuell eller gruppinriktad.

Är det ungarna eller de vuxna som skall prata? Är det 100 av frågorna som är frågor som jag speciellt som vuxen vet svaret på? Eller är det så att kanske 70 procent av frågorna finns det inget svar på, utan de bygger på erfarenheten?

Till lärandet hör också – att lära sig. Bredbyskolan ger starkt uttryck för följande budskap till eleverna: ”Jag vet att ni kan!”. Och med det följer också ett större ansvar. ”I Rinkeby kan lätt lärare utveckla en ’tycka-synd-om mentalitet’”, säger Tom Hagman. Det leder till att man inte ser elevens hela potential och ger det stöd som behövs.

Bredbyskolan har haft ett högt snittbetyg. De flesta i Bredbyskolan går vidare till gymnasium.

På det sättet är vi en utpräglad kunskapsskola. Vi sätter kunskaperna mycket högt, eftersom det är deras chans att komma vidare. Om Lorraine Monroe i Harlem har som vision att 90 procent av hennes elever skall fortsätta till college, så säger vi 100 procent.

I Bredbyskolan är utmaningen att skaffa sig goda kunskaper i svenska språket. Deras sätt att arbeta med svenska språket har gett genklang i pressen.³ Lärarna har alla en hög kompetens i svenska som andra språk (svenska 2). Det gäller även dem som undervisar i andra ämnen än svenska, som musik och idrott. Språkträning blir därmed en naturlig del av all undervisning. Filosofin, som utvecklats bl.a. av läraren Patrik Forshage, är att språket ska vara ett redskap för att lära sig andra saker, inte ett mål i sig. I stället för att först försöka lära eleverna var kommatecknen ska sitta har man börjat i andra änden. Eleverna får börja med att försöka uttrycka ett komplext innehåll. Då lägger man all kraft på det och kan inte ägna sig åt riktiga formuleringar. Börjar man i stället med det korrekta språket vågar man inte ens försöka uttrycka svåra tankar.

Ahmed Mohamed är f.d. elev på Bredbyskolan. Han var för fyra år sedan analfabet. Idag har han betyg i alla ämnen, pratar och skriver obehindrat på svenska, liksom på arabiska och somaliska.

- Det var temaarbetet "Människans utveckling" som gjorde att jag lärde mig svenska. Samtidigt lärde jag mig religion, historia och matte. Man kan inte jämföra min svenska med dem som är födda här, men jag är inte så dålig.

När eleverna nu börjat gymnasiet märker de att de kommit längre än sina kamrater på gymnasiet. De är vana vid mycket muntlig framställning med svåra uppgifter, de är också vana vid att skriva långa texter.

Ett "musiskt" arbetssätt

Ett par av skolorna har speciellt satsat på sång, dans, bild, drama, idrott/rörelse. De är inga speciella skolor i estetiska ämnen, utan de har valt att på olika sätt få in dessa ämnen för att öka lusten till lärandet. Dels tycker barnen att dessa ämnen är roliga, dels är alltid någon bra på något, det utvecklar deras talanger, stärker deras fritidsintressen och självkänslan.

Fullriggaren Malevik har valt att föra in musik och idrott inom skolans eftermiddagsverksamhet. De har skapat ett musikcentra och ett idrottscentra. Om barnen får möjlighet att göra mycket på eftermiddagarna av det som de annars får ägna kvällarna åt, så kanske det finns mer tid över för att umgås tillsammans, det är en bitanke som Agnetha Ardfeldt haft.

I Hjulsta Skolor finns två profilområden. Det ena är natur och miljö, det andra är kultur. Skolan ägnar sig åt praktiskt miljöarbete. De har egna odlingar, två växthus, där de odlar planter till Wasamuseets undervisningsavdelning. Det finns i hela skolan ett kretsloppstänkande, där avfallet från skolmaten komposteras. Barnen får härigenom konkret se hur man kan omsätta miljöarbetet i praktisk handling. De har också djur på skolan, vilket betyder mycket för elevernas trygghetsbehov, säger Elisabeth. Med djuren kan man kela, mata, vårda, utan att kunna det svenska språket. Via djuren kan man få kontakt med varandra. Många elever behöver få kärlek och trygghetsbehov tillgodosedda.

Och så finns kulturen som en integrerad del av undervisningen. Precis som Malevik erbjuder skolan barnen att spela, dansa, sjunga. Alla barn får lära sig att spela ett stråk- eller blåsinstrument redan i tvåan. De kan också dansa flamenco eller jazz. Danslärarna är anställda och skolan köper en del av musiktjänsterna av Kulturskolans lärare.

Kultur ger uttrycksmöjligheter bortom det talade ordet, säger Elisabeth Sörhuus. Målet är att varje elev som går ut nian skall kunna spela ett instrument.

Vi ser att våra barn mår bra av musik och dans. För många vilsna ungdomar kan ett intresse vara avgörande för att fånga dem. Det är viktigt att se deras slumrande inre talanger – att hitta talangen hos varje elev. Därför måste det finnas ett brett utbud, utöver dans och musik. Här finns också regelbundna föreställningar där de kan visa upp det de gör – teater, bild, sång, dans.

Enligt Elisabeth Sörhuus går det bra att jämka timplanen utifrån de ramar som finns. På så sätt har

de fått mer tid för musik och dans. Man behöver inte slaviskt följa den ursprungliga timplanen. Det finns utrymme, bara man bestämmer sig!

På Kiöringskolan arbetar man vart tredje år med teater. Då är hela skolan engagerad och arbetet kan ses som en del av undervisningen, även om den ”traditionella” undervisningen ligger nere. Fem omgångar har de hunnit med. ”Då stänger vi alla verksamhet och skapar en annan verksamhet i skolan,” säger Eva Jacobsson och Sverker Lindwall. De menar, att detta är ett sätt att alla i skolan gör något roligt tillsammans. Det skapar god stämning, goda relationer och man lär känna varandra. Framför allt får flickorna och pojkarna visa nya sidor av sig själva, som kanske inte kommer fram i det dagliga skolarbetet.

Sverker Lindwall: En kille kom hit till oss efter att ha haft det lite jobbigt i en annan skola. Efter arbetet med teatern fick han följa med ut på föreläsningarna. Vi var till t.ex. i Hälsingland och han pratade inför ett LO-förbund en hel kväll. Han blev ju betraktad som enormt duktig. De var imponerade av honom. Det har gett honom en fantastisk start i livet, det hjälper honom än i dag.

”Av teatern lär de sig inte samma saker som om det står fysik på schemat, men de lär sig andra saker, som de har nytta av i livet”, säger Eva Jacobsson. Något de brukar påpeka när de varit ute och talat inför gymnasieskolor.

Eva Jacobsson: På förskole-, låg- och mellanstadiet arbetar de på det här sättet. Men någonstans på vägen, i sexan och sjuan försvinner det här. Och i gymnasiet är det totalt borta. Och jag brukar säga det inför gymnasieskolorna: ”När ni var 14 år kunde ni ställa er framför en grupp med 60 vuxna och hålla en föreläsning. Titta på mina elever och säg vad ni tycker”. Då brukar de blir tysta.

Sammanfattningsvis anses ett musiskt arbetssätt vara viktigt för att:

- öka skoltrivseln. Man har helt enkelt roligt!
- ge ökad lust till lärandet, eftersom det är en varvning mellan teoretiska och fria ämnen.
- öka självkänslan, eftersom någon alltid är bra något.
- skapa goda relationer, eftersom gemenskapen i framför allt musik, dans, teater/drama gör individerna synliga på ett annat sätt. Man får lära sig samarbeta och ha roligt ihop.
- ge möjligheter att visa nya sidor av sig själv som annars inte kommer fram.

En fråga man kan ställa sig är då: behöver man vara ”musisk” för att få lust att gå till skolan? Bredbyskolan har t.ex. ingen uttalad profilering på det sättet, enligt Tom Hagman. Själva ”kunskapandet” är här en profilering, förutom en levande skola med stor öppenhet och inflytande.

Vi behöver utveckla bägge hjärnhalvorna för att utvecklas, det är självklart. Men vi har inte byggt upp något musikcentra eller sådant. Vi är snarare en skola för kunskap. Språk, kunskap och demokrati är vår profilering. Mycket tid och kraft lägger vi ned på det och försöker göra detta så stimulerande som möjligt.

Demokrati, ansvar, inflytande

Redan i inledningsavsnittet ”lust till lärande” talar skolorna om betydelsen av att eleverna får vara med och planera sin egen undervisning och ta ansvar. Nedan skall vi ytterligare fördjupa deras erfarenheter kring inflytande.

På Kiörningskolan har man sedan tio år tillbaka arbetat utifrån FN:s Barnkonvention.

Det var ett projekt som startades av Rädda Barnen. Utifrån barnkonventionen har alla barn rätt att synas och höras och bekräftas varje dag.

Eva Jacobsson och Sverker Lindwall talar om tre ledord i lärandet – demokrati, ansvar och inflytande. Medbestämmande och ansvar är något som bör genomsyra all undervisning. Det är en förutsättning för lärandet.

Det är så att delaktighet ger motivation och viljan till att utöva inflytande. Det är lika delar ansvar och inflytande. Du låter detta genomsyra vardagen, undervisningen och allting. För våra elever är ju med och bestämmer, vi har ett mycket aktivt elevråd som träffar rektorn varje vecka.

Om man inte får vara med och ha inflytande på undervisningen kan det leda till att undervisningen blir på fel nivå och att det till slut blir tråkigt för eleverna. Eller det kan vara så att läraren arbetar på ett sätt som gör att undervisningen blir ointressant för eleverna. Det var så man började med pedagogiska matteråd på Kiörningskolan.

Det var en period häromåret, då ungarna tyckte att det började kännas lite slentrianmässigt i matten. De ville förändra och det var då vi skapade matte-råden. Vi träffas en gång i månaden och diskuterar hur vi ska gå vidare med matteundervisningen? Det är en elev från varje mattegrupp, vi är 10 personer. Då är det fler ungdomar än vuxna.

Den fördjupning och de områden jag själv valt att studera ökar sannolikheten för att jag skall bli stimulerad och engagerad, menar både Eva Jacobsson och Sverker Lindwall.

Det handlar om ett synsätt på barn och ungdomar i skolan, säger Tom Hagman. Att de har rätt att ställa krav, rätt att få veta och ha inflytande över allt det som rör dem själva, alltifrån skolmatsalen till själva undervisningssituationen.

Att Bredbyskolan kommit långt vad gäller elevernas delaktighet kan illustreras med att skolan numera har tre grupper som intervjuar lärare, som ska nyanställas: rektor och ledning, arbetslaget av lärare samt eleverna. ”Det är vi stolta över”, säger Tom Hagman. Det är också så att inflytande föder ansvar men också motivation.

Vi kunde arbeta långt över rasten utan att vi märkte det. Det var vi själva som satt och jobbade. Inte läraren som undervisade. I andra skolor är det läraren som visar sina kunskaper för eleverna istället för tvärtom om.

Ayla Shabu, 16 år

Fotini Lejonstad är elevrådets ordförande. Hon pendlar mellan Vällingby där hon bor och Bredbyskolan.

Det speciella med vår skola det är att vi är med och bestämmer om så mycket. Om hur undervisningen skall läggas upp, vilka läroböcker vi ska ha. Vi har också enskilda samtal med våra lärare och kollar ibland annat mot läroplanen vilka mål vi inte nått, vad vi alltså behöver satsa extra på. Jag har därför gjort ett specialarbete om internationella religioner.

Och så här säger Chamiram Zeito, när han jämför gymnasiet i Tensta med Bredbyskolan:

Ingen lärare på gymnasiet har någonsin kommit till oss och frågat: Hur vill ni arbeta? Hur vill ni lägga upp det här? Det är tur för oss att vi har lärt oss att arbeta självständigt.

När Tom Hagman kom till Bredbyskolan 1991, fanns ett aktivt elevråd och han fortsatte satsningen på elevdemokratin. Då var både bommar och stängda dörrar mer regel än undantag. Nu är allt öppet.

Vi började satsa medvetet på att utveckla demokratin. Vi höjde elevrådets status och gav de som valdes in där kurser i mötesteknik, och vilka rättigheter elever har enligt olika lagar och konventioner.

Även Hjulsta Skolor har satsat mycket på elevdemokrati och den dag jag intervjuar Elisabeth Sörhuus är jag samtidigt med henne när hon har möte med elevrådet. En uppgift hon inte överlåtit på någon annan. På det sättet kan hon omedelbart diskutera eventuella åtgärder med eleverna.

Inflytande på själva undervisningen

Glädjen, motivationen hänger nära samman med elevernas möjlighet till inflytande och ansvar. Det går in i vartannat. Det är också så som rektorerna och lärarna talar. När de talar om lärandet glider de raskt in på inflytandet.

När de fem skolorna talar om medinflytande menar de inte inflytande över färgen på gardinerna eller lokalerna, utan själva undervisningen.

Kiörningsskolan, som inte har eleverna förrän i sexan, menar att egen planering, inflytande och ansvar är något som eleverna växer in i. Deras huvudprincip är att de inte gör något över elevernas huvud. Det får inte vara någon skendemokrati.

Eva Jacobsson: Naturligtvis kastar man inte över dem det här när de börjar i sexan eller sjuan utan det är en process att lära dem att ta mer och mer ansvar. Att komma underfund med att ju mer ansvar jag tar desto mer inflytande. Då är det viktigt att ge dem ett reellt inflytande och inte enbart ett skenbart.

Eva Jacobsson blir upprörd när hon läser ledare i tidningen om att barn inte skall bestämma, när de vuxna tror att barn inte begriper något och de vuxna sätter sig över barnen. Många vuxna vågar inte släppa fram barnen, menar hon. Men kaos, det löser sig också.

Det handlar om en grundläggande respekt för barnen och deras tankar och intellekt. Det som egentligen barnkonventionen så tydligt påpekar.

Varje dag är en bekräftelse på att arbetssättet är riktigt. Hon ser hur barnen, när de blir bekräftade och de får ansvar, växer.

Jag kan plocka fram hur många exempel som helst på elever som lyfts upp för vi har talat om att vi tror på dom och att vi accepterar dem som dom är med vissa små förbättringar i vissa fall. Att de blir bekräftade, att ansvaret lämnas över. En del växer så det är ju otroligt.

Många gånger får vi frågan, men hinner ni med kurserna? Och det gör vi ju. Jag är förvånad över hur mycket de lär sig, för själv har man ju inte pratat så mycket som man gjorde tidigare. De har lärt sig massor.

Att klara målen för skolan

Agnetha Ardfeldt, Fullriggaren Malevik, anser att inflytande och ansvar hänger nära samman med att klara målen för skolan. Det gäller att uppnå ett visst mål och att som förälder och elev veta vad det är för mål du skall uppnå. Det handlar dels om det stora målet, att de skall veta vad som gäller fram till terminens slut. Men det finns också ett antal delmål på vägen. ”Om du skall ha betyg så skall du göra det och det och det innan jul”, för har du inte gjort det, får du inte det betyget. Därför har vi alla våra utvecklingssamtal med eleverna i september för att man skall få en ärlig chans att hinna då”, säger Agnetha Ardfeldt. Ständiga uppföljningar är viktigt, för att kunna ge alla barn fullt stöd.

”Man behöver vara mycket tydlig med målen, vart man skall nå”, framhåller också Tom Hagman. Han förmedlar att det handlar om skolans hela arbetsklimat och stämning. Detta att – ”vi kan”.

Viktigt med återkoppling

Kiörningskolan tar upp betydelsen av de vuxna som samtalspartner. Att eleverna vet att det finns någon som har tid att lyssna på dem. Det är en del av elevinflytande – att fostra till demokratiska människor, att man lär sig lyssna på varandra i gruppen, att få tala till punkt och bli respekterad för de argument man för fram. Elevinflytande är, som påpekades i förra kapitlet, inte bara att sitta för sig själv med sina uppgifter.

Sverker Lindwall: Det är viktigt att det finns någon som lyssnar på dom, att de får chans att framföra sina synpunkter. Det känns som de vågar göra det när de inte har så stora grupper. Då vågar var och en prata. Och som samtalsledare, som vi fungerar, är det viktigt att alla kommer till skott. Att alla får säga vad de tycker. Och dem som pratar nästan hela tiden får man dämpa och de tysta får man lyfta fram.

Redovisningarna av projektarbeten och av individuella uppgifter vill alla lyfta fram som speciellt viktiga. Man måste få återkoppling på det man gör, annars får man ingen lust att gå vidare. Redovisningarna är A och O säger Agnetha Ardfeldt på Fullriggaren Malevik.

Det lyfter också Tom Hagman fram på Bredbyskolan. ”Det viktigaste återkopplingen är att få höra att ’du är bra’.” Det handlar om att ha glädje av att vara någon, att känna att du har förmåga. Bredbyskolan arbetar med mycket elevinflytande men inflytande i sig ger inte glädje, menar Tom Hagman. Det är snarare den feedback du får som är en konsekvens av inflytande, som gör dig glad.

”Det viktiga är lyssnandet. Känner jag att det är någon som lyssnar på mig, så blir jag ju glad. Jag blir glad för att jag är något. Jag räknas, jag är viktig”, säger Tom Hagman.

På olika sätt behöver elevernas arbeten lyftas fram. I Hjulsta är man noga med detta. Att elevarbetena lyfts fram och också visas upp för andra, det stärker självkänslan, hävdar Elisabeth Sörhuus. Här har man t.ex. gjort en stor affisch av elevernas arbete med bild. Här dokumenteras deras arbete i böcker så att andra, speciellt föräldrarna, kan ta del av vad som görs. Elevernas dikter har t.ex. blivit vackert tryckta diktböcker, som sedan säljs när rektor och barn är ute och föreläser om sin skola. Dikterna i boken har också blivit en CD-skiva. Skivan nominerades till grammistävlingen.

Återkoppling stärker självkänslan på ett sådant sätt att barnet känner sig värdefull. Att känna sig värdefull växer utifrån känslan att jag kan någonting. Därför är en pedagogik som stärker känslan av att vara värdefull centralt i ett hälsofrämjande arbete.

Kontinuitet i undervisningen

0-9 skola

En F-9-skola ger en kontinuitet i undervisningen och en möjlighet att individualisera mera än tidigare. Man kallar det inte längre ”klass” utan undervisningsgrupp, vilket kan innebära att det inom varje grupp finns ett par grupper, där en del elever befinner sig på årskurs sju i matte, andra i årskurs nio.

Lärarna är mentorer med ansvar för ca 8-12 elever (Kiörningskolan) eller 20 elever (Malevik). Ofta förekommer tre mentorer på varje undervisningsgrupp.

En F-9-skola innebär också att man delar på ansvaret för betygssättningen samtidigt som man genom bredden i erfarenheter i arbetslaget, fördjupar kompetensen, menar Agnetha Ardfeldt vid Fullriggaren Malevik.

Du får så många positiva effekter, man lär mycket av varandra. När du kommer till betygssättning, som annars alltid varit högstadiets dilemma, är det lika mycket de andra läraernas skyldighet att veta vad som kommer att krävas på sikt.

Tom Hagman, Bredbyskolan, anser att en skola som spänner från sexårsverksamhet till nian ger förutsättningar till kontinuitet i undervisningen. Bredbyskolan är som tre undervisningsenheter fast i en skola.

Då du kommer hit med ditt barn till sexårsverksamheten träffar jag föräldrarna första gången. Sedan träffas vi år ut och år in... Med det gamla systemet flyttade vi över ungarna i sjuan med 150 andra, i en känslig ålder, då de "gungas" som häftigast.

Men kontinuitet handlar också om att ha en enhetlig syn på lärandet, anser Tom Hagman. Dels sker en ständig dialog direkt mellan lärare som undervisar på alla stadier. De lär känna eleverna väl och alla elever blir tydligare, ingen blir bortglömd. Dels behöver eleven inte anpassa sitt lärande efter vilken lärare de har. Det är de vuxnas skyldighet att barnen inte skall behöva lära in: "Vad är det nu som gäller?"

Systemet med mentorer har gett andra möjligheter att följa eleven, vilket var svårare med det tidigare klassföreståndarsystemet, med ensamt ansvar för trettio elever, anser Sverker Lindwall och Eva Jacobsson vid Kiörningskolan. Det ger möjlighet till ett större socialt ansvar för eleverna

Sverker Lindwall: Nu har man större möjlighet att hjälpa dem med pedagogiska problem, studie vägledning, studiehandledning. Som mentor har man mera tid för var och en. Tidigare hade jag känslan att jag inte räckte till. Jag har nu åtta i min grupp, då hinner jag med dom, jag hinner prata med föräldrarna. Föräldrarna känner att det är positivare, de känner att de får en bättre relation än med en klassföreståndare.

Vi har det totala ansvaret i alla studier, i alla ämnen. Är det så i betygsdiskussionen att det är många som inte blir godkända är det vi mentorer som måste lägga upp studieåtgärdsprogram med återläsning och läxläsning. Som mentor är det till mig mina elever skall gå om de inte mår bra, om de har sociala problem.

Eva Jacobsson: Nu kan man dela på besvärliga klasser, istället för en lärare tidigare fick slita med klassen ensam. Man får en helhetssyn, man ser tydligare hela deras studiesituation.

Tydliga normer

Att ta ansvar för vad som händer och sker är en viktig del av uppfostran. Det är en del av den värdegrund som många skolor brottas med. Vilka regler gäller på den här skolan? "Om de bryts får det påföljd, annars urholkas långsamt normerna, för att sedan inte gälla alls", menar Agnetha Ardfeldt.

Vi har ju vissa uppfostringsnormer här. Det är viktigt att de får reda på dessa i förväg. Att om man inte följer regler, händer det och det...T.ex. att gå med kepsar inomhus, det kan verka banalt...men det finns ingen anledning att göra det. Ingen är så sjuk, eller att man tappar håret...Jag har gått igenom med eleverna, varför vi har den här policyn på skolan.

Om det händer att kepsen fortfarande är på efter två tillsägelser, behåller vi den och så får dom den med sig hem till jul. Det vet man innan. Jag hade

en sådan situation tidigare och jag förklarade varför. Det har aldrig hänt sedan.

Det är en enkel grej, men de skall känna till vad som kommer att inträffa. Det är samma sak om man förstör något här. Då skall man veta i förväg vilka konsekvenser det blir.

Även vid Bredbyskolan finns klara normer vad man får och inte får göra. Det främsta är faktiskt ”att sköta sitt arbete – och det gäller alla på skolan”, säger Tom Hagman. En regel för honom är att eleven inte pratar med honom med mössa på sig. Det går t.ex. inte att vid en anställningsintervju komma in i ett rum och ha kepsen på. På samma sätt resonerar Kiörningskolan.

Skolan är på det sättet inget isolat, det är en socialisering in i samhället.

Samarbete med föräldrar

Samarbetet med föräldrar ser olika ut eftersom skolorna finns i helt olika sociala sammanhang.

På Hjulsta Skolor vet man att föräldrar inte kommer till vanliga föräldramöten. I stället har man familjemiddagar, där varje familj lagar sin rätt.

De känner att de bidrar, vad skall annars föräldrarna göra i skolan, när de knappt kan språket? Tillsammans över middagsbordet kan vi göra mycket. Vi har också föräldraforum en gång i månaden, då vi inbjuder till kaffe med bröd. Då är jag där, lyssnar och svarar på frågor.

Hjulsta Skolor har också låtit trycka upp flera publikationer för bl.a föräldrar, där det berättas om skolan med stora fina foton på barnen i olika aktiviteter. En gång om året är det disco och då skriver Elisabeth Sörhuus hem till alla föräldrar och meddelar att hon kommer att vara där hela kvällen. ”Är rektor där sker inga oegentligheter. Skolan står för att vi tar hand om ungdomarna väl. Det gör att fickor som annars inte hade fått komma, kan få gå hit.”

Tom Hagman i Bredbyskolan menar att föräldrarna i området måste få möjlighet att veta vem rektor är. ”Vet de vem du är, litar de på dig. Det tar tid.”

Bland den största respekten jag får det är att jag kan göra olika jobb på skolan. För jag kan gå in i vilken grej som helst i skolan om det behövs. Jag kan byta lås, fixa ett tak.. Jag gör det om det just då behöver göras för att ungarna ska må bra. Det ger en omedelbar signal till hemmen. Där möter jag respekt, att jag kan skita ned händerna. De har aldrig sett en rektor som skitar ned händerna.



De har inga speciella rutiner för mötena. Tom Hagman brukar emellertid regelbundet träffa alla klassrepresentanterna – ”dom har jag lagt beslag på”, säger han.

Fullriggaren Malevik, som är en skola som ligger i ett helt annat område, har regelbundet ”Pedagogiska Aftnar” för föräldrar, där föräldrar och lärare tillsammans kan diskutera de pedagogiska grunderna i skolans arbetssätt och arbetsformer. Här presenterar också eleverna olika arbeten de gör i skolan.

Ledarskap

Det är intressant att närmare studera ledarskapet, eftersom det är fundamentalt enligt de forskare som studerat framgångsrika skolor.

Ledarskapet som rektor ställer stora krav i en tid med krympande resurser. Det som slagit mig med dessa fem skolor är att ingen talat om minskade resurser som hinder för utveckling. Självklart tär det att behöva bolla med pengar, men för de flesta innebär det att deras vision får dem att få igenom mycket av vad de vill. Rektorn för t.ex. Hjulsta Skolor har lagt ned mycket tid på att söka pengar för kvalificerade danslärare, för tryckning av böcker som barnen gjort, för olika verksamheter som lyfter skolan ytterligare. Hon har alltid lyckats få igenom de mesta av vad hon velat.

Ett hårt – men roligt arbete!

Att uttrycka en vision är också att utsätta sig för andras ”hån”, säger Tom Hagman.

Du ger mycket av ditt innersta när du ger en vision. De som vill kan då börja missbruka det. Där kan hånet börja...Samtidigt är det fruktansvärt viktigt att sätta upp skyhöga visioner, för då ger du också bekräftelse till dem du jobbar med. Att det här kan dom.

Jag tycker det är roligt, speciellt när man börjar se resultat... Jag har inte gjort något annat i flera år än att vara här. Jag har gjort annat på min fritid men under min arbetstid gett järnet här. Först nu tackar jag ”ja” till att vara ute och prata om varför vi är där vi är.

Elisabeth Sörhuus vid Hjulsta Skolor säger att rektorskapet är en form av livsstil. Hon arbetar över flera kvällar i veckan, är med på föräldramöten, leder själv elevrådet, deltar när det är disco.

Jag gör sådant för att jag också tycker det är så roligt. Det är fantastiskt och vara bland alla förväntansfulla ungdomar vid discot. Det här arbetet är mera en livsstil. Jag får som rektor varje dag något värdefullt som människa. Jag kan bara gå ut i korridoren och möta några av barnen, så mår jag bra. Det som händer för en del rektorer är att de prioriterar bort allt det som är roligt. De säger att de inte hinner, men man måste också vara beredd att satsa mycket tid. Jag hade inte kunnat ha detta arbete när t.ex. mina barn var små. Det hade inte gått ihop. Det är ett sätt att leva, det kräver stort engagemang.

Inger Bengtsson säger att hon är en utvecklingsmänniska och att rektorsskapet därför passar henne. När hon var studierektor en gång i tiden trivdes hon inte, för alltid när hon ville göra något stupade det på en förordning. Rektorsarbete är ett kul jobb. ”Ett jätteroligt jobb även om det bränner ut.”

Det klart att det är tufft också, genom att man sitter mitt i smeten mellan lärare, föräldrar, elever, skolutveckling, kommunpolitiker. Allt som man vill och allt som man egentligen inte vill och måste. Men jag tycker det är väldigt roligt. Jag gör det här eftersom jag är så övertygad om att skolan kan vara bra. Jag vill försöka bevisa det på något sätt. Det är så viktigt.

Hur utvecklar man skolan?

Lärarna Eva Jacobsson och Sverker Lindwall på Kiörningskolan är visserligen inte rektorer själva men anser möjligheterna till utveckling på en skola hänger mycket ihop med ledarskapet. Arbetssättet på Kiörningskolan hade varit omöjligt utan stort stöd av rektor.

Eva Jacobsson: Det går inte att förändra skolan utan stort stöd från rektor. När vi varit ute och föreläst så har jag sett att det går inte utan ledningens stöd. Det är helt nödvändigt!!

Elisabeth Sörhuus tog över en skola som redan var inne i en utvecklingsprocess, menar hon. Hennes skola blev 1996 vald till den skola där eleverna trivdes bäst. Det är viktigt, menar hon, att alla är överens om målformuleringarna.

Mycket fanns när jag kom hit för tio år sedan men sedan har vi utvecklat hela tiden. En förutsättning är att det finns tillräckligt många i personalen som vill ha utveckling och inte är bakåtsträvare. Under dessa tio år har vi i skolan gått från att 65 procent av eleverna hade utländsk bakgrund till att 90 procent nu har det.

Om man skall arbeta med en vision om den goda skolan, då måste alla vara med, då måste alla var med om målformuleringarna. Vi har många engagerade lärare, alla extrainsatser, när de pluggar extra med barnen inför skrivningar, det betalar vi för. Att personal är delaktiga är jätteviktigt. Vi har haft hårda diskussioner om tolkningar av läraravtalet men vi har kommit fram till ett förslag som alla ställer upp på.

När vi rekryterar nya lärare kan vi plocka nytt folk från lärarhögskolan, som varit hos oss på praktik och som vi känt passar in i arbetssättet. Då är den äldre läraren mentor för den yngre – på så sätt kommer de in i skolans pedagogik och förhållningssätt.

Vi har hela tiden ett tryck på oss, det är en konkurrens, annars väljer barnen en annan skola. På så sätt är det säkert inte samma konkurrens på landsbygden.

Bredbyskolan hade redan 1991 genomfört en hel del förändringar, som att skapa ett gemen-

samt arbetslag för lärare kring en årskurs. De kan själva fördela ämnena för ca 40 elever efter kompetens. ”Det har utvecklat kvalitén eftersom det dagliga arbetet ständigt diskuteras. Det höjer lärarnas kompetens i och med ett reflekterande om vad som är bra eller dåligt”, säger Tom Hagman.

På fullriggaren Malevik har Agnetha Ardfeldt varit rektor i sju år, sedan starten 1992. Hon är besjälad av pedagogiken och ser sig främst som pedagogisk ledare. Hon har delegerat mycket arbete till annan personal inom skolan, ja, hon har t.o.m. städat bort sin dator från sitt arbetsrum.

När det gäller organisationen har vi ingen hög omkostnad på administrationen, eftersom vi vill ha en så platt organisation som möjligt. Vi lägger inte lika mycket pengar på administration som andra rektorsområden gör. Det har att göra med synen på att delegera till arbetslaget, vilket jag gör i stället. Här finns t.ex. ingen biträdande rektor, vilket andra rektorsområden har. Och det blir ju dyra kostnader. Däremot har vi tydliga ledare för de olika arbetslagen F-9.

Inger Bengtsson på Edboskolan var med sedan starten. Hon startade upp skolan genom att åka iväg tre dagar. Tre dagar hon höll i själv. Då struntade de i skolfrågor och scheman.

Vi pratade om hur vi ville att det skulle vara tillsammans, hur vi ville att livet skulle vara, vilka normer vi ville skulle gälla. Men det ger sig inte en gång för alla...

Sedan klart man ramlar tillbaka och det kan bli det jobbigt att hålla allt som man var överens om. Och en del kanske inte ställde upp på vad man kommit överens om.

Precis som Inger Bengtsson kunde Agnetha Ardfeldt anställa den personal hon önskade och som ville ställa upp på hennes ”koncept”. Det är något hon också brukar få höra av andra skolor i kommunen att ”det var ju så enkelt för du fick ta den personal du ville ha”. Men, menar Agnetha Ardfeldt, personalen accepterar inte att det går slentrian i arbetet. De har mycket stora krav på att det sker utveckling. Det skall hela tiden ske en förkovran bland personal. De har mycket klara krav på vad man vill med sin verksamhet och sin utveckling.

Jag ser det positivt, jag tycker det är en utmaning, det skall inte vara det här att det är ett arbete som alla andra arbeten. Det skall inte vara så. Det skall vara mer än så. Man skall känna den där tillfredsställelsen för att vilja utbildna barn, utveckla barnen och verksamheten också. Och sig själv.

Agnetha Ardfeldt har en speciell känsla för när personalen kommer och vill ha extra utbildning. Först och främst skall behovet styra efterfrågan på utbildning och kunskap.

Lärandet i sig med barnen ställer nya krav, som gör att personalen känner att nu behöver jag ytterligare kompetenshöjning och jag behöver det nu och inte

sen och inte enligt en plan som säger att det ska vi ha om två år...Det de efterfrågar skall de ha snarast. Vi har hög frekvens bland personal som utbildar sig. När du är en lärande organisation bör man ha nära koppling till forskning, som sedan i sin tur skall samverka med arbetslagen. Arbetslagen är en styrka i en sådan här organisation, för du kan lära mycket av varandra.

Glädjen viktig

”Om inte skolledaren kan delegera till personalen, då kan heller inte läraren delegera ansvar till barnen”, menar Agnetha Ardfeldt Det blir en kedjereaktion, därför är det viktigt vad man gör som ledare, för det får konsekvenser för det pedagogiska arbetet.

Glädje ligger hela tiden i grunden, du måste se alla möjligheter i det du gör, säger Agnetha Ardfeldt – en viktig nyckel i allt utvecklingsarbete.

Vi möter hela tiden problem, de blir inte bättre om man fortsätter den spiralen ner, man måste ändå se någonting som är bättre och se den möjligheten. Om inte personalen trivs, kan du inte heller uppnå det du vill. Du måste ha dom med dig. Och det skall kännas att ”Åh, vad kul att få komma och träffa mina arbetskamrater”. Det är guld värt.

På Fullriggaren Malevik intervjuades även Robert Johansson som är NO-lärare. Han ger här sin syn på skolan. Han har tidigare varit anställd i åtta år på en 7-9 skola.

Jag var mycket mer ensam där. Fast ändå inte, för där fanns sex mattelärare och fyra kemilärare att prata med. Men det var först när jag kom hit som det började bli ett riktigt samtal. Här är helt andra typer av lärare, som jobbar med mindre barn och med helt andra ämnen. Det är då det uppstår dynamit – det är då det händer saker som man kan lära av varandra – istället för att fin-slipa det där provrörsställets innehåll.

De har till exempel skrivandet mycket mer i bakhuvudet. De har lärt mig hur jag kan formulera små kommentarer till barnens arbete. På ett helt annat sätt! Det blir inte bara det där, att det var väl bra, utan mycket mer målande.

Förra veckan hade vi NO och svenska ihop. Vi var nere vid havet och skrev dikter och gjorde NO. Så det är en slags befruktning när man kommer ihop. Och det blir en väldig respekt för varandra.

Men Robert Johansson, som på sin förra skola såg sig mer som utvecklare, kan här inta en annan roll. Han kan t.o.m. unna sig att bromsa lite, säger han.

Ja, här kan jag säga, ta det vackert... jag trodde aldrig att jag skulle få vara med om detta. Här jobbar jag med kolleger som är tio år äldre än mig, som jobbat tio år mer än mig...och som kör gasen i botten! Det är ganska kul. Här ger man 110 procent!

Tid för reflektion

Inbyggt i skolan bör finnas ett sätt att utvärdera den egna verksamheten, med eleverna, med lärarna. Men också att reflektera över hela skolans verksamhet och också över ledarskapet.

Agnetha Ardfeldt anser att utan reflekterande är det svårt att utveckla skolan. Att sätta av tid för reflekterande och diskussioner är en förutsättning för att utveckla skolan.

Du måste vara öppen och lyhörd för att andra ser med andra ögon. Jag brukar prata om skuggorna, vi har skuggor som följer oss, jag tar också in en skugga som följer mig en hel dag, som noterar och skriver ner hur jag är, för att öppna ögonen på mig själv också. Hur vi utvärderar hela verksamheten är otroligt viktigt.

Det är jätteviktigt att börja reflektera över allt man gör. Den lärande organisationens ena styrka är om du kan reflektera över vad det är du håller på med.

I Edboskolan har eleverna loggböcker som de skriver ned sina reflektioner i. ”Eleverna får på så sätt en vana av att utvärdera och sammanfatta hur de arbetar”, säger Inger Bengtsson.

I Bredbyskolan talar Tom Hagman om att reflekterandet pågår ständigt. Reflekterandet ligger inbyggt i organisationen genom samarbete i arbetslagen och att de som undervisar träffas kontinuerligt varje vecka. Det är också viktigt att göra studiebesök på andra skolor.

Jag måste hela tiden ställa mig frågor som: Vad är det jag säger? Vad är det vi gör och varför? Vad kan vi göra annorlunda? Man måste hela tiden hålla på och fundera över vad det är vi skall kunna förbättra. När vi var och besökte Färlaskolan fick vi idén att försöka träffa all personal, alla sjuttio, en gång i månaden för att ta upp gemensamma frågor.

Några sammanfattande kommentarer om skolorna

Skolorna som ovan citerats är skolor som inte är utan problem, problem förekommer dagligen, men det finns ett gott ledarskap och ett bra samarbete för att lösa det som uppstår i vardagen. Man kan säga att skolorna karaktäriseras av framför allt ett bra ledarskap. Rektorn har en pedagogisk vision och är inte endast en organisatör eller administratör. Den visionen ger henne och honom också kraften till att orka med allt det som ett förändringsarbete inom en skola faktiskt innebär. ”Det ger mig mod”, som en rektor uttryckte det. Ledarskapets svårigheter är att hon/han måste vara tydlig med lärare, som inte vill ställa upp på skolans pedagogiska vision.

Dessa rektorer lyckas med att inte begrava sig i pappersarbete utan att också arbeta med det, som de tycker är roligt. Framför allt ”brinner” de för att göra en bra skola och rektorskapet blir därför mycket av en livsstil. ”Jag hade definitivt inte orkat ha det här jobbet som småbarnsförälder”, säger en rektor.

Något som också är genomgående är att alla elever vet vem rektor är, eftersom hon/han syns i korridorer, i olika verksamheter, på skolgården, i skolmatsalen etc. De springer fram, pratar med rektorn, tilltalar med namn etc. Detta är inte alltid självklart vid alla skolor idag.

Det andra är att samarbetet mellan rektor och lärare fungerar och att lärarna inte drar åt olika håll. ”Vi vill samma sak men vägen dit är olika krokig för oss”, uttryckte sig en lärare på en av skolorna. Att ge stöd till lärarna är själva grunden för utvecklingen. Här gäller det att vara öppen för lärares utvecklingslust.

En väg att få lust till att lära och att skapa ett engagemang är att eleverna får ökat inflytande och ansvar, anser dessa skolor. De måste veta varför de behöver kunskaperna och dessa måste relateras till deras egna erfarenheter. Därför måste eleverna själva vara aktiva i sitt eget lärande och inte passiva mottagare av kunskaper.

Skolorna kännetecknas också av en öppenhet utåt mot samhället och ett väl utvecklat samarbete med föräldrar. Det kan röra sig om alltifrån pedagogiska aftnar som inbjudan till middag med ”knytis” med alla föräldrar.

Skolorna är också tydliga med vilka normer som gäller, vad som är tillåtet respektive icke tillåtet. De vuxna i skolan måste vara trovärdiga och bör inte försvagas, anser bl.a. två rektorer som har skolor i områden som samhället talar om som ”problemområden”. Snarare behöver man i organisationen bygga in stödsystem, alltifrån ”änglar” med skolans egna elever på rasterna till ”vi-anda” som skapas i form av gemensamma insatser och uppträdanden men också samarbete med olika professionella i grannskapet.

Skolornas synsätt är att tidigt fånga upp de elever som har svårt att nå målen men också elever som har olika svårigheter i relationen till andra.

I ett par av skolorna har man speciellt beaktat ämnen som musik, bild, dans, drama/rörelse för att dels plocka fram barnens talanger och stärka deras självkänsla, dels göra skolan roligare, vilket gör det lättare att lära.

Skolorna som citerats ovan har alla ett 1-9 perspektiv utom en skola (6-9) för att bevara kontinuitet och att eleverna inte ideligen skall behöva ”lära om” vad som gäller för den här skolan, för de här lärarna. 1-9 perspektivet innebär att olika lärare möts i arbetslag och kan befrukta varandras lärande, där förskolläraren är lika självskriven som läraren i matte i nionde årsklassen.

Skolorna har också omvandlat klassföreståndarfunktionen till mentorer med ansvar för en mindre grupp elever, vilket gör att läraren hinner följa eleverna och också fördela ansvaret om en ”klass” är extra arbetsam.

Rektorn värnar också om en god personalpolitik genom att försöka svara upp mot lärarnas behov av fortbildning, stöd (handledning) och även friskvård. Framför allt att man samlas, kopplar av och har roligt ihop. Det stärker sammanhållningen.

Över huvud taget strävar skolorna efter ett gott skolklimat, där man tar ansvar för varandra.

Slutligen, för att eleverna skall bli sedda, behöver också lärarna bli sedda. Det säger ett par av rektorerna är grundläggande i utvecklingsarbete. Men rektorerna själva - vilka ser dem? De får framför allt sin näring av eleverna, av föräldrarna, av gemenskapen i skolan - men kanske alltför sällan blir de sedda av kommunala och regionala myndigheter.

Undervisning om tobak alkohol och narkotika



Effekter av undervisning?

VARJE ÅR SKRIVS MOTIONER I RIKSDAGEN om undervisningen om alkohol, narkotika och tobak i skolan. I de senaste motionerna framhölls att undervisningen om ant-frågor ”under senare år blivit sämre och att omfattningen och kvaliteten på den varierar mycket mellan olika skolor.”

Vid läsningen av dessa motioner kan flera frågor ställas: Var undervisningen så bra förr? Vad är egentligen en bra undervisning? Och är antalet timmar en garanti för att det händer något med ungdomarna själva?

I de här avsnittet skall effekterna av olika upplysningsprogram diskuteras liksom den restriktiva alkoholpolitiken.

Några forskningsresultat

Restriktiv politik – påvisbar effekt

En allmän slutsats av forskning och utvärdering av olika ant-insatser är att en restriktiv politik begränsar ungdomars tobaks-, alkohol- och narkotikabruk.

Motboken

I avsnittet ”Från skötsamhetsmoral till hedonism” beskrevs den svenska alkoholpolitiken med motboksystemet som infördes 1920 och avskaffades 1955. Motboken var ett alternativ till totalförbudet, som nykterhetsrörelsen ville genomföra.

Den omedelbara konsekvensen av motbokens slopande innebar att alkoholkonsumtionen i landet ökade med 17 procent. Alkohol kunde nu köpas utan några större begränsningar

men priserna hade ökat med 40 procent. Villkoren blev olika för dels storkonsumenterna, dels måttlighets- och småkonsumenterna. Storkonsumenterna ökade sin konsumtion och konsumtionen blev oförändrad eller minskad bland måttlighets- och småkonsumenterna. Den slutsats som forskarna drar av detta är att Motboken lyckades med något som få andra ”instrument” lyckats med, nämligen att få ned alkoholkonsumtionen bland storkonsumenterna.¹

Mellanölet – en försöksperiod

Den minskning av alkoholbruket hos ungdomar som skedde under senare delen av 70-talet anser man påverkades av dels mellanölets borttagning, dels kraftiga satsningar på olika alkoholförebyggande insatser. Socialstyrelsen hade sina kampanjer ”Stoppa langningen” och ”Aktion mot droger”. Före antilangningskampanjen menade 79 procent av de vuxna att ”det är bättre” och ”i stort sett bättre” att ”föräldrar själva skaffar sina tonåringar en flaska lättvin än att någon annan gör det”. Efter kampanjen var andelen 37 procent.

1979 höjdes också priset på alkohol, vilket av forskarna anses ha betydelse, liksom att reklam på alkoholdrycker förbjöds 1978 och att lördagsstängning på Systembolaget infördes 1 juli 1982. En hälsovåg som berörde många länder passerade också Sverige. ”Tyvärr”, skriver forskarna Nyström och Romelsjö, ”har ingen grundlig analys genomförts av denna intressanta period med drastisk ändring av alkoholkonsumtion och skador”. Men, skriver man, ”en sådan analys av en period där olika förhållanden i samhället förändras under begränsad tid och påverkar varandra är dock förknippad med avsevärda metodologiska problem”.¹

”Allt går idag att få tag på”...

I och med Sveriges inträde i EU har det funnits en rädsla att den restriktiva alkoholpolitiken skall urholkas. Det är bland annat därför som regering och riksdag ropar på undervisning och information som motmedel.

Idag är det lätt att få tag på både alkohol och narkotika, det har ungdomar tydligt bekräftat. Ett citat från en sjuttonåriga Kati, boende i ett rätt idyllisk och lugnt villaområde söder om Stockholm, får representera den allmänt vedertagna uppfattningen hos ungdomar – att det mesta är idag tillgängligt. Det är lätt att få tag på tobak, alkohol och narkotika.

Man kan få tag i precis vad som helst, Systemet, HB, öl... jag vet folk som säljer alla sorters knark... det går att få tag i var som helst. Cigaretter i småkiosker är också lätt att få tag på. Men han som har pressbyrån precis vid gymnasiet har slutat sälja. Han sålde första månaden efter att lagen kommit, men nu gör han inte det. Och det är ju smart av honom, annars skulle han sälja till hur många ungdomar som helst.

Preventionsparadoxen

Det finns två preventionsstrategier i alkoholupplysningen: att rikta åtgärderna mot konsumtionens fördelning (spridning) eller att rikta åtgärderna mot dess genomsnitt.

Den första strategin syftar till att minska antalet storkonsumenter och brukar kallas hög-

riskstrategin. Den andra strategin syftar till att minska konsumtionen bland alla konsumtionskategorier och benämns därför befolkningsstrategin.

Effekten hos befolkningsstrategin är mest uttalad för självmord och olyckor. För skrupplever gäller främst högriskstrategin. Men om man väger ihop de tre dödsorsakerna skrupplever, självmord och olyckor skulle den totala alkoholbetingade dödligheten halveras av en 25-procentig generell konsumtionsminskning. För att nå samma verkan med högriskstrategin krävs att storkonsumenterna (de 5 procent som ligger högst) minskar sitt intag med ca 35 procent. 25 procentgränsen verkar idag avlägsen och orealistisk, eftersom en stor minskning redan skett under 70- och 80-talet med närmare 22 procent.¹

Narkotikapolitiken

Debatten om legalisering av narkotika har förts de senaste åren. Somliga hävdar att strängare straff för narkotikabrott inte leder till färre missbrukare, snarare till ett system med en större rättslöshet och en stigmatisering av de som är missbrukare. Andra hävdar att det är just vår stränga narkotikapolitik som gör att Sverige i jämförelse med andra länder har ett lågt antal narkotikamissbrukare. I jämförelse med England och Holland kommer Sverige långt ned på listan i statistiken över användningen av cannabis hos ungdomar.

Synen på restriktioner, alternativt liberalisering, avkriminalisering eller legalisering bottnar i slutändan i politiska ställningstaganden. I dagsläget finns inga tecken på att den svenska narkotikapolitiken kommer att omprövas.

Någon större folklig förankring verkar inte finnas för en liberalisering av narkotikan. En majoritet av ungdomar anser att narkotika är ett problem och påståenden i drogliberal riktning får mycket begränsat stöd (se tidigare statistikavsnitt). 81 procent anser att straffen borde vara hårdare. De flesta tror att missbruket skulle öka vid en liberalisering och få instämmer i påståendet att det tillhör ”normal tonårsutveckling” att testa droger.

Tobaksrestriktioner – USA en förebild

Samhällets allmänna inställning – samhällets diskurs i tobaksfrågan – påverkar allmänhetens inställning.

En restriktiv tobakspolitik minskar antalet rökare i ett land. Det har man sett från USA som tidigt införde olika restriktioner, som reklamförbud, tobaksfria offentliga miljöer och förbud om försäljning till minderåriga.

Till den restriktiva tobakspraktiken hör numera förbudet att sälja tobak till ungdomar under arton år. Det beräknas att andelen ungdomar som börjar röka minskas med 5 procent p.g.a. denna lag. En svårighet är att få butiker och kiosker att följa lagen. En undersökning från Stockholms län visar att högstadiungdomar lyckas köpa tobak i vanliga affärer ungefär varannan gång de försöker.

Rökfria skolor?

Det är också förbud på att röka i offentliga miljöer. Så har de flesta skolor idag tagit bort sina rökrutor samtidigt som lärarkollegiet försöker bli rökfritt.

En av svårigheterna med detta är att rökfrågan kan hamna som en extra barlast i ett redan

”turbulent” kollegium. Rökfrågan kan då bli en vattendelare mellan olika grupperingar. Det krävs ett gott ledarskap för att ”rökfrågan” skall få en lösning, där ingen känner sig överkörd. Tom Hagman, rektor för Bredbyskolan, menar att man som rektor behöver gå ”rökarna” till mötes. Det går inte med några förbud, utan man måste diskutera under kanske en period av ett år, för att komma fram till ett gemensamt beslut. ”Varje rökare skuldbelägger sig själv och sedan ökar bara skulden och då går man i fruktansvärt försvar”, säger Tom Hagman. De bildade i stället en grupp, ”rökarna”, det var bara en icke-rökare i den gruppen och det var Tom Hagman själv. Efter ett år tog rökargruppen beslutet att avskaffa rökrummet.

Skolan har också stött de som velat sluta helt med rökavvänjning. Men även här gäller det att inte vara rigid eller låsa sig, menar Tom Hagman. ”Jag betalar för att de skall lägga av, de får kosta vad det vill. Det finns de som röker fortfarande. Först tänkte jag att de skriver kontrakt med mig och om man inte lyckas sluta röka får man betala tillbaka de 1 500 kr som rökavvänjningen kostar. Men jag brydde mig inte om detta. Är man ”orökt” en månad, då är det värt 1 500 kronor!”

Men hur är det egentligen på skolorna? Hur väl har man lyckats att hålla skolan rökfri?

I en kvalitativ studie, med syftet att belysa varför flickor inte börjar röka, framkommer hur flickornas skolor förhåller sig. De intervjuade kommer från två olika gymnasieskolor i Stockholmstrakten.

Flickorna anser att skolan inte är en rökfri miljö. Det råder visserligen rökförbud vid de båda skolorna och eleverna framhåller också att man informerats om detta förbud redan under årskurs ett i gymnasiet. Trots det röks det ändå en hel del. Rökningen sker utomhus, på skolgård och angränsande parkering, men om vädret är dåligt sker även rökning i ”slussen” vid ingången.

Det framkommer också att när eleverna röker är det sällan som lärare säger till dem att sluta och påminner om gällande regler. Flera lärare bryter själva mot förbudet, enligt de intervjuade. ”Lärarna röker också på skolgården, de är inga bra föredömen”, säger en av flickorna. Jag har hört talas om lagen, men ingen bryr sig. Alla står och röker på skolgården, så...”. säger en annan. Och en tredje flicka säger: ”Det är särskilt besvärligt på vintern, då dom drar sig närmare dörrarna, för då kommer ju röken in.”²

Undervisningsprogram – vad ger det för effekter?

Vilka metoder är de mest vanliga?

Inom tobaks-, alkohol- och narkotikaupplysning (där begreppet ”drogupplysning” används i de flesta internationella översikter) är ett par metoder de mest förekommande.

Faktainformation – mest inriktat på skador, om preparat. Men till fakta kan också höra kunskaper om tobaksindustrin, reklamens följder, tobaken och tredje världen etc.

Affektiva metoder – går ut på att vaccinera de unga mot social press/gruppträck, för att klara av att säga nej till tobak, alkohol och narkotika; på engelska kallat decision making, resistance skills training. Det senare innebär framför allt att träna eleverna att genom olika övningar motstå social press.

Socialpsykologiska metoder, social inlärningsteori – vilken innebär att människan själv kan påverka sin situation och därmed välja sitt beteende. Individerna kan lära av det som sker omkring henne. Så har man i det tobakspreventiva programmet använt sig bl. a. av ”kändisar” för att med dessa som förebild får ungdomar att inte börja röka (Non-Smoking Generation och Fröken Sverige).

Resultat från metastudier

Forskning om effekter av ant-undervisning i skolan visar ganska nedslående resultat. Några effekter eller beteendeförändringar är svåra att påvisa.

Thorkil Thorsen har gjort en forskningssammanställning (metastudie) om undervisning som berör alkohol och narkotika. Det är en bred internationell genomgång av olika material.

Thorsen sammanfattar genomgången och skriver att gruppsamtalen var överlägsna när man i ett undervisningsprogram förde samman tre undervisningsprogram: skräckpropagandan, faktainformation samt gruppsamtalen. Alla tre grupperna hade en ökad kunskap om droger, så även i diskussionsgruppen även om man där talade mycket brett om olika saker, (påverkan, äktenskap, abort, ensamhet).

Attityderna till droger var mest klara i diskussionsgruppen eftersom eleverna där förmodade att skilja på ”högrisk- och lågriskdroger”. I samtliga undervisningsgrupper och inom kontrollgruppen fanns elever som i undervisningsperioden hade börjat med cannabis. Andelen var minst i diskussionsgruppen.³

I studien görs följande slutsats:

Den bästa ramen för en undervisningssituation är den informella diskussionsgruppen där lärarens roll primärt är att vara i bakgrunden och att istället försöka skapa en öppen miljö där unga kan utforska, undersöka och diskutera sina egna attityder och sitt eget beteende vad gäller alkohol.

Filmer med skrämelse – motsatt effekt

Skräckpropaganda har i forskningen inte visat sig lämplig som metod, dvs att avskräcka att använda alkohol eller narkotika. Här kan nämnas att på 80-talet gjordes en rad dokumentärfilmer. Thorsen nämner filmen ”Christiane F”, som bygger på en säljande bok om en flickas missbrukarkarriär.

Filmen visar eländiga scener och beskrivningar om abstinensbesvär. Syftet var att den skulle få unga människor att avhålla sig från narkotika. Resultatet blev snarare att ungdomar drogs till narkotika än det motsatta. Flera unga flickor lekte Christiane F. Boken Christiane F. blev för många missbrukare en bibel, som man ”tydde sig till under dåliga dagar”. Filmen med sin suggestiva stil stimulerande ännu mer. Flera behandlare kan berätta att tidigare missbrukare fick återfall efter att ha sett filmen. Speciellt de detaljerade injektionsscenerna fick flera att känna suget efter narkotikan.

Även inom narkomanvårdsenheten i Kalmar (se vidare avsnittet om ”Samtalet”) finns liknande erfarenheter. I skolorna i Kalmar hade visats en film, vars syfte var att avskräcka men där resultatet blev tvärtom. Några behandlade reagerade när de fick in en rad fall där de såg

samma mönster, vilka de började relatera till den film som visats för ungdomarna i skolan.

Man har också funnit att i program med en hög skrämselevelnivå blev effekten en oförändrad alkoholkonsumtion hos personer med måttligt drickande och en stigande alkoholkonsumtion hos de personer som tidigare drack mycket.⁴

Ju mer mottagaren av skrämselfbudskap är involverad i det oönskade beteendet, t.ex. rökning, överkonsumtion av alkohol, ju större är sannolikheten att han/hon avvisar budskapet.⁵ En forskare skriver att ”mottagarna blockerar den framkallade ångesten och försöker att förtränga både den och det budskap som framkallar det. Det medför passivitet inför budskapet. Men det kan också förklaras med att mottagarna på ett mera kunskapsmässigt plan uppfattar påverkningen som överdriven eller direkt icke trovärdig.”³

Thorsen har i sin studie satt upp en lista över orsaker, som kan främja narkotikabruket.

- Upplysningen förser mottagarna med tillräckliga fakta vilket gör det lättare att börja med droger
- Upplysningen tar bort fördomar som tidigare hindrade bruk
- Upplysningen får målgruppen att tänka på sig själv som potentiella brukare i och med att de är målgruppen för upplysningen.
- Upplysningen ger ibland oprecis, oriktig eller förvriden information vilket underminerar trovärdigheten i de grundläggande, varnande budskapen.

Följande kunde av ungdomarna användas som en instruktion snarare än förebyggande upplysning:

- Information om hur man intar och använder drogerna.
- Information som gör att mottagaren kan identifiera t.ex. olika slags lösningsmedel att sniffa eller olika slags piller.
- Information om droger som är tillgängliga för målgruppen men som inte används eller inte är uppdagade som droger.
- Information om de fysiologiska verkningarna av olika droger.

Det finns emellertid en studie som menar att skrämselfpropaganda är effektiv om den är måttlig och samtidigt ger målgruppen trovärdiga och användbara handlingsråd. I det fallet gäller det att visa individens personliga sårbarhet om man drack mycket och fördelarna med att dricka måttligt. Om inte barn och ungdomar får handlingsalternativ kommer de att ta avstånd från informationen.

Den interna tvåstegshypotesen

Ungdomsforskaren Ola Stafsteng talar om ”den interna tvåstegshypotesen”. Att uppmärksamma hälsoproblem som ökar (så som det var med narkotikaproblemet) kan vara kontraindicerat och få en eskalerande verkan på själva problemet. Fenomenet har varit föremål för forskning och förklarats av mediaforskare i form av en tvåstegshypotes.⁶

När medias eller lärares budskap är att ”narkotika är ett farligt ont”, blir en effekt att ”narkotika” sätts på dagordningen. Själva ställningstagandet, där man

säger ”ja” eller ”nej” till bruket av narkotika är steg II i kommunikationsprocessen. Dagordningseffekten kan därför leda till att fler säger ”ja” även om det är en minoritetssynpunkt bland ungdomar. Många kampanjledare och lärare kan därför (oavsiktligt) öka de problem de har för avsikt att bekämpa.

...Att säga ”narkotika är dåligt” som allmänna fakta i ett klassrum kan därför omedelbart leda till en kulturell omtolkning, till exempel att ”bara dåliga flickor och pojkar använder narkotika”. I processerna i och utanför klassrummet får det två konsekvenser.

”Goda” flickor och pojkar relaterar sig omedelbart till de ”dåliga” genom understatement och metakommunikation (kroppsspråket som talar om att ”detta är viktigt för dem”). Å andra sidan får också ”dåliga” flickor och pojkar uppslag till vidare val av symboliska handlingar.

Forskningsöversikt från Holland

Även andra forskningsöversikter har gjorts. I en senare från Holland (1997) har en genomgång gjorts över interventionsstudier kring alkohol och narkotika (eller droger som man kallar det).

Man skriver att även om flera av forskarna hyser tvekan om alkoholupplysningens ”effektivitet”, kan man ändå urskilja några komponenter som kan visa sig effektivare än andra.

Man kommer fram till följande (fritt översatt): Traditionella program inriktade på information har i samtliga studier visat sig icke effektiva. Dessa program har gått ut på att informera om alkohol och drogers effekter på hälsan på ett ”didaktiskt traditionellt” sätt. På senare tid har man ytterligare fokuserat mer på de omedelbara sociala konsekvenserna snarare än hälsoeffekter. Program som erbjuder sociala aktiviteter för tonåringar visar sig också effektiva, speciellt för den grupp som är i riskzon för missbruk.⁷

Tobak

Insatser för att förebygga rökning visar mer positiva resultat än alkohol- och narkotikaundervisningen.

För rökning kan lagar som en tobaksfri skola och förbud att sälja tobak till ungdomar under 18 år underlätta. Här har USA varit ett föregångsland när det gäller en restriktiv tobakspolicy.

Håkan Sandberg har i en bakgrundsstudie om tobaksprevention i skolan sammanfattat effektiviteten i de olika skolprogrammen enligt följande.⁸

Generellt sett finns det emellertid fog för att hävda att specifika tobakspreventiva insatser i skolan med tonvikt på beteendeträning i ett socialt sammanhang tycks effektiva, medan andra drogförebyggande åtgärder inte har någon lika tydlig positiv effekt med avseende på beteendet. Då det endast till viss del förefaller vara samma mekanismer som är verksamma i samband med debut för olika typer av droger inom ”ant-området” framstår det inte som adekvat att ”bunta ihop” tobak, alkohol och narkotika i undervisningen.

Det är också svårt att urskilja speciella orsaksfaktorer. Folkhälsoinstitutet skriver följande (1996):

Det finns inget enkelt svar på frågan varför unga människor börjar röka. Många olika faktorer spelar in. Uppväxtmiljön och samhällets inställning till tobak är viktiga "riskfaktorer". De attityder till rökning och annan tobak som tonåring-
en möter i den närmaste omgivningen betyder mycket. Marknadsföringens in-
flytande över ungdomarna ska inte underskattas. På det sättet skiljer sig tobak
från alkohol och narkotika som har mera komplicerade orsakssamband, som
gör att man fastnar i storkonsumtion av alkohol eller i narkotikamissbruk.⁹

Det är svårt att direkt uttala sig om hur mycket metoder som värderingsövningar har effekt i det tobakspreventiva programmet. Helt klart framstår en "tobaksnegativ" diskurs från samhällets sida bland det effektivaste att minska antalet rökare. Men i likhet med allt hälsofrämjande arbete – om det så rör sig om abortförebyggande, HIV/aidsförebyggande eller alkohol- och narkotikaförebyggande – är det en kombination av insatser som är viktiga: lagar, reklamförbud, bra förebilder, samhällets "diskurs", levnadsvillkor m.fl.

Tonårsflickor ansvarar själva för projekt

Vid Onkologiskt centrum i Umeå bedrivs sedan 1993 ett tobaksförebyggande arbete byggt på flickors aktiva deltagande i planering och genomförande. Delaktigheten är här en pedagogisk metod. Utgångspunkten är att det är viktigt för tonårsflickor att bli sedda och bekräftade. Aktiviteterna sker i form av gruppverksamhet, där det finns plats för förtrolighet och intimitet. Detta har visat sig särskilt viktigt för att stärka flickornas självkänsla och identitet.

Ett annat projekt var anordnandet av en tjejkonferens om tobak för årskurs 6-9. En arbetsgrupp av flickor från högstadiet planerade konferensens innehåll med stöd av projektledaren. Allt arrangerades och genomfördes av flickorna själva. Arbetet har följts upp med intervjuer och man har kunnat se en sänkning av rökningen från 26 procent i årskurs nio 1993 till 19 procent året därpå. 1995 visade ytterligare en sänkning till 9 procent vilket kan jämföras med riksgenomsnittet (CAN) som då var 28 procent.¹⁰

Utvärdering av specifika program

Det finns forskning som utvärderat specifika program. Nedan redovisas ett par av dem.

Peereducation

Med peereducation menas undervisning av några som tillhör samma grupp som skall bli undervisad eller informerad. Unga till unga, homosexuella till homosexuella, pensionärer till pensionärer etc.

Metoden peereducation verkar framför allt ha effekt på dem som minst behöver undervisningen. Det säger forskaren och pedagogen Ulla Marklund, som speciellt studerat detta. De som har ett beteende, som inte stämmer med budskapet, har svårt att acceptera budskapet.

Elevledda program kan vara mer trovärdiga, men det finns flera svårigheter i begreppet peereducation. En sådan undervisning kan framför allt vara bra för piloteleverna själva, eftersom många av dem, utöver att få ökade kunskaper, också påverkas positivt både vad gäller attityder och beteende.

Vem skall man välja som informatör? Den mest populära eleven är inte den bästa modellen för yngre elever. Det krävs framför allt en analys av vänskaps- och umgängesmönster i klassen. Ulla Marklunds råd är att satsa resurserna på de mest utsatta eleverna, de som behöver drogupplysningen mest, istället för att gå omvägen via deras kamrater.

Även forskaren och psykologen Hilde Pape menar att avhållsamma ungdomar kan ha svårt att ha inflytande över kamrater som dricker sig berusade.

Nya forskningsresultat tyder bland annat på att alkohol har en särskild appell till ungdom som är socialt aktiv, välanpassad och populär. Sannolikt är dessa ungdomar inflytelserika trendsättare också förebilder för sina jämnåriga. Ungdomar som är avhållsamma kännetecknas snarare av motsatsen. De kommer inte på samma sätt att kunna fungera som goda ambassadörer för en alkoholfri livsstil.

Puma på Gotland

Erfarenheter på fritidsgården Puma på Gotland visar ett annorlunda sätt att arbeta med peereducation. Verksamheten har speglats i tre olika rapporter byggda på intervjuer dels med ledarna, dels med ungdomarna på fritidsgården.^{11,12,13} Arbetet pågick under tjugo år och har det senaste året fått liv igen, när Gotlands kommun startat med nya insatser för att bland annat minska alkoholbruket. Verksamheten omnämns också i avsnittet ”Från fakta – till samtal”.

Även Jan Ramström tar i sin bok ”Tonåringar och droger” fram Puma fritidsgård som exempel på verksamhet som kan ge stöd till ungdomar under en skör tonårstid.¹⁴

Arbetsättet har inneburit att du som ung befinner dig i ett speciellt ”program” under två års tid. Ca 30 av ungdomarna handplockas för att under denna tvåårsperiod gå igenom tre femdagarskurser i sex och samlevnad. Mellan kurserna diskuteras sex- och samlevnadsfrågorna mycket öppet i studiecirklar eller s.k. samtalsgrupper. Den tredje utbildningen anordnas av ungdomarna själva, för en ny grupp ungdomar. Det var under denna tredje utbildning som ungdomarna lyfte fram alkohol – men där sex- och samlevnadsfrågorna var själva utgångspunkten.

Resultaten från verksamheten visade hur det blev en mjukare, öppnare stämning, själv-säkrare flickor men också pojkar, eftersom de kunde ”slappna av” och känna sig värdefulla utan att behöva skryta eller blåsa upp sitt självförtroende med ”hur många de hade legat”. De äldre på gården blev förebilder för många av dem som är yngre – det var grundtanken. ”Sedan man det senaste året fört in upplysning om droger har också drogmissbruket minskat”, säger dåvarande föreståndaren Owe Järlö i en intervju. För arbetet med alkohol och narkotika hade man ett speciellt uppföljningssystem, där kontakter med föräldrarna var en viktig del. Sex och samlevnad menade ledarna var ett sätt att arbeta, ett sätt att leva.

Sammanfattningsvis byggde verksamheten på följande:

- En stabil ledargrupp, som vet vad den vill och som har en gemensam hållning och ett gemensamt arbetssätt (ledarna hade själva deltagit i fem-dagarsutbildningar).
- Ett arbete med sex- och samlevnadsfrågorna som bas där mottot var ”Våga vara dig själv, våga stå för dina åsikter, våga vara kritisk, våga bryta gängets normer”.
- Att ungdomarna själva är nya förebilder för sina kompisar – en stor del av verksamheten går därför ut på att hjälpa och stärka dem att både kunna och orka vara sådana förebilder.

På kursen arbetar vi mycket i smågrupper med sex ungdomar och två ledare. Vi kan sitta i långa gruppdiskussioner. Det tar ofta tid innan vi kommer igång. Den bästa diskussionen brukar bli efter en till en och en halv timme. Först då lossnar det och tjejer och killar vågar fråga varandra om saker som de undrar över. Det är enkla saker, som att tjejer vill veta hur det känns för en kille att få stånd. Det visar sig att rädslan för varandra finns på båda sidor. Enda skillnaden är att killar spelar ut sin rädsla som tuffhet i stället.

Vi talar alltid om preventivmedel, om tidningar de läser, homosexualitet, gängbildning och kompistrycket. Också om det som nästan är mest tabubelagt – onanin.¹²

Fritidsgårdsföreståndare

”Du bestämmer”

”Du bestämmer” är en metod som utarbetas av psykolog och docent Elizabeth Arborelius. Metoden innefattar sex sessioner med en vuxen hälsovägledare, tre tillfällen i grupper om cirka sex elever och tre enskilt. Metoden utgår från ett brett hälsobegrepp som innefattar både fysiska, psykologiska och sociala aspekter. Med hjälp av samtal och ett antal arbetsblad får eleverna enskilt identifiera vilka faktorer som påverkar deras hälsa. De får sedan, om de så önskar, välja ut någon fråga att arbeta med. Metoden erbjuder en struktur för detta, där ett mål preciseras och delas upp i flera mindre delmål. Underlättande och hindrande faktorer identifieras.¹⁵

En experimentell studie av metoden har visat att eleverna på detta sätt tillägnar sig en generaliserbar färdighet att angripa hälsofrågor. Forskningen visade hur eleven självmant efter en tid berörde frågor som alkohol och tobak. Det kom naturligt in i samtalet utan att ”handledaren” behövde beröra detta själv. På det sättet kan arbetssättet innebära att den unge ändrar sina alkohol- eller tobaksvanor, utan att den vuxne behöver ”predika”.

Ett centralt begrepp i metoden är self-efficacy, dvs tilltron till den egna förmågan att genomföra en given handling. I detta fall, att förbättra den egna hälsan. Self-efficacy har visats sig väl kunna förutsäga framtida beteende. Den främsta källan för self-efficacy är tidigare egna erfarenheter av att ha lyckats med den aktuella frågan. Materialet kan därför ge tillfälle för eleverna att arbeta med frågor där de kan ha framgång.

Emotionell intelligens

Att öka sin självkänsla, utveckla sin empati, sin inlevelseförmåga är en del av en social kompetens. Daniel Goleman har skrivit en bok med titeln ”Känslans intelligens”, där han utifrån forskningsresultat utvecklar hur skolan skulle kunna bli bättre på att stödja barnets emotionella

utveckling och kapacitet. Goleman är doktor i psykologi och vetenskaplig journalist vid New York Times.

Daniel Goleman anser att barns känslomässiga fostran lämnas åt slumpen och att skolan kunde vara ett större stöd. ”En lösning är att skapa en ny vision av vad skolan kan göra för att fostra hela eleven, genom att föra in både förnuft och känslor i undervisningen.” Emotionell intelligens definierar Goleman som:

Förmågor som att kunna motivera sig själv och framhärda trots motgångar, att kontrollera impulser och uppskjuta behovstillfredsställelse, att styra sitt humör och se till att oro och ångslan inte påverkar ens tankeförmåga, att känna empati och hopp.

Goleman gör en sammanfattning av den forskning som idag finns. ”Att det dröjt så länge innan vi fått dessa kunskaper beror framför allt på att forskarna har varit förvånansvärt ointresserade av att undersöka vilken roll känslorna spelar i vårt psyke.” Han menar att under tiden har det funnits en flora av olika självhjälpsböcker med ”välmentade” råd, men som i stort sett saknar vetenskaplig grund.

Han talar om ”känslans intelligens” och med det menar han:

Att exempelvis kunna tygla sina impulser, avläsa en annan människas innersta känslor, skapa fungerande mänskliga relationer – som Aristoteles uttryckte det, den sällsynta förmågan att bli arg ”lagom mycket, vid rätt tillfälle, av rätt anledning och på rätt sätt”.

Han för fram att negativa känslor utgör en stor hälsorisk och att ”känslomässig balans” bidrar till att bevara hälsa och välbefinnande.

Goleman utforskar vilka följder det kan få om man under uppväxten inte lyckas lära sig förstå sina egna och andras känslor. Hur brister i emotionell intelligens ökar risken för allt från depression och våldstendenser till ätstörningar och drogmissbruk. Han ger också en rad exempel på hur framsynta skolor lär barn de ”emotionella och sociala färdigheter som behövs för att klara sig i livet”, där han sammanfattar resultat från utvärderingar under rubrikerna emotionell självkontroll, känslokontroll, hantera känslor på ett mer konstruktivt sätt, empati och relationer. Resultaten från dessa skolor visar, att eleverna har ökat sin förmåga att känna igen och sätta ord på känslor, fått fördjupade insikter i känslornas orsaker och större förståelse för andra, blivit mer omtänksamma och intresserade, mer harmoniska, fått bättre förmåga att lösa konflikter, större självförtroende, blivit mer populära och utåtriktade.¹⁶

Vad Goleman tar upp är ett arbetssätt som tränger djupare och som liknar det som brukar kallas ”det goda samtalet”.

Optimism en viktig ”skyddsfaktor”

Att ha en emotionell kompetens gör att vissa ungdomar skiljer ut sig från andra även om de lever under i stort sett lika ”hårda” villkor. Goleman skriver:

Långtidsstudier av hundratals barn som vuxit upp i fattigdom, varit utsatta för övergrepp eller har en psykiskt sjuk förälder visar att de som har kraft att klara av även de svåraste förhållanden har vissa centrala emotionella färdigheter. Till dessa hör bl. a. en vinnande personlighet, som får människor att dras till dem. Hit hör även självtillit, en optimistisk ihärdighet trots misslyckanden och motgångar, förmåga att snabbt återhämta sig efter känslomässiga påfrestningar och en sorglös läggning.

Daniel Goleman ger i sin bok en rad exempel på utvärderade program för att utveckla barnens emotionella kapacitet. Olika studier har visat att sådana insatser är väl så effektiva än att mera renodlat fokusera på t.ex. alkohol och narkotika.¹⁶

“Mias dagbok”

Mias dagbok är ett undervisningsmaterial för ungdomar i åldrarna 13-15 år. En nordisk arbetsgrupp har tagit fram materialet och det används i hela Norden. Mias dagbok omfattar tio lektioner och består av elevblad med dagboksanteckningar och arbetsuppgifter, elevpärm samt en lärarhandledning. Materialet är avsett för årskurs sju eller åtta.¹⁷

Varje lektion inleds med att eleverna får arbetsblad där de läser några av Mias dagboksanteckningar. Därefter kan man arbeta med flera uppgifter som hjälper eleverna att bearbeta olika frågeställningar som utgår från händelser skildrade i dagboken. Eleverna sätter efterhand in bladen i sin dagbokspärm. Det är 2-3 arbetsuppgifter till varje lektion. De övergripande målen med hela materialet är: a) att ge eleverna en grundkunskap om alkohol och dess skadeverkningar, om alkoholpolitik, traditioner m.m, 2) att stärka elevernas självkänsla genom att öka deras kännedom om sig själva och sina kamrater, 3) att hjälpa eleverna att klargöra sina värderingar, vad de innerst inne tycker och tänker om alkohol och drickande, 4) att träna elevernas förmåga att fatta beslut och handla genom att de får föreställa sig och träna handlingar i olika situationer.

Resultaten från utvärderingarna visar att man inte kan se någon effekt på alkoholbruket, men däremot framhålls att programmet har ett stort egenvärde, eftersom det har fångat elevernas intresse. En av slutsatserna är också att materialet har den starkast förebyggande effekten hos den grupp som inte själva har erfarenhet av alkohol. ”Förhoppningsvis har dessa inte ännu fått några alkoholvanor och de kan då lättare stå fast vid den hållning de har”, skriver utvärderarna.

VÅGA – säga nej till narkotika

Huvudsyftet med VÅGA-programmet (i den amerikanska modellen kallat DARE) är att eleverna skall ”vaccineras” mot droger. Det går ut på att lära sig säga nej och den främste aktören är polisen. Det är ett av världens största drogförebyggande program och omsätter miljoner dollar i USA.

Programmet omfattar en termin i årskurs 7 och består av sju lektioner, med dels information om olika droger, dels övningar som går ut på att barn och ungdomar skall lära sig säga nej. Det är således ett tidsmässigt omfattande program.

Ca 2 000 skolor har använt sig av programmet. Forskaren Peter Lindström, BRÅ, som utvärderat VÅGA-programmet i Sverige anser att programmet inte gett sådana resultat att man bör fortsätta med det. Snarare har effekterna blivit de motsatta.

Bland de elever som säger att de har ett svagt intresse för skolarbete och som deltagit i VÅGA-programmet har 18 procent i årskurs 8 lust att pröva droger. Motsvarande siffra för dem som inte har deltagit i programmet är 11 procent. I förmätningen innan programmet startade uppger 8 procent av de med svagt intresse för skolan, både i VÅGA-programmet och i kontrollskolorna, att de haft lust att pröva. Denna effekt går givetvis tväremot intentionen med programmet.

I utvärderingen ingår också deltagande observationer som visade hur goda avsikter lätt kan missförstås. Informationen om olika preparat, hur de ser ut och hur de verkar snarare kan uppmuntra till att pröva än att hålla sig från narkotika. Det blir en preparatinformation som är helt onödig. De ger ett exempel på hur polisen låter en provkarta med olika droger cirkulera i klassrummet. Den diskussion som uppstår i smågrupper, till exempel bland de mest skoltrötta nere i klassrummets ena hörn, har man ingen koll på. Någon säger ”Vilken narkotika tycker du ser häftigast ut?”.¹⁸

”Drogförebyggande projekt” i skolan

Ett stort antal projekt genomförs varje år för att förebygga alkohol- eller narkotikamissbruk hos framför allt ungdomar på högstadiet. Folkhälsoinstitutet har i en utvärdering granskat dessa. Syftet med de flesta projekten är att minska efterfrågan på alkohol och narkotika. Det finns också satsningar på grupper som anses löpa större risk att bli högkonsumenter av alkohol eller fastna i missbruk av narkotika.

Den vanligaste riskgruppen bland projekten är barn till missbrukare. En annan riskgrupp är ungdomar som skolkar, då ofta flickor som skolkar och missköter skolan. Insatserna sker i högstadiet och på gymnasiet. Tonvikten ligger på 14-15-åringar. De vanligaste arbetssätten är informativa (temadagar med f.d. alkoholister och narkomaner, videofilm, studiecirkel med basfakta), eller normativa (värderingsövningar i grupp, kamratstödjare).

Resultaten av dessa insatser är ofta nedslående, vilket förklaras med ett antal olika skäl.

- Skolan är skyldig att informera om alkohol, tobak och narkotika. Detta genomförs också. Däremot menar man att det ställs inte några större krav på personligt engagemang, utan ämnet behandlas som vilket annat ämne som helst.
- Ämnet ges inte prioritet i tider av dålig ekonomi.
- Med ett ökande elevantal blir tiden för individuell handledning av eleverna mindre. Man vill inte avstå från lektionstid för främmande aktiviteter som till exempel droginformation.
- Ämnet har låg status.

I utvärderingsrapporten skriver man att ”på grund av bristande metodik har majoriteten av de metoder som används tyvärr ingen större förutsättning att nå ett gott resultat. Faktakunskaper avhåller få eller ingen från att pröva alkohol eller dricka sig berusad.” Man bortser från det faktum att drickandet eller fyllan innehåller mycket mer än den kemiska berusningen. Det handlar

om status, acceptans, gränsdragning mot föräldrar och annat som upplevs som positivt för den unge. ”Vi kan aldrig informera bort en känsla, utan att ersätta den med någon annan.”

Rapporten tar också upp peereducation vilket inte anses ha någon större effekt. Likaså diskuteras kamratstödjare, vilka av eleverna inte anses vara speciella förebilder för att inte börja dricka, men som däremot har andra positiva effekter.

En slutsats är att skolan får bära en för tung börda ensam både att nå barn och ungdomar generellt i skolan och dessutom riskgrupperna. ”Skolan behöver få stärkt stöd från socialtjänst, fritidsförvaltning, PBU etc.” Här behövs ett kontinuerligt samarbete påpekas i studien.

Rapporten rekommenderar att ämnet bör introduceras tidigare, att mer jagstärkande metoder skall användas, att föräldrar behöver bidra så att ungdomar inte får tag på alkohol och att polisen bör minska tillgängligheten till alkohol och droger i närsamhället.¹⁹

”Konstgjord värld” – om anabola steroider

”Konstgjord värld” är en lärarhandledning om anabola steroider gjord av ett ungt ”gäng” i 25-årsåldern. De skriver i sin programförklaring att de är unga och därför själva minns hur det var när de gick i skolan. ”Vi menar att om droginformation skall lyckas är en av förutsättningarna ett aktivt deltagande och engagemang från eleverna. Det är viktigt att det är kul och att det berör”, skriver de. De har flyttat fokus från traditionell ”biverkningsupplysning” till de frågor som handlar om värderingar, etik, känslor och normer. ”Lika viktigt som att eleverna tycker att det är kul och att det berör, är att läraren är intresserad av ämnet.”²⁰

Metoden bygger på dialog och framför allt diskussion och debatt. Läraren fungerar som debattledare. Utvärderingen visar att eleverna tyckt mycket om sättet att arbeta. Diskussionen har fått ett brett perspektiv och inte stannat vid ämnet ”anabola”. Utvärdering av skett via för- och eftermätning. Intervjuer har också genomförts. Viljan att använda anabola steroider var lägre efter genomförandet av projektet.²¹ Så här svarar en elev:

Det som var bra var att lektionen inte byggde på att vi skulle slå in massa fakta. Visst är det bra med kunskaper. Men man blir så trött på sådana kunskaper. Det mesta kan man redan och det låter bara fjantigt om läraren talar om knark eller anabola steroider för eleverna kan mycket mer om sånt. Och läraren lever inte i samma verklighet som oss. Nej, det var väldigt bra att läraren mer lät oss diskutera om rätt och fel. Och varför folk använder olika preparat. Och det var nog tur att läraren fanns annars kunde diskussionen har sparat ur. Nu tog vi det på allvar istället. Men det var bra att man fick ett faktahäfte efteråt så man kunde läsa om man var intresserad. Det var också bra att det inte bara handlade om oss ungdomar och vårt ansvar. Och vad vi har för fel på oss själva. Vi diskuterade i vår klass vad politikerna misslyckats med de senaste fem åren istället.

Alex, årskurs 3, gymnasiet

Speciellt verkar diskussionerna mellan killar och tjejer om kropp, skönhetsideal mm har intresserat eleverna. Så här säger några elever.

Det är sällan killar och tjejer får berätta om vad de tycker om varandra. Sådana diskussioner är alltid jättekul. Killarna blev faktiskt förvånade över hur fullt tjejerna tyckte det var med för mycket muskler. Det var också bra att diskutera anabola steroider och jämföra med anorexi. När vi diskuterade blev likheterna slående mellan tjejer som vill bli smala och killar som vill bli stora. Det är två sidor av samma mynt.

Jenny, års 2, gymnasiet

Sådana diskussioner är absolut det roligaste som finns. Det är ju det som är hemligheten att förstå hur tjejerna tänker. Jag tror att tjejerna tänker likadant.

Alex, årskurs 3, gymnasiet

Intervjuer har också gjorts med lärare som deltagit. Det breda angreppssättet har passat gymnasieeleverna, som tycker om debatter om samhällsfrågor.

Debatterna är lika bra för oss lärare, då vi lär oss mycket av och om eleverna. I diskussionerna framkommer flera nya uppslag och infallsvinklar om doping som jag själv aldrig tidigare tänkt på. Debatterna ledde till väldigt bra diskussioner där det ibland var omöjligt att få dem att sluta. Mycket handlade om individen och samhället. Och inte i någon klass har vi stannat vid ämnet anabola. Frågor om samhället, etik och normer är också frågor som passar gymnasieskolan väldigt bra. Eleverna är mogna och tycker om sådana diskussioner. Det är ofta då man börjar forma sina politiska åsikter.

En annan sak är att diskussionerna visar på pojkarnas känslighet inför flickorna. Ofta fokuseras diskussionen om dålig självkänsla på tjejers dåliga självkänsla. Ett gott självförtroende förutsätts nästan hos pojkar och män. Tjejer ser ofta på killarna som om de över huvud taget inte har några känslor, killar gråter ju inte... Det blir befriande när killarna upptäcker att de övervärderar kroppens betydelse när det gäller att attrahera tjejer: "Vi tycker om er ändå och det är inte kroppen som räknas".

Kvinnlig gymnasielärare

Några ungdomars röster om hälsoundervisning

I referensmaterialet och antologin "Är Pippi Långstrump en hälsoupplysare eller hälsorisk?" ingår som en artikel intervjuer med sju ungdomar från Östersund och Stockholm.²² Syftet var att få kunskap om ungdomars egna tankar om vad som är viktigt för att de skall må bra och hur de uppfattar hälsoundervisningen i skolan. Det är påfallande tunnsått med kvalitativa studier inom detta område, trots att miljontals kronor har satsats på olika upplysningskampanjer till ungdomar.

Det är stor skillnad mellan hur dessa ungdomar själva uppfattar vad de mår bra av och den hälsoundervisning de får i skolan. Ungdomarnas synpunkter på hälsoundervisningen i skolan kan sammanfattas med en önskan om mer dialog och ett innehåll inriktat på den psykiska hälsan. Ju

mer dialog de haft med sin lärare, desto närmare kommer innehållet deras egen verklighet.

Ordet hälsa förknippas ofta med det som är tråkigt eller extremt hälsosamt; att motionera, äta morötter, vitaminer, att inte stressa. Att leva sunt helt enkelt.

När ungdomarna sedan diskuterar vad hälsa innebär för dem själva, talar man främst om sin psykologiska och sociala situation. Sitt välbefinnande relaterar de till omgivningen; att ha det bra med familj, vänner, pojkvännen eller flickvännen, med skolan – betygen, lärarna, kamraterna.



Deras egna upplevda svårigheter, som mer handlar om livet självt, kommer lätt bort. Att hälsa traditionellt varit mer knutet till medicinska frågor, till sjukdom och död, har säkert gjort att ungdomarna upplevt att det inte är deras verklighet man talar om. Relationer, sökande efter en egen identitet, om självkänsla, kroppskänsla – de existentiella frågorna är mer närliggande.

Undervisning eller upplysning till ungdomar har ofta ett vuxenperspektiv. Det blir lätt ett ”vi” och ett ”dom”. Ett exempel är området rasism. Rasistiska uttryck skall motverkas genom information i skolor, samtidigt som de vuxna är dem som leder samhällets ”diskurs” i sin syn på flyktingar och invandrare genom lagar, politiska beslut etc. Här är ungdomar utelämnade till de vuxnas analys och värderingar. Den samhälleliga överbyggnaden skapar en syn som inte enbart får bli ungdomars ansvar, utan även de vuxnas.

Ungdomarna uttrycker i intervjuerna kritik mot den uppifrånkommande informationen, där de sällan får komma i en verklig dialog med en vuxen.

Ungdomarna tycker också att man alltför lite diskuterar varför man röker och dricker.

Skolan är väldigt stängd för öppna diskussioner. Det blir aldrig så att man diskuterar orsakerna, utan det blir fakta. Det är farligt, och det är farligt. Redan i lågstadiet fick vi affischer med cigaretter att göra ett kors över. Rök inte, du får cancer, skrev vi. Man pratar aldrig om varför man dricker, varför man röker, det är ju där grunden ligger. Man borde prata mer på den nivån, tycker jag.

Vi har hört alltsedan lågstadiet att det är farligt att röka. Man kan ta fem minuter av den lektionen till att prata om fakta, men sedan resten av tiden borde man inrikta sig på det psykiska: hur man mår i puberteten, det här med att hitta sig själv, hitta sin egen person. Att man pratat om det. Någonstans bottnar det säkert i en osäkerhet att man röker.

Pia, 17 år

Hälsobudskap omvandlas lätt till ”inte-frågor” – du skall inte röka, du skall inte dricka. Att alltid stoppa in ordet inte gör att man närmar sig hälsan utifrån negativa förtecken. Pia säger i slutet av intervjun; ”det blir aldrig några diskussioner om varför vi mår bra. Hälsa borde väl ändå vara något positivt?” Är det så att det är lättare att vara ogräsbekämpare – än gödslare?

Röster från några forskare

Det här avsnittet berör utvärdering och forskningsresultat av olika metoder. Nedan ger några forskare sin syn på undervisning och upplysning om tobak, alkohol och narkotika.

”Hitta andra goda alternativ”

I likhet med andra forskare nämner psykolog Hilde Pape i en forskningsartikel att resultaten om upplysningens reella effekter ”inte är speciellt uppmuntrande”. Alkoholen är omgärdad av många känslor som utgör grunden till alkoholens popularitet bland unga.

Eftersom alkoholen bidrar till att tillvarata en rad viktiga psykosociala funktioner i ung-

domstiden, bör det förebyggande arbetet hitta andra goda alternativ till tonårsdrickandet, menar Hilde Pape, d.v.s. aktiviteter som bland annat främjar ”sociabilitet”, sammanhållning och en upplevelse av vänskap. Dessa kan också fungera som ”beteendemarkörer” på att man förlorat barndomens rike.

Hilde Pape nämner också samhällets alkoholpolitik som stöd för de unga. Att satsa på ökad kontroll och begränsning av unga människors tillgång till alkohol.

Eftersom ungdomar ofta värdesätter alkoholens verkningar särskilt högt, bör olika alkoholpolitiska åtgärder i högre grad tas i bruk. Dessutom bör man sörja för att existerande regler genomförs. Resultat från en representativ studie i Bergen understryker detta. Den visar att hela 14 procent av 16-åringarna hade varit på en pub med 18-årsgräns i loppet av de sista två veckorna. Ungdomar som på detta sätt kunde undgå gällande bestämmelser utmärkte sig för att ha mycket hög alkoholkonsumtion.

Studier av alkoholens negativa verkningar bidrar till att understryka behovet av en aktiv förebyggande insats riktad mot barn och unga, menar Hilde Pape. En sådan insats kan, om man lyckas, bland annat reducera alkoholrelaterade skador och olyckor. Samtidigt är det säkerligen möjligt att därmed också dämpa unga människors högkonsumtion.

Pape menar, att eftersom det enligt hennes resultat finns en viss stabilitet i dryckesvanorna från det man är ung upp till vuxen ålder (obs. för de som debuterat mycket unga) är det speciellt viktigt att nå de unga storförbrukarna.²³

Pape avslutar med en efterfrågan om mer forskning som kan besvara flera frågor:

Vi vet t.ex. lite om vad som ligger till grund för stabiliteten i unga människors dryckesvanor. Det är också oklart varför det finns ett samband mellan tidig alkoholdebut och senare högkonsumtion. Det finns också många obesvarade frågor om sambandet mellan ”problemdrickande” och cannabisbruk.

Att arbeta med ett köns- och klassperspektiv

I en studie med syftet att få kunskap om hur ungdomarna uppfattat budskapet från affischkampanjen ”Svart på vitt”, framkommer hur ungdomar skiljer sig åt som grupp, både när det gäller kön och klass.²⁴

Gunilla Jarlbro, sociolog, som gjort studien, menar att ungdomsgruppen inte bör ses som en homogen grupp. Det är viktigt att ha både ett klass- och ett könsperspektiv.

Den moderna ungdomsforskningen har i allt större utsträckning poängterat de stora skillnader som finns mellan olika ungdomskulturer – resultat som onekligen ligger i linje med det vi funnit i denna undersökning. Ungdomar utgör givetvis inte heller en homogen grupp beträffande förhållningssätt till hasch och övriga droger, dvs. de strukturerar sina erfarenheter olika beroende på varierande sociala bakgrundsfaktorer.

Så uppfattar pojkarna på de praktiskt inriktade programmen att hasch är som en drog, precis som alkohol, fast t. o. m. något bättre, medan pojkarna på de teoretiska programmen har en inställning som mera ligger i linje med lärarnas uppfattning.

När det gäller flickorna på de teoretiska programmen lever de långt från hasch, medan flickorna på det individuella programmet har vänner som regelbundet röker hasch.

Svårt att påverka via kampanjer

I studien framgår att ungdomarna inte tycker om att kampanjen använde sig av ironi i samband med ett allvarligt ämne. Framför allt högstadieungdomarna tycker att det är detsamma som att inte ta ungdomarna på allvar. Ungdomarna tycker också att myndigheterna saknar kunskaper om hur unga människor faktiskt lever samt att man har en övertro på att affischer kan förändra människors inställning till droger.

I antologin "Är Pippi Långstrump en hälsoupplysare eller hälsorisk?" skriver Gunilla Jarlbro om sin syn på massmediakampanjer. Hon uppmanar i artikeln myndigheter att först reflektera över om hälsoproblemet verkligen är ett informationsproblem eller ett sätt för politiker och myndigheter att visa att man tar ett hälsoproblem på allvar. Det behövs mer teoretiskt och analytiskt tänkande i inledningsfasen, menar hon. Man löser inte t.ex. en negativ självbild med en traditionell annonskampanj. För det behövs betydligt mer förfinade strategier.²⁵

"Låt polisen göra det dom är bra på"

Peter Lindström, som utvärderat VÅGA-programmet anser att alkoholen bör prioriteras i undervisningen i stället för narkotikan. Han anser också att elever vid sidan om polisen, bör få möta brottsoffer, anhöriga till missbrukare, personal från social-, kriminal- och narkomanvården och göra studiebesök på åklagarmyndighet och domstol.

VÅGA-programmet, menar Peter Lindström, hör mest hemma på högstadiet och inte på lågstadiet. Stor hänsyn måste tas till barns utvecklingsfaser. Han anser att polisen i arbetet med att förhindra missbruk bör prioritera att narkotikan inte blir tillgänglig för ungdomar. Det är en del av deras profession.

Polisens ökade engagemang i drogförebyggande undervisning i allmänhet och satsning på VÅGA-programmet i synnerhet är alltför resurskrävande och ineffektivt och kan, om det över huvud taget ska användas, genomföras av andra. Polisens resurser ska prioriteras till områden där de gör bäst nytta, som t.ex. analyser av den lokala drogmarknaden, på vilka platser eller bostadsområden narkotikahandel förekommer; vem säljer, när och var? Riktade insatser i samarbete med bostadsföretag, affärsidkare och socialtjänsten har i andra länder visat sig vara, i vart fall på kort sikt, framgångsrika.

Ett annorlunda upplägg av brottsförebyggande arbete (som är en del av arbetet mot narkotika) har enligt Peter Lindström lagts upp i Norge. I ämnen som samhällsvetenskap, historia och religionskunskap kommer de norska skolungdomarna tillsammans med sina lärare och inbjud-

na föreläsare att diskutera kring teman om moral, etik, brottslighet och narkotikamissbruk. ”En titt över kölen kan kanske lära oss ett och annat”, säger Peter Lindström.

Att förstå trotset hos tonåringen

Varken vuxna eller barn låter sitt liv styras enbart av logik, vilket vi nog i många andra sammanhang skall vara tacksamma för, säger Ulla Marklund, forskare och anställd vid Folkhälsoinstitutet. Hon ställer frågan hur man kan göra vissa saker så viktiga för en människa, att de påverkar hennes handlingar. Det är, menar Ulla Marklund, viktigt för ungdomar att vara självständiga och det gäller ytterst människans förmåga att påverka sin egen situation. ”Kan man få dem att inse, att de genom rökningen påverkar sin miljö, sin hälsa och ekonomi och därmed sina och andras möjligheter att välja självständigt? Detta är ett sätt att närma sig det hela”, menar Ulla Marklund.

Ulla Marklund tycker att man i undervisningen bör vara uppmärksam på att inte ytterligare förstärka det naturliga trots, som ungdomar har gentemot vuxengenerationen under tonårstiden.

Jag tror inte man löser det med information, det måste komma fram via diskussioner och förankras hos dem själva. Det är ju uppenbart, att de själva upplever rökningen som ett problem, men de vill givetvis inte ha några vuxna som talar om för dem vad de skall tycka. Det ligger fortfarande ganska mycket av trots i rökningen.

Ulla Marklund tycker att årskurs fem verkar vara en viktig årskurs vad gäller möjligheter till påverkan i tobaksfrågan. Eleverna är fortfarande negativt inställda till rökning, de vill egentligen inte röka men behöver all hjälp de kan få att stå emot den påverkan de utsätts för. Frågan är då vilken form denna hjälp skall få, menar Ulla Marklund. ”Det förefaller som om kunskap om skadeverkningar väger ganska lätt. Största problemet i sjuan tycks vara att man har tråkigt. Vad som helst som bryter rutinen är välkommet”.

Att hitta en tillhörighet till gruppen

Vilka konsekvenser får resultaten av forskning för det förebyggande arbetet? Denna fråga ställdes till de båda forskarna Margareta Norell och Philip Lalander, vars forskning presenterades i avsnittet ”Ungdomar och ruset”.

Philip Lalander anser att det hos de tre studerade grupperna i hans forskning handlar det om identitet – att hitta sig själv och en tillhörighet till gruppen.

Identiteten är ett svar på grundläggande existentiella frågor som alla vill få besvarade: Vem är jag? Hur ser samhället ut? Det tror jag många gånger kan vara starkare än de rationella argumenten för eller emot drickande. Det finns en urkraft inom människan att veta vem man är.

Men är det möjligt att nå dessa ungdomar i skolan med upplysning om alkohol? Philip Lalander tror att det kan vara problematiskt att nå alla ungdomar med en upplysning som ges i en överpedagogiserad form.



De har ju berättat för mig hur de ser på dom som upplyser. Det är i stort sett idioter, med deras ord, som försöker lura oss. De är avståndstagande mot etablissemangen där skolan är en del.

Philip Lalander talar om att ha en flexibel strategi och att komma nära i ett samtal. Speciellt hos de liberalkonservativa, som kände sig missförstådda av de vuxna, fanns en längtan att prata med någon som lyssnade.

Det är ingen idé, menar Philip Lalander, att överösa dem med kunskaper som de redan har eller inte intresserade av. "Man skall inte räkna med att folk behöver upplysas":

Det kan vara ett sätt att till ungdomar säga: "Ni vet inte någonting." Det är lättare att arbeta med mindre grupper, då får man lättare igång ett samtal. Då kan man känna om de behöver upplysas. Man kan ställa frågan om vad man

får ut av att dricka sig full. Då märker man deras inställning, om de behöver ”upplysas” eller inte? Bara genom den frågan.

Ju mindre envägskommunikation desto bättre, poängterar Philip Lalander. Om man ”laddar ut” allting, t.ex. i en storföreläsning, ser man inte ungdomarna som individer. Det är just det som många ungdomar är arga på.

”Vill inte bli fulla på fel sätt”

I förordet till avhandlingen ”Berättelser om ruset” skriver de båda forskarna Margareta Norell och Claes Törnqvist om betydelsen av att skilja det lyckade bruket från det misslyckade bruket. Detta är en av skärningspunkterna i upplysningsarbetet om alkohol. Margareta Norell menar att vi får inte överlämna hela detta område om ruset och dess betydelse till ungdomarna själva – utan vuxenstöd.

Det är svårt att inte få lov att prata om bruk och missbruk med tonåringarna. Vi får absolut inte lämna detta område till dem själva. Ungdomarna försöker komma fram till ett lagom och vuxet drickande. De säger själva att ”när man var sjutton då bara drack man”. Det är genomgående så i alla de grupper vi intervjuat, att man vill inte bli full på fel sätt. Och ju mer man pratar med ungdomar och där de får uttrycka sig själva om detta, ju bättre kan de klara av det. Då kan man inte stå och säga att ”Du skall inte dricka, du skall inte dricka”. Det hjälper ju ingen.

20-årsgränsen utelämnar flickorna till pojkarna

Forskningen visar också hur ungdomar finner det inkonsekvent att man får dricka alkohol på restaurang när man är 18 år men inte köpa ut på Systembolaget förrän man är 20 år. Framför allt får det konsekvenser för de unga kvinnorna, anser Margareta Norell och tycker att flickorna och de unga kvinnorna lever mycket på de manliga premisserna. De blir alltför mycket hänvisade till männens sätt att blanda vin och sprit, hembränt etc. Det är pojkarna som har kontrollen över spriten.

Jag ser det också lite som en kvinnofråga. Idag är det pojkarna som ordnar spriten och i vissa grupper bli detta hembränt. Flickorna får försöka späda ut det bäst dom kan, i stället för att gå och köpa det vin de tycker om. Det skulle underlätta att prata om det lyckade och det misslyckade ruset – för vi vet att gymnasieungdomar dricker idag. Vi kan inte dra ner en gardin...”Nej, de dricker inte och det skall de inte göra”.

De som ökat sitt drickande de senaste åren, det är flickorna, men Margareta betonar att detta med att bli full, det är egentligen inte något flickorna vill eller tycker är speciellt kul. Vi vuxna måste börja våga se och våga vara mer ärliga, vilket skulle kunna hjälpa dem till ett mer ”lyckat” drickande, anser Margareta Norell:

Där tror jag det finns en hel del att göra genom att prata med tjejerna. Men inte på det moraliserande sättet, utan att de tillsammans i ett samtal kommer fram till "hur vill jag använda alkoholen?". Vi vuxna måste föra sådana samtal med tonårsflickorna idag.

I likhet med Philip Lalander betonar Margareta Norell samtalets betydelse. Men, menar hon, det behöver befrias från moralismen och vi måste ta flickorna på allvar. Tjejer är inte dumma, de vill ju kunna hantera alkoholen på ett sätt som är bra för dem". Med ett ärligare samtal skulle man framför allt vinna i trovärdighet hos ungdomarna.

Teorier och begrepp i hälsoarbetet

HÄLSOFRÄMJANDE INSATSER KAN HA OLIKA INRIKTNING och olika perspektiv. Begrepp som förebygga, främja, empowerment, handlingskompetens, stödjande miljöer, mening och sammanhang hörs i det bakgrundsbrus av begrepp och teorier som hälsoarbetet utvecklas i.

Dessa teorier kan på olika sätt appliceras i hälsoarbetet med tobak, alkohol och narkotika. I grunden handlar det om att göra individen starkare och utgå från den unges behov, verklighet och engagemang.

Att bygga "stödjande miljöer" – och "stödjande relationer"

Ett paradigmskifte har skett de senaste tio åren i sättet att arbeta med hälsofrågor. Det har gått från att förebygga sjukdom till att främja hälsa och bygga stödjande miljöer.

Perspektivet förskjuts således från förebyggande arbete byggt på ett sjukdomstänkande till att främja hälsa på livets vardagsarenor – hemmet, skolan, boendet, arbetsplatsen men även hälso- och sjukvården. Den hälsofrämjande skolan är här uttryck för ett arenatänkande. Dessa tankar har professor Bo Haglund utvecklat i artikeln "Från risktänkande till stödjande miljöer".¹

En av de mest centrala tankarna i begreppet är att eleverna själva ska definiera behov och

problem istället för de professionellas idéer och föreställningar om vad som är barns och ungdomars behov. Genom förskjutningen och betoningen av stödjande miljöer för hälsa avmedikaliserar hälsofrågorna och andra aspekter får ökat spelutrymme. Det blir således mer nerifrån än uppifrån styrt. Detta ligger också i linje med 1994 års läroplan, som betonar inflytande och ansvar.

Enligt Bo Haglund har hälsoarbetet varit inriktat på enstaka hälsoproblem utan helhetsperspektiv. Traditionell hälsoundervisning fungerar främst kunskapshöjande. En beteendeförändring uppnås först efter mycket stora insatser, vilket medfört att nya metoder utvecklats för hälsoarbetet i skolan, främst baserade på socialpsykologiska inlärningsteorier. Ofta arbetar man med individorienterade värderingsövningar, där elever skall lära sig att säga nej till att röka. Men dessa kan sakna ett helhetsperspektiv, de fokuserar ett problem i taget, t.ex. rökning eller alkohol. Så har undervisning i kost har sällan fått sin tillämpning i skolmatsalen.

Det andra angreppssättet, det horisontella, är att hela skolan involveras i denna fråga. Alla skall vara med och föra en diskussion om hur man ska hantera rökfrågan på sin skola. Vad skall vara tillåtet/icke tillåtet på vår skola? Hur skall lärarna förhålla sig till eget tobaksbruk? Då finns det en gemensam vilja, ett positivt angreppssätt, till skillnad från det andra synsättet "blame the victim", vilket är detsamma som att säga, att på den här skolan accepterar vi att man röker, men du skall som individ lära dig att säga nej.¹

Hälsoarbetet är därför inte enbart en fråga om individuellt ansvar för hälsan utan även ett kollektivt ansvar för levnads- och livsvillkoren för barn och ungdomar. Ofta kan man höra makthavare uttrycka oro över ökad alkoholkonsumtion hos ungdomar, samtidigt som alkohol idag är mycket lättillgängligt, fritidsgårdar med stödjande vuxna har stängts, skolans resurser stramats åt och flera s.k. drogfria miljöer eller mötesplatser har försvunnit.

Förebygga och främja – två perspektiv

Det är lätt att tala om vad man är mot – men svårare att ange vad man är för.

Ett främjande perspektiv inom områdena alkohol och narkotika skulle med nödvändighet vända blicken mot de djupare liggande orsakerna till att t.ex. fastna i missbruk. Det skulle också innebära att hitta nya, positivare ord och begrepp.

Enligt WHO:s definition omfattar hälsa – utöver frånvaro av sjukdom – också välfärd och det goda livet. Bjarne Bruun Jensen, lektor vid Danmarks Lärarhögskola i Köpenhamn, menar att de flesta aktiviteter utgår trots detta från sjukdomsperspektivet. I budskapen smyger sin in en försakelseideologi. Det hälsosamma är förknippat med det som är olustfyllt: "Crusli smakar nästan för gott för att vara sunt!" säger man i Danmark i reklam för müsli.

Hälsoarbetet behöver bryta med sin naturvetenskapliga grundsyn. Bjarne Bruun Jensen anser att naturvetenskapen i stort sett haft patent på hälsoarbetet i skolan.²

Skillnaden mellan de båda begreppen förebygga och främja kan tydliggöras på följande sätt.

Det är lätt att tala om vad man är mot
- men svårare att ange vad man är för.

Förebygga

varför mår vi dåligt?
 sjukt
 olust
 förhindra
 delar
 individuell
 onda krafter
 ogräsmedel
 negativ
 effektcentrerad
 linjär
 utrota
 hierarkisk
 styra, kontrollera
 uppifrån

Främja

varför mår vi bra?
 friskt
 lust
 stärka, lägga till
 helhet
 kollektiv
 goda krafter
 gödsel
 positiv
 handlingsorienterad
 cirkulär
 stimulera
 horisontell
 tillit, tilltro
 nerifrån

Det innebär inte att begreppen förebygga och främja står mot varandra. Båda inriktningarna behövs, men erfarenheterna från t.ex. hälsoarbete i skolan visar att trots att man tar ordet främja i sin mun är man egentligen inriktad på att förebygga sjukdom.³

Så har de flesta hälsoområden namn med anknytning till sjukdom eller symptom – hiv/aids, ätstörningar, sexuellt överförbara sjukdomar. Eller så bär de namn efter preparat – tobak, alkohol, narkotika, anabola steroider.

Empowerment

En del av diskussionen om nya strategier kring elevinflytande kan sammanfattas under begreppet empowerment, vilket innebär att undervisningen strävar efter att ge ökad handlingskompetens och möjliggöra för barn och ungdomar att själva engagera sig för förändring av sin egen verklighet – med stöd av vuxna.

Empowerment är ett begrepp som funnits länge, men som återigen börjat användas i olika sammanhang. Empowerment är svårt att översätta. Det är lättare att säga vad empowerment inte är: alienation, hjälplöshet, maktlöshet, hopplöshet. Empowerment är dess motsats: gräsrotsorganisering, självtillit, självstyre, makt, egenkontroll, kompetens etc.

Empowerment innebär en utveckling av något positivt. Prevention innebär mera något stoppande av något som uppfattas negativt, en sjukdom, en åkomma. Prevention ser på det förgångna, empowerment siktar mot framtiden.

Empowerment innebär en rörelse, en förändring och det är en pedagogik att nå dit. Det är en utmaning för människor på alla nivåer – dels för ”gräsrötterna” (barn och ungdomar, föräldrar) att aktiveras och genomsåda den egna verkligheten, dels för dem som har makten (lärare, myndighetspersoner) att ha tilltro och tillit till att människorna ”nerifrån” – i det här fallet barn och ungdomar – verkligen ha de inre resurserna att klara detta. Ur detta kan sedan

den egna självtilliten växa med känslan att vara värdefull, att jag kan. Ett exempel är när eleverna på ett gymnasium i Malmö inte längre kunde acceptera fler nedskärningar, med en försämrad undervisning som följd, utan helt enkelt strejkade och gjorde politikerna uppmärksamma på att ”nu hade de fått nog”. De uppnådde också resultat. Politikerna lyssnade och drog tillbaka beslutet om ytterligare nedskärningar.

Den folkliga hälsomodellen

Tankegångarna om en folklig hälsomodell kommer ursprungligen från Rappaport som i en artikel från 1981 riktar kritik mot den klassiska preventionsmodellen. Han försöker i artikeln formulera ett alternativ, vilket leder fram till en alternativ modell, empowermentmodellen.

Preventionsmodellen och empowermentmodellen är till stora delar oförenliga. Den ena har ett uppifrån perspektiv, den andra ett nerifrånperspektiv. I hälsofrämjande arbete kan dock ett preventionstänkande vara förenligt med ett empowermenttänkande, när insatserna handlar om att öka individens egen kompetens och handlingsutrymme, när stödet utvecklas på individens egna villkor och inte utifrån ett uppifrån perspektiv.⁵

	Klassisk folkhälsomodell	Den folkliga hälsomodellen ⁶
Vem definierar problemet?	Experten	Medborgaren; mäns och kvinnors röster lika viktiga; vi är alla experter var och en på sitt sätt.
Förändringsidé	Förändra genom att förhindra och intervensera	Förändra genom att förhindra, lägga till och stärka
Drivkraft/idealtyp	Ingenjörer	Eldsjälen
Vilken kunskap räknas?	Den tekniska; den administrativa	Den folkliga, hand i hand med den akademiska
Vad skall ändras?	Beteenden genom förändrade attityder; omgivningen	Stärka egna resurser; handlingskompetens; fördjupa demokratin; ändra betingelser
Upplysningsideal	Top-down; subjekt-objekt; Normativ (t.ex. 6-8 brödskeivor om dagen)	Sida vid sida; subjekt-subjekt; tillsammans
Förutsättningar för varaktig förändring	Lojalitet; lydnad	Solidaritet; ansvar; mobilisering
Hälsa	Frånvaro av sjukdom	Närvaro av välbefinnande

Även här åskådliggörs en perspektivförskjutning – från ett vertikalt till ett horisontellt tänkande, från uppifrån till ett nerifrånperspektiv. Över huvud taget har forskning och expertkunskap varit

mycket rådande i traditionellt hälsoarbete om tobak, alkohol och narkotika. ”Agendan” har bestämts uppifrån i de flesta fall. Forskningen har dominerats av medicinsk vetenskap och mycket lite forskning har byggts på kvalitativa metoder där ungdomars egen ”visdom” kommer fram. Syftet har varit att förändra beteenden och mindre att stärka egna resurser. Ungdomar har varit och är fortfarande mera objekt än subjekt i kommunikationen vuxen-ung.

Ju mer ungdomar själva kan bestämma dialogen utifrån sina frågor och sina vardagsserfarenheter, ju mer närmar man sig ett empowermenttänkande.

Att växa inåt – men också utåt

En modell som denna ställer självklart frågor som: Hur kan man arbeta med undervisning om tobak, alkohol och narkotikaupplysning enligt denna modell? Vad krävs för att man skall bli mer handlande?

Ett arbete inriktat på empowerment har tre viktiga steg.⁷

1. Det kunskapsmässiga stadiet (jag får kunskaper om hur min egen och min ”grupps” position ser ut i relation till övriga samhället.)
2. Det känslomässiga stadiet (tycker jag om det jag ser, tycker jag det är OK?)
3. Det viljemässiga stadiet (jag handlar och vill åstadkomma något beroende på vad jag sett och tyckt.)

Den inre förändringen är en förutsättning för en yttre förändring. Begreppen kan också uttryckas som ”psychological empowerment” och ”community empowerment”.

Det är det känslomässiga stadiet som skapar energi för handling men det är ofta det stadiet som utelämnas, bland annat på grund av tidsbrist i skolan. Följden blir att man försöker hoppa från kunskap till handling och att insikt kan ske utan att lägga tid på steg två.

Kanske är det så att steg två rent av är ant-undervisningens men också hälsoundervisningens akilleshäla. De metoder och material som används tar mycket lite avstamp i att känslomässigt bearbeta. Det är stor skillnad med att komma underfund med vad man tycker (eller ska tycka) – som i de ofta förekommande värderingsövningarna – och vad den känslomässiga upplevelsen är. I och med att alkohol fortfarande omgärdas av tabun blir det inte riktigt tillåtet att föra en dialog om det som ligger känslomässigt nära, t.ex. rädslor, osäkerhet, ruset, alkohol och sex. Det finns risk att det blir mer ytliga diskussioner än djupare samtal.

Empowerment i skolan?

I boken ”Seendet och seendets villkor” diskuterar Bengt Starrin och Curt Hagqvist empowermentbegreppet i skolan i sin artikel ”Empowerment och lokala studier, vägar till kunskap och förändring”. De menar att begreppet är komplext men vore en viktig strategi för att öka elevinflytandet. Empowerment, menar författarna, är ett speciellt sätt att tänka om sig själv, t.ex. att man känner sig värdefull, att man känner att man har förmåga att fullfölja en handling, att man har tillit till sig själv och andra. Men också att samhället, t.ex. skolan, med sina strukturer, faktiskt kan förändras och att man själv kan påverka detta skeende. De skriver:

”Med andra ord refererar empowerment både till den subjektiva erfarenheten och den objektiva verkligheten, både till människans inre och yttre förhållanden, både till insikt och utsikt.”

En viktig aspekt av empowerment bland barn och ungdomar rör relationen mellan dessa och vuxna människor. Förhållanden mellan dem kan inte blir jämbördigt. De skriver: ”Även om syftet är vällovligt kan därför vuxna människor enligt detta synsätt inte ge empowerment till maktlösa ungdomar. Vuxna kan dock bidra genom att forma och strukturera erfarenheter på ett sätt som underlättar för ungdomar att stärka och maktgöra sig själva... En fokusering på ungdomarnas självaktiviteter utesluter således inte en aktiv vuxenmedverkan. Genom att exempelvis skapa stödjande strukturer kan strävanden mot ökad empowerment bland barn uppmuntras.”⁸

Handlingskompetens – enligt dansk modell

I de danska ”sundsfræmmede skolen” betonar man begreppet handlingskompetens, vilket ligger nära empowermentbegreppet.

Bjarne Bruun Jensen skriver följande:²

En hälsofrämjande skola är inte nödvändigtvis en skola där ingen röker eller dricker alkohol, där alla motionerar eller äter fiberrikt bröd och väl sammansatt kost.

Skolan är tvärtom en tummelplats där eleverna upplever glädje och tränar sin förmåga att påverka sina egna liv och det samhälle de skall växa upp i.

Hälsoundervisning handlar därför inte om att utveckla sunda barn, utan snarare om att utbilda barn, som visar sig förstå hälsans värde och som ökar elevernas handlingskompetens.

Jensen menar att ett viktigt syfte är att ”skolan skall motarbeta att handlingsförlamningen sprider sig till nästa generation”. Han förespråkar en undervisning som ökar handlingskompetensen. Fyra element bidrar till detta:

- Att få insikt om sambanden mellan individ, hälsa och samhälle
- Att känna engagemang, geist och livsglädje
- Att formulera visioner
- Att få erfarenhet av att handla

Det är förvånansvärt sällsynt hur lite man i hälsoarbete talar om betydelsen av att känna engagemang, få ”geist” och livsglädje. Det är motsatsen till ”ledan”, som berörs i avsnittet ”Hur mår skolan”. Flera professionella i framför allt storstadsförorter där många av ungdomarna har utländsk bakgrund, talar om en ny ”riskfaktor”, som har anknytning till ledan. En del ungdomar har tappat visionerna, drömmarna och skulle behöva få hjälp att uttrycka dessa. Det handlar om meningen med livet. Vad ska jag bli? Vad ska jag göra av mitt liv? Alla ungdomar, oavsett bakgrund, berörs av sådana samtal och skulle behöva stöd att samtala om dessa existentiella frågor.⁹

Ett paradigmskifte

Bjarne Bruun Jensen menar att det är stor skillnad mellan begreppen ”hälsoskola” och ”hälsofrämjande skola”. Enligt WHO kan man inte kalla insatser hälsofrämjande om de inte innehåller en ”empowermentkomponent”. I nedanstående schema visar han på skillnaden.

Moraliserande**Hälsoskola**

beteende
sjukdom
hälsa – ett stängt begrepp

Demokratisk**Hälsofrämjande skola**

levnadsvillkor och livsstil
livskvalitet och frånvaro av sjukdom
hälsa – ett öppet begrepp

Pedagogiskt begrepp

mål: beteendeförändringar
moraliserande, läraren som bestämmer
hälsoskola

mål: öka handlingskraften
elevbestämmande
hälsofrämjande skola

Dold läroplan

läraren som förebild
(rökning, alkohol, kost...)
skolans miljö (skolmaten, rökfria områden...)

läraren som förebild
(öppen, demokratisk dialog-partner)
skolans miljö (utmanande, stimulerande)

Skola/lokalsamhället

experter från samhället dras in i skolan eller klassen, ofta för att skrämja med historier från det verkliga livet.

skolan och eleverna undersöker och tar del i samhällslivet, fungerar som dialogpartner. Eleverna handlar och tas på allvar.

Evaluering

mätning av elevers beteende
(rökning, alkohol...)
specificering av betingelser i skolans kultur, liv och undervisning, som främjar beteendeförändringar.

mätning av elevers handlingskraft
(tankar, engagemang, visioner)
specificering av betingelser i skolans kultur, liv och undervisning, som främjar elevers handlingskompetens.

Inte bara livsstil – utan också levnadsvillkor

En annan problematik är att hälsoundervisningen uteslutande sammankopplas med individens livsstil och beteende. Det spelar förmodligen också in att en växande maktlöshet kring levnadsförhållanden, får oss att fokusera livsstil och beteende i hopp om att ”vi åtminstone kan göra något”.

”Det måste emellertid betonas,” skriver Bjarne Bruun Jensen, ”att hälsa påverkas både av levnadsvillkor och livsstil. Hälsoundervisningen måste därför omfatta båda dessa kategorier. De senaste 25 årens forskning, bland annat inom socialmedicin, visar att levnadsvillkor spelar en avgörande roll för såväl livskvalitet som sjukdomar.”²

Mening och sammanhang

I en rad material om hälsofrågor stöter man allt oftare på namnet Aaron Antonovsky.¹⁰ I dokument från Folkhälsoinstitutet om ”Den hälsofrämjande skolan” talas om ett salutogent perspektiv, ett resonemang som bygger på Aaron Antonovskys arbeten från slutet av 70-talet.¹¹



Antonovsky talar om en salutogen orientering, som rör sig mellan polerna hälsa och ohälsa. Patogena (sjukdomsskapande) faktorer strävar att föra personen mot den sjuka polen och salutogena (välgångsskapande) faktorer hindrar att personen förs mot den sjuka polen. Patogena faktorer förklarar varför sjukdomar uppkommer medan salutogena förklarar varför somliga behåller hälsan.

Den salutogena teorin kompletterar det preventiva tänkandets fixering vid sjukdomar, symptom och riskfaktorer. Det salutogena letar istället efter det som bygger upp, det som ”skyddar” hälsan, s.k. frisk- och skyddsfaktorer. Dessa kan vara individriktade (självkänsla, optimism, framtidstro, humor, intelligens, intressen/hobbies, impuls kontroll), omgivningsrelaterade (tillitsfulla relationer till föräldrar, bra socialt nätverk, skola som ger

glädje och lust till lärande) eller samhällsinriktade (tillgång till arbete, utbildning, möjligheter till egen bostad, integrerad i det svenska samhället etc).³

Antonovsky gjorde sina iakttagelser när han forskade på personer som utstått koncentrationslägrens ofattbara umbäranden och dödshot. Han funderade över vilka gemensamma egenskaper som förenade dem som överlevde med bibehållen hälsa, som uthärdade den oerhörda stressen och hoten utan psykiska men. På så sätt upptäckte han det centrala i den salutogena modellen och skapade begreppet ”känsla av sammanhang” (KASAM) som består av ”begriplighet”, ”meningsfullhet” och ”hanterbarhet”.

Begriplighet är att ha kunskap, förståelse och insikt – ”jag vet och förstår” (begripliga krav)

Meningsfullhet är att känna motivation och lust – ”jag vill” (utmaningar värda investering och engagemang).

Hanterbarhet är självförtroende och handlingsförmåga – ”jag kan” (tillgängliga resurser att möta krav).

Handlingsförmåga har en yttre och en inre dimension. Den yttre har med makten över den egna situationen att göra, hur mycket kontroll jag har över mitt eget liv (här kommer begreppet som coping och empowerment in). Den inre dimensionen hänger samman med självförtroende och upplevelse av makt över det egna livet.³

Antonovskys har blivit mycket refererad till i svenskt hälsofrämjande arbete. Däremot i Danmark används hans teorier mycket litet. Den danska hälsofrämjande skolan drivs utifrån ett pedagogiskt perspektiv och inte från ett folkhälsooperspektiv, vilket kan vara en av förkla-

ringarna. Pedagogerna har under de senaste femton åren även i sina teoretiska resonemang talat om betydelsen av sammanhang, att skolan måste bli mer begriplig och hanterbar för unga människor. I avsnittet kallat "Skolan – en plats att må bra i?" refereras till begrepp som "att bli motiverad", att vardagserfarenheter måste möta skolkunskaper för att den unge skall få ett sammanhang. Pedagogerna talar också om betydelsen av att få inflytande och ansvar för att kunna få mer överblick men också kontroll över det egna livet.

Att se sammanhangen – Paulo Freire

Antonovsky har satt hälsan som det goda målet och hans teori handlar om "generella motståndsrresurser" mot hälsohot. Pedagogen Paulo Freire däremot har satt befrielsen, frihet från underkastelse som mål och hans teorier handlar om att lämna "offeridentiteten".

Freire beskriver framför allt en process och en metod. Han talar om orden, handlingen, dialogen, om relationer och dynamiken. I Freires pedagogik återkommer ständigt befrielsemat, och detta är vad vi idag kallar "empowerment".¹² Han beskriver processens steg: att se och tolka, att värdera och att ingripa. Det är att gå från offeridentitet (s.k. negativ coping, anpassning och hjälplöshet) via "gränshandlingar", där man höjer sig över gränssituationen för att upptäcka att bakom denna situation ligger en oprövad möjlighet. Det är sådana gränshandlingar som ger ökad självförtroende: "jag har vågat, jag har brytit ett gammalt mönster, jag har upptäckt att jag kan" osv.

Freire var den pedagog som sex- och samlevnadsarbetet stimulerades av på 70-talet. Sex- och samlevnadsarbetet byggdes upp utifrån ett salutogent tänkande (även om det ordet inte användes då). Det utgick under 70-talet från det positiva, det friska, ej från sjukdom och symptom (t.ex. STD, abort). Ansatsen var att via diskussioner om sexualitet, relationer och könsroller stärka hälsan. Freire var en pedagog som förklarade hur förändringen sker, hur människor blir aktiva och handlande. Hur får man en inre förståelse, som i sin förlängning kan leda till handling?

Femdagarsskolor för bland annat lärare i sex- och samlevnadsfrågor har utgått från Freires resonemang om betydelsen att förstå sammanhangen i livet.

Att se sammanhangen innebär att kunna se sig själv i förhållande till hur samhället var förr och hur det är idag, att se hur reaktioner och handlingar har formats både av det omgivande samhällets normer och värderingar och av föräldragenerationen. Sammanhangen berör således inte bara den yttre världen utan också den inre.¹³ Att förstå sammanhang i livet kan göra det lättare att stå emot den påverkan vi ständigt utsätts för. Så här skriver Paulo Freire:

Människan kan endast delta aktivt i historien, i samhället och i en förändring av verkligheten om hon får hjälp att bli medveten om verkligheten och om sin egen förmåga att förändra den. Man kämpar inte mot krafter man inte förstår, vilkas betydelse man inte kan bedöma, vilkas former och konturer man inte kan urskilja. Man resignerar och finner sig i dem; man försöker stå ut med dem hellre än att kämpa."

I det kommande avsnittet om "Samtalet" beskrivs närmare hur "förändring" och "att se sammanhangen" kan se ut i praktiken.

Är målen realistiska?

MÅLSÄTTNINGEN I DE NATIONELLA DOKUMENTEN om alkoholförebyggande arbete är att ingen ska dricka före arton års ålder. Samtidigt har nästan 80 procent smakat alkohol i nian. Hur balanserar läraren i samtalet ungdomars behov av ärliga samtal om verkligheten såsom den är, samtidigt som den officiella moralen uttalar att alkohol hör inte ungdomstiden till?

Tobak

För tobaksupplysning finns två mål angivna från nationellt håll:

- att stödja ungdomar att inte börja röka.
- att stödja dem som börjat, att sluta.
- ingen ska mot sin vilja utsättas för obehag eller hälsorisk av tobaksrök i gemensamhetsmiljöer.

Merparten av dem som idag är inbitna rökare har börjat röka i tonåren. De finns ett samband mellan tidig debut och att röka i vuxen ålder. Därför finns också ett uttalat mål att försöka så långt möjligt skjuta upp debuten.

40 procent av flickor och pojkar som röker vill sluta röka. Den nationella politiken har som mål att förändra tobakspolitiken, så att det blir en mer stödjande miljö för människor att inte börja röka. Numera finns 18-årsgräns för försäljning men också reklamförbud och direktiv om rökfria miljöer (arbetsplatser, skolgårdar, restauranger, caféer).¹

Det finns resultat som pekar på att en rökfri policy inom skolan minskar rökningen bland eleverna. Inom skolan kan finnas specifika delmål t.ex. att:

- från och med ett visst datum skall skolan vara tobaksfri på skolans område och på skoltid.
- stoppa nyrekryteringen, ingen elev ska börja röka eller snusa på skoltid eller inom skolans område.

Det är mindre problematiskt att formulera mål om tobaksbruk än om alkoholbruk. Inom tobaksområdet kan man tala öppet om att stödja dem som vill sluta. Tobak har på det sättet inte

samma problem som ”alkoholen” kring trovärdigheten i sina målformuleringar. Målen för en tobaksundervisning är att uppnå en total avhållsamhet genom att verka för att eleverna aldrig skall börja. Samtidigt är det många som prövar och av dem blir långt ifrån alla fast i ett tobaksbruk.

Narkotika

I Sverige har det sedan länge funnits ett konsensus kring målen för narkotikaupplysning. Narkotika är ingen utbredd företeelse i det svenska samhället, varför det inte är samma konflikt kring målen som kring alkoholen. Dessutom är det förbjudet enligt lag. Flertalet ungdomar vill heller inte att lagstiftningen skall liberaliseras på samma sätt som i övriga Europa.

I andra länder, där narkotikan är mera utbredd bland befolkningen, är målen anpassade till att människor använder narkotika och upplysningen går ut på att lindra effekterna eller skadorna.²

Så här skriver Folkhälsoinstitutet i sin nationella handlingsplan för ”alkohol- och narkotikaförebyggande arbete”:

Målet för den svenska narkotikapolitiken ligger fast; ett narkotikafritt samhälle. Det är ett högt ställt mål som ger uttryck för samhällets hållning till narkotika; att vi inte accepterar att narkotika integreras i samhället och att vi strävar efter ett samhälle där narkotikamissbruk förblir en marginell företeelse och ett socialt oaccepterat beteende.

Insatserna måste präglas av denna hållning till narkotika, vilket är särskilt viktigt att slå vakt om idag när starka krafter i många länder verkar för att politikernas mål enbart ska inriktas på att begränsa narkotikans skadeverkningar. I praktiken innebär ett sådant synsätt att narkotikamissbruket accepterats som en del av samhället.

Att vara trovärdig... och förmedla en känsla

För Sveriges del är narkotika illegalt och därmed förbjudet. Målsättningen med upplysningen är att förhindra att man över huvud taget prövar narkotika. Det är dock viktigt att vara trovärdig, annars lyssnar inte ungdomar på vad man har att säga. Det är en balansgång mellan att presentera hur farligt narkotika kan vara (skador, beroende, social utslagning) och de positiva sidorna, vilket gör att en del ungdomar prövar. Flera i en klass känner alltid någon som använder t.ex. hasch och han eller hon har inte fått en ”psykos” eller blivit ”dum i huvudet” etc.

Sven Thorell, behandlare inom en narkomanvårdsenhet för unga missbrukare, har tillsammans med drygt tjugo andra resurspersoner lett samtalsgrupper i Kalmar med ungdomar i åtta år (redovisas under avsnittet om ”Samtalet”). Inför varje ny ”omgång” är det en storföreläsning i aulan där olika aspekter på hälsa tas upp. Något som är viktigt i en sådan ”information” är trovärdigheten. För att nå dem som redan prövat eller som känner någon som är ”helt normal” och har prövat, behöver man tala om narkotika på ett balanserat sätt, menar Sven Thorell.

Vilket budskap vill jag ge dem, för att det ska få avsedd effekt? Det kan vara

lätt att gå ut och berätta om preparat, visa att jag kan mycket om missbruk, berätta om effekter. Då måste jag alltid fråga mig, vad det är för åldersgrupp jag har framför mig. Vad kan det väcka för tankar och fantasier och vad har de för grundinställning? Är de öppna för experimenterande eller vad är det jag ska förmedla?

När jag är ute i gymnasieskolorna, försöker jag förmedla en känsla i maggropen av att narkotika kostar mer än det smakar. Jag får inte gå ut och bara säga att det här är skit, som ibland en del föreläsare går ut med. Extremfallen att ”jag vet en som rökte hasch och han stack ut ögonen på sin bästa vän”, det känner de inte igen. Våldigt många ungdomar har via kompisar en helt annan bild av hasch. Kör man bara extremvarianterna, då stänger de av, han som står och pratar är inte trovärdig.

Trovärdigheten är den stora frågan. Eftersom jag arbetar med behandlingsarbete behöver jag inte dramatisera det. Jag berättar vad jag ser i princip i mitt arbete, var och varannan dag. Jag tar också upp att självklart kan det finnas en positiv sida, annars hade det inte varit ett problem över huvud taget, annars hade folk inte varit nyfikna på det. Men det är ju inte där jag lägger mitt krut. Jag brukar säga: ”Jag vet att det finns, det ger vissa vinster, men eftersom jag jobbat med narkomaner har jag framför allt sett de negativa sidorna som kommer. Det kan under en månad eller kanske upp till ett år vara en smekmånad”. Detta säger jag, för att de kan förstå varför deras kamrater till en början kan vara så positiva till det. Det tycker jag är viktigt. ”Hur kan dom se så fina och fräscha ut och tycka det är bara positivt”, för att ta lite udden av det dom sitter och tänker på. Därefter kan jag berätta om den utveckling som man riskerar.

Jag tror att bland det viktigaste, det är att ge av en känsla jag har i magen och utifrån denna förmedla att ”jag tycker så förbannat mycket om er som sitter här, så jag vill inte att ni skall börja för då får ni ett helvete.” Att försöka förmedla detta så att de känner det snarare i hjärtat än i hjärnan. Sedan behövs det också med hjärnan, det kan räcka för en del, men ju närmare man har kompisar som är sympatiska och har börjat experimentera, så är det känslan som är den viktigaste.

Alkohol

Nationella mål

Folkhälsoinstitutet har i sitt nationella program presenterat ett antal mål.

Det övergripande nationella målet är detsamma som WHO:s uppsatta mål – att få ned alkoholbruket med 25 procent. Detta för att minska antalet alkoholskador.

Det av WHO uppsatta målet är för närvarandeorealistiskt, eftersom Sverige redan har

minskat sin alkoholkonsumtion betydligt, innan WHO:s mål presenterades. Målet är därför att under de närmaste åren hålla alkoholkonsumtionen på en oförändrad nivå. Förutom detta övergripande mål finns flera delmål angivna i Folkhälsoinstitutets nationella program.²

För hela befolkningen:

- verka för återhållsamma alkoholvanor för att minimera ”risken för sociala och medicinska alkoholskador och minska berusningsdrickande”.

Här tillkommer delmål om punktnykerhet som rör bilkörning, arbetsplatser, till sjöss och under graviditet.

För ungdomar:

- verka för alkoholfri uppväxt
- insatser för att skjuta upp alkoholdebuten. ”Att begränsa alkoholkonsumtionen och berusningsdrickande bland barn och ungdomar är särskilt viktiga.”

Riksdagen har uttalat målet ”ingen alkohol under uppväxten”, vilket är det övergripande målet för allt alkoholförebyggande arbete med ungdomar. ”Budskapet från vuxna till ungdomar måste vara att vare sig alkohol, narkotika eller tobak hör ihop med ungdomsåren”, skriver Folkhälsoinstitutet.²

Även om alla vuxna: föräldrar, lärare, fritidsgårdspersonal, socialsekreterare, idrottsledare och andra i ungdomars närhet, vet att många ungdomar prövar både tobak, alkohol och att en del också prövar narkotika, är förbudet mot droger en viktig markering gentemot ungdomar. Vetskapen att många ungdomar experimenterar med droger får inte övergå till ett accepterande. Detta förhållningssätt har starkt stöd i forskningen. Ungdomar är ännu inte färdigutvecklade och tål alkohol sämre än vuxna... Ju tidigare debutålder för alkohol, desto större risk för annat drogmissbruk och desto högre alkoholkonsumtion under ungdomsåren.

Återigen blir det s.k. drogbegreppet förvirrande. I den målformulerande texten blandas alkohol och narkotika samman. När man talar om att ”experimentera” med ”droger” avses troligen narkotika, medan man senare i texten åberopar alkohol.

Specifika mål för ungdomar som hamnat i missbruk

I Folkhälsoinstitutets nationella program påpekas att många kommuner bedriver förebyggande arbete bland ungdomar men att ”det ofta är dåligt beställt med metoder för att möta behoven både hos ungdomar i riskzonen för missbruk och hos ungdomar med ett utvecklat missbruk av alkohol eller narkotika”.

För elever som har det extra svårt och som man vet har hög alkoholkonsumtion och som börjat missbruka narkotika kan skolan behöva uppsätta speciella mål, för att ge dessa elever särskilt individuellt stöd, i nära samarbete med ett nätverk runt barnet. Ett sådant mål kan vara att så snabbt som möjligt följa upp skolok och att hålla nära kontakt med föräldrarna.²

Är andra mål mer verklighetsnära?

Vid de två seminarier som genomfördes på Skolverket för att ”probleminventera” kring antområdet, uttryckte flera deltagare att de nationella målen var orealistiska och inte låg nära ungdomars verklighet. Att minska de medicinska skadorna i framtiden var exempel på ett sådant orealistiskt delmål.

Docent Sven Bremberg, Centrum för barn- och ungdomshälsa, Stockholms läns landsting menade att man i stället borde minska drickandet för att få ned antalet olycksfallsskador. Det är den största enskilda gruppen av dödsorsaker i ungdomsåren. I gymnasieåldern uppger (inom Stockholms län) 30 procent att de i samband med att de druckit alkohol förstört saker; 20 procent att de skadat sig; 15 procent att de hade haft oönskat sex; 13 procent att de råkat i bråk med polisen.³

Fördelen att ha målet att minska antalet olycksfall är att detta uppfattar ungdomar själva som väsentligt medan de inte uppfattar alkoholen själv som en sådan stor risk för kroppen. Ungdomar har en mycket stark känsla för att inte ha druckit när man kör bil, något som däremot de vuxna mera slarvar med.

Sven Bremberg

En undervisning med målet ”en alkoholfri uppväxt” kan göra den mindre trovärdig, när verkligheten är den att de flesta under gymnasietiden har provat. ”Alla vet ju det, därför kan man inte bara tala om de negativa effekterna”, säger forskaren Ulla Marklund vid ett av de genomförda seminarierna inför detta referensmaterial.

Över huvud taget är de flesta mål negativt formulerade och innehållet i undervisningsmaterial har därför ofta syftet att ”lära sig säga nej”. Som redovisas i avsnittet ”Effekter av ant-undervisning” är det viktigt att visa på andra handlingsalternativ och ha en positiv ansats.

Alkohol upplevs åtminstone av flertalet vuxna som något positivt. Som ung är alkoholen en slags vuxenmarkör, som man behöver kunna hantera. Ungdomar tål mindre, känner inte sin kropp och kan därför råka mycket illa ut. Att främja öppna samtal om t.ex. ruset och hur man kan hitta andra vuxenmarkörer än alkohol och ruset kan vara delmål, som leder in i ett samtal med mindre tabun. Ju mer tabun, desto mer stängda samtal. De som super sig berusade varje helg är de som får minst stöd och blir minst hjälpta av en moraliserande grundton.

Vi vet idag att flickor, som är alkoholphäverkade, kan råka in i destruktiv sexualitet – och även pojkar är självfallet involverade i detta med ånger och skuld känslor som följd. Pojkar tillhör också den utsatta grupp som i berusat tillstånd råkar ut för olyckor av olika slag. Att lära sig hitta sina gränser i drickandet kan vara ett tema för mindre samtalsgrupper. Vad gör jag när jag börjar känna mig snurrig? Dricker jag ännu mera eller börjar jag dricka läsk eller vatten? Hur stödjer man varandra i att inte dricka eller inte dricka för mycket? Vad händer när någon har blivit berusad, hur tar man hand om denna person?

I Norells och Törnqvists forskning ”Berättelser om ruset” visste ungdomarna en hel del om hur de skulle kontrollera sitt drickande, när de blivit lite äldre. Här finns också hos de äldre ungdomarna en ”dryckeskompetens” som skulle kunna komma yngre till del, om det inte var tabu att diskutera själva ruset. De yngre vet ofta inte sina gränser, de blandar olika sorter,

dricker fort och tappar kontrollen. I flera intervjuer med ungdomar inför den här boken tycker framför allt flickorna det är viktigt att ta upp och prata om detta.

Att anpassa undervisningen till verkligheten

Vid en konferens med lärare lät Jörgen Swedbom, lärarhögskolan i Jönköping, deltagarna gruppera sig utifrån de mål de utgick från i sin undervisning. Det visade sig att målen var olika för alla. En del hade målet att eleverna helt skulle avhålla sig från alkohol, andra att lära ungdomarna umgås med alkohol, en tredje att försöka motivera ungdomarna att skjuta upp alkoholdebuten, en fjärde att avhålla sig från alkohol även som vuxen. Jörgen Swedbom har lång erfarenhet av ant-undervisning och han är dessutom författare till en rad ant-material. Målen är komplicerade, menar han, man måste framför allt anpassa undervisningen till den verklighet vi har och vi måste vara realistiska.

Samhället har ju sina lagar och det klart att den målsättningen måste man informera om. Men sedan är frågan, kan man undervisa som om den målsättningen vore en realitet? Det kan man egentligen inte göra. Man måste undervisa utifrån den situation som vi har, men man kan ändå på något sätt framhålla samhällets målsättning. Man behöver inte gå ifrån den, men man måste anpassa undervisningen till den verklighet vi har. Om vår målsättning med undervisningen är att ungdomar skall vara helnyktra fram till arton års ålder, då är målet inte realistiskt.

Det går t.ex. inte att bedriva en ensidig nykterhetspropaganda – att framställa alkoholen enbart som något ont, utan också ta fram dess positiva sidor. Annars skulle ju aldrig alkohol användas, om det inte var något positivt med den.

Viveka Urvitz, f d chef för Lafa (Landstinget förebygger aids, Stockholms läns landsting), numera anställd vid RFSU, menar att det är en balansgång mellan ungdomarnas verklighet å ena sidan och vad lagen säger å andra sidan.

Det finns ju mycket som tyder på att alkohol är en del av socialiseringsprocessen. Precis som man erövrar sexualiteten, så erövrar man alkoholen och sin hantering av den. Och det är vanskligt. Det finns faror i det. Jag tror att de budskap man har måste spegla det här förhållandet. Alkohol är en vuxenföreteelse man erövrar med försiktighet. Den regel vårt samhälle har satt, p.g.a. alla skadeverkningar, är att man skall ha en viss ålder, man skall vara 18 år. Men går man ut med budskapet, att ”man skall inte dricka”, då blir det svårt för mer personliga samtal.

Viveka Urvitz drar paralleller till Afrika där skillnaden är stor vad man från samhällets sida säger om sexualitet och vad som är ungdomars reella verklighet kring sexualiteten. I Afrika tillhör sexualiteten äktenskapet, men ungdomar lever på ett helt annat sätt och får heller ingen hjälp att skydda sig, varken med råd eller med tillgång till preventivmedel.

Viveka Urvitz menar att man mycket väl kan ha ett önskvärt mål, men vara medveten om att det är något utopiskt.

Som ett utopiskt mål kan man ha att skjuta upp alkoholkonsumtionen så sent som möjligt. Att det inte sker så tidigt som när man är tretton eller fjorton år. Att låta erövrandet ske så sent som möjligt i ungdomstiden, när man är mer mogen och kan värdera människor mer i sin omgivning och kanske har något mer livserfarenhet. Man kan ha som ett mål, ett utopiskt mål – ingen alkohol under ungdomstiden – sedan kan man ha som delmål att skjuta upp alkoholdebuten.

Men samtalet, menar Viveka Urvitz, behöver vara helt öppet för att ge möjlighet till att tala om varför det är svårt att låta bli att berusa sig. Hon jämför bland annat med att nå fram till säkrare sex hos hiv-smittade. Att tala om sina misslyckanden är ibland tabu, menar hon.

Om det är ett utopiskt mål, kan man på vägen till detta strävande misslyckas. Och då kan man prata om varför man ändå gör det. Varför man dricker för mycket, om man kan låta bli, skjuta upp eller vad det nu är. Det är som säkrare sex bland hiv-smittare. De lyckas med säker sex 90 procent av gångerna men inte 10 procent. Då har det nästan blivit ett tabu att tala om misslyckandena. Men det är misslyckande som är det intressanta. Vad är det som hindrar en från att skydda sig? Vad är det svåra?

Ett öppet samtal är ett samtal utan moralism. Att i målen ha inbyggt ett moraliserande element bäddar inte för några möten.

I samtalet måste man acceptera verkligheten som den är och moralism är otroligt förbjudet. Man måste se på det som ett erövrande av vuxenkultur och sin egen identitet om hur man funkar i olika situationer. Och så måste de vuxna i samtalen också se på det och utgå från det. ”Ingen alkohol i ungdomsåren” kan sättas upp som ett utopiskt mål, snarare än varje människas individuella mål.

Litteraturen på området diskuterar vilken av de två modellerna som är bäst: avhållsamhetsmodellen eller måttlighetsmodellen. Avhållsamhetsmodellen, som använts i många amerikanska skolor, har varken reducerat storleken på alkoholbruket eller alkoholrelaterade problem. ”Det lutar åt att denna modell kan komma att förvärpa situationen genom att göra alkohol till förbjuden frukt och därmed vara en mera attraktiv symbol för dem som vill demonstrera förakt mot vuxenvärlden”, skriver Thorkil Thorsen, vars internationella forskningsammansättning tidigare omnämnts. Han skriver: ⁵

”Den väsentliga grunden för att förkasta detta mål är det förhållandet att alkohol är en kulturell erkänd, legal och relativt lätt tillgänglig drog. Man vet

att de flesta människor (även om det finns åldersgränser för inköp av alkohol) konsumerar alkohol. Alkohol är med andra ord en så integrerad del av vår konsumtionskultur, att en strikt uppmaning och övertalning till total avhållsamhet i bästa fall möts av en känsla av skuldbeläggning hos de unga. Detta må vara fallet i ganska stor utsträckning om avsändarna av avhållsambudskapet är vuxna alkoholkonsumenter och mottagarna är unga (som strävar efter att bli vuxna). Avsändarna mister trovärdigheten på just denna punkt – och därmed på alla andra.

I avsnittet ”Från att pröva... till att fastna i missbruk” framkom i ett par av intervjuцитaten att ungdomar är känsliga för hur de vuxna tilltalar dem eller ”förmanar” dem. Det är en balansgång, inte för mycket förmaningar, men heller inga förmaningar alls. Ungdomar vill att de vuxna visar att de bryr sig, men ”om de ryter” eller tjarar att ”man absolut inte får det och det”, då trotsar man. Trotset är en viktig komponent att ta hänsyn till när de vuxna sedan skall förverkliga målsättningarna i praktiken.

Ja, men... nej, men...

I olika kontakter inför detta referensmaterial har en del gjort jämförelser mellan å ena sidan sexualundervisning och å andra sidan alkoholundervisning. Birgitta Sandström, barnmorska och forskare om den offentliga diskursen kring sexualupplysningen på 70-talet, menar att det alltid smyger sig in ett stråk av moralism från statens sida.

Inom sexualupplysningen säger vi ja till ungdomssexualitet, men vi tillägger också ett ”men”... ”Det är inte OK att ha samlag om du inte skyddar dig”. Det finns ett underliggande budskap, att du måste skydda dig, annars är du inte mogen för sex. Inom alkoholen kan man uttrycka det så att i den offentliga diskursen säger man ”nej” till alkohol men med det dolda budskapet ”men”... vi vet att ni prövar”.

I arbetet med att förebygga rökning finns också samma tendens till att moralisera över beteenden. Det har forskaren Ulf Olsson konstaterat när han i en avhandling analyserat ”bilden av häloupplysning i statens offentliga utredningar.” Medan de som lyckats sluta röka beskrivs i ett övervägande positivt språkbruk (låg ångestnivå, oneurotiska, utåtriktade, utan aggressivitet och självhävelsebehov) beskrivs rökarna i negativa termer och anses ha problem både med sig själva och andra (benägenhet för skuldkänslor, dålig impuls kontroll, öppen aggressivitet, starkt behov av oberoende och självständighet, trots samt attitydrigiditet).⁵

Att problematisera ”självkänsla” som mål

En del program och material har som mål att stärka självkänslan, vilket kommenterats i avsnittet ”Från att pröva till att fastna i missbruk”. Det finns ett flertal studier av förebyggande program där man försökt minska olika hälsorelaterade beteenden genom att stärka elevernas självförtroende. Begreppet ”självkänsla” skulle i det hälsofrämjande arbetet behöva problematiseras,

eftersom begreppet används flitigt i nästan alla material, framför allt till ungdomar. Det är svårt att uttala sig om samband mellan självkänsla och t.ex. rökning, men även om forskningen visar oklara samband har självkänsla ett stort värde i sig för det psykiska välbefinnandet.³

Förståelse för svensk alkoholpolitik

En del, både utländska och inhemska forskare, hävdar att en del av målen med upplysningen bör vara att ge förståelse och kunskap om landets alkoholpolitik. En forskare menar att upplysningskampanjer – om de över huvud taget kan påverka människors inställning – bör ha som målsättning att bevisa för befolkningen fördelen med alkoholpolitiska åtgärder. Sådana kampanjer skulle alltså användas till att skapa grogrund för en stramare politik eller att få acceptans för den alkoholpolitik som nu existerar.⁴

Både Antonvsky, Freire och teorin om empowerment betonar betydelsen av att människor behöver få överblick över tillvaron, förstå sammanhangen och binda ihop de historiska trådarna med nuet. Detta talar för att vår alkoholpolitiska historia kan behöva synliggöras för att unga människor skall kunna sätta in vår nuvarande alkoholpolitik i ett bredare historiskt och kulturellt sammanhang.

Från fakta – till samtal

”DEN UTVECKLING MAN GÅTT IGENOM som lärare hänger naturligtvis ihop med hur samhället har ändrats.

När jag började som lärare på 1960-talet var fakta-informationen otroligt väsentlig. Då fanns inte massmedia och tryckt material som riktade sig till ungdomar på samma sätt. Det gjorde att man som lärare kände sig mer tvungen att ge basfakta.

Nu ges nya basfakta i olika åldersgrupper inom grundskolan och när du sedan kommer upp i gymnasiet är det väldigt sällan som någon saknar mer fundamentala fakta. De kan ju ha förträngt dem, men de har ofta hört det mesta. Min erfarenhet är att de mera behöver diskutera de fakta de redan har fått – och debattera detta förutsättningslöst. Det är i de mindre grupperna som sådana samtal bäst kan föras.

Jag anser att behovet av samtal är större än behovet av information. Det tempo och den häftighet med vilken informationen ibland kommer, kan göra att ungdomarna behöver stanna upp och sortera sina tankar lite grann.”

Så säger Marcus Mattson, gymnasielärare i Ängelholm, med lång erfarenhet av undervisning i frågor om tobak, alkohol, narkotika men också sexualitet och samlevnad.

Mycket har således hänt under det senaste årtiondet, och det har skett en explosion vad gäller tillgång till information och fakta. Marcus Mattson menar att smågruppssamtalen är ett gyllene tillfälle att tillsammans bearbeta all denna information. Det här avsnittet kommer att ha sin tonvikt på just – samtalet.

Kort historik om ant-undervisningen

När började skolan undervisa om tobak, alkohol och narkotika? Mycket kort kan undervisningen sammanfattas i följande historiska punkter, varav en del finns nedtecknade i en C-betygsuppsats om ”Skolans roll i det drogförebyggande arbetet”, (M. Lillkåll von Rost).¹

- 1846 var första gången som ”nykterhetsundervisning” föreslogs i en petition för regeringen.
- 1886 tillsatte riksdagen en kommission med Magnus Huss, f.d. generaldirektör i Medicinalstyrelsen, som ordförande. Huss hade skrivit ”Varningsord mot brännvinsbruk och dryckenskap”. Huss varningsord spreds sedan i landets alla skolor, vilket var begynnelsen till skolans ”nykterhetsundervisning”. Budskapet hade en klar religiös prägling, där superiet och andra grova yttringar av alkohol, stämplades som synd. Varningsorden slutar med följande uppmaning:²

”YNGLINGAR! BARN! I hafven nu blifvit upplysta om dessa hemska följder af berusande dryckers bruk och missbruk; I kunnen vara förvissade om att de ej äro öfverdrivna, utan alla grundade på sanning och verklighet. Flyn därför såsom en fiende så för kropp som för själ den förledande frestaren, under hvad namn eller form den än bjudes eder. Framtida olycka och förderf kunna gömma sig på botten av det första glaset.”

- Runt 1891 uppstod en debatt om undervisningens anknytning till läroämnena. Det bestämdes att nykterhetsundervisningen främst skulle knytas till ämnet naturkunnighet, eftersom undervisningen hade en medicinsk inriktning där de fysiska skadorna var i centrum. Det pålades att läraren vid varje avlöningstillfälle skulle visa att han undervisat om alkoholens verkningar.³
- I ett kungligt cirkulär från 1892 fastslogs att landets folkskolor, läroverk och seminarier skulle undervisa om de ”rusgivande ämnenas natur och verkningar”.²
- 1901 grundades CFN (Centralförbundet för nykterhetsundervisning, nuvarande CAN). Samtliga nykterhetsorganisationer ingick i förbundet. Huvuduppgiften var att göra material, utbilda lärare och sända ut föreläsare till skolorna. CFN fick ett starkt inflytande över skolans undervisning, vilket Svenska Läkarsällskapet protesterade mot. Man ansåg att kravet på absolutism var inget man kunde påbjuda av medicinska skäl. Följden blev att nykterhetsundervisningen 1919 övertogs av Skolöverstyrelsen.

- 1928 kom ett nytt cirkulär om undervisningen. Magnus Huss varningsord ersattes med nya direktiv, där även tobaken omnämndes. En mera objektiv nykterhetsundervisning skulle nu bedrivas. I cirkuläret föreskrevs också att undervisning skulle meddelas ”jämväl om tobaken och kaffet, deras natur och verkningar”.³
- I ”Undervisningsplan för rikets folkskolor” från 1955 byttes begreppet nykterhetsundervisning ut mot ”Undervisning om narkotiska och stimulerande ämnen”. Undervisningen fick inte heller propagera för någon speciell nykterhetslagstiftning, utan skulle förmedlas på ett objektivt sätt som inte kunde snedvrída eller förhindra ett eget, sakligt ställningstagande bland eleverna.
- På 1960-talet genomfördes en massiv satsning på informationsspridning efter alarm om tilltagande ”drogmissbruk”. Begreppet ant myntades.
- I Läroplan för grundskolan, Lgr 69, behandlades ”drogundervisningen” mycket detaljerat och styrande. Här talas om att skolan skall framhålla ett totalt avståndstagande från tobak och alkohol under uppväxttiden. Man framhöll också ett humanistiskt perspektiv – att inte döma ut människor som har annan uppfattning än ens egen. Undervisningen skulle bygga på vetenskapligt grundade fakta utifrån flera olika perspektiv och samtidigt ta upp ”tillvänjningsrisker och varningssignaler”.

Utöver fakta framhölls att undervisningen bör ge utrymme för diskussioner, där olika yrkesgrupper kan delta i undervisningen. Över huvud taget ingick mycket anvisningar, riktlinjer, arbetsmaterial och beskrivningar på hur man skulle arbeta.

Under denna tid tillsattes också ant-konsulenter, knutna till landets länskolnämnder.

- I Lgr 1980 fanns inte samma detaljrikedom. Här var målet att ge eleverna insikt i farorna med alkohol, narkotika och tobak. Här nämndes också att ämnet skall vara ett led i en bred planering inom skolan. Handboken ”Vad kan vi göra”? gavs ut av Skolöverstyrelsen, vilken gav idéer till undervisningsupplägg och studieuppgifter för olika stadier.⁵
- I den nuvarande läroplanen från 1994 frångår man den regelstyrda skolan med nationella direktiv i minsta detalj. Nu är det upp till regionala och lokala initiativ att ta ansvar för undervisningen. Det ger en frihet att pröva skolors eget tänkande samtidigt som det också ger ökat ansvar. Ansvaret ligger nu på rektor att ant-undervisningen integreras i den ordinarie undervisningen. Bland annat kan man läsa följande:

Rektor har ett särskilt ansvar för att ämnesövergripande kunskapsområden integreras i olika ämnen. Sådana kunskapsområden är exempelvis miljö, trafik, jämställdhet, konsumentfrågor, sex och samlevnad samt riskerna med tobak, alkohol, narkotika och andra droger.
- I juni 1998 anpassades Lpo 94 till att omfatta föreskoleklassen och fritidshemmet. I Lpfö 98 lyfts samspelet mellan barn och vuxna fram men också att verksamheten skall ge utrymme för barnets egen fantasi och kreativitet i lek och lärande.

- Under våren 1999 kom en ny proposition som föreslår att ”det lokala tillägget” på gymnasiet tas bort. Det lokala tillägget har omfattat 80-110 gymnasiepoäng. Lokalt tillägg kan vara en eller flera kurser. Det kan också innebära utvidgad undervisningstid, ofta kallad ämnesförstärkning eller ”stödundervisning”. Det är dessa timmar som många skolor använt till kurser t.ex. i ämnet ”Livskunskap” eller specialarbeten kring tobak, alkohol och narkotika. Regeringen anser att det utrymme i ett nationellt program som i dag kallas lokalt tillägg skall användas för elevens eget val. Det innebär att nuvarande omfattning av det individuella valet i gymnasieskolan bör öka till 300 gymnasiepoäng.⁶

Två huvudlinjer i hälsoarbetet i skolan

Lagar, normer och värderingar...

Som en överbyggnad i hälsoarbetet finns de normer och värderingar som uttalas i det offentliga samtalet, från regering och riksdag, om olika hälsofrågor. Dessa lagar och normer skapar en ram av värderingar och attityder som sedan silas som genom ett filter till medborgarna – unga som gamla.

Några exempel är den svenska tobakslagen med förbud om att sälja tobak till barn under 18 år, liksom förbud att röka i offentliga miljöer. Här finns också den svenska alkoholkulturen med sitt dryckesmönster att berusa sig. Här silas nya strömningar kring alkoholpolitiken som hänger samman med medlemskapet i EU. Här finns också kampen mellan ett par europeiska länder och Sverige vad avser den europeiska narkotikapolitiken. Allt detta påverkar undervisningen om tobak, alkohol och narkotika.

Men detta är inte endast en rörelse uppifrån och ner utan också avhängigt det som sker ”i den sociala praktiken”. När man exempelvis röker eller inte röker gör man ett val som stöder resp. inte stöder samhällets lagar och rekommendationer från regering och riksdag. Vi är så att säga medskapare av den övergripande ordningen. Så påverkas också makthavarnas ställningstagande till olika hälsofrågor av olika strömningar, där media spelar en aktiv roll. På det sättet finns en dialektik mellan politiskt ansvariga och medborgarna.

Hälsoarbete i skolan

I inledningsavsnittet ”Några utgångspunkter” skisseras Skolverkets syn på hälsoarbetet i skolan. Två perspektiv lyfts fram. Det ena perspektivet innebär att skolan är en plats där man trivs, känner glädje och lust att lära, vilket kan leda till att kontakten med andra underlättas. Ur den enskildes perspektiv blir barnomsorgens och skolans miljö i vid mening en hälsofråga. Skolan ”gör hälsa” – utan att tala om hälsa. Detta innebär också att stödja de barn som har det svårt, vara uppmärksam på skolk etc.

Det andra perspektivet innebär att de olika hälsofrågorna behandlas mindre fragmentariskt, att de snarare blir till ett gemensamt kunskapsområde, där utgångspunkten är att hälsoområdena har mycket gemensamt. Innehållsmässigt finns ”relationer” som ett genomgående tema, liksom de existentiella frågorna. I stället för att undervisningen präglas av risktänkande och hotbilder finns tyngdpunkten i det som stärker hälsan och får barn och ungdomar att må bra. En av de mest

centrala utgångspunkterna är att hälsoarbetet skall utgå från barn och ungdomars vardag och att arbetet så långt möjligt skall bygga på en dialog mellan barn/ungdomar och vuxna.

Ant-undervisningen i dag?

Arbetet med ant-frågorna i skolor sker på flera olika sätt. Nedan ges fem skissartade exempel på några arbetssätt. Självklart kan skolor ha inslag av både 1, 2, 3, 4 och 5.

1. Arbetet med ant-frågorna är en del av en större strategi på skolan inriktad på skolans klimat och arbetssätt, där eleverna är delaktiga och själva tar ansvar i olika projekt. Kombinerat med denna strategi behandlas olika hälsofrågor utifrån elevernas frågor och intresse. En del arbetar med PBL-metoden, andra med smågruppssamtal och också med olika övningar som rollspel, drama m.m. Läraren är handledare.
2. Lärare undervisar om ant-frågorna med hjälp av de olika material som finns tillgängliga, vilka huvudsakligen bygger på värderingsövningar, s.k. affektiva metoder. Det är således en kombination av fakta och affektiva metoder. Här brukar eleverna även få kunskap via laborationer i naturvetenskapen och egna specialarbeten.
3. Skolan kombinerar fakta med socialpsykologiska metoder som betonar utvecklandet av ”sociala färdigheter”.
4. Skolan har ett särskilt ämne på schemat kallat ”Livskunskap” eller ”Levnadslära”.
5. Skolan tar in någon utifrån, någon fristående organisation, som erbjudit ”ett paket” – Polisen, Non Smoking Generation, Narconon, FMN (Föräldraföreningen mot narkotika), VISIR, Äventyret Hälsan, Länkarna, Hassela, Röda Korset, nykterhetsrörelsen, f.d. missbrukare, Fröken Sverige, osv. Undervisningen blir mer av ett nedslag än en del av ett bredare ämnesövergripande område. Skolor, t.ex. i Malmö och i Kalmar, tar in samtalsledare utifrån som leder smågruppssamtal. (se vidare i ”Om samtalet”).

En kartläggning av ant-undervisningen har genomförts i Stockholms län. Enkäten besvarades av 15 högstadieskolor och 59 gymnasieskolor.¹ Resultatet visar att tobak tas vanligtvis upp i årskurs 7, alkohol i årskurs 8 och narkotika i årskurs 9. (På gymnasienivå var det interna bortfallet stort på denna fråga).

På högstadieskolorna uppger drygt hälften att undervisningen bedrivits som ett inslag i den ordinarie ämnesundervisningen och som ett övergripande tema eller projekt.

På gymnasienivå uppger ca hälften av skolorna att drogundervisning bedrivits både som en del av den ordinarie undervisningen och som ett övergripande tema och projekt.

Skolans egen personal ansvarar för huvuddelen av ”drogundervisningen”. Relativt få skolor använder äldre elever eller klasskamrater som föreläsare; på högstadiet rör det sig om ca 5 procent. På gymnasiet är det 6 procent.

En stor professionell grupp som medverkat är polisen. 58 procent av skolorna har haft polisen som föreläsare i årskurs 7. Polisens medverkan sjunker sedan för varje nytt stadium – i årskurs 1 på gymnasiet är det 35 procent och i årskurs 3 är det 15 procent. Före detta missbrukare anlitas i årskurs 7 med 23 procent. I årskurs 8 har 40 procent haft f.d. missbrukare och på gymnasiet ökar det ytterligare – 55 procent i årskurs 1.¹

I CAN:s undersökning (1998) ställs följande fråga i årskurs 9: ”Tycker du att du har fått för mycket eller för lite undervisning om alkohol, narkotika och tobak under det här läsåret?” Hälften svarar att det varit ”lagom”, vilket i stort sett varit samma procentsiffra under hela mätperioden 1982 till 1998. 41 procent av flickorna svarar ”lite för lite” och alldeles för lite”. Motsvarande siffra för pojkarna är 34 procent. Under åttiotalet var dessa siffror obetydligt större, som t.ex. 49 procent för flickorna och 42 procent för pojkarna 1987.

13 procent av pojkarna och 8 procent av flickorna tycker det varit ”alldeles för mycket och ”lite för mycket”, vilket är något mera än under åttiotalet.

Detta verkar tyda på att ungdomars egen upplevelse av kvantiteten på ant-undervisningen i stort sett varit densamma under hela mätperioden. ⁸

Att hitta rätt nivå – för varje ålder

Flera lärare påpekar betydelsen av att hitta rätt nivå i undervisningen. Skolan är en plats med barn och ungdomar i olika åldrar. Frågor som rör tobak, alkohol och narkotika behöver sättas i relation till barnets olika åldrar. I en utvärdering av Vågaprojektet har man sett hur polisen kommit in i lågstadiet och där börjat förmana barn, vars verklighet ligger långt från de ”förmaningar”, som är mer relevanta i tonåren. Även i ett annat program – ”Charlie”, som kommer från USA och bl.a. syftar till att stärka barnens självkänsla – finns arbetsblad i det svenska materialet där barnen skall lära sig om olika preparats effekter. Sådana program har i olika utvärderingar visat sig mera leda till nyfikenhet att pröva än att eleverna blir avskräckta.

Under högstadiet och gymnasiet griper tobak och alkohol in i de ungas liv på helt olika sätt. Per Blanck, konsult med lång erfarenhet av undervisning om tobak, alkohol och narkotika, menar att det finns en tydlig skillnad mellan högstadiet och gymnasiet. På högstadiet är förhållandet till tobak, men framför allt till alkohol spännande, nytt och för dem som provat på, något i huvudsak positivt. Det fungerar inte att ta upp samtal om värderingar och attityder förknippade med alkohol för elever i 7:an och ofta inte heller i 8:an. Dels kan det ge en signal om att det är normalt att dricka, bara för att man börjar högstadiet, dels har eleverna svårt att verkligen ge uttryck för en egen ståndpunkt. I åttan kan man i samtal om synsätt och värderingar höra två kategorier elever:

Den ena gruppen talar med föräldrarnas röst, det de fått lära sig hemifrån. Den andra gruppen skruvar till sina uppfattningar för att imponera på kompisarna och berättar med viss stolthet hur hemskt roligt man har när man dricker och hur fulla de brukar vara. Det blir inga vettiga diskussioner i sådana klasser. Ungdomarna har för lite eget att stå på för att kunna diskutera på en djupare nivå.

I 9:an finns en annan mognad och det är lättare att vända och vrida på frågorna, menar Per Blanck. Eleverna kan mer ge uttryck för en egen åsikt och kan nyansera sina uppfattningar.

På gymnasiet är eleverna mer inne i en process, där de existentiella frågorna är i fokus. Eftersom eleverna på gymnasiet har mer erfarenheter av alkohol eller tobak kan de fördjupa sig i olika frågor om både det som är positivt och det som är negativt med alkohol. Man måste

få prata på sina egna villkor, menar Per Blanck.

Vi har t.ex. talat om gränser när det gäller alkohol i årskurs 2. Det är något som de själva ofta tar upp. Är man sjutton år skall man veta sin gräns, anser de flesta. Det är omoget att inte kunna hantera alkohol förståndigt när man kommer upp mot myndighetsåldern. Då kan man sitta i en grupp och diskutera vad är en gräns? Är det mängden, är det hur man blir när man dricker? Är det hur ofta, i vilka sammanhang? Vad är översta gränsen för dig själv, om du dricker? Vilka krav kan vi ställa på vår omgivning när det gäller deras sätt att hantera alkohol?

Det är många olika dimensioner på det här med gränser och en sådan diskussion blir ofta mycket fruktbar. Det är viktigt att de får tänka efter själva och i diskussionen med andra får perspektiv på det de tycker. Som ledare i ett sådant samtal är det viktigt att hjälpa till och vända och vrida och inte ge färdiga svar eller moraliska pekpinningar.

Sjuttonåringen behöver inte – till skillnad från fjortonåringen – använda tobak eller alkohol lika mycket som en ”vuxenmarkör”. När man undervisar på högstadiet är därför elevens behov av ”protest” något att ta hänsyn till i val av metodik.

I en skola i Göteborgstrakten hade andra årskursen i gymnasiet utbildat sig för att med sjuorna diskutera rökning, vilket enligt Per Blanck visade sig vara mycket lyckat. Eleverna i tvåan kunde på ett trovärdigt sätt diskutera attityder till rökning, något man som vuxen inte alls hade kunnat på samma sätt eftersom det lätt kan väcka protest och bli en maktkamp. De kunde ge ett annat perspektiv. De kunde säga, att ”det inte är fräscht att röka när du kommer till gymnasiet, medan det i sjuan är ’fräckt’ att röka. Det är egentligen ingen som bryr sig i gymnasiet. Det är enbart dyrt och besvärligt, speciellt när man har en längre skrivning.”

Skolungdomar som hamnat i ett missbruk

De flesta testar och prövar att dricka, men några fastnar och måste dricka varje helg. Det har länge funnits en övertro på undervisningens effekt att nå alla. I avsnittet ”Från att pröva...till att fastna i missbruk” diskuteras flera svårigheter som den unge brottas med och som kan leda till att hon eller han hamnar i missbruk. Dessa elever är svårare att nå via en allmän undervisning. Här kan snarare en bra skola, med vuxna som ser barnen, vara ett skydd för ett grövre alkoholmissbruk. Det framkom bl.a. i intervjun med Anna i avsnittet ”Man vet inte var trappstegen är i livet”.

Att främja ungdomars psykiska hälsa

Under 1998 kom två rapporter som är olika till sin karaktär men som båda pekar på behovet av ett brett perspektiv på att förebygga alkohol och narkotikamissbruk. De tar sitt avstamp i ett främjande arbetssätt, där det bl.a. handlar om att stärka ungdomars psykiska hälsa och att utveckla olika intresseområden.

I den s.k. Barnrapporten (”Kunskapsbaserat folkhälsoarbete för barn och ungdom i

Stockholms län”) skriver docent Sven Bremberg: ”Insatser på bred front som syftar till att förbättra ungdomarnas psykiska hälsa kan sannolikt förebygga missbruket”.

I likhet med vad som skrivs i kapitlet ”Från att pröva...till att fastna i missbruk” menar Sven Bremberg att en rad belastningsfaktorer finns hos de ungdomar som har hög alkohol-konsumtion. Att stärka ungdomars psykiska hälsa är enligt forskningen grundläggande för de ungdomar som utvecklar missbruk.

I ungdomsgruppen finns det tydligt samband mellan bruk av alkohol och ett flertal andra ogynnsamma förhållanden som dålig framgång i skolan, kriminalitet, dåligt självförtroende, bristande social kompetens och dåligt socialt nätverk. Detta, menar Barnrapporten, talar för att program som syftar till att förebygga psykisk ohälsa också kan minska risken för alkoholrelaterade problem.⁸

Skyddsfaktorer – ett brett perspektiv

I FOU-rapporten ”Från streck till betyg” redovisas en utvärdering av Fryshusets specialskola för elever som ”tröttnat på skolan”. Sammanfattningsvis kom deras skoltrötthet akut i årskurs åtta, och enligt rapporten kom i stort sett samtliga elever ”från hem med omsorgssviktande föräldrar. Bakom masken av skolk, bråk och ointresse kan de ha funnits osäkerhet, dåligt självförtroende och en önskan att bli sedd”.

”Skyddande faktorer” för dessa ungdomar är enligt rapporten följande:

- Baskunskaper i olika ämnen
- Fungerande nätverk som omfattar föräldrarna
- Självkänsla
- Positiva förebilder
- Förändrad attityd till droger och kriminalitet
- Utvecklande av olika intresseområden⁹

Elevvården - kan bryta en negativ spiral

Skolhälsovård, elevhälsovård, elevvård...kärt barn har många namn. I en del skolor där man velat lyfta framför allt psykosociala - och även pedagogiska frågor - kallar man det ”elevvård”. Elevvården kan bestå av skolsköterska, kurator, psykolog, specialpedagog, syokonsulent och ofta kan rektor ingå och delta i elevteamets regelbundna möten. För en rektor kan det ofta vara en bra sätt att regelbundet få kännedom om hur barnen mår på skolan och också om lärares situation med barnen.

För barn och ungdomar som har det svårt är elevteamet en extra viktig resurs. Skolsköterskan har här en central funktion, eftersom hon tidigt kan börja se när den unge mår dåligt. Flera elever kommer också till skolsköterskan via sin lärare, som sett att allt inte står rätt till. Skolsköterskan kan sedan slussa vidare till kuratorn eller psykologen som kan ge stödsamtal.

Inom det individuella programmet (IV-programmet) finns ofta ett par elever som har missbruksproblem. De hamnar lätt i gäng, där hon/han har bytt familjen mot gänget och också börjat experimentera med olika droger. Flickorna är ofta med äldre killar och kommer på det sättet lättare in i ett tyngre missbruk. Så arbetar t.ex. skolsköterskan och läraren för IV-pro-

grammet (Västerviks gymnasium) nära varandra, liksom kuratorn, med olika uppgifter, alltifrån att de kan testa (urinprov), om den unge visar tecken att vara påverkad, till att ha regelbundna stödsamtal med tonåringen och/eller att hjälpa denne i kontakten med föräldrarna. Ofta gäller det att försöka hitta nya främjande strategier som arbetsplatspraktik, fånga upp intressen, där tonåringen kan upptäcka nya sidor hos sig själv etc.

På många skolor pågår således ett många gånger tyst men intensivt arbete, för att bryta den negativa spiral som barn och ungdomar kan hamna i. ”Det är när man ser att det vänder för tonåringen, som gör det här jobbet värt all möda”, säger en lärare och en skolsköterska som arbetar nära varandra inom IV-programmet vid Västerviks gymnasium. ”Plötsligt har de fått en puff i en ny riktning och så en dag kan de komma och hälsa på och visar att de har mognat, de har rätt upp sitt liv, de har jobb...Då blir man lycklig!”

Värderingsövningar – en vanlig metod

Värderingsövningar är en metod som ofta används i undervisningen. Men man måste vara medveten om vad man kan uppnå resp. inte uppnå med dem. Det finns ibland en övertro i programförklaringar av olika material kring värderingsövningar om att dessa skall ”stärka självkänslan”.

Värderingsövningar är en metod som syftar till att göra barn och ungdomar medvetna om vad de tycker, och genom övningarna hoppas man att ungdomar skall kunna göra mer hälsosamma val genom att snabbt tvingas ta ställning i olika frågor. Övningarna skall ses som en inledning på en diskussion, och i bakgrunden finns en förhoppning om att eleverna skall kunna säga nej till tobak, alkohol och narkotika.

Metoden utvecklades på 1970-talet av John Steinbergs i hans bok ”Aktiva värderingar”.⁹ Den bygger på antagandet att de som använder alkohol i högre grad än andra är osäkra på sina egna värderingar och att ”personer med starkare självkänsla har lättare för att motstå press från andra”.

Jörgen Swedbom och Karin Åberg har nyligen kommit ut med materialet ”Värderingsövningar i skolan”. Båda arbetar på Högskolan för lärarutbildning och kommunikation i Jönköping och betonar betydelsen av att använda övningarna rätt. Fel använda kan de snarare motverka sitt syfte.⁹

Metoden innehåller tre delar:

- 1) Värderingsrespons (innebär att läraren reagerar på elevernas frågor och uttalanden på ett sådant sätt att deras kritiska tänkande, medvetenhet och förmåga att uttrycka sig stimuleras).
- 2) Värderingsnivåundersökning (innebär fyra nivåer; fakta, upplevelser, värderingar och handling. Upplevelsedelen innebär att arbeta med t.ex. gruppsamtal och studiebesök. I handlingsdelen är det meningen att eleverna ”ska utföra handlingar för att påverka skolan och/eller närsamhället i enlighet med de värderingar man kommit fram till i värderingsdelen”.)
- 3) Värderingsövningar. Om värderingsövningar skriver Jörgen Swedbom och Karin Åberg följande i sitt material:

Värderingsövningar är en speciell form av övningar som syftar till att hjäl-

pa människor att göra klart för sig själva var de står i olika frågor. I stället för att bara okritiskt ”hänga med” eller ”göra som man alltid har gjort”, vill man genom värderingsövningar ge träning i att göra medvetna val. Genomförda på rätt sätt skapar dessa övningar känslan av att ens åsikter, uppfattningar och tankar är värdefulla och uppmuntrar en att handla i enlighet med värderingarna.¹⁰

I gymnasiet vill man bli vuxet bemött

Samtalsledarna i Kalmar (som vi skall möta senare i detta avsnitt) menar att värderingsövningar kan användas på högstadiet, men är svårare i gymnasiet. De menar att på gymnasiet vill ungdomar bli behandlade som (nästan) vuxna, som egna individer, och därför är gruppsamtalet att föredra. Dessutom har metoden använts flitigt under grundskolan och eleverna kan känna en trötthet att behöva ta ställning till snabba påståenden.

Värderingsövningar har de flesta gjort på grundskolan. Värderingsövningar tycker vi är mer lek och mer för dem som går i grundskolan. Vi vill markera på gymnasiet att eleverna nu är äldre, här går man lite mera i djupet. Det är vår tanke.

Vi försöker närma oss eleverna som individer. I grundskolan är de fortfarande tillhörig en grupp, då är det lättare att gömma sig bakom en färdig åsikt med andra som tycker på samma sätt. Då behöver man inte lämna ut sig mer än det. I våra samtalsgrupper kan man gå ett steg längre. De börjar bli individer och vågar säga vad de tycker själva. Men värderingsövningar kan man självklart ta till om det skulle vara speciellt svårt att dra igång en diskussion.

Samtalsledarna menar att det är viktigt, innan man börjar med värderingsövningar, att få en tillitsfull atmosfär så att det känns helst OK att stå i vilket hörn som helst. De menar att det är ett instrument som man måste vara rätt kunnig att använda, annars kan påståenden bli mycket ledande.

Gymnasieläraren Marcus Mattson framhäver att det är viktigt att lyfta fram just vuxenheten. Värderingsövningar kan, menar han, vara bra om man använder dem på ett vettigt sätt och har känsla för integritet och inte schavottera elever. Det kan fungera som en utgångspunkt för en diskussion. Han fortsätter:

Ungdomarna i gymnasiet vill ju vara vuxna även om de inte är det, och de behöver känna att man betraktar dem som vuxna även om man i realiteten uppfattar dem som på väg dit. Värderingsövningar gör att man lätt förbarnsligar dem. I stället använder jag andra saker, tidningsartiklar, insändare, små videosnuttar som ruskar om lite grann. Man kan få ingång diskussioner minst lika mycket via sådant.

Även Marcus Mattson kommer in på att det lätt kan bli för mekaniskt speciellt i det som rör

de existentiella frågorna. Det är skillnad om det rör en politisk kris i världen.

Med tyngre mer existentiella frågor, dit ju drogfrågor hör, kan det lätt bli för mekaniserat. Det blir kanske fyra eller fem alternativ om jag skall ställa mig i olika hörn. Eleverna kan ha en viss ambivalens. De kan under olika dagar, under olika veckor i en relation till föräldrar eller till kompisar, väga åt olika håll i sitt synsätt. Beroende på var de befinner sig i sin mognadsprocess skulle de ställa sig på olika ställen.

Marcus Mattson frågar sig om det alltid är så nyttigt att inför andra ställa sig på olika ställen. Han berättar om en studiedag han var med och arrangerade i Visby. Flera av hans kolleger tyckte att det här med värderingsövningar var väldigt bra.

Jag hade lärarna på en studiedag i sex- och samlevnadsfrågor och jag tog en övning. Jag minns inte exakt men jag tror det var om abortfrågan, relativt känsligt var det. Jag bad dem ställa sig i olika hörn, men ett par lärare vägrade ställa sig. De satt kvar mitt i klassrummet och jag sa då att de skulle gå och ställa sig: ”Du få göra som ungarna förstås, ställ dig nu i ett hörn”, men det gjorde de alltså inte. De hade kurage att visa sina känslor att inte ställa sig...men detta är ju uttryck för vad en vilsen tonåring kan råka ut för.

Erik Centerwall, med lång erfarenhet av sex- och samlevnadsupplysning, vill inte ”sälja ut” värderingsövningarna men menar att de kan förstärka det man vill motverka, majoritetsmissförstånden. Det kan innebära en flykt från samtalet, menar han. Man undviker helt enkelt samtalet genom värderingsövningarna. Men det finns också bra exempel, då man följer upp ordentligt och har gott med tid för uppföljning. Han säger vidare:

Övningarna tar sin tid, man springer runt, skall ta ställning och själva ställningstagandet kan leda till att nya majoritetsmissförstånd skapas, dvs. jag vågar inte blotta min inre verklighet, den får inte synas. Den inre verkligheten förnekas ytterligare. Och jag blir återigen besviken eller får bekräftad att vuxenvärlden kan man inte tala med. Det kanske är den känsligaste punkten med värderingsövningarna.

Värderingen kan ta över innehållet, man tror att värderingen är en beskrivning av verkligheten. En värdering är bara en värdering, en attityd är en attityd, det behöver inte vara en beskrivning av människan. En människa kan ha en attityd utåt, men tycka tvärtom inom sig. Och då blir det en splittning av något yttre och inre som inte är så lyckad.

Om vi tar pornografin som exempel, så kan en grabb säga att han tar avstånd

från pornografin utåt, eftersom tjejer är närvarande och eftersom fröken är en kvinnlig lärare. Han tror det är den rätta åsikten att säga så. Medan han själv kanske onanerar till pornografi och tycker att det är det häftigaste som finns...Nå, om man då tvingar honom att ljuga inför sig själv, då skapas en dubbelhet, där det finns en yttre normbildning, som inte stämmer överens med den inre verkligheten. Om det där glappet mellan yttre normbildning och inre verklighet är stor så inser den här killen att det finns ingen anledning att berätta sitt innersta. Vad man egentligen upplever som betydelsefullt. Då skapar detta en misstro mot det yttre. Det är den största risken.

Värderingsövningar kan enligt Erik Centerwalls erfarenheter under vissa omständigheter skapa nya normbildningar, nya majoritetsmissförstånd, som man tror är det rätta svaret och då överger man den unge. ”Då är det bättre med en vanlig konventionell biologilärare som förväntar sig att alla skall hålla käften”, säger Erik Centerwall.

Några anteckningar från en ”deltagande observation”

En halvklass med ca 12 flickor, 16 år gamla åker med sin lärare en timme till en plats för att få tobaksupplysning. I stort sett samtliga har utländsk bakgrund.

”Centrat” som de besöker erbjuder skolor olika program, alltifrån tobaks- till sex och samlevnadsundervisning. Den genomgående metoden bygger på värderingsövningar. De två timmarna leds av en två unga män, hälsopedagoger och väl utbildade i metoden. De får regelbunden handledning. Hälsopedagogerna inleder med en kort presentationsövning. Man avslutar med att säga att man vill inte peka ut någon utan man vill ta fram olika fakta, så att de lättare skall kunna göra ett eget val. Tiden är uppdelad så att den första timmen används för att arbeta med värderingsövningar, den andra timmen informerar ledarna om tobakens och nikotinets effekter på människokroppen.

Kommentarer

Genom mina observationer (jag satt ganska långt bak i rummet) såg jag att del II, faktaavsnittet, var den del av programmet där flickorna var mest aktiva. Här gjordes experiment och de fick se hur man ser ut i lungorna efter en cigarett. Här informerade man också om tobaksbolagens verksamhet. Flickorna svarade på frågor och ställde också frågor om rökningen, skador m.m.

I faktadelen blev de mer aktiva, de kunde visa att de var ”inlästa” och de verkade kunna det mesta som ledarna berörde. Under övningarna i del I var de däremot relativt oengagerade. Ganska slött gick de och ställde sig i olika hörn.

Värderingsövningarna blev ytliga och något större engagemang skapades inte hos flickorna. De rörde sig fysiskt, men var inte psykiskt aktiva. Frågorna var ledande och det var lätt att gissa sig till vad man ”borde tycka” eller vad ledarna tyckte var ”de bästa svaren”. Ledarna, som bad dem diskutera sinsemellan, hörde kanske inte att det aldrig blev någon diskussion. Eftersom jag satt nära ”ett hörn” hörde jag att flickorna i stället talade om vad de skall göra efteråt. Något samtal hade det aldrig chans att bli, eftersom de var stående, lite vilsna, ”utkastade” på golvet.

Den stora svagheten under de två timmarna var den inledande presentationen. Eleverna fick

olika frågor att besvara som ledarna gick runt och delade ut:

- Hur ser ditt liv ut om fem år?
- En person som betytt mycket för dig.
- Om du skulle få 40 år tillbaka vad skulle du då göra?
- Något som har gjort dig fruktansvärt arg.
- Hur ser livet ut om 20 år?

Eleverna svarade mycket kort: ”Jag skall bli läkare om fem år”, ”Jag skall bli sjuksköterska.” När första flickan svarat säger ledaren ”Tack, nästa”. Nästa flicka vill åka tillbaka i tiden till Somalia: ”Jag skulle vilja vrida tillbaka tiden trettio år för att se hur mina föräldrar hade det som unga, för att bättre förstå dem”, säger hon. Ledaren säger efter det: ”Tack, nästa”. En annan flicka säger att hon blir upprörd när folk ljuger för henne och när de vill bestämma över henne hemma.

I flickornas korta svar låg mycket av deras egen vardag. Det fanns många samtalstrådar ledarna kunde spunnit vidare på: ”Kan du säga lite mer om det”, ”Hur tänker du då?” etc. Men ledarna sa bara ”Tack, nästa” och hela presentationen tog knappt 10 minuter.

Vad flickorna uttryckte var att de hade svårigheter i relationen till föräldrarna. Eftersom i stort sett samtliga flickor hade utländsk bakgrund gav de en kort glimt av de svårigheter de mötte i mötet mellan två kulturer. De förstod inte föräldrarna, men ville förstå dem!

Även om ungdomarna går i samma klass vet de inte allt om varandra och de visar inte alltid ”sina riktiga ansikten”. Presentationen kan vara den som gör oss synliga inför varandra, som kan göra att vi känner oss värdefulla, lyssnade till. Här blev det i stället tvärtom. Det blev aldrig något möte, eftersom ledarna visar inget egentligt intresse för flickorna. Det fanns ingen ömsesidighet.

Ledarnas egen presentation var också mycket ytlig och opersonlig. Inget om dem själva. De blev på det sättet otydliga som vuxna.

Efteråt får jag av deras lärare höra att ingen av dessa flickor röker. Det är mycket ovanligt, menar hon.

När jag gick därifrån tycker jag att flickornas tid inte använts på ett bra sätt. Tre timmar hade de ägnat totalt: restid en timme och undervisningspass två timmar. Ledarna hade lärt sig en teknik, men hade enligt min mening svårt att föra ett samtal och aktivt lyssna. De var låsta till sitt eget koncept och var inte tillräckligt flexibla. Om de kunnat lämna sitt manus hade de ganska snabbt kunnat få fram att de här flickorna kunde det mesta och att det fanns viktigare saker att prata om än nikotinet för dessa flickor.

Nu blev det aldrig ett öppet samtal och därmed fick inte flickorna möjlighet att säga att de faktiskt inte rökte!

Det avgörande är om det blir ett samtal

Per Blanck använder värderingsövningar mer som en upptakt för en diskussion. Han har länge arbetat i den ”metodtradition” som sex- och samlevnadsarbetat haft som utgångspunkt – det personliga samtalet.

När han arbetar i skolor har han ofta en halv dag till sitt förfogande, och han använder ofta värderingsövningar men endast en mindre del av tiden. Det viktiga menar han är den

efterföljande diskussionen, att ställa följdfrågor och tränga lite djupare ner i ungdomarnas attityder och värderingar. Man får framför allt inte bli slav under metoden utan kunna frigöra sig från denna och börja se och lyssna. Men det kräver också att man vet var man själv står, annars kanske man blir rädd att utveckla diskussionen med eleverna. Han fortsätter:

Det kräver att man är van att använda metoden och framför allt kräver det att man vet vad man själv tycker i de här frågorna. Man måste kunna ställa följdfrågor och kunna släppa så mycket att man börjar höra ordentligt vad de säger. Men jag tror inte att varje lärare kan hålla på med detta, utan de som är mest intresserade både inom och utanför skolan.

Per Blanck menar också att man måste "bädda" för samtalet. Han är därför noga med hur "rummet" ser ut. Han möblerar alltid om, tar bort bänkarna och sitter i en ring så att alla ser varandra. Här kan eleverna säga: "Oh, vad mysigt, så här har vi inte suttit sen mellanstadiet!" Han låter inte eleverna stå utkastade på golvet utan de sitter ner och kan därmed föra ett samtal, även om det ibland kan ha "Kvällsöppetkaraktär", eftersom eleverna ofta är debattglada.

Sammanfattningsvis kan värderingsövningar vara bra för att starta en diskussion t.ex. i en skolklass, men det avgörande är om det verkligen blir ett samtal efteråt. Tiden kan bli knapp och gruppen kan också vara förs stor, för att ett djupare samtal skall komma igång. Det kan också skapa konstlade motsättningar i de fall diskussionerna inte ges tillräckligt med tid.

Att stärka självkänslan är egentligen ingen snabb teknik utan handlar mer om möten mellan människor. Om ett inre växande i mötet med en annan person. En svag självkänsla kan bli stark om den unge får möjlighet att bli sedd, känner sig värdefull och får bra "återkoppling".

Man kan också säga att Steinbergs begrepp "Aktiva värderingar" innehåller både grupp-samtal och en aktiv handlande del. Värderingsövningarna är endast en del av hela "paketet".

F.d. narkomaner eller alkoholister

Flera skolor använder sig av f.d. missbrukare. Ungdomar brukar säga att de vill lyssna till f.d. missbrukare. De tycker det är spännande att lyssna till en f.d. narkomans eller f.d. alkoholists livsberättelse. Det blir som ett socialt reportage, ett levnadsöde de får ta del av men där eleverna många gånger ställer sig själva utanför. Detta har inget med deras liv att göra.

Jag fick ta del av en rad brev som skrivits efter en lektion med en f.d. missbrukare av alkohol. De ungdomar som inte hade det svårt hemma, som säkerligen aldrig kommer att missbruka, svarade med stor empati för personen. De levde sig in i hur svårt personen haft det och önskade honom lycka till i framtiden. De breven var varma och stödande. Sedan fanns två brev där man förstod att brevskrivaren själv var utsatt hemma. För dem fungerade det som ett igenkännande. Någon hade varit i en liknande hemsituation och kunnat ta sig ur det. För dem fanns en längtan att prata vidare, att möta någon annan som också hade det svårt.

För missbrukarna själva är det av allt att döma mycket berikande att vara ute och undervisa.

De får ökat självförtroende; sju av tio i ett undervisningsprogram fick större tilltro till sig själva.

En del undrar också vad undervisning med en f.d. narkoman ger för signaler till barn och ungdomar. En fältassistent i en invandrartät förort utanför Stockholm säger exempelvis att man bör helst inte använda f.d. narkomaner, åtminstone inte i "hennes" förort. Hon har hört elever säga: "Titta på han där, för honom har det ju gått bra för, han har klarat sig, han är ju t.o.m. ute i skolor och pratar". Den f.d. missbrukaren blir därför aldrig ett varnande exempel, snarare tvärtom – någon man identifierar sig med.

I ett s.k. drog förebyggande projekt inom Stockholm stad ställer sig projektledaren följande fråga: Varför ska ungdomar lära sig hur någon börjar med droger, hur det är att vara narkoman och hur det är att sluta? Betydligt viktigare är att få redskap genom skola och hem för att kunna avstå och istället kanske träffa och lära av dem som i stället säger nej.¹¹

Hej XX!

Det var skitroligt att du kom till våran klass och pratade. Det var mycket lärorikt och man kan säga att jag började tänka efter.

Det är ganska svårt att skriva eller säga så mycket, eftersom man inte är du så vet man inte hur det känns. Jag började dricka i 6:an (nu går jag i 8:an). Jag dricker för att man kan som "svälja" alla problem med spriten. Nuförtiden händer det att jag dricker ibland, men inte så ofta.

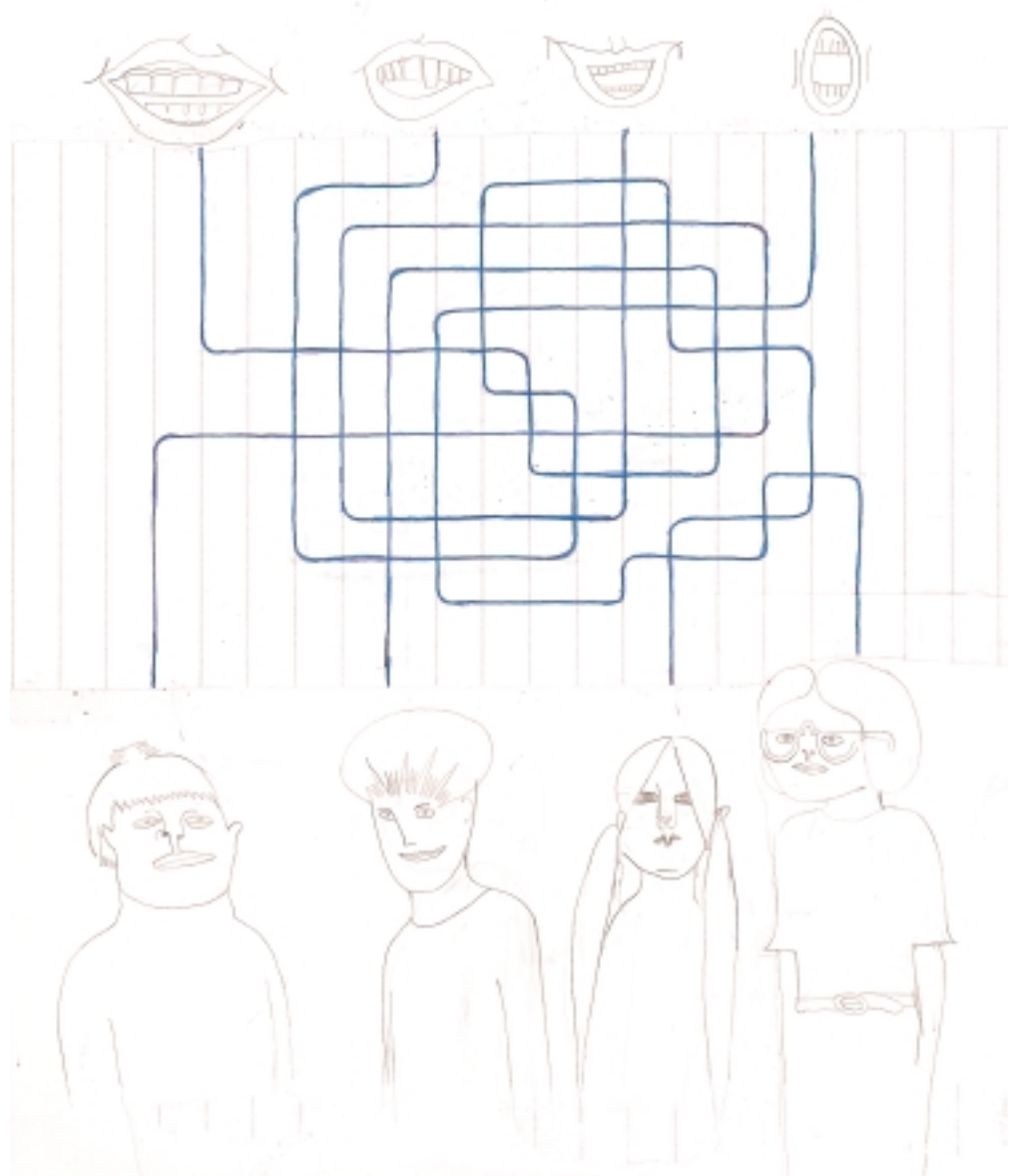
Det var du som sa: föräldrar borde vara förebilder för sina barn och hjälpa dom när det är svårt.

Mina föräldrar skiter i mig, i alla fall pappa som jag bor hos gör det. Han brukar säga att jag är ett jävla luder som ser för jävlig ut och som han inte vill ha något att göra med.

Han har också sagt att han önskar att jag vore död...

Ha det bra. Lycka till i livet.

Kram AA



Om samtalet

Varför samtal?

Ibland kan man få uppfattningen att det finns en motsatsställning mellan ”kunskapsskolan” och skolor som förespråkar kommunikation, samtal, livskunskap m.m. på schemat. Det är som om kunskap skapas i ett individuellt vakuum och inte mellan människor.

Roger Säljö, professor, fokuserar i sin artikel ”Samtal som kunskapsform” det vardagliga samtalet och samspelet mellan människor som kunskapens hemvist:

Det är genom reflektion, samspel och samtal med andra människor som vi lär känna världen. Samtalet är ständigt närvarande och utgör en aspekt av all kunskapsförmedling...I en myriad av spontana kommunikativa sammanhang bland ivriga och engagerade samtalspartners granskas omvärlden och dess händelser och gemensamma perspektiv utvecklas. Tankar, omvärldsuppfattningar och värderingar stöts och blöts i gemenskaper av detta slag...

Detta är enligt Säljö viktiga miljöer för ” kunskapsproduktion”, inte bara inom utan också utanför skolan. Kunskap och samtal hänger därför intimt samman. Säljö skriver: ”Den ryske psykologen/pedagogen Vygotsky (1986) uttryckte detta på ett pregnant sätt, när han påpekade att kunskaper först finns mellan människor i sociala samspel och därefter tas de över till att bli kunskaper inom människor.”¹²

Vi lär känna världen och oss själva genom att reflektera, interagera och samtala med andra människor. Vår bild av oss, säger Roger Säljö, skapas i hög grad genom de reaktioner vi möter på hur vi agerar och inte sällan resulterar samtal med andra i självreflektion, där individen gör upptäckter om sig själv och/eller sitt professionella jag.

”Genom reflektion kring hur vi fungerar och hur andra uppfattar oss, blir det möjligt för individen att distansera sig från sitt eget handlande och göra det till föremål för eftertanke. Men också sådan eftertanke och reflektion är en språklig handling och förmågan att iakttä och förstå sig själv utvecklas också den i samtal med andra människor i vår närhet.

Kort sagt, via språket och i samtalet med andra blir du någon, via språket blir du till.

Kunskap, självkänedom och inlevelseförmåga

I avsnittet ”Effekter av hälsoarbete?” framkom att en framgångsrik metod var den informella diskussionsgruppen, där läraren är i bakgrunden och försöker skapa en öppen miljö där den unge kan utforska, undersöka och diskutera sina egna attityder och sitt eget beteende.

Man kan säga att all hälsoundervisning behöver omfatta tre delar: kunskaper, självkänedom och inlevelseförmåga. Låt oss ta tobaksområdet som exempel.

Kunskaperna inom tobaksundervisningen behöver ha ett tvärvetenskapligt perspektiv, dvs. inte endast kunskaper inom det naturvetenskapliga området (medicinska effekter av tobak som lungcancer etc.) utan även områden inom sociologi/samhällsvetenskap (tobaksindustrins metoder för att värva nya tobaksrökare bland ungdomar i Östeuropa, Kina och Afrika etc., rök-mönster inom olika grupper) eller psykologi (cigaretten som ett socialt fenomen i kontakten med andra, cigaretten i tonårstiden som protest mot vuxenvärlden, cigaretten som ”avkopplare”, nöje etc.).

Ökad självkänedom kan sedan komma i gruppsamtal där kunskapen bearbetas och

införlivas i ett personligt värdesystem. Kunskaperna får på så sätt en personlig innebörd, vilket är en förutsättning för att engagemang skall uppstå. Håller jag med? Vad tycker jag egentligen om tobaksindustrins arbetsmetoder? Hur påverkas jag själv av den ”dolda” tobaksreklamerna? Vad betyder rökningen i mitt eget liv (vare sig jag röker eller inte)? Hur förhåller jag mig (som rökare eller ickerökare) när jag kommer in i ett rum där jag inte känner någon?

Inlevelseförmåga eller empati innebär att träna sin förmåga att förstå och leva sig in i en annan människans situation, både psykologiskt och socialt. Som ickerökare eller rökare kan detta innebära att man förstår varandra på ett lite djupare plan och också lyssnar på varandra. Rökningen kan skapa grupperingar t.ex. inom ett kollegium, där stämningen redan är spänd beroende på helt andra saker.

I samtal människor emellan skapas således ständigt ny kunskap – kunskap om nya perspektiv, kunskap om sig själv och om andra. Detta sker lättast i en liten grupp, där den vuxne är handledare. En föreläsare i en stor aula eller en lärare framför sin klass kan ge barn och ungdomar nya perspektiv, men om de inte får möjlighet att bearbeta denna kunskap i en liten grupp finns risk att kunskapen ”passerar” och aldrig ges någon personlig innebörd, eftersom ingen reflektion har uppstått.

Detta är självklart en process som kräver tid, men också personer som i sina olika professioner är intresserade av att föra sådana samtal med barn och ungdomar. Tidigare i den här boken har talats om betydelsen av att ett möte uppstår mellan den vuxna och den unge. Det krävs en respektfull dialog, där den vuxne är genuint intresserad av barn och ungdomars egna berättelser. I en avhandling om undervisning om hiv/aids framkommer betydelsen av att ungdomarna tycker om den som undervisar och det är en person som är lätt att prata med. Ju mer öppen läraren var för det som eleverna tyckte var viktiga frågor, ju bättre blev kontakten.¹³

Puma fritidsgård – ett exempel

Röster från två ungdomar får utgöra exempel på de ovan förda resonemangen. Båda har deltagit i samtalsgrupper på fritidsgården Puma, Visby, som under drygt tjugo år bedrev ett långsiktigt sex- och samlevnadsarbete på gården där samtalet mellan ungdomar och vuxna var den bärande idén. (Arbetet finns omnämnt i avsnittet ”Effekter av undervisning?”). Arbetet var en del av Gotlandsprojektet, en försöksverksamhet med en bred regional satsning på sex och samlevnad.¹⁴

I dessa samtal kom också naturligt upp frågor som också rörde alkohol. Lena, 15 år, som under drygt två år deltagit i sex- och samlevnadsarbetet på fritidsgården, kommenterar här hur hennes syn på sig själv förändrats liksom hennes föreställningsvärld om killar och om sexualitet har fått ett nytt ljus. I intervjun talar hon om cirkeln och avser då den samtalsgrupp för samlevnadsfrågor som hon deltog i en hel höst:¹⁵

Det var så, att då jag gick cirkeln hade inte jag legat med någon. Jag tänkte: ”Herregud frågar dom mej, då dör jag, jag vet ju ingenting.” Men så släppte det och ja sa det i alla fall. Men det var rätt pinsamt att säga att jag inte gjort det. Jag tyckte att hade man inte gjort det då är man barnslig och dum. Men

det var jätteskönt att få säga det. Jag trodde att jag måste vara annorlunda på något sätt. Det måste vara fel på mig. Till slut förstår man, att så är det ju inte.

Och killarna de berättade att det inte var så där bra som de hade trott. En del hade legat en gång, en del flera...och utåt hade de oftast sagt att de hade legat fler gånger än de egentligen hade.

Jag har blivit säkrare och fått mer självkänsla. Jag bryr mitt inte längre så mycket om hur jag ser ut. Jag hade fruktansvärda komplex innan för att jag hade små bröst. Det var något hemskt. Jag var helt knäckt. Jag grät för det och vågade inte ha spända tröjor eller liknande, för då skulle det ju synas. Det var ju det enda killar tänkte på hade jag fått höra. Sedan fick man höra att de brydde sig inte så mycket om det och att det var mest hur tjejen var i sättet som var viktigt. Det var skönt att höra. Då blev man säkrare på sig själv. Man blev nästan en helt ny person. Det är sant.

Förut var jag jätteblyg och vågade nästan inte säga någonting. Vågade nästan inte räcka upp handen i skolan ens en gång.

En förändring, först inåt – sen utåt

Vad Lena uttrycker är att hon upptäckt att världen ser annorlunda ut än hon trott. Framför allt har hon upptäckt människors inre värld, och utifrån detta kan hon sedan ta avstamp att förändra sin egen situation (blivit säkrare, vågar mera, som att räcka upp handen).

Genom samtalen i gruppen förändras de egna perspektiven. Hon märker också att hon inte är ensam om sina tankar. Mycket av ensamhetskänslor, osäkerhet och rädslor avprivatiseras därför. En rörelse i en inre förändring påbörjas, vilket sedan är förutsättningen för en yttre förändring, dvs. att börja handla på ett nytt sätt.

Detta stämmer med de teoretiska resonemangen både kring empowerment-teorin och kring Paulo Freires pedagogik, som togs upp i avsnittet ”Teorier och begrepp i hälsoarbetet”: Först får jag kunskap – hur världen ser ut, vad mina kamrater tycker, hur det ser ut i samhället. Sedan kan jag känslomässigt i gruppen bearbeta vad tycker jag själv. Tycker jag det är OK, det jag hör och det jag ser? Det tredje steget är att handla, dvs. göra något åt den nya insikten.

Den rörelse som beskrivs i samtalet här har inte samma jordmån i de ”snabba”, lite ytliga diskussioner som ofta blir i en storgrupp. För att våga överskrida en (prat)gräns och våga möta andra behövs en mer intim och tät atmosfär. Den lilla gruppen med en kontinuitet är här en trygg stödjande miljö för samtalet. Metodiken på Puma har genomgående varit samtal i små grupper där man också använt sig av rollspel. Värderingsövningar har man däremot inte arbetat med.

Förut var jag jätteblyg och vågade inte säga någonting. Vågade nästan inte räcka upp handen en gång.

Så här säger en pojke, Kalle, som genom gruppsamtalen och allt ”prat” på gården tycker att han vågat börja prata om allting.

Vi har pratat om allting. Om föräldrar. Hur dom ska vara och hur dom är, om att gråta. Vi har snackat mycket om hur vi tycker att en kille ska vara och ej tjej. En del har berättat om hela sitt liv – det har handlat om mycket, inte bara om sex och samlevnad.

Jag tror att det jag lärt mig mest är just att snacka, att våga prata om allting. I skolan är det svårt att prata om sex och kärlek och sånt. Man vågar inte prata ut liksom. Och säger man nåt börjar dom andra garva. Fast vad det egentligen är dom garvar åt begriper jag inte. Jag önskar att det kunde vara mer öppet överallt, att man kunde prata mer fritt med varandra. Utan att behöva vara rädd för att göra bort sig.

Struliga ungdomar har fått ett vuxet stöd, som många av dem inte hade hemma. Kalle fick en självkännedom via fritidsgårdens arbete, en kunskap som det annars kanske skulle tagit tio år att finna, menar han.

Jag tror inte jag skulle vara så öppen och vara så ärlig gentemot andra som jag är nu. Kanske man skulle ha blivit sån när man är 25 år eller nåt. Man har på nåt sätt lärt sig att hitta sig själv.

I metoder som värderingsövningar och äventyrsbanor hör man ofta att övningar måste vara ”actioninriktade”, eftersom framför allt killar har svårt att sitta still och svårt att koncentrera sig. Alla som arbetar med djupare samtal kan snarare bekräfta motsatsen: att struliga ungdomar har en oändlig koncentration – när innehållet i samtalet är intressant. Det bekräftar Koss Loumakis i en intervju. Han har varit projektledare för Fryshusets arbete ute i skolor. Han möter speciellt de ungdomar som ”strular” och som lätt kommer i konflikter med andra. Han säger:

Dessa ungdomar, som strular så mycket och befinner sig nära kriminalitet, när man pratar om livet med dem – ja, om meningen med livet, de existentiella frågorna, då är det knäpptyst! Längtan efter sådana samtal verkar vara oändligt stor.

Att må bättre – lättare att lära

Inledningsvis kommenterades hur ny kunskap genereras i samtalet. Men ”samtalet” kan också fungera som en kanal där man kan få utlopp för olika känslor. För psykolog Anna Torbiörnsson handlar samtalet framför allt om kunskapen om att det barn som mår bättre har också lättare att lära. Det är en kunskap som de allra flesta är väl medvetna om, men som ibland kan glömmas bort när samtalstimmar konkurrerar med timmarna i matte, engelska, historia etc. Hon fortsätter:

Om skolan ska bidra till en harmonisk utveckling är det viktigt att det avspeglar sig i skolarbetet. En skola ska sjuda av liv, vara en plats dit eleverna längtar. Men för detta krävs stimulans inte bara av intellektet. Människans helhet måste tillgodoses. Om man mår dåligt går det inte att lära sig något. Ett forum där man kan tala om känslor och relationer är ett sätt att bana väg för ett effektivare skolarbete. Samtalen löser spänningar, förbättrar klassrumsklimatet och underlättar även lärarens arbete. Det kan ge ett positivt och varmt klimat, en trygghet och tillit till de vuxna och till kamrater.

Anna Torbiörnsson har tidigare i den här boken talat om att ensamheten är den grundläggande orsaken till att många ungdomar mår dåligt. De har känt sig ensamma och övergivna. De har därför svårt att få hjälp och att hitta en väg bort från sina problem. Unga behöver varandra, de behöver kamrater men också vuxna, föräldrar eller andra, som hjälp och stöd. Det är möjligen så att unga får alldeles för lite naturlig kontakt med vuxna. De får inte tillräcklig hjälp inför övergången till vuxenlivet och känner sig därför övergivna och utlämnade.¹⁶

Genom att lyssna på ungdomarna och på deras kamp för att hitta lösningar kan vi lättare förstå hur de och många andra tänker och handlar. Föräldrar och andra vuxna kan bli hjälpta att få en större ödmjukhet gentemot de unga och inte vara för snabba i sina domar. De kan komma till insikt om att generationerna behöver varandra.

Några röster från vuxna om samtalet

Det räcker med att du som lärare frågat på morgonen: Hej, hur har helgen varit, hur är läget idag? Så öppnar man upp. Istället för att köra igång maten... Man har ju så mycket igen om man stannar upp ett tag.

Sven Thorell, "behandlare" vid enheten för unga missbrukare/samtalsledare, Kalmar

Samtalet ser jag som något som håller på att försvinna i vardagen. Hemma samtalar man kanske inte så mycket längre. Jag känner att många ungdomar umgås via en apparat idag. Man har inte direktkontakten, det gamla hederliga samtalet mellan fyra ögon.

Ingegerd Setterby, skolkurator/samtalsledare, Kalmar

Några personer som fungerar som samtalsledare i skolan har intervjuats om sina erfarenheter av att arbeta med samtalet som metod i hälsofrågor. Samtalsledarna arbetar i Kalmar och Ängelholm.

Kalmar

Samtalsgrupper finns på gymnasiet sedan sju år tillbaka, och även högstadieskolorna har börjat efterfråga dem. Upprinnelsen till verksamheten var ett uppdrag i ”drogförebyggande syfte” där företrädare för skola och socialtjänst samlade personer med bred erfarenhet av ungdomar.

Samtalsledarna är handplockade. Totalt finns nu 23 ledare, varav 8 utgör en ”kärntrupp” som kan fungera som mentorer för de nya som kommer. Ledarna är bl.a. skolsköterska, kuratorer, fält-assistent, behandlare, präst, lärare på yrkesinriktat linje, annars ingår inga lärare i gruppen.

Samtalsgrupperna är schemalagda. Tre timmars samtal inleds med en tvåtimmars föreläsning, som berör alltifrån alkohol, narkotika, sex och samlevnad, relationer m.m. Olika variationer har genomförts. Först var samtalen upplagda på två omgångar men administrativt tog det mycket kraft och energi. Det fanns också fördelar med en längre sammanhållen tid tillsammans; första gången kanske samtalet avbröts precis när man kommit in i ett djup, och när man sedan skulle träffas igen om en vecka var kanske inte alla där eller också var det nya med, som inte var med förra gången.

Eleverna har uttryckt ett behovet av att träffas mer än en gång. För många känns det snopet att det bara blir en gång, när de kommit igång med ett viktigt samtal.

Ledarna utbildas och kontakter/uppföljning finns inlagt.

Intervju med: Pirkko Berggren, skolsköterska, Ingegerd Setterby, skolkurator, Annelie Österberg, fältassistent, Sven Thorell, behandlare, Bertil Carlsson, behandlare.

Ängelholm

Ängelholms gymnasium har lång erfarenhet av samtalsgrupper – men är också exempel på hur dessa försvann från schemat, när ttf-timmarna togs bort. Därefter har det varit svårt att få in dem i schemat igen. Tidigare genomfördes grupperna med läraren som handledare och en elev från årskurs tre i gymnasiet som bihandledare. Tidigare fick således alla elever möjlighet att sitta i mindre samtalsgrupper. Numera är det upp till varje lärares förmåga och vilja.

Intervjuad: gymnasielärare Marcus Mattson.

Att vilja något nytt

Ingegerd Setterby, skolkurator i Kalmar, har tidigare varit med och organiserat samlevnadsundervisning uppbyggt på temadagar och var ganska trött på detta upplägg. ”Det blev katederundervisning”, menar hon. ”Eleverna matades än med preventivmedel, än med kroppen, och efteråt skulle vi träffas och diskutera. Det var svårt, allt var ju sagt, de hade ju blivit matade hela dagen.”

Även Pirkko Berggren var som skolsköterska trött på all hälsouppllysning som skedde ”uppifrån” och där de flesta eleverna redan visste det mesta.

Hälsouppllysning har ju alltid ingått i mitt jobb – att berätta vad som är farligt, om rökning, om att gå upp i vikt. Jag har aldrig trott på det här, alla vet ju det här. Om vi utifrån kunskapen kunde lägga av olika vanor så skulle vi inte ha några överviktiga människor, inga alkoholister, inga drogmisbrukare.

re. Jag tycker det är viktigare att kolla av vad det är som gör att man trots kunskaper gör saker och ting.

När Ingegerd Setterby ville förändra började hon i en helt ny ände, och ett nytt sätt att arbeta började växa fram. Hon tog kontakt med en lärare och fick använda dennes timmar i socialkunskap. Klassen blev en slags referensgrupp med 30 ungdomar. De åkte ut till en kursgård, lade upp ett program, delade in alla i grupper. Samtalen ville aldrig ta slut. Ingegerd berättar:

Vi satt uppe hela natten och pratade, för ungdomarna ville aldrig sluta. Då kände vi alla: "Här har vi det!" Det här är något att bygga på. Det var en väldigt respons, att sitta och prata om sådant som rör droger, samlevnad, kamratskap, självförtroende, allt det som för ungdomar är så aktuellt. Det var där det växte det fram och sedan har vi genom åren utvecklat det allt eftersom.

Att känna sig värdefull

Jag tror att det kan handla om tillfällena hos den unge, att i rätt ögonblick träffa en person som blev den positiva kraften och som visade en annan väg. Där den personen kände att jag blev sedd, som den jag är. Då kan den positiva energin komma mer och mer...man kan tänka kanske att vi kan bidra till det.

Pirkko Berggren, skolsköterska/samtalsledare, Kalmar

Samtliga intervjuade – oberoende av hur samtalen är organiserade – talar om samtalets stora fördel när det gäller att stärka den unges självkänsla. Erfarenheterna genom åren har gett dem det "ögat", menar de.

Att bli behandlad som vuxen

Marcus Mattson tar upp hur betydelsefullt det kan vara för den unge att känna att hans åsikter lyssnas till – och att de håller i ett resonemang. Han säger:

I samtalsgrupperna behandlas de som vuxna, de blir inte avbrutna, de får tala till punkt och har någon som verkligen lyssnar på vad de har att säga. Läraren är ett bollplank.

I den mån man kan få en elev i en öppen diskussion att känna att hans åsikter håller i ett resonemang med en vuxen, så kan de få en bättre självkänsla.

Samtalet gör det lättare att behandla ungdomarna på ett mer vuxet sätt. De blir lyssnade till, vad de har att säga beaktas – eller som Sven Thorell uttrycker det: "Det blir ett väldigt respektfullt möte mellan den unge och den vuxne och där vi har mycket gott om tid på oss. Det är ett

annorlunda möte än under lektionstid. För ungdomar som har gått in i en 'negativ' identitet kan de vara ovana att möta vuxna på detta sätt. De är ofta besvikna på de vuxna.”

Men vad är respektfullt? Enligt Sven Thorell är det:

- Att man inte kör över eleverna.
- Att det inte blir envägskommunikation.
- Att det blir ett lite lugnare tempo.
- Att man inte är rädd för tystnaden och att man väntar ut svar och kommentarer.

Se nya sidor hos varandra

Samtalsledarna menar att de i bästa fall öppnar upp mot något nytt i klassen. I ett bra samtal börjar man samtala med varandra och ser därmed varandra på ett nytt sätt. Det kan förändra stämningen i en hel klass. Kanske är det detta breda och förutsättningslösa innehåll i samtalen som gör att ungdomarna uttrycker behovet av fler samtal. Man vill ha mer.

Nyorienteringen och de ”nya” mötena kan innebära att den ”strulige” i klassen plötsligt visar sig på ett nytt sätt, vilket gör att han eller hon har erövrat något nytt och inte kan gå tillbaka till en invand gammal roll, menar Pirkko Berggren.

Vi tror att när de en gång har kommit igång och pratat på det här sättet så kan det sedan fortsätta för då har de brutit någonting i det här samtalet, som det inte går att gå tillbaka till.

Du kan få någon som är en tyst mus att bli väldigt intressant. Plötsligt börjar klasskompisar se den här personen. Vi försöker lyfta fram och se varje individ i gruppen. Det är viktigt att visa intresse och plocka fram något från var och en och som gör att man känner att man duger.

En sak som samtalsledarna uppmanar alla till att uttrycka är att kunna säga vad de tycker de är bra på. Presentationen av varandra är därför mycket viktig. Sven Thorell fortsätter:

Man presenterar sig själv som person. Man berättar om sin familj, sina intressen och sina framtidsplaner. De berättar vad de är bra på, det är ibland lätt, ibland svårt, ibland vill de inte säga någonting. Då får kanske kompisarna säga vad de tycker han/hon är bra på. Och det kan vara roligt för den personen att höra även om hon inte vågar säga något. De kan också uttrycka vad de är mindre bra på och vad de vill bli bättre på. Och framtidsplaner. Lite så där lagom neutrala saker som man vill lämna till varandra.

Här kan man göra nya upptäckter om varandra, nya drag kan bli synliga. Ungdomarna i en grupp kan, trots att de gått i samma klass en rad av år, få lära känna nya sidor hos varandra. Den utåt ”tuffe” kan vila och kan träda tillbaka, den tyste kan bli bekräftad och våga mera. Presentationen ger ett utmärkt tillfälle och säga att det där är ju viktigt, att personen kan bekräftas och bli sedd. Det säger Ingegerd Setterby.

Ja, att de lite tystare får möjlighet att uttrycka sig och uttrycka vad de tänker och tycker men också får se att den som är lite dominerande i gruppen kanske tänker och funderar och inte har de snabba självklara svaren på allting. Gruppen får en lite annorlunda syn på varandra. De har sina självklara roller, de är rätt fasta i många grupper. Om man kan bryta upp det lite tror jag att det kan hjälpa personen att komma vidare i livet och få lite städa i sig.

Ökad självkänedom

Både Sven Thorell och Bertil Carlsson är behandlare och har i sitt arbete med unga missbrukare sett vad bristande självkänsla kan betyda. Det destruktiva beteendet bottnar i en känsla att inte tycka om sig själv, menar Bertil Carlsson.

Det är vår erfarenhet inom narkomanvården att det slår igenom på massor av livets områden. Om man tycker tillräckligt mycket om sig själv och tycker om sin kropp behöver man inte leva destruktivt och börja droga. Detta slår igenom även inom områden som mat och sexualitet.

Det som stärker självkänslan är också att få en ny och större kunskap om sig själv, en ökad självkänedom. Det kommer fram i samtliga intervjuer. Markus Mattson ger här ett exempel via en övning med gruppen, där de får skriva kommentarer till frågor i frågespalter. I svaren upptäcker de sin egen kompetens, att de faktiskt har tankar och reaktioner som är viktiga och stämmer överens med professionella psykologer och terapeuter. Det kan stärka tilliten till deras egen förmåga.

Jag ber dem sitta några stycken och skriva ned ett svar. Sedan har vi träffats, de har läst upp vad de skrivit och jag har läst upp vad den professionella skrivit. Då ser de hur lika svaren är. Det innebär att de får klart för sig att dom är inte så jäkla dumma ändå. De har känslspröt som de inte alltid får visa. Att de får visa det i en samtalsgrupp, att jag faktiskt tänkte som den här psykologen, kanske kan ge dem mer tro på sin egen reaktion en annan gång. Att de börjar lita till sig själva.

I samtalet kan man sticka hål på majoritetsmissförstånden, menar samtalsledarna i Kalmar. Att göra det stärker självkänslan, vilket Lena (från Puma) tidigare gav uttryck för. I bollandet fram och tillbaka i ett samtal kan man dra slutsatser om sig själv. ”Det sker en reflektion över ens sätt att vara”, menar samtalsledarna. På så sätt kan man i samtalet få en mer ”nyanserad” bild av sig själv, menar Ingegerd Setterby.

Det är spännande att höra kamraternas åsikter, för då växer självkänslan. ”Han så som är så tuff, känner han sig lika osäker som jag i det här sammanhanget...det visar att han är inte så tuff och stöddig”. Det tror jag stärker

väldigt mycket. Om jag själv talar om majoritetsmissförstånd så landar inte detta på samma sätt. Det har en helt annan tyngd, när kompiserna uttalar precis samma ord som vi vuxna kan säga.

Att bli bekräftad

”Att bli sedd kan få ens liv att vända”, uttrycker en av samtalsledarna. Med de unga som har det knepigt handlar det om att inte alltid bli bekräftad i sin negativa identitet, utan att nya sidor blir synliga. En del barn lever i en verklighet där de aldrig får något beröm från föräldrar. Pirkko Berggren berättar:

De har inga vuxna i sitt liv, som ger dem självkänsla och självförtroende. De blir hela tiden sedda utifrån det negativa. Hur hjälper man dem eleverna, när vi t.ex. frågar ”Hur får man självkänsla?”. Och då hör de att man skall få det av föräldrar, sen tänker dom: ”Jag har inte fått något av mina föräldrar, och jag har inte fått något från mina lärare.”

Att då i samtalet kunna hitta vad du själv kan göra. Att det behöver inte vara kört för det.

Detta är många gånger svårt, menar samtalsledarna, men här finns unika möjligheter att kunna ge mer individuellt stöd. Det personliga stödet tar bl.a. Marcus Mattson fram när han i intervjun radar upp möjligheter med de mindre samtalsgrupperna.

Hemma kanske man inte har någon som talar eller lyssnar på en på det sättet. Att få en vuxen att bolla tankar med, att få veta hur vuxna tänker eller kan tänka. Här kan man som handledare ta in sig själv, minnas sin egen tonårstid, ”så där har jag också tänkt”, att det inte finns något barnsligt eller dumt.

Det ger också möjlighet till information – fast på ett annat sätt. Marcus Mattson fortsätter:

Samtalet ger möjlighet att fylla luckor lite här och var. I en mindre grupp kan man styra in, fråga, kolla upp lite grann. Deras individuella behov av information kan lättare komma fram i en mindre grupp än i en hel klassrumssituation.

Det ger också inspiration.

Man kan provocera dem lite grann, spela upp ett rollspel eller få dem att koppla bort vad som är rätt att svara och istället bli lite förbannade, lite glada eller skratta. Det ena ger det andra, när det inte finns några rätta svar.

Det kan också göra barnen mindre stängda, de kan släppa en ibland påklästrad attityd.

I en mindre samtalsgrupp behöver inte en ”attityd” ligga som en slöja över

och sila vad som kommer upp. Att t.ex. visa sig tuff och lite okänslig har man inte samma behov av i en grupp med sex, sju stycken. Alla ungdomar vill ju prata om något viktigt, hur tuffa och stela de än ser ut. Det är bara det att de vill ha chansen att göra det utan att tappa masken. I en samtalsgrupp avger man alltid ett tysthetslöfte, vilket kan underlätta att våga vara mer öppen.

Att komma närmare varandra innebär mindre risk för mobbning. Marcus Mattson fortsätter:

En person dammar inte på en kamrat lika lätt när man sitter i en sådan grupp. Det kan bli lite hån i en stor grupp, någon hittar på något roligt om någon, och så skrattar alla. Smågruppssamtalen däremot är mer öppna, mer förutsättningslösa och inte bundna och strukturerade.

När man som handledare inte styr kommer akuta och aktuella problem och behov fram, som finns där ständigt. Det menar Pirkko Berggren som berättar om en klass som självmant tog upp ett problem de till slut inte stod ut med – mobbningen i klassen.

Förra året hade vi en klass. Jag visste innan att det fanns mobbning i den klassen. Det fanns en tanke hos oss att om det gick att ta upp detta i samtalet, så skulle vi försöka. Det kom upp självmant. De började berätta hur det var i klassen, dåliga relationer, att några killar mobbade några tjejer. Det blev en diskussion som vi hjälpte eleverna att titta på. ”Vad gör ni? Skall ni ha det så här? Är det något ni kan göra?” Det va en jättehäftigt diskussion. Några tyckte ”Ah, det lägger sig om ett halvår”. Någon sa att vi inte skulle offra några elever under den tiden. Så enades de om att man skulle hjälpa dem och vi fick också hjälpa dem från skolledningens håll.

Jag träffade en av ”mobbarna” i förra veckan och frågade hur han hade det i skolan nu. Det var roligt att få den feedbacken. Han som hade varit en buse hade fått sin plats i klassen och han trivdes och tyckte att det var roligt nu.

Gruppen gör att ”påverkan” blir inte bara den vuxnes ansvar. Eleverna finns där med sina synpunkter. Som samtalsledare behöver man inte svara själv utan kan invänta svar från gruppen. Det är en helt annan situation än att ”tala” inför en aula, där eleverna inte ges någon chans att svara, säger Bertil Carlsson.

”Jaså, du tycker det”, säger jag. Sedan låter jag tiden gå och sedan säger jag: ”Vad tycker ni andra om det?” Sedan kan fem andra säga: ”Nej, hasch är kass. Har du tänkt på det och det...?” I en avspänd atmosfär är det ett helt annat läge än om man sitter i en aula och någon står där framme och skall tala om för en, visar bilder och så.

Även Ingegerd Setterby anser att gruppens styrka är att man som vuxen inte behöver ta på sig rollen av att ”informera”. Ungdomarna är bra på att berätta och informera varandra. Det är bättre att de får tala om det för varandra än att vi skall sitta och mäsas om det. Det försöker vi undvika till varje pris, säger hon.

Social kompetens

Samtalet ger stöd att utveckla den sociala kompetensen, ett begrepp som allt oftare dykt upp under de senaste åren. Social kompetens är något som arbetsgivare efterfrågar, och egentligen handlar det om emotionell intelligens.

Sven Thorell: Samtalet kan ge emotionell kunskap, att de kan uttrycka sina tankar och känslor inför varandra. Det är ingen förvärvad kunskap som man läser i en bok, och ”säger man det här så är det rätt svar”. De lär sig att säga sin åsikt – att den är rätt för mig, även om andra säger tvärtom. Det handlar ju om självförtroende att våga uttrycka vad man själv tycker. Även om andra tycker precis motsatsen.

Men det är inte alldeles ovanligt – om man uttrycker det milt – att de berättar om lärare som gör att de förlorar lusten att läsa...

Pirkko Berggren: De berättar ofta om helt underbara lärare, som ser dem, som frågar dem hur de haft det i helgen, som uppmuntrar dem och som ger dem motivation att plugga ännu mer. Men det är inte alldeles ovanligt – om man uttrycker det milt – att de berättar om lärare som gör att de förlorar lusten att läsa, och kanske mest uppmuntrar dem som är duktiga, andra känner sig inte så uppmuntrade. Det handlar ju om social kunskap och social kompetens och något som man skulle önska hela skolan funderade på.

Att kunna hantera konflikter

Förmågan att skapa goda kamratkontakter är centralt för att utveckla ett gott liv.

Bertil Carlsson betonar det viktiga med att kunna hantera konflikter. Det ser han som ett viktigt syfte med samtalsgrupperna. Att lära sig hantera konflikter kan hjälpa den unge att få en annan syn på sig själv som människa. Han säger:

Man kan differentiera synen på människor och sig själv. Det innebär att kunna hantera konflikter mera nyanserat. Kan man börja göra det kanske man inte behöver börja röka hasch. När man ställs inför situationer, när man testar en drog eller inte, är det faktiskt en konflikt – även om konflikten först är den inre. Har man tryckt i sig fem bärs innan kanske konflikten är mindre, då kanske det är lättare att ta det där haschblosset. Är man något så när nykter så ställs erbjudandet mot det man bär med sig hemifrån: ”Vad händer? Vad säger mamma och pappa?”, de inre spärrar som man har, som gör att man inte går så långt.

Att vara samtalsledare

Släppt dagordningen – närmat sig ungdomarnas vardag

De flesta som arbetar med samtalet som metod menar att det kräver stor lyhördhet. De framhåller också att det är viktigt att samtalsledaren har vana att samtala med yngre människor. Att man inte är rädd för det. Som en del av begreppet lyhördhet finns inrymt att visa respekt för den unge. Att inte köra över, utan att verkligen ta sig tid att lyssna.

Samtalsledarna i Kalmar som arbetat ute på skolor i sju år, har såldes gått från en process där de mer utgått från vad man tror ungdomar behöver höra till att lyssna in vad det är egentligen ungdomarna är själsligt ockuperade av i sin vardag. Tidigare har de haft föreställningen att om man bara pratar om t.ex. alkohol kommer det att leda till att man dricker mindre.

I början hade de ambitionen att ta med olika samtalsämnen som de hade förberett sig kring. Det gjorde att de inte blev lika närvarande i samtalet: ”Man var redan på väg att tänka ut nästa samtalstråd”, säger Pirkko Berggren.

Då hade jag t.o.m. med mig papper dit för att jag skulle kolla att ingenting var glömt. Och så tittar man på klockan: ”Hur mycket har vi pratat om det här?” Detta blev mycket styrande i samtalet och då är man inte närvarande i det som händer. Man är redan på väg i nästa.

Det har hänt en hel del med dem själva i den här processen, menar de. Varje sak får numera ta den tid den kräver, menar Annelie Österberg.

I början kunde man säga att ”nu har vi inte hunnit prata om det och det ämnet”. Och det är ingen bra grej för ett samtal att veta att man ska hinna med allt på en viss tid. Det viktiga är ju att låta saker och ting få den tid det behöver. Situationen är speciell, det finns inga krav på att de skall kunna något, det är ett samtal. Och ett samtal ska inte vara på tid, det ska få flyta – där har man ju mognat som samtalsledare.

Att de fick ändra strategi berodde bl.a. på att de stötte på ”svåra” grupper, där det gick trögare. Det fungerade helt enkelt inte att använda samma koncept på varje grupp. De började pröva sig fram för att hitta nya vägar, bl.a. började de arbeta med foton och med dramatik. ”Ju varmare vi blivit i kläderna och ju mer vi har slappnat av, ju bättre har samtalet blivit”, säger Annelie Österberg. Följande citat kan sammanfatta processen som samtalsledare.

Vi har förstått att vi skall träda tillbaka. Vi skall mera hålla i trådarna. Det bästa är när jag pratat så litet som möjligt. Då känner jag att nu har jag fått igång en kommunikation mellan eleverna, så jag bara styr lite grann. Det ska fånga deras intressen, det som är angeläget för dem.

Vi har släppt mycket av detta att det är vi som skall komma med kunskap, tankar och idéer. Eleverna skall möta varandra utifrån sin erfarenhet och vi skall hjälpa dem att samtala med varandra, vara handledare där. Vi skall hjälpa dem i den processen.

”Man ser när något trycker dem”

”Ibland är det som att trycka på en knapp”, säger Sven Thorell. Man kan se på eleverna att det är något som trycker dem. Sedan kan resten av samtalet handla om en konflikt med en lärare eller något annat som hänt. När de fått ur sig allt, kan de börja nysta ihop trådarna.

Ibland kan det vara att de inte trivs med sin lärare och det blir väldiga konflikter, menar Pirkko Berggren.

Jag har sett att de när de verkligen fått kräkas ut allt, att de tycker jätteilla om den här läraren, då kan jag säga ”OK, men han eller att hon är som de är...ni klarar det här ändå.” Att lägga det på en helt annan nivå, så de inte behöver fightas med den här läraren i fortsättningen. Sedan kan de bli generösa.

Vi försöker skapa en viss förståelse för hur lärarna kan ha det, hur det är att vara lärare, vad som gör att en människa kanske inte orkar uppmuntra och eller vara så uppmuntrande som man skulle vilja. Det kan också öka förståelsen och accepterandet...Det är svårt, det är inte så lätt, men vi vrider och vänder på det.

Presentationsrundan är viktig

Samtalsledarna i Kalmar talar om att själva presentationen, inledningen, är inkörsporren till det djupare samtalet. Ungdomarna kan kanske själva tro att de känner varandra och det blir en upptäckt att det var mycket om varandra som man inte visste. Här kan dolda talanger lockas fram, intressen som varit osynliga synliggörs. Det kan också vara någon i gruppen som är ”bråkig” i klassen och som plötsligt kan visa nya sidor hos sig själv.

Pirkko Berggren: Man kan se i grupperna att det blir aha-upplevelser om kompisar. Och det kan vara också om kompisar som är väldigt utagerande och bråkiga i klasserna. Det var en kille som jag minns som visade en väldigt sårbar sida hos sig själv och jag tänkte det var någonting som hjälpte honom i fortsättningen, och även de andra i klassen. Han landade på en helt annan nivå. Han berättade hur det kändes att vara på det viset.

Att kunna lyssna

Mycket av samtalet handlar om att kunna lyssna. Kurt Gordan, psykolog/handledare och fd. chef för Ericastiftelsen har i sin bok ”Professionella samtal” tecknat ner några karaktäristiska som han utgår ifrån i mötet med en ”klient”, men som också är applicerbara i gruppssamtalet.

- Att ge den som talar odelad uppmärksamhet och ett helhjärtat intresse, vilket kanske den

unge inte är van vid, varken hemifrån eller i skolan. Det behöver hos samtalsledaren finnas en icke dömande, icke moraliserande attityd.

- Att låta sig beröras av det som berättas.
- Att vara angelägen om att i första hand lyssna till det som den unge själv tar upp och inte låter sig styras av egna behov av att säga saker och ting.
- Att vara angelägen om att förstå vad den unge säger genom blick, minspel etc.
- Att ge utrymme för pauser, att den som talar får tid på sig. Oftast fördjupas ett samtal efter en paus.

Kurt Gordan skriver: ”Den goda samtalsledaren visar en förmåga att stilla sig och undviker att bryta in i...tankar och känslor. I en odelad uppmärksamhet stärks individen och därmed förmedlas en känsla av att vara värdefull.”

Ett vanligt misstag är att vi i stället för aktivt lyssnande förbereder nästa inlägg, vilket innebär att man egentligen inte är intresserad av vad den andre säger utan drivs av en önskan att själv få berätta. Därför är nickningar och stödord viktiga, som ger tydligt budskap om att ”jag är med”. Man kan också ställa motfrågor eller ”Menar du att...”. Det visar på skärpan i vårt lyssnande.

Lyssnandet innebär inte att den vuxne inte skall använda sin professionella kunskap och sina erfarenheter.

Men det kan vara bättre, som en samtalsledare uttryckte det, att ge förslag snarare än råd och att helst undvika s.k. ”varförfrågor”. En god hjälp är att peka på samband och alternativ. Att hjälpa den unge att hitta sin egen lösning och att därmed inte ta över den unges problem.¹⁷

Men är det då bara att lyssna? Nej, menar de flesta. Man måste ha en förmåga att förstärka det som är viktigt. Så här säger Ingegerd Setterby.

Ibland måste man styra lite också, man kan inte bara sitta och lyssna och vara lyhörd. Man måste ju kunna känna av stämningar och förstå om det verkar viktigt för den här personen: ”Nu är jag intresserad av vad du sa...jag är väldigt intresserad av vad du tyckte om det här...” Det gäller att ibland försöka avbryta på ett schysst sätt. Och ibland måste man avbryta på ett mer hårdhänt sätt: ”Nu får du vara tyst för nu vill jag lyssna på vad hon har att säga.”

Tystnad ger tid för reflektion

Att göra tystnaden till en tillgång lyckades Pirkko Berggren och Sven Thorell med, men det var en balansgång. Någon minut senare hade tystnaden kunnat bli ”pinsam”.

En god hjälp är att peka på samband och alternativ. Att hjälpa den unge att hitta sin egen lösning och att därmed inte ta över den unges problem.

Pirkko Berggren: Minns du den där gången då gruppen var så tyst, vilket kan vara ganska frustrerande för då börjar man tänka vad skall vi säga nu och vilket ämne skall vi ta nu. Vi var tysta ganska länge och så frågade vi ”Hur är det att vara tyst?” Och det blev en jättediskussion – hur man kände sig i det här att vara tyst. Det bröts i rätt ögonblick innan det blev pinsamt.

Sven Thorell: Vi hittade till slut punkten där vi var allihopa samtidigt. Där vi kunde mötas just då. Det kändes befriande när det bröt loss, då hamnade vi på ett helt annat djup efter det. Men det är inte alltid det lyckas. Man måste vara väldigt flexibel!

Att sätta en gräns...

Samtalsledarna talar också om att ta ansvar för samtalet och att kunna sätta en gräns när man känner att den unge börjar berätta på ett sådant sätt att man kan känna att hon eller han går över en gräns som kanske blir arbetsamt efteråt, säger Bertil Carlsson.

Ja, man kan ju skapa en så god stämning i gruppen att hon eller han börjar berätta om något de inte har för avsikt att göra. Någon gång har jag fått bryta av för det burit iväg för långt.

Ibland är det en del som berättar mycket och privata saker och då gäller det för oss att hålla det på en nivå så att de inte ångrar sig efteråt. Det brukar oftast gå.

Detta är en av riskerna med samtalen, att de inte bör bli terapeutiska. Det är viktigt att värna om barn och ungdomars integritet och behovet av ”hemliga rum”.

Djupare diskussioner om livet och döden

En av samtalsgrupperna blev upphovet till ytterligare samtal med prästen som ledare. Så här berättar Pirkko Berggren.

När Estoniaolyckan inträffade hamnade vi väldigt djupt. De berättade om sina upplevelser av döden, i familjetragedier. Det kom upp erfarenheter, som elever hade i sina liv och därför berördes djupt av .

Det kändes rätt att då tala om detta, och eftersom eleverna tyckte det var givande gick de till rektorn och bad att få liknande ämne schemalagt. Så nu har vi ett ämne i skolan som heter Våga Fråga, som prästen har.

Att ge framtidstro

Man vill ju förmedla att livet kan vara bra att leva, säger Sven Thorell.

Vi försöker hjälpa eleverna att se de positiva sidorna hos dem själva och hur

man kan använda det. För skolan är ju också uppbyggd på det viset – har man ett prov i skolan så får man veta hur många fel det var. Man får aldrig veta att man klarat det så bra. Vi har alltid i skolan fokuserat den negativa sidan. Det är viktigt att bryta det.

Råd att ge till andra

Nedan följer några citat från samtalsledarna som kan ses som råd för dem som vill initiera samtalsgrupper inom sin kommun eller skola.

- Skapa ett bra gäng.
- Det är a och o att man har en envishet om att lyckas och att någon håller samman det.
- Se till att ni får fortbildning och träning i att föra samtal.
- Fastna inte vid att någon person är omöjlig att ha med utan gå vidare! Våga pröva!
- När vi varit ute och föreläst i andra kommuner kan någon säga: ”Vår barnmorska skulle aldrig vågat prata så där”...”Men hitta en annan då”, brukar vi svara, ”hitta en grupp som funkar och som du trivs ihop med.”
- Bygg gärna på lokala krafter, då kan det bli kontinuitet, så att ungdomarna känner igen personerna. Att de kan kontakta någon av oss om de har problem.
- Försök plocka samtalsledare som är mer neutrala för ungdomarna. Det är en vinst att det är en person som är neutral. Det kan vara svårt – men behöver inte alltid vara det – att öppna sig för någon som skall betygsätta.
- Behåll alltid respekten för individen. Det som individen säger är alltid rätt för den personen. Vår roll är att inte komma med färdiga lösningar utan att lära dem att reflektera själva.
- Möblera alltid om, ta bort bänkarna så att ni alla sitter i en ring. När man säger något behöver alla se den personen.
- Våga stå ut med tystnaden, försök vänta ut och var inte alltför glad att prata själv. Försök få dem att prata. Som samtalsledare är man handledare.
- Försök att vara flexibel för det kan bli oerhört tvära kast i samtalen.
- Lämna stressen i jobbet och försök hitta lugnet i samtalet.
- HUMOR, humor...
- Och så förankra. ”I början var vi uppe hos skolledarna, samtliga rektorer och skoldirektören, när vi pratat färdigt så satt de med tårarna i ögonen. Det gick hem, det gick rakt in i hjärtat. Förankra hela vägen. Nu ifrågasätts det inte ett dugg. Det känns jättebra.”

Avslutningsvis, för en samtalsledare gäller det också att avsluta på ett bra sätt, att försöka lyfta fram det positiva. ”Det finns nästan alltid något positivt att ta fasta på om än en liten detalj. Jag vill att den jag talar med skall var lite gladare, lite mer optimistiskt, lite mer hoppfull efter samtalet än innan”, säger en av samtalsledarna.

Några ytterligare exempel

Trygghetsgrupper i Färilaskolan

I Färi-la skola arbetar man i arbetslag; tio personer har ansvaret för åttio barn. Förskola och fritids finns i samma hus. I Färi-la har man samtalsgrupper, som de kallar för ”trygghetsgrupper” och det är en samlingspunkt varje dag. En samling på morgonen varje dag och en återsamling på eftermiddagen innan barnen går hem.

I Färi-la använder man samtalet som en del av vardagen och tala om de speciella ”sällsamheterna” i vardagen. Det blir som en trygghet att varje dag fånga upp det som hänt och lära sig att tala om detta.

Så här säger Rolf Jansson, utvecklingsledare och Anne-Louise Jansson, speciallärare och samtalsledare.

Rolf Jansson: För att vara trygg måste man ha en yttre trygghet. Du kan ju inte springa till olika ämnen på morgonen, en vuxen med svenska på måndagen, på tisdagsmorgonen till sporthallen, så en annan vuxen onsdag morgon och så vidare. Vi har bestämt att inom vår skola skall alla komma till samma vuxna, samma rum, samma kamrater varje morgon. Det skall även niorna göra. Där har de sin trygghetstid, i sin lilla grupp. Det finns väl ingen grupp som är mer än sexton personer.

Anne-Louise Jansson: De minsta har en och en halv timmes tid på morgonen, de äldre mellan en halv och en timme på morgonen. Vid slutet av dagen har man en återsamling i trygghetsgruppen. Så det blir lite som förr att man hade sin gamla klass som man är tillsammans med. Ibland tar samtalen lång tid, om det är någon händelse som kommer upp som skrämmer dem.

Men vad är det som man samtalar om i grupperna? Det är ofta är det som är nära, det som hänt på morgonen, katten som blivit påkörd eller någon olycka som hänt, något plan som störtat. ”Det handlar om det som är viktigt för var och en. Efter fyra fem år har eleverna blivit trygga och vana att ta upp saker i gruppen”, säger Anne-Louise Jansson. Det viktigaste som samtalet för med sig är själva tillhörigheten, säger Rolf Jansson.

Man finns där, man är accepterad för den man är. Man får en stark självkänsla, en stark självbild när man kommer ut som sextonåring i den här skolan. Här är jag och det här duger jag bra till.

Men hur går det med timplanen, hinner man med sådant här? ”Timplanen och garanterad undervisningstid är typiska vuxenpåhitt, som på något sätt skulle legitimera och garantera att vi gör vissa saker i skolan”, menar Rolf Jansson.

Eleverna kan ju vara med på detta som vi hittar på, men vi vet ju mycket väl

att man kan sitta och tänka på helt andra saker. Undervisningen går långt förbi. Man får naturligtvis inte göra hur som helst, men man skall inte vara så nervös över att en och annan timme försvinner till sådana här saker. Sätter man upp mål behöver man inte veta hur många timmar man behöver lägga ned på det. Det kanske bara tar 15 timmar istället för 30 timmar.

Malmö – yngre vuxna

I Malmö finns sedan tio år tillbaka ”unga vuxna” som samtalsledare. Arbetet startades av f.d. skolöverläkaren i Malmö Nils Borgfors, som såg behovet för ungdomar att få tala med någon utanför skolan – någon som fortfarande var ”ung”, men ändå hade tonårstiden lite bakom sig.

Resurserna för de anställda ledarna har kommit via hiv-medel. Samtalsledarna rekryteras via annons och genomgår en specialutbildning.

Samtalsledarna är uppbokade ett helt läsår framåt i samtliga Malmös högstadieskolor samt gymnasiet, årskurs två. Samtalen återkommer i tre omgångar, en och en halv timme per gång med tio dagars mellanrum – detta för att bibehålla en kontinuitet i samtalen. Grupperna delas upp i flick- resp. pojkgupper, och sista gången träffas flickor och pojkar tillsammans.

I samtalet uppmanas man att vara öppen och äkta.

Ronny Stridh, som är projektledare för ungdomssamtalarna i Malmö, tycker att samtalet är en väg att gå djupare än om man endast arbetar med t.ex. värderingsövningar. ”Samtalet fungerar i alla samhällsklasser. I samtalet stannar man upp och är mer öppen och äkta”, menar Ronny Stridh.

Jag arbetar t.ex. inte längre med värderingsövningar eftersom jag tycker inte det ger samma närhet som att sitta ner i en smågrupp och ha ett vanligt samtal. Man blir på något sätt mer aktiv än när man ställer sig i ett hörn. Man går mer på allvar in i ett samtal. Det blir närmare en själv. Det är lättare att krypa ur sig själv i värderingsövningar. I samtalet utmanas man att vara öppen och äkta.

Under alla de år de haft samtalsledare ute i skolorna har de kunnat konstatera att det finns lärare som är mycket duktiga på samtal, medan andra håller sig på en informationsnivå. Genom åren har Ronny Stridh kunnat se att det varit en styrka att samtalsledarna kommer utifrån. De är av vitt skilda professioner – och de har sin tonårstid inte alltför långt bakom sig. ”Eleverna vågar öppna sig, annars kan de vara rädda för att säga något dumt och avslöja någon sida av sig som kanske de tror inte läraren tycker om.”

Kompissamtal

Flera skolor har utvecklat s.k. kompissamtal eller samtal som syftar till konfliktlösning. Sådana samtal kan börja redan i förskolan. I kompissamtalen får eleverna reda ut konflikter med sina kamrater, samtidigt som de får känslomässig träning. Eleverna får lära sig vara raka, sätta gränser

och att uttrycka sig inför en grupp. Eftersom samtalen hålls regelbundet förebygger de mobbning, visar erfarenheter från ett par skolor.

En av modellerna med kompassamtal är utvecklad på Island av den isländska professorn Sigrun Adalbjarnardottir i samarbete med forskare i USA. Syftet är att öka den sociala kompetensen hos barn och ungdomar – något som också berördes i avsnittet ”Effekter av undervisning?” där Daniel Goleman, förespråkar samtalsgrupper för att på olika sätt utveckla barn och ungdomars sociala kompetens.

Den isländska metoden bygger på fem steg:

1. Vad är problemet?
2. Hur känner sig de inblandade?
3. Vad kan man göra för att lösa problemet?
4. Vilket är den bästa lösningen?
5. Vilka blir konsekvenserna?

Erfarenheterna på Island visar att barnen ökade sin empatiska förmåga och att klassrumsklimatet blev bättre. Eleverna blev öppnare och tryggare.¹⁸

Livskunskap eller Levnadslära

Flera skolor har infört ämnet Livskunskap på schemat. Frågor som tobak, alkohol och narkotika och även andra hälsofrågor tas upp i ett brett sammanhang av existentiella livsfrågor. Den röda tråden genom alla dessa samtal är ”relationer”. Här får man också kunskaper kring konflikthantering, man får möjlighet att bearbeta frågor som rör manligt och kvinnligt, olika kulturmönster, reflektera kring etiska frågor m.m.

Ämnet Livskunskap har således utvecklats olika beroende på de lokala förutsättningarna. En skola kallar kursen Arbetsmiljö och livskunskap, och i sitt ”programblad” skriver man: ”Arbetslivet är föränderligt och dagens ungdomar kommer att byta arbete många gånger. Men var man än arbetar, så har man sig själv med sig”.

Kursen är upplagd i olika block med teman som Relationer och konflikter, Droginformation (Vad gäller på arbetsplatser? Vad säger tobakslagen? Narkotikalagen? Dopinglagen? Information om reklam och påtryckningar från t.ex. tobaksbolagen m.m.) Man diskuterar även samhällsetik och arbetsmoral (mobbning, rasism, sexuella trakasserier, mitt och ditt, ryktesspridning, skvaller), ekonomi, att söka arbete, samt ”belasta dig frisk” (om motion och avslappning).

Avslutningsvis finns således en rad varianter där skolor hittar sina möjligheter för samtal, diskussion och debatt. I det här sammanhanget bör man heller inte glömma betydelsen av de s.k. ”hälsosamtalen” som vissa skolor utvecklat utifrån skolhälsovårdens arbete. Exempelvis har S:t Eriks gymnasium i Stockholm, en stor yrkesskola med elever från många olika länder, ett program där skolsköterskan besöker varje klass i årskurs 1 på gymnasiet. Hon presenterar sig och vad skolhälsovården kan erbjuda eleverna. De får fylla i en hälsoprofil, som rymmer ett stort antal systematiskt ställda frågor om hur man ser på sig själv och hur man mår. Bäst fungerar hälsosamtalen om eleven själv bokar in sin tid för hälsosamtalen, som är frivilligt.

Förutom en medicinsk undersökning går skolsköterskan igenom formuläret, där eleven fyllt i sin hälsoprofil. Samtalet går ut på att visa utvägar och möjligheter – och att det går att göra något åt sin hälsa. Syftet med samtalet är att väcka tankar och ge stöd, så att eleven kan se samband mellan sin hälsa och sin livssituation.

Inom S:t Erik har man också tagit initiativ till ett hälsofrämjande projekt där de mest utsatta eleverna får ett bättre stöd på skolan. Samtidigt arbetar man i projektet med att utveckla den psykosociala miljön på skolan i sin helhet, både för personalen och för eleverna. Bland annat finns ämnet Livskunskap på schemat.¹⁹

Sammanfattningsvis - att ge möjlighet till samtal är ett sätt att komma till tals om livsfrågor, där tobak, alkohol och narkotika kan vara en del av samtalet men omvandlas till andra mer närliggande teman i deras vardag. Teman som kan stärka deras hälsa. Det kan handla om längtan efter gemenskap, om vänskap, kärlek, avundsjuka, svartsjuka; om intressen; samhällsengagemang; känslor av sorg, vrede, leda, glädje, tomhet, ensamhet, osäkerhet. Om ruset, om fyllan som flyktzon; om kropp, utseende, sexualitet; om framtiden mer oro och hopp.

Helt enkelt en väv av kunskaper om livet som man kan få i mötet med kamrater men också med vuxna.

Skolan kan göra en hel del – men inte allt!

”NI VET VÄL ATT DE FÖRÄLDRAR SOM BJUDER sina barn på alkohol, de barnen dricker mera. Det visar forskning”.

Det blir tyst. Så har föreläsaren i den lysrörsljusa lokalen punkterat något känsligt. Vi lyssnar alla snällt på fortsättningen. En del antecknar. Andra begrundar sina fötter. Det glada pratet före mötet har nu blivit en blyg avvaktan.

Alkohol är ett känsligt tema. Och den kvällen blir ämnet aldrig pratbart.

Om en liten stund skingras vi i mörkret på skolgården. Stärkta som föräldrar? Eller ännu lite mera krökta?

Om samverkan - med föräldrar och med andra i kommunen handlar bland annat det här avsnittet.

Föräldrarna och skolan

När ”drogpolitiska” insatser diskuteras för ett lokalsamhälle brukar tonårsföräldrar vara en grupp som man på olika sätt vill nå. Den största möjligheten att nå dem är via skolan. Men det är en utmaning på många sätt.

I de fem skolorna, som berättats om i tidigare avsnitt, kom föräldramötena att vara alltifrån pedagogiska aftnar till familjemiddagar och regelbundna träffar i form av ”titta-in-på kaffe” en eftermiddag varje månad. I samma kapitel berördes också hur lärare idag kan vara

mentorer för en grupp på cirka tolv elever. Ett sådant arbetsform kan göra det lättare att få en närmare kontakt med både barnet och föräldrarna.

Erfarenheter visar att en klass, där föräldrarna har bra kontakt och är vana att diskutera öppet med varandra, kan relativt snabbt agera då problem uppstår i klassen. I Folkhälsoinstitutets bok "Låter sig skyddsänglar organiseras" lyfter man som en "skyddsfaktor" fram betydelsen av ett bra samarbete mellan skolan och föräldrarna. Ungdomar mår bra av att känna att de vuxna har ett gott samspel, vilket kan öka deras känsla av sammanhang. Boken redovisar bl.a. forskningsresultat från USA från utsatta miljöer och skolor där studieresultaten förbättras när föräldrar engageras och involveras i skolans arbete. Föräldrar som är "svåra att nå" är färre än man kan tro. Det väsentliga är att personalen har goda förväntningar på föräldrarna, skriver man i rapporten. Majoriteten av föräldrarna är intresserade av sina barns skolgång trots personliga och sociala svårigheter.¹

Föräldrar bjuds in för att "informerar"

I "drogförebyggande insatser" till föräldrar är det vanligt att föräldrar bjuds in till föräldramöte med någon föreläsare som kommer och berättar om alkohol, narkotika eller tobak. Det kan t.ex. innehålla budskap om att aldrig bjuda sina barn på alkohol, varpå flera föräldrar, som i ingressen tidigare, kan sitta tysta och känna både skuld och skam, för att de någon gång ha bjudit sin tonåring. Föräldrar kan också undervisas om olika "tecken" på t.ex. haschmissbruk hos sina barn. En rad symptom kan räknas upp, där föräldrar med viss förvirring kan konstatera att deras Pelle, som alldeles för mycket hänger vid datorn, uppvisar samma symptom.

Ämnet är känsligt och ju mindre föreläsande och pepinnar föräldrar får desto större är möjligheterna till en öppen och tillitsfull atmosfär.

"Det viktiga är att göra ämnet pratbart", det säger Per Blanck, konsult, som haft en rad föräldramöten under det senaste året för föräldrar vars barn går på högstadiet. Det går inte att moralisera, menar han. Det krävs humor, värme och framför allt ett innehåll som mer tar fasta på hur det är att vara tonårsförälder.²

Föräldrar är ofta inte vana att vara aktiva under föräldramöten. De är nyfikna på hur skolan arbetar med de här frågorna och genom att använda samma samtalsmetoder på föräldramötet, som vi använder bland ungdomarna i skolan slår vi två flugor i en smäll. Föräldrarna uppskattar att få reda på hur man arbetar i skolan och de får aktivt delta. Det är ju en enorm resurs av samlad föräldraerfarenhet som finns i en grupp på tjugo tonårsföräldrar som samlas en kväll. De har mycket de kan delge varandra och de flesta behöver veta mer om hur andra föräldrar med tonåringar resonerar i olika åldrar. Det finns mycket å ena sidan och å andra sidan i att vara tonårsförälder och man behöver många olika handlingsalternativ att ta till när det behövs.

Det är viktigt att föräldrarna efter ett sådant möte känner sig optimistiska inför sin nya roll som tonårsförälder. Att "det här är möjligt att fixa" och att de får många tankar och idéer om hur de kan agera, säger Per Blanck.

Hur gör jag saker pratbara med mitt barn? Det kan vara att välja rätt tillfälle, att ta upp saker inte bara när något hänt utan i mindre laddade situationer. Det kan vara att försöka undvika onödiga konflikter att inte hamna i "tjötläget" - att alltid ha förmaningar och påminnelser om sådant som inte blivit gjort, så snart man möter sitt barn. I bästa fall har de fått kontakt med någon eller några andra föräldrar på mötet som de känner att de kan fortsätta ha en dialog med runt det här svåra, men härliga i att ha tonårsbarn.

I kapitlet "Från att pröva...till att fastna i missbruk" berördes tonåringens "möte med vuxen-världen". Att om du som förälder eller vuxen inte får en dialog med din tonåring kommer du att bli "spolad", "du kommer att vara en stel vuxen, som inte förstår". Det krävs förmåga att lyssna, en nyfikenhet, en närvaro och empati hos den vuxne för att få till stånd en dialog.

Alltför mycket fokusering inom ant-området på olika preparat eller skuldbeläggande kan vilseleda från de teman som kan stödja föräldrar i kontakten med tonåringen. Hur bemöter jag min tonårings tankar och uppfattningar hemma? Vad kan jag själv lära mig av ungdomarnas invändningar och ifrågasättanden? Hur kan jag sätta gränser utan att för den skull den viktiga dialogen med mitt barn förloras? Hur får jag en dialog med mitt barn i en känslig utvecklingstid? Det handlar mer om att få stöd i att vara tonårsförälder än att bli "undervisad" om tobak, alkohol och narkotika.

Speciellt inom hälsoområden som tobak, alkohol och narkotika kan föräldrar lätt bli skuldtyngda. Flera skolor bjuder därför in på andra sätt. I Härnösand bjuds t.ex. föräldrar in till samtalskvällar, där de diskuterar med eleverna i skolklassen, men där inte de egna barnen deltar. Diskussionerna ger ofta ahaupplevelser. Det kan vara en befrielse som förälder att höra hur andra ungdomar tänker och tycker. Gruppträffarna har man haft under ett flertal år och de är välbesökta och omtyckta.

I Stockholm har ett projekt kallat "drogförebyggarna" sänt hem en kallelse till föräldrarna. Portokostnaderna brukar ersättas via stadsdelsnämnden, studieförbund eller posten. De föreslår att man utifrån en föreläsning sätter sig i grupper och diskuterar tillsammans med ungdomar, dock inte sina egna barn. De ger också förslaget att presentera en färsk drogvaneundersökning från den egna skolan, vilket kan ha ett helt annat intresse än t ex siffror från riket. De ger också förslag på diskussionskvällar med föräldrarna vars barn har det "jobbigt". På en skola i Stockholm innerstad kom alla utvalda föräldrar som bjöds in. Ofta, menar man, handlar det om att våga ta ett sådant initiativ från skolledningens sida.³

Att bjuda eller inte bjuda...

Forskning om föräldrars bjudvanor visar att de barn vars föräldrar bjuder på alkohol i hemmet, de dricker också mera. Siffrorna stämmer på generell nivå men eftersom inte siffrorna har brutits ned till mindre grupper är det svårt att hitta de nyanser som skulle behövas för att forskningsresultaten ska bli helt trovärdiga för föräldrar. Några kvalitativa studier har inte gjorts.

Det vore intressant att närmare studera livsvillkoren hos de ungdomar som bjudits hemma och som dricker mycket alkohol senare i livet. Men också studera uppväxtförhållan-

dena och miljön hos de som har bjudits och som inte dricker mycket senare i livet. Detta är data som säkerligen bäst låter sig fångas i kvalitativ forskning.

Vi vet däremot från olika studier att de barn varas föräldrar har hög inkomst dricker mera än de som har låg inkomst. Ju fattigare ju mindre dricker man. Men även dessa data behöver brytas ned för att resultaten skall få mer nyanser.

Nätverk som stöd i skolan

Skolan kan göra mycket – men inte ensam

I strävan att bygga ”stödande miljöer” intar områdena tobak, alkohol och narkotika olika utmaningar för skolan och lokalsamhället.

När det gäller tobak kan skolan vara en stödande miljö, genom inte tillåta rökning på skolgården, att erbjuda stöd till dem som vill sluta röka och att tillsammans med eleverna diskutera sig fram till en policy där eleverna själva är delaktiga. Hur skall lärare och elever förhålla sig med rökning t.ex. utanför skolans grindar? Eller till de Komvux-elever som också använder skolgården.

För alkohol och narkotika gäller inte riktigt samma sak. Alkohol inom skolans väggar brukar normalt sett inte förekomma. Däremot har på en del skolor narkotika langats på skolans område. En del skolor löser det genom att elever i de äldre klasserna bildar grupper, s k ”änglar”, som är kontaktpersoner och som också kan se om främmande personer eller andra kommer in på skolans område och erbjuder eleverna narkotika. På andra skolor har s.k. kamratstödjare, unga vuxna, anställts. De finns på skolgården, i uppehållsrummet, i korridorerna och kan vara till hjälp när ett barn skolkar, vid bråk mellan ungdomar inom skolan, vid mobbning, skadegörelse, missbruk etc. Erfarenheterna visar på betydelsen av att kamratstödjarna får utbildning och regelbunden handledning för att de skall kunna ge barn och ungdomar det stöd de behöver.⁴

Ett finmaskigt nätverk finns idag etablerat inom flera skolor och som kan fånga upp de elever som mår dåligt på olika sätt. Det kan vara en elev som på senaste tiden ha skolkat mycket, som verkar deprimerad, som har setts berusad vid ett flertal tillfällen eller som man via kamrater vet har börjat testa narkotika. Ju finmaskigare nät desto tidigare kan denna elev fångas upp. Skolans nätverk kan förutom skolhälsovården eller elevvården bestå av personalen på ungdomsmottagning, fältassistent, närpolis, präst, barnhälsovård m.fl.

Att tidigt ge stöd

En metaanalys av ett stort antal internationella forskningsprojekt visar att ju tidigare man griper in i barnets liv, desto bättre är prognosen för att den unge skall klara sig från missbruk eller kriminalitet. I Montreal Intervention Study visade man, att träning av föräldrar i hemmen, träning av sociala färdigheter i skolan och handledning av lärare gav goda långvariga effekter. Aggressivt beteende minskade drastiskt hos de behandlade barnen, färre var med i kriminella gäng, färre blev arresterade. Det visar sig också att intervention tycks också vara mest effektivt i livets övergångsfaser, som graviditet och spädbarnsåret.⁵

Tidigt föräldrastöd är således insatser som i ett långsiktigt perspektiv kan motverka alkohol- och narkotikamissbruk. Som berördes i kapitlet ”från att pröva...till att fastna i missbruk” är föräldrakontakten grundläggande för att skapa trygghet och självkänsla hos den unge. Men många gånger finns i kommunala alkohol- eller narkotikaförebyggande program inte medtaget hälsofrämjande insatser som ”föräldrastöd”. Det kan röra sig om tidigt psykosocialt stöd till de båda föräldrarna, särskilt stöd till pappor för att knyta känslomässigt varma och nära relationer till sina barn, stöd till tonårsföräldrar, stöd vid skilsmässor med samarbetssamtal m.m.

För att utveckla ”stödjande miljöer” finns också förslag om att skapa ungdomsråd i kommunen, där ungdomarna själva kan få direkt inflytande på de insatser som görs för - och med ungdomar. Flera hävdar att ungdomar inte finns tillräckligt representerade i kommunen. De behöver bli medskapare i samhället.

Kommunala insatser

Kommunerna A,B och C

I ett forskningsprojekt framkom stora skillnader i ungdomars hälsovanor mellan olika kommuner (kommunerna A, B och C). I kommun A mådde ungdomarna så mycket bättre, även om kommunen i sig inte skiljde sig åt när det gäller familjernas socioekonomiska bakgrund, religion, boendeformer.

Det som skiljde kommun A från kommun B och C var att man hade en lång tradition av att arbeta förebyggande, ett arbete som pågått sedan 1974. Följande insatser hade kommun A till skillnad från kommun B och C.

- Ungdomsinriktad samrådsgrupp med skola, fritid, social, kultur, polis samt två ansvariga politiker.
- Årliga insatser riktade till föräldrar (informationsbrev).
- Lägerveckor med livsstilsdiskussioner för alla elever i årskurs 6, bekostade av kommunen.
- Lång tradition av att arbeta med samlevnad och ant-frågor (SANT) inom skolorna.
- Riktade insatser mot langning av polisen.
- Ett varierat drogfritt nöjesliv med vuxna ledare och med kommunala transporter kvällstid vid evenemang för ungdomar 16-17 år.
- Vuxennärvaro även vid kommersiella arrangemang.
- Uppsökande verksamhet och riktade insatser till ungdomar i riskzon av fältassistenter.
- Noggrann frånvarokontroll inom skolan alltsedan 1985.
- Etablering av ungdomsmottagning 1990, som också arbetar utåtriktat.

Forskningen visar tydligt att det är inte tillräckligt att enbart arbeta med att förändra ungdomars livsstil utan det handlar också om att i samhället bygga stödjande miljöer med trygga engagerade vuxna. Framför allt poängteras i analysen den samsyn och den samverkan som fanns inom kommun A sedan tjugo år tillbaka i arbetet med barn och ungdomar.⁶

Alkoholförebyggande projekt i Vårby Gård

I ett annat s.k. alkoholförebyggande projekt i Vårby Gård, en förort utanför Stockholm, strävan-

de man att få med ungdomar själva i arbetet och att engagera det professionella nätverket runt ungdomarna. Vårbyprojektets ideologiska värderingsgrund var att mötet, dialogen och samspelet mellan människor är den viktigaste grunden för förändringsarbete, ”det goda samtalet”.

I det kulturella klimat som rådde när projektet startade fick ungdomar inte sin röst hörd. Trots deras rätt våldsamma protester, bränder, förstörelse och demonstrationer reagerade vuxenvärlden trögt. Ungdomsfrågor värderades inte tillräckligt högt i kommundelen för att deras protester skulle tas på allvar. Bristande generell kunskap om ungdomars behov kan ha varit en orsak, skriver man i rapporten.

I en utvärderingsrapport ”Gränser att överskrida” framkommer att greppet att mobilisera och involvera ungdomarna kom att få flera positiva effekter. Utvärderaren Marianne Palmänder menar att ”den tendens vi har idag att vara varandras ombud bidrar ofta till att det uppstår missförstånd och att vi underkänner varandra, medan att tala i egen sak innebär att få möjlighet att föra en dialog, vilket i sin tur ökar utsikten att bli förstådd.

Fokuseringen på ungdomars medinflytande kom att bilda grund för en ”lärande process” i kommundelen. Beslutsfattare började lyssna på ungdomarna. Inte via tjänstemännen som tidigare utan genom att lyssna till ungdomarna själva och att föra en dialog med dem. Resultatet blev att unga fick större chans till medinflytande i Vårby. De kom att ingå som representanter i kommunens nyinrättade Ungdomsråd och i Brukarrådet på Ungdomens hus...Det vi vuxna kan göra för ungdomar är att, precis som en av ungdomarna i avslutningskonferensen föreslog, finnas med som stöd när de för sin egen talan. När vi ger unga ökat ansvar innebär det inte bara att ge dem medinflytande över sin situation som unga, det innebär också att ge dem möjlighet att öva sig att bli ansvarstagande vuxna.

I utvärderingens sammanfattande slutsats framkommer att det stora värdet av hela projektet var att man lyckades bryta den ”onda cirkel” av hopplöshetsstämning och handlingsförlamning som präglade Vårbys kommunalförvaltning. Därigenom öppnades möjligheter för nytänkande och kreativitet när det gällde att förbättra villkoren för ungdomsarbetet. Däremot lyckades man mindre med att involvera föräldrar och andra vuxna som bodde i området. En anledning, menar Palmänder, var att dessa aktiviteter inte byggde så mycket på den demokratiska dialogen utan präglades av uppifråninsatser.⁷

Referenser

Några utgångspunkter

1. Nilsson A. Ungdomars röster om hälsa och hälsoundervisning. I Nilsson A. (red)
Är Pippi Långstrump en hälsoupplysare eller hälsorisk? Skolverket. Liber Förlag. 1996.
2. Ekenstam C. Kroppens idéhistoria. Gidlunds bokförlag. 1993.
3. Stafseng O. Ungdomars hälsoproblem - är de kanske de vuxnas. I Nilsson A. (red)
Är Pippi Långstrump en hälsoupplysare eller hälsorisk? Skolverket. Liber Förlag. 1996.
4. Alkohol- och narkotikautvecklingen i Sverige. Rapport nr 5. Folkhälsoinstitutet och
Centralförbundet för alkohol- och narkotikaupplysning (CAN). Gotab. 1997.
5. Haag A. Förortsmixen: öl och khat. Artikel i "Människans droger".
En sammanställning av en serie artiklar i Svenska Dagbladet. Sid 47-52. SvD. 1996.
6. Sidenblad E. Det heliga kriget mot knarket. Artikel i "Människans droger". En sammanställning
av en serie artiklar i Svenska Dagbladet. Sid 27-33. SvD. 1996.
7. Nordgren P. Fallet med tobaken och de iranska pistachemandlarna.
I debattskriften Tobaken - folkhälsans största fiende? Nationella Folkhälsokommittén. 1998.
8. Kühlnhorn E. Svensk drogpolitik - framgångar och svårigheter.
I tidningen Apropå. BRÅ. Nr 2/1998.
9. Lindberg O. Emotioner, sociala band och ritualer. En kvalitativ analys av
narkotikakarriärer. Avhandling. Göteborgs universitet. Inst. för socialt arbete. 1998.
10. Nilsson A. Probleminventering inför ett referensmaterial om tobak,
alkohol och narkotika. Skolverket. 1996.

Dubbelheten till alkoholen

1. Sjöstrand, L. Dikten, ruset och Bellman. Läkartidningen nr 51-52. 1990.
Bellmans diktning rör vid själva livsnerven i alkoholbruket.
Läkartidningen, Nr 26-27. 1990.
Noas rus. Läkartidningen nr 51-52. 1992.
Det skapande ruset - från Oden till Ekelöf. Läkartidningen nr 51-52. 1993.
Dionysos. Läkartidningen nr 51-52. 1991.
2. Hallberg, M C. Den gudomliga spegeln - om skapande kaos och mänsklig förvandling. I
Människans droger. Svenska Dagbladet. 1996.
3. Näslund C. Rus - ett manligt privilegium. I Socialt Perspektiv, 2-3. 1997.

Skötsamhetsmoral och hedonism

1. Högberg U. Svagårens barn. Ur folkhälsans historia. Liber Förlag. 1983.
2. Holgersson L. Socialpolitik och socialt arbete. Norstedt. 1997.
3. Lalander P. Anden i flaskan - Alkoholens betydelser i olika ungdomsgrupper. Avhandling.
Göteborgs universitet. Stockholm/Stehag:Symposion bokförlag. 1998.

4. Norell M & Törnqvist C. Berättelser om ruset. Alkoholens mening för tjuugoåringar. Avhandling. Lunds universitet. Symposion Bokförlag. 1995.
5. Nordegren T, Tunving K. Droger från A - Ö. Natur och Kultur. 1993.
6. Friestad C. Royking, kroppsbilde og slankeatferd. Tre års oppfølging av ungdom i alderen 15-18 år. Nordisk Medicin 1997;112:334-8.
7. Larsson J. Hemmet vi ärvde. Om folkhemmet, identiteten och den gemensamma framtiden. Arena. 1994.

Cigaretten - en symbol i förändring

1. Haglund M. Rökning - en kvinnofråga. I Tobak och kvinnors hälsa. Gothia förlag. 1998.
2. Hogfors M. Droger i väst på dödlig export. Artikel i "Människans droger". En sammanställning av en serie artiklar i Svenska Dagbladet. SvD. 1998.

Bruk och missbruk i siffror

1. Nordgren. P. Tobaksstatistik 1980-85. Folkhälsoinstitutets tobaksprogram. 1996.
2. CAN. Rapport nr 5. Alkohol- och narkotikautvecklingen i Sverige. Folkhälsoinstitutet och CAN. 1997.
3. Marklund U, Törnell B. Svenska tonåringars tobaksvanor, kunskaper och attityder 1987 och 1994. Bearbetad i skriften Tonåringar och tobak - vanor, kunskaper, attityder. 1996.
4. Pellmer K, Wramner B. Tobaksbruk - förekomst, effekter och förändringsmöjligheter. Studentlitteratur. 1997.
5. Rapport nr 5. Alkohol- och narkotikautvecklingen i Sverige. Folkhälsoinstitutet och CAN. 1997.
6. Nordgren Paul. Underlag till nationell handlingsplan mot tobak. 1999.
7. CAN:s rapport. Statistik om tobaks-, alkohol- och narkotikavanor. 1998 års undersökningar. Rapport i manus. Under tryckning. 1999.
8. Boman U, Romelsjö A. Alkohol- och drogvanor bland högstadiel elever i Stockholms län. KI, inst. För folkhälsovetenskap och Samhällsmedicin Syd, Centrum för alkohol- och drogprevention. 1997.
9. Sundell K, Colbiörnsen, Ågren G. Rika barn krökar mest. Drogvanor bland elever i årskurs nio år 1993 och 1996. Fou-rapport 1997:12. Resursförvaltningen för skola och socialtjänst. Stockholms stad.
10. Svenska Dagbladet. Stora skillnader i elevers psykiska hälsa. 9 april 1999. Enkätstudier med 13 000 elever. Centrum för barn- och ungdomshälsa. Samhällsmedicin. Stockholms läns landsting. 1999.
11. Hjern A. Migration till segregation. En folkhälso rapport om barn med utländskt ursprung i Stockholm. Centrum för barn- och ungdomshälsa. 1997.
12. Hibell B et al. The ESPAD report. CAN. 1997.

Från att pröva...till att fastna i missbruk

1. Goldinger B. Tonårstiden. W & W. 1986.
2. Nilsson A. Ungdomars röster om hälsa och hälsoundervisning. I Nilsson A. Red. Är Pippi Långstrump en hälsoupplysare eller hälsorisk? Liber Förlag. 1996.
3. Marklund U. Attitydundersökning. Intervjuer med barn och ungdomar. Ped. Inst. Göteborg. 1978.

4. Kaplan J L. Farväl till tonårstiden. En bok om adolescensen. Natur och Kultur. 1987.
5. Juul L. Ditt kompetenta barn. På väg mot nya värderingar för familjen. W & W. 1998.
6. Goleman D. Känslans intelligens. W & W. 1997.
7. Torbiörnsson A. Öppen dialog med unga. LTs Förlag. 1995.
8. Torbiörnsson A. Ungdomars frågor, identitet och hälsa. I. A. Nilsson (red).
”Är Pippi Långstrump en hälsoupplysare eller hälsorisk? Liber förlag. 1996.
9. Lalander P. Anden i flaskan - Alkoholens betydelse i olika ungdomsgrupper.
Stockholm/Stehag: Symposion bokförlag. 1998.
10. Pape H. Alkoholens gleder og faror under ungdomstiden. I . Rusmidler og veivalg.
Red. Pedersen & Waal. Cappelen Akad. Forlag. 1996.
11. Pape H. Drinking, getting stoned or staying sober. A general population study
of alcohol consumption, cannabis use, drinking-related problems and sobriety among
young men and women. Oslo. Univ, dep of Psychology. NOVA-rapport. 1997.
12. Baum-Baicker. I Pape H. Alkoholens gleder og faror under ungdomstiden. I Rusmidler og veivalg.
Red. Pedersen & Waal. Cappelen Akad. Förlag. 1996.
13. Marklund U. Droger och påverkan. Avhandling. Ped. Inst. Göteborgs univ. 1983.
14. Bremberg S. Barnrapporten. Centrum för barn- och ungdomshälsa.
Samhällsmedicin. Stockholms läns landsting. 1998.
15. Norell & Törnqvist. Berättelser om ruset. Symposion.1995.
16. Näslund Christina. Rus - ett manligt privilegium. I Socialt Perspektiv. 2-3 1997.
17. Ramström J. Tonårsutveckling och droger.
En bok för vuxna om tonårstid, hasch och alkohol. Tiden. Folksam. 1988.
18. Moberg T. Intervjuundersökning. Anabola steroider, som psykoaktiv drog.
Rapport. Folkhälsoinstitutet. 1996.
19. Berglund SA. Val av livsstil - problemungdomars sätt att hantera verklighet
och konstruera identitet”. Umeå Universitet, Inst. för socialt arbete. 1998.
20. Solarz A. Vem blir drogmissbrukare? Droger, kriminalitet och kontroll. Brå-rapport 1990:3. I
Goldberg T. Narkotikan avmystifierad. Carlsson Bokförlag. 1993.
21. Chein I et al. The road to H: Narcotics, delinquency and social policy. Basic Books. Inc. New York.
1964. I Goldberg T. Narkotikan avmystifierad. Carlsson Bokförlag. 1993
22. Goldman T. Narkotikan avmystifierad. Carlsson Bokförlag. 1993
23. Andersson C. The children of Maria. Adolescent Substance Abusers, their Families and Schooling.
Ped.inst. Avhandling. Uppsala univ. 1993.
24. Rojas M. Sveriges oälskade barn. Att vara svensk men ändå inte. Stockholm. Bromberg. 1995.
25. Sidenbladh E. Missbrukarens anatomi. Intervju med Arthur Solarz, BRÅ.
I sammanställning av artikelserie, Svenska Dagbladet. 1996.

Ungdomar och ruset

1. Norell M & Törnqvist C. Berättelser om ruset. Avhandling. Symposion.1995.
2. Lalander P. Anden i flaskan - Alkoholens betydelse i olika ungdomsgrupper. Stockholm/Stehag:
Symposion bokförlag. 1998.
3. Lalander P. Gemenskap, frihet och svenskhet - eller ormen i Edens lustgård.

- I Socialt perspektiv. 2-3. 1997.
4. Sörhaug H C. Förbudet, farligt, frestande. Carlsson. 1994.

Det blir bara värre och värre

1. Olsson L B, Swärd H. Ungdomar som samhällsproblem. Studentlitteratur. 1994.
2. Stafsgeng O. Ungdomars hälsoproblem - är de kanske de vuxnas? I Nilsson A (red) Är Pippi Långstrump en hälsoupplysare eller hälsorisk? Liber Förlag. 1996.

Skolan - en plats att må bra i?

1. Roe K. Massmedia and adolescent schooling: conflict or co-existence? A & W international. 1983.
2. Nutbeam D et al. Warning! School can damage your health: alienation from school and its impact on health behaviour. Journal of Paediatrics and Child Health 1993;29 (Supplement 1): S 25-30.
3. Bremberg S. Kan utbildning ge bättre hälsa? I Nilsson A (red). Är Pippi Långstrump en hälsoupplysare eller hälsorisk? Referensmaterial från Skolverket. Liber Förlag. 1996.
4. Hagqvist C. The living conditions of young people in Sweden. Avhandling. Göteborgs universitet. 1997.
5. Gymnasieelevers hälsa och livsstil. Skaraborgs institutet. 1997.
6. Haglund B. Från risktänkande till stödjande miljöer. I Nilsson A (red). Är Pippi Långstrump en hälsoupplysare eller hälsorisk? Referensmaterial från Skolverket. Liber Förlag. 1996.
7. Marklund U. Hur mår skolbarnen? I Nilsson A. (red) Är Pippi Långstrump en hälsoupplysare eller hälsorisk? Referensmaterial från Skolverket. Liber Förlag. 1996.
8. Tallqvist K. Skolan som stödjande miljö för elevers psykiska hälsa. Kramfors kommun/Landstinget Västernorrland. Barn & Ungdom i tusenårsskiftets skriftserie. Nr 1 Psykosocial hälsa. 1996.
9. Löfgren H & Tellenback S. Arbetsmiljön i skolan. Ped. rapporter, 32. Lunds univ. Ped. Inst. 1984.
10. Bråkenhielm G. Hälsoläge, arbetsmiljö och stresshantering. Skolhälsovården i Stockholm. Folksam. 1992.
11. Molloy G. Att hälsa. I Nilsson A (red). Är Pippi Långstrump en hälsoupplysare eller hälsorisk? Referensmaterial från Skolverket. Liber Förlag. 1996.
12. Lundahl C. Elevers vanmakt. Rapport I. I forskningsprojektet: elever som medforskare. 1996.
13. Nilsson A. Ungdomars röster om hälsa och hälsoundervisning. I Nilsson A (red) Är Pippi Långstrump en hälsoupplysare eller hälsorisk? Liber förlag. 1996
14. Bjorkvold J-R. Den musiska människan. Om barnet, sången och lekfullheten genom livets olika faser. Runa förlag. 1991.
15. Bruun Jensen B. Hälsoundervisningen är alltför naturvetenskaplig. I Nilsson A (red) Är Pippi Långstrump en hälsoupplysare eller hälsorisk? Liber Förlag. 1996.
16. Andersson B-E. Studies on youth and schooling in Sweden. Centrum för barn- och ungdomsvetenskap. Högskolan för lärarutbildning. 1995.
17. Madsén/Sandström. Livlina för livslångt lärande. SOU 1989:114.

18. Tham A. Jag vill ha inflytande. En bok om elevinflytande i skolan. Referensmaterial från Skolverket. 1998.
19. Skolverket. Rapport nr 93. 1995. Om det individuella programmet. Stockholm.Liber.
20. Pollak K. Barn tänker inte som vuxna. Antologi (red)Ljunghill L F. Utbildningsradion. 1989.
21. Skolverkets skolbilsundersökning 1996/1997. Rapport. Skolverket. 1998.
22. Marton et al. Hur vi lär. Rabén Prisma. 1995.
23. Rogers C. Freedom to learn. Merrill. New York. 1994.
24. Sjöqvist M. Hälsoundervisning i gymnasieskolan - en fallstudie. Inst. för pedagogik och psykologi. Linköpings universitet. 1998.
25. Rutter M. et al. Fiften Thousands Hours. Secondary schools and their effects on children. London. Open Books. 1979.
26. Grossin L. Skolan brinner, vad ska vi göra? Intervju av Gunnar Ohrlander. Social Politik nr 5-6. 1997.

Bilder från fem skolor

1. Monroe L. "Nothing's impossible": leadership lessons from inside and outside the classroom. New York. Times Books. 1997.
2. Granskning av REKTOR som styrfunktion i en decentraliserad skolorganisation. Från administratör till ledare. Inspektörsrapport. Skolverket. 1999.
3. Dagens Nyheter. Reportage. "Skolan där alla lär sig svenska".

Effekter av hälsoundervisning?

1. Norström T, Romelsjö A: Några studier av relevans för alkoholpolitiken i Sverige. I Griffith Edwards (red). Alkoholpolitik för bättre folkhälsa. Natur och Kultur, 1996.
2. Kaijser M. Unga rökfria kvinnors syn på rökfrihet och rökning. Kvalitativ undersökning. Masteruppsats. Karolinska Institutet. Inst. för folkhälsovetenskap. 1999:18.
3. Thorsen T. Upplysning och information - begränsar det alkohol- och narkotikaproblemet? Rapport i stencilform. 1996.
4. Steel & Southwick. I Thorsen T. Upplysning och information - begränsar det alkohol- och narkotikaproblemet? Rapport i stencilform. 1996.
5. Uldall, Jepsen & Lund. 1992. I Thorsen. Upplysning och information - begränsar det alkohol- och narkotikaproblemet? Rapport i stencilform. 1996.
6. Stafsgen O. Ungdomars hälsoproblem - är de kanske de vuxnas? I Nilsson A. Är Pippi Långstrump en hälsoupplysare eller hälsorisk? Liber förlag. 1996.
7. Louk P., Paulussen T. A review of international effect research on the prevention of Alcohol abuse. School health promotion and cancer prevention. Nederländerna. (NIG2).1997.
8. Sandberg H. Välj själv! En bakgrundsstudie, Tobaksprevention i skolan. Centrum för Barn och ungdomshälsa, Samhällsmedicin Syd. 1997:8 (CBU)
9. Norgren P, Haglund M. Handlingsprogram i tobaksförebyggande arbete. Folkhälsoinstitutet. 1998.
10. Utvärdering av tobakspreventivt arbete. Umeå. 1998
11. Nilsson, Sundström, Olsson: Försöksverksamhet med sex och samlevnad på Gotland. H-rapport nr 1. Socialstyrelsens nämnd för hälsouppllysning. 1977.

12. Nilsson A. Att arbeta med sex och samlevnad. En handbok i abortförebyggande arbete. Liber förlag 1980.
13. Olsson H. Livet på PUMA. H-rapport nr 19. Socialstyrelsens byrå för hälsouppllysning. 1983.
14. Ramström J. Tonåringar och droger. En bok för vuxna om tonårstid, hasch och alkohol. Tiden. Folksam. 1988.
15. Arborelius E. Du bestämmer! Avdelningen för socialmedicin, Hälsouniversitetet, Linköping. 1993.
16. Goleman D. Känslans intelligens. Wahlström & Widstrand. 1997.
17. Nersnaes L. Livet, kärleken och alkoholen. Evaluering av upplysningsprogrammet "Mias dagbok". NAD-Publikation. Nr 30. 1995.
18. Lindström P. Delstudie I. En utvärdering av Våga-programmets korttidseffekter. Forskningsenheten. Polishögskolan. 1996.
19. Utvärderingar av projektstöd under 1994 och 1995. Folkhälsoinstitutet. 1998.
20. Gromark J. Holmer. J. Advertising Effectiveness Awards 98. Anabola projektet - En experimentell effektmätning. Stockholm. Sveriges Reklamförbund och Arvinus förlag. 1998.
21. Utvärdering av konstgjord värld. Prel.rapport. 1998.
22. Nilsson A. Ungdomars röster om hälsa och hälsoundervisning. I Nilsson A (red) Är Pippi Långstrump en hälsoupplysare eller hälsorisk? Liber förlag. 1996.
23. Pape H. Drinking, getting stoned or staying sober. A general population study of alcohol consumption, cannabis use, drinking-related problems and sobriety among young men and women. Oslo. Univ, dep of Psychology. NOVA-rapport. 1997.
24. Jarlbro G. Utvärdering av kampanjen "Svart på vitt". Folkhälsoinstitutet. 1995.
25. Jarlbro G. Att påverka hälsobeteenden med kommunikation. I Nilsson A (red). Är Pippi Långstrump en hälsoupplysare eller hälsorisk? Liber Förlag. 1996.

Teorier och begrepp i hälsoarbetet

1. Haglund B. Från risktänkande till stödjande miljöer. I Nilsson A (red) Är Pippi Långstrump en hälsoupplysare eller hälsorisk? Liber Förlag. 1996.
2. Jensen B.B. Hälsoundervisningen är alltför naturvetenskaplig. I Nilsson A (red). Är Pippi Långstrump en hälsoupplysare eller hälsorisk? Liber Förlag. 1996.
3. Nilsson A. Att främja kvinnor hälsa. En analys utifrån 15 ohälsoområden. Stockholms läns landsting. Yrkesmedicin. 1998.
4. Rappaport. J. 1981 In praise of Paradox: A Social Policy of Empowerment over Prevention. American Journal of Community Psychology 9. 1981.
5. Starrin B. Empowerment som tankemodell. I Frigörande kraft. Empowerment som modell i skola, omsorg och arbetsliv. Gothia. 1997.
6. Starrin B. Reviderad version. 1997. Figuren ursprungligen hämtad från Lundberg B, Starrin B, Enman C-G, Pettersson B. Rätt till hälsa. LO:s folkhälsoprojekt 1987-1992. En studie av aktiviteter i distrikten. Stockholm. LO, 1993.
7. Starrin B. enligt Swift C & Levin G. Empowerment: An Emerging Mental Health Technology". Journal of Primary prevention. 1987.
8. B. Starrin och C Hagqvist. "Empowerment och lokala studier, vägar till kunskap och förändring". I Seendet och seendets villkor. 1995.

9. Nilsson A. Resurssystemet för sex- och samlevnadsfrågor i Tensta och Rinkeby. Kartläggning baserad på intervjuer med professionella. Landstinget förebygger aids (LAFA). 1997.
10. Antonovsky A. Hälsans mysterium. Natur och Kultur. 1991.
11. Den hälsofrämjande skolan. Folkhälsoinstitutet. 1998.
12. Freire P. Pedagogik för förtryckta. Falköping. 1974.
13. Nilsson A. Att arbeta med sex och samlevnad. Liber Förlag. 1980.

Är målen realistiska?

1. Nordgren P. Tobaksprogrammet. Handlingsplan. 1998. Samt "Underlag till Nationell handlingsplan mot tobak 1999.
2. Nationell handlingsplan för alkohol- och drogförebyggande insatser. Utarbetat av en nationell ledningsgrupp bestående av olika myndigheter. Folkhälsoinstitutet. 1995:50.
3. Bremberg S. Barnrapporten. Centrum för barn- och ungdomshälsa. Samhällsmedicin. Stockholms läns landsting. 1998.
4. Thorsen T. Upplysning och information - begränsar det alkohol- och narkotikaproblemet? Rapport i stencilform. 1996.
5. Olsson U. Folkhälsa som pedagogiskt projekt. Bilden av hälsouppläsning i statens offentliga utredningar. Avhandling. A & W. Uppsala 1997.

Från fakta - till samtal

1. Lillkäll von Rost M. Skolans roll i det drogförebyggande arbetet. C-uppsats. Kriminologiska inst. Sthlm:s univ. 1998.
2. Elmér Å. Nykterhetsupplysning i Sverige 1888 - 1961. Centralförbundet för nykterhetsupplysning. Stockholm. 1961. I Lillkäll von Rost M. Skolans roll i det drogförebyggande arbetet. C-uppsats. Kriminologiska inst. Sthlm:s univ. 1998.
3. Nyrén K. Drogundervisning i samhällsperspektiv - skolans undervisning i alkoholfrågor fram till år 1928. Forskningsgruppen för läroplansteori och kulturproduktion. Inst. för pedagogik. Sthlm.s univ. I Lillkäll von Rost M. Skolans roll i det drogförebyggande arbetet. C-uppsats. Kriminologiska inst. Sthlm:s univ. 1998.
4. Skolöverstyrelsen. Skolans undervisning i alkoholfrågan.Handledning för lärare. Centralförbundet för nykterhetsundervisning. Svenska Bokförlaget/Norstedts. I I Lillkäll von Rost M. Skolans roll i det drogförebyggande arbetet. C-uppsats. Kriminologiska inst. Sthlm:s univ. 1998.
5. Skolöverstyrelsen. Läroplan för grundskolan. 1980. Liber Utbildningsförlaget AB. I Lillkäll von Rost M. Skolans roll i det drogförebyggande arbetet. C-uppsats. Kriminologiska inst. Sthlm:s univ. 1998.
6. Gymnasieskola i utveckling - kvalité och likvärdighet. Proposition. 1997/98:169.
7. CAN:s undersökning av årskurs 9. Statistik om tobak, alkohol och narkotika. Publikation under produktion. CAN/Folkhälsoinstitutet. 1998.
8. Bremberg S. Barnrapporten. Centrum för barn- och ungdomshälsa. Samhällsmedicin. Stockholms läns landsting. 1998.
9. Jonsson Y. Från streck till betyg. En beskrivning av högstadieskolan på Fryshuset. FoU-rapport 1996:23. Stockholms Stad.

10. Swedbom J, Åberg K. Värderingsövningar i skolan. Ekelunds Förlag AB. 1998.
11. Skolan som drogförebyggare. CADP/Drogeförebyggarna. Stadsledningskontoret. Stockholms stad.1998.
12. Säljö R. Samtal som kunskapsform. I Brusling C & Strömqvist G (red). Reflektion och praktik i läraryrket. Studentlitteratur. Lund. 1996.
13. Kindeberg T. Undervisningens möjligheter att förändra elevernas tänkande inom området aids och sex. Studentlitteratur. Lund. 1997
14. Olsson H. Livet på Puma. H-rapport nr 19. Socialstyrelsens byrå för hälsouppllysning. 1983.
15. Nilsson A. Att arbeta med sex och samlevnad. Handbok i abortförebyggande arbete. Liber förlag. 1980.
16. Torbiörnsson A. Öppen dialog med unga. LTs Förlag. Stockholm. 1992.
17. Gordan K. Professionella möten. Natur och Kultur. 1998.
18. Svenska Dagbladet. 2 maj 1999.
19. Hagström U et al. Låter sig skyddsänglar organiseras? Folkhälsoinstitutet. Rapport 1998:41.Förlagshuset Gothia. Stockholm. 1998.

Skolan kan göra mycket - men inte allt!

1. Decker L, White-Clark R. The "hard-to-reach parent". Old challenges, new insights. U S Department of Education 1994. I Hagström U, Redemo E, Bergman L. Låter sig skyddsänglar organiseras? Folkhälsoinstitutet. Rapport 1998:41. Förlagshuset Gothia.1998.
2. Blanck P, Lundbom H. Tonåringar...å ena sidan, å andra sidan. Hälso- och sjukvården i Mittens-Älvsborg samt i Södra Älvsborg. 1998.
3. Föräldrar som drogförebyggare. CADP/Drogeförebyggarna, Stockholms stad. Stadsledningskontoret. 1998.
4. Kamratstöd i skolan. Folkhälsoinstitutet. 1999. I Hagström U et al. Låter sig skyddsänglar organiseras? Folkhälsoinstitutet. Rapport 1998:41.Förlagshuset Gothia. Stockholm. 1998.
5. Jansson S. Referat med kommentarer från konferensen "Tidig prevention av ungdomsproblem och ungdomskriminalitet" 2 - 4 december 1996. Folkhälsan, Värmlands läns landsting. 1997.
6. Berg Kelly C. Läkartidningen. Nr 8. 1995. Samt Berg Kelly "Samsyn, samarbete och samlad strategi". I Ungdomstid "Hur é läget?". Årsbok för ungdom.Ungdomsstyrelsen. 1996
7. Palmander M. Gränser att överskrida. Rapport 2/97. Samhällsmedicin Syd. Centrum för hälso- och sjukvårdsutveckling.