

A young man and woman are shown in profile, looking towards the right. The man is on the left, and the woman is on the right. They are outdoors, with a blurred background of green trees and foliage. The woman has long blonde hair and is wearing a light grey jacket. The man has dark, curly hair and is wearing a grey sweater. The overall mood is contemplative and serene.

Anbefalinger om alkohol til forstanderen på efterskolen

Alkoholforebyggelse i overgangen fra grundskoler
til ungdomsuddannelser

**Alkohol &
Samfund**

Alkoholforebyggelse på efterskolerne

Efterskoler spiller en vigtig rolle i overgangen fra grundskoler til ungdomsuddannelser, da omkring en tredjedel af en årgang tager et år på efterskole, inden de starter på en ungdomsuddannelse. Efterskolen bidrager til, at unge får et skelsættende år, hvor de er på egne ben og tager del i et helt unikt fællesskab i trygge rammer. Men efterskoler kan alligevel være en overset arena i arbejdet med alkoholforebyggelse.

Efterskolerne er som udgangspunkt alkoholfri, men der kan være en udfordring med elevfester, der foregår uden for efterskoleregiet. Derfor er en klar forventningsafstemning og dialog med forældrene om alkohol samt forebyggende undervisning for elever relevant i arbejdet med alkoholforebyggelse på efterskoler.

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

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

Sundhedsstyrelsen fraråder børn og unge under 18 år at drikke alkohol

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

Baggrund for anbefalingerne

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

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

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

Om undersøgelsen

Alkohol & Samfund har i samarbejde med COWI afdækket, hvilke alkoholforebyggende initiativer der eksisterer på efterskoler. Efterskolerne er blevet spurgt til udbredelsen af forældreinddragelse og forebyggende undervisning.

I alt har 77 forskellige efterskoler, fra 44 kommuner fordelt over hele landet, besvaret spørgeskemaet. Størstedelen af besvarelsene kommer fra forstanderne på efterskolerne.

Anbefalinger til efterskolen

1

Sæt rammerne for alkohol i forbindelse med fester, der holdes under efterskoleopholdet.

2

Klæd forældrene på i forhold til alkohol.

3

Undervis de unge i flertalsmisforståelse, drikkepres og en inkluderende festkultur.



Sæt rammen for gode elevfester

Hjælp forældrene ved at sætte rammen for elevfester.

Efterskoler har elever fra mange forskellige landsdele med forskellig baggrund, alder, modenhed og erfaring med alkohol. Det betyder også, at forældrene kan have forskellige holdninger til deres barns brug af alkohol. Ligesom i grundskolen skal alle forældre klædes på, når deres unge teenager starter på efterskolen, og informeres om efterskolens holdning til alkohol, såvel på efterskolen som uden for.

Forud for det første forældremøde kan I overveje at indsamle forældrenes holdninger til festkultur/alkohol og bruge dem som udgangspunkt for dialogen om rammerne for elevarrangementer uden for efterskolen. Hvis der afholdes fester uden for efterskolen, skal efterskolen hjælpe forældrene ved at fastlægge spillereglerne for festerne. Derudover kan forældreudvalget på opfordring af forstanderen arrangere fede aktivitetsdage med fx klatring, kanotur, en tur i badeland/forlystelsespark, bowling, gokart, paintball mv. Aktiviteter, der inviterer til fællesskab, og hvor alkohol ikke er i centrum.

Erfaringer fra Dejbjerglund Efterskole

På Dejbjerglund Efterskole i Ringkøbing-Skjern Kommune har de gode erfaringer med at sætte rammerne for de fester, der afholdes af forældre uden for efterskolen. Efterskolen klæder forældrene på i forbindelse med en forældreweekend, hvor forældrene overnatter på skolen. Forældrene bliver på den måde klædt på til at være forældre til et barn, der skal på efterskole.

Der afholdes seks fester i løbet af året, og den første fest er fredag før efterårsferien. Efterskolen sætter rammerne og reglerne for festen, men forældrene afholder festen. De første tre fester starter på efterskolen med aktiviteter og middag, og eleverne bliver kørt i bus til festen. Til festen er reglerne følgende:

- Kun servering af alkohol på 5 %, fx øl og breezer
- Ingen shots eller stærk spiritus
- Alkohol frie alternativer, fx sodavand og mocktails
- Ingen druklege, fx beer pong
- Ingen udskænkning til fulde elever
- Servering af natmad
- Ingen snus/rygning.

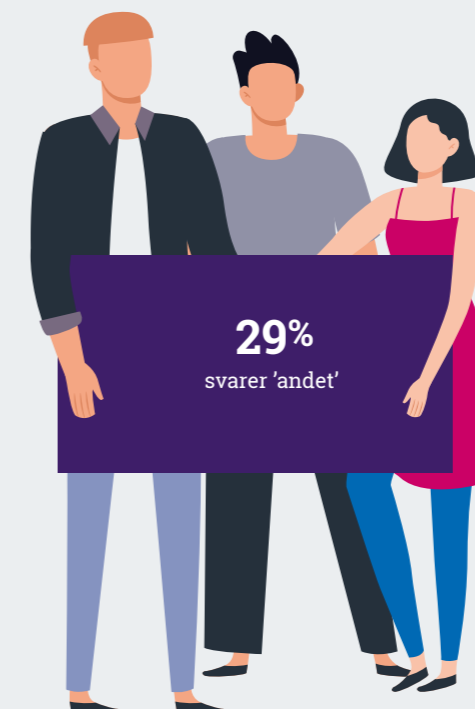
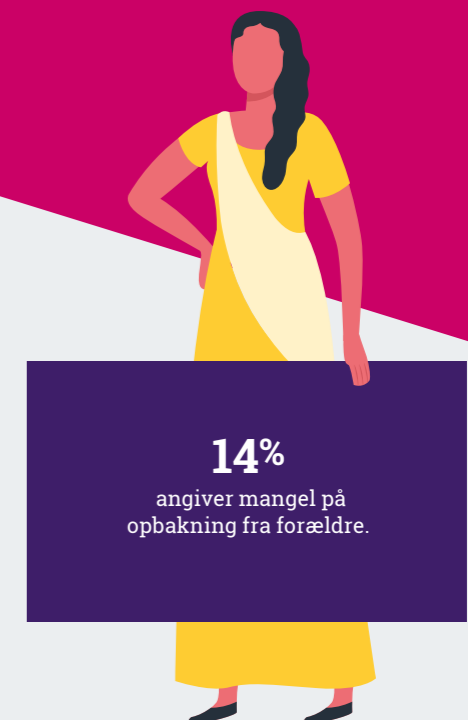
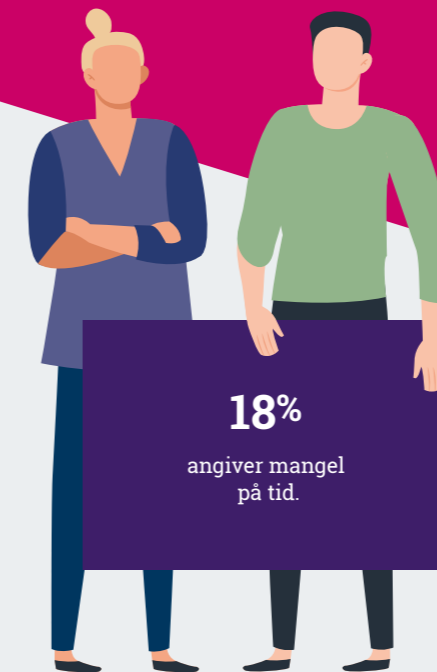
Dejbjerglund Efterskole har erfaret, at festerne bliver bedre. Efterskolen sikrer, at alle elever bliver inkluderet, og at ingen har dårlige eller pinlige oplevelser til festerne. Det er nemt for forældrene, fordi efterskolen sætter rammen for festerne fra starten af året.

Fem gode råd til fester

1. **Undgå**, at alkohol bliver det bærende element.
2. **Tilbyd** gratis/billige alkoholfrie alternativer.
3. **Undgå** alkohol på over 5%.
4. **Drik ikke** mere end fire genstande pr. elev.
5. **Undgå** druklege.

Halvdelen af efterskolerne svarer, at der bliver afholdt forældremøder, hvor dialog om alkohol indgår.

6 ud af 10 oplever samtidig udfordringer med inddragelse af forældre i dialogen om alkohol, hvor:



Respondenterne uddyber bl.a. i kommentarerne, at udfordringer skyldes:

- Forskellighed i holdningen til alkohol blandt forældrene
- Fysisk lang afstand til forældre
- Det er svært at styre, hvad der sker udenfor efterskoleregion

Klæd forældrene på i forhold til alkohol

Klæd forældrene på i forhold til unge og alkohol i starten af skoleåret. Giv forældrene inspiration til og information om dialogen om alkohol.

På det første møde med forældrene skal de have information om alkohols påvirkning på den unge hjerne og de negative konsekvenser. Forældre har typisk lige så mange holdninger til og forståelser af alkohol som eleverne. Forældrene er selv en del af alkoholkulturen og skal klædes på i forhold til deres rolle. Forstanderen eller lærerne kan anvende materialer som fx Fuld af liv til at klæde forældrene på. Skolen kan også med fordel invitere SSP eller et andet tilbud fra kommunen, som kan facilitere mødet.

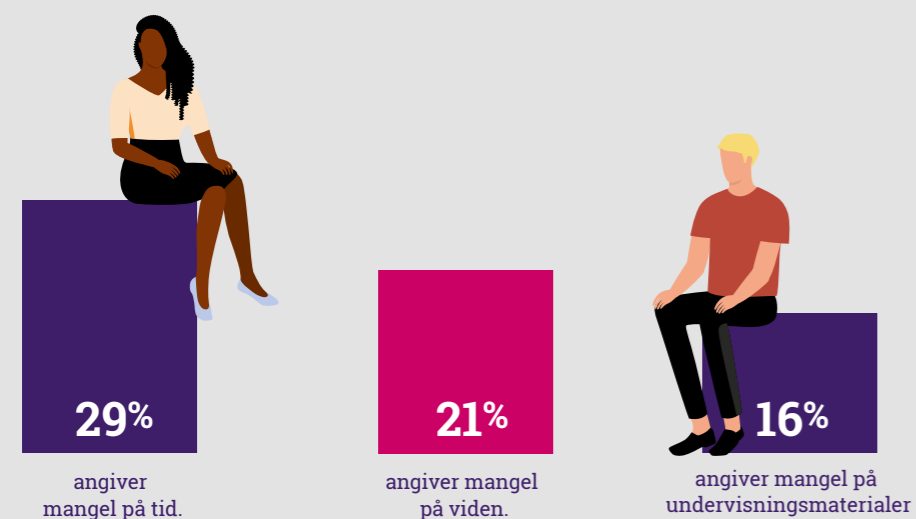


Inspiration til forældremødet

1. Fuld af liv til forældre – alkoholdning.dk
2. Sundhedsstyrelsen – teenageforældre.dk
3. Forældreforeningen Unge & Alkohol – Forældreguiden
4. Skole og Forældre – forældrefiduser.dk
5. Skole og Forældre – Samspillet – del holdninger på forældremødet.

Halvdelen svarer, at eleverne bliver undervist om alkohol på skolen.

Samtidig oplever 7 ud af 10 udfordringer i forbindelse med planlægning og afholdelse af undervisning om alkohol. Disse udfordringer skyldes bl.a.:



En af respondenterne uddyber, at udfordringen er, at der er mangel på interesse fra elevernes side. Det er svært at nå igennem. Man kan få indtryk af, at de tænker: 'Ja ja, den er god med dig, men vi er altså unge, og vi vil feste og drikke os i hegnet.'

Alkoholforebyggende undervisning

Alkoholforebyggende undervisning er en fast del af skoleskemaet i starten af skoleåret.

Efterskolen er ansvarlig for at tage fat i kommunen og bede om oplæg fra fx SSP eller inspiration til materiale om social pejling og flertalsmisforståelser.

Ligesom i grundskolen og på ungdomsuddannelsen er det vigtigt at klæde de unge godt på til en mere bæredygtig alkoholkultur. Derfor skal alkoholforebyggelse på skoleskemaet på efterskolerne. Efterskolerne kan med fordel trække på kommunens tilbud fra SSP om alkoholforebyggende undervisning om fx social pejling og flertalsmisforståelser og inkluderende fællesskaber. Hvis lærerne underviser, skal de klædes på og have det som en fast del af årshjulet i starten af skoleåret.

Alkoholforebyggende undervisning handler især om flertalsmisforståelser og drikkepres. Det har til formål at gøre op med myter om, at andre drikker mere end en selv, samt at sikre, at eleverne respekterer hinanden, så der ikke opstår drikkepres.

Inspiration til undervisning af elever

- Det Kriminalpræventive Råd – Alle.de.andre.gør.det
- SSP-Samrådet – [SSP-miniguide til forebyggende undervisning](http://SSP-miniguide.til.forebyggende.undervisning).



Hvad er flertalsmisforståelser?

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

Hvad er social pejling?

Social pejling er en metode, der forebygger risikoadfærd ved at korrigere de flertalsmisforståelser børn og unge kan have om omgivelsernes adfærd og forventninger til dem. Formålet med metoden er at nedbringe eller fjerne det forventningspres, der kan få børn og unge til at handle i modstrid med deres egne ønsker eller overbevisning, og derigennem nedbringe risikoadfærd.

Udgivelsen er udarbejdet af:

Freja Jørgensen, sundhedskonsulent og projektleder,
Alkohol & Samfund

Foto: Christoffer Regild

Udgiver:

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

© Alkohol & Samfund, 2022