

Påstander til foreldremøte om rusmidler - Sant eller usant-øvelse

Be foreldrene reise seg hvis de tror påstanden er sann eller bli sittende hvis de tror den er feil.

Start gjerne med en enkelt påstand: «I dag er det ... (sett inn hvilken dag det er)», slik at alle får reist seg uten å være i tvil.

Velg ut 3-5 påstander som du tror er relevante for deltakerne. Gå gjennom en og en påstand, be de reise seg eller bli sittende, gi svaret og forklar gjerne litt mer.

Forslag til påstander

1. Ungdom som får alkohol av foreldrene sine, drikker oftere og mer enn ungdom ikke som ikke får det.

Sant: mange foreldre tenker at det er tryggere å gi ungdommen alkohol når de skal på fest, fordi da vet de hva ungdommen drikker. Men dette stemmer ikke. Forskning viser at ungdom som får med seg alkohol på fest, ofte drikker annen alkohol i tillegg. Og det motsatte er også sant, ungdom med foreldre som er tydelige på at de ikke får lov, drikker mindre.

2. Ved utgangen av 10. klasse har 9 av 10 ungdom drukket seg fulle.

Usant: ved utgangen av 10. klasse har 1 av 4 ungdom har drukket seg beruset (Ungdata, 2022). Men hvis vi ser på hele ungdomsskolen samlet, har kun 1 av 10 elever drukket seg beruset. Det er viktig å avsløre myten om at «alle andre drikker», fordi ungdommer ofte drikker mer når de tror at alle andre gjør det.

3. Nesten halvparten av unge voksne synes det er ubehagelig å takke nei til alkohol.

Sant: nesten halvparten av unge voksne synes det er ubehagelig å takke nei til alkohol. 1 av 3 takker heller ja til alkohol for å slippe å forsvare hvorfor de ikke vil drikke. Over halvparten mener også at det er mer akseptert å være synlig beruset enn å takke nei til alkohol på fest (Ipsos-undersøkelse for Blå Kors, 2023).

4. Cannabis er det vanligste rusmiddelet blant ungdom.

Usant: alkohol er det mest brukte rusmiddelet blant ungdom. Men dette er egentlig et lure-spørsmål, for cannabis er det vanligste illegale rusmiddelet. Med cannabis mener vi marijuana, hasj og andre rusmidler som er laget av cannabisplanten. Det er veldig få ungdomsskoleelever som har prøvd cannabis, men andelen som har prøvd øker med alderen.

5. Hjernen er ikke ferdig utviklet før vi er ca. 25 år gamle.

Sant: hjernen er ikke fullt utviklet før man er ca 25 år, og rusmidler kan påvirke utviklingen av hjernen negativt. Hvis utviklingen blir forstyrret, kan man for eksempel få problemer med: hukommelsen, evnen til å lære, konsekvenstenkning, impulskontroll og å planlegge/sette mål.

6. Alkoholkonsum koster samfunnet 80-100 milliarder kroner i året.

Sant: det er et komplekst regnestykke, der disse 80-100 milliardene måles blant annet i sykefravær, redusert produktivitet, kostnader for helse- og omsorgstjenesten (Rapport: Oslo Economics på vegne av Blå Kors, Actis og Av-og-til). For oss som samfunn er det mye å spare på å utsette alkoholdebut og forebygge både akutte skader og langsiktige problemer med alkohol.