

Teenagernes egen skadesreduktion – Kan alkoholforebyggelsen tage ved lære?

Det viser sig, at unge faktisk prøver at passe på hinanden når de drikker til fester. Hvordan kan det bruges i forebyggelsen – uden at ødelægge den gode stemning?

MORTEN HULVEJ JØRGENSEN,

Danske unge begynder alt for tidligt at drikke alkohol, og det er med god grund, at Sundhedsstyrelsen og andre aktører i alkoholforebyggelsen har sat sig for at bringe debutalderen i vejret. Med indførelsen af den nye aldersgrænse for salg af alkohol i detailhandlen ønskede politikerne blandt andet at sende et signal om, at teenagere har bedst af at vente med at drikke, til de er fyldt 16 år. At debutalderen skal udsættes er således blevet et centralt budskab, der kommunikerer til børn og deres forældre af SSP-medarbejdere og andre forebyggere rundt omkring i landet. Set fra et forebyggelsessynspunkt er budskabet fornuftigt nok, men hvad stiller vi op med det store antal 13-15-årige, der allerede er begyndt at drikke? Skal forebyggerne sætte sig for at få dem til at holde op igen, eller kunne man tænke sig andre formål med forebyggelsen?

Af de europæiske ESPAD-undersøgelser fremgår det, at danske 15-årige oplever flere problemer i forbindelse med deres brug af alkohol end deres jævnaldrende i resten af Europa. Det er måske ikke så overraskende, når nu danske unge er kendt for at være blandt dem, der drikker mest, men hvis man spørger teenagerne selv, er det ikke en gangbar løsning at lade være med at drikke. I stedet udøver teenagere

en form for – mere eller mindre vellykket – skadesreduktion i de sociale sammenhænge, hvor de drikker. Det fremgår af en etnografisk undersøgelse, som blev gennemført i 2004 blandt en gruppe 13-16-årige i et dansk landsbysamfund. Undersøgelsens resultater vil blive præsenteret i det følgende.

Sociale problemer vigtigere end helbredsrisici

De teenagere, der deltog i undersøgelsen, lagde mere vægt på de sociale problemer, der kan opstå i forbindelse med fester og fuldskab, end på de mere langsigtede helbredsrisici ved at drikke. Generelt fortalte teenagerne, at de drak for at have det sjovt med deres venner, men ikke desto mindre var de opmærksomme på, at der indimellem kunne opstå situationer, hvor det ikke længere ville være sjovt at være fuld. For drengenes vedkommende kunne det fx handle om slåskampe eller utroskab, mens pigerne kunne være bekymrede for at havne i 'pinlige' situationer.

Et fremtrædende problem for teenagerne var 'gate crashing' – altså situationer, hvor der dukkede folk op til en privat fest uden at være indbudt på forhånd. Desuden blev der blandt vores informanter talt meget om udpumpning. Ingen havde personlige erfaringer med at drikke så meget, at de havnede på skadestuen,



men alle kunne fortælle historier om folk, der kom til udpumpning, og dette kom til at fremstå som den værste tænkelige konsekvens af at drikke for meget.

Det er på denne baggrund, at teenageres skadesreduktion skal forstås: som et forsøg på at håndtere dét, som de selv betragter som negative konsekvenser af at drikke for meget.

At være opmærksom på sin egen rus

For mange af de teenagere, der deltog i undersøgelsen, var det at drikke sig fuld en ganske ny oplevelse. Af den grund var de opmærksomme på, hvordan rusen følte, og de lagde mærke til, hvordan deres rus udviklede sig, mens de drak. I interviews beskrev de, at de ville holde op med at drikke, hvis de blev opmærksomme på, at de var ved at



blive dårlige, men vores observationer indikerede, at det ikke altid forholdt sig helt på den måde. Dette fremgår af følgende citat af feltnoter fra en privat fest:

'Nu skal jeg ikke have mere', sagde Anders, 'mine øjne er ved at falde ud – sådan føles det i hvert fald'. Alligevel åbnede han en Breezer mere og tog en tår, inden han gik ind i en gammel lade, hvor hans kammerater sad i en gammel sofa. Anders satte sig på en havetraktor, der stod ved siden af sofaen, og Mia kom hen og skældte ud: 'Det ender med, at du ikke bliver inviteret en anden gang, hvis du ikke kan styre det. Nu drikker du ikke mere!' Anders svarede: 'Nej, jeg skal nok lade være. Så held det ud for mig, Mia. Jeg vil jo gerne med...?'

Selvom Anders var opmærksom på, at hans rus var ved at udvikle sig i

en retning, hvor hans øjne var 'ved at falde ud', måtte der en reprimande fra Mia til, før han stoppede med at drikke. Det var et generelt kendetegn ved teenagerne skadesreduktion, at den i høj grad afhang af, hvordan de kammerater, de var sammen med, forholdt sig.

At drikke sammen med kammerater man kan stole på

Det kommer næppe som nogen stor overraskelse, at teenagerne betragtede godt selskab som en forudsætning for en god fest. Men det var bemærkelsesværdigt, at det at være sammen med kammerater, som de kendte og stolede på, blev betragtet som en form for sikkerhedsnet. Det fortalte to piger om i et interview:

Pia: 'Der må gerne være nogen, man ikke kender. Men der skal bare

være nogen, som man kender'.

Lotte: 'Så kan man li' som holde sammen og holde lidt øje med hinanden'.

Nogle af teenagerne foretrak at gå til større fester, hvor de kunne møde nye mennesker, mens andre foretrak at drikke ved mindre, lukkede sammenkomster. For nogle af de drenge, der gik til større fester, kunne det at følges med gode kammerater være en måde at sikre sig mod at havne i slagsmål, men for hovedparten af vores informanter handlede det blot om at sikre sig, at de var sammen med nogen, som de kunne stole på ville hjælpe, hvis noget skulle gå galt.

At holde øje med hinanden

Som det fremgår af citatet ovenfor, var det at holde øje med hinanden et element i teenagerne egen skadesreduktion. Dette indebærer, at de i mange tilfælde greb ind over for hinanden og hjalp hinanden, hvis nogen havde fået for meget at drikke. Helt konkret kunne de fx finde på at nægte en kammerat mere at drikke (som vi så i eksemplet med Mia og Anders ovenfor), at ringe til forældrene eller at hjælpe en kammerat på toilettet eller i seng. Deres indgriben kunne dog også antage en form, som set fra et forebyggelsesperspektiv ikke just var hensigtsmæssig. Eksempelvis blev en 15-årig dreng, der var fuld for første gang, og som sad og hang i et hjørne af en fest, taget med ud på en cykeltur, fordi hans kammerat mente, at noget frisk luft kunne kvikke ham lidt op. Det virkede tilsyneladende i den konkrete situation, idet drengen vendte tilbage fra cykelturen med energi til at deltage i resten af festen – men under mindre heldige omstændigheder kunne det være endt i en ulykke. Desuden lykkedes det ikke altid at få en fuld kammerat til at stoppe med at drikke, for teenagerne lagde vægt på, at deres indgriben ikke måtte ødelægge den gode stemning til festen eller deres forhold til kammeraterne.



At lære af sine egne og kammeraternes erfaringer

Når teenagerne planlagde fester og andre drikkebegivenheder, trak de i høj grad på deres egne og ikke mindst på deres kammeraters erfaringer. Disse erfaringer havde tilsyneladende større vægt end den mere formaliserede viden om alkohol, som blev formidlet til dem i skoletiden. Teenagerne brugte eksempelvis erfaringerne til at træffe beslutninger om, hvem der skulle inviteres – og navnlig, hvem der *ikke* skulle inviteres – med til fest. Folk, der blev betragtet som ballademagere, eller hvis venner var kendt for at lave ballade, blev eksempelvis ikke inviteret med til fest hos den gruppe af teenagere, der deltog i vores undersøgelse. Deres skadesreduktion indebar på den måde et element af social eksklusion. Udover at dette siger noget om, hvordan teenagerne forsøgte at tilrettelægge den sociale kontekst for deres brug af alkohol, peger det også på en begrænsning ved selve undersøgelsen: Vi havde nemlig kun mulighed for at inter-

viewe og foretage deltagerobservation med en gruppe af teenagere, som var villige til at tale med os og medvirke i et forskningsprojekt. Hvordan det forholder sig med de teenagere, der ikke ønskede at blive interviewet – og som ikke havde lyst til at tage en forsker med til fest – kan vi kun gisne om.

Skadesreduktion som mål for forebyggelsen?

Som nævnt indledningsvis er det blevet et centralt mål for forebyggelsen at udsætte debutalderen for brug af alkohol blandt danske teenagere. Ikke desto mindre begynder langt de fleste teenagere fortsat at drikke, før de fylder 16. Derfor er der brug for at overveje, hvordan man bedst muligt tilrettelægger indsatser rettet mod teenagere, der allerede er begyndt at drikke. I Australien har man med held afprøvet forebyggelsesprogrammer med skadesreduktion som formål, og spørgsmålet er, om ikke der også i Danmark er behov for at udvikle denne type forebyggelsestiltag?

I forebyggelsen har der – ligesom i en stor del af forskningen om unges brug af rusmidler – været en tendens til at betragte teenagernes kammeratskabsgrupper som et forum for gruppepres og andre former for gensidig negativ påvirkning. Vores undersøgelse peger på den positive betydning, kammeratskabsrelationer kan have for teenagerne egen skadesreduktion – og den viser endvidere, at der blandt teenagere eksisterer en opmærksomhed på de problemer, der kan opstå i forbindelse med fester og fuldskab. Kammeraternes positive betydning kan – sammen med teenagerne opmærksomhed på problemerne ved at drikke for meget – danne afsæt for udviklingen af skadesreducerende forebyggelsestiltag, der anerkender teenagerne perspektiv på alkohol og fester og samtidig støtter dem i at undgå alkoholrelaterede problemer – som fx ulykker. Som illustreret med eksemplet, hvor en dreng tager sin fulde kammerat med på en cykeltur for at kvikke ham lidt op, er der nok at tage fat på. ■



ZERO16

Zero16 har til formål at få unge mellem 12 og 14 år til at udskyde deres alkoholdebut og /eller at forholde sig kritisk til eget alkoholforbrug i ungdomsårene. Via hjemmesiden indgår den unge en aftale for et år ad gangen, hvor han eller hun erklærer ikke at ville drikke alkohol – dermed bliver den unge 'zeroer', medlem af Zero16 klubben og –netværket af ligesindede. Alkoholpolitisk Landsråd, IOGT og Blå Kors har – inspireret af det norske projekt 'Rusfri Diil' – udviklet projektet i Danmark med støtte fra bl.a. Sundhedsstyrelsen. På hjemmesiden kan man læse følgende:

Hvorfor udskyde debuten?

Unge danskeres drikkemønster i forhold til andre unge i Europa kan kort opsummeres med ordene: • YNGRE • MERE • OFTERE. Men det at du er på vej ind i ungdommen og ikke har gjort dig erfaringer med alkohol endnu, betyder også, at du har gode chancer for at undgå problemer med alkohol. For alkoholproblemer er nemmere at forebygge end at helbrede!

Hvad kan du opnå?

Du kan styrke din sundhed og dine sociale relationer ved at udskyde din debut. Danske børn drikker typisk alkohol første gang når de er 13 år. Hvis du venter, har du en bedre chance for at undgå:

- at udvikle afhængighed af alkohol, altså at blive alkoholiker
 - at komme ud for drikkeulykker, for eksempel i trafikken
 - at blive offer for alkoholforgiftning, at skulle til udpumpning
 - at få sociale problemer, for eksempel slagsmål for drengens vedkommende og uheldige seksuelle oplevelser for pigernes vedkommende. For begge køn: at rage uklar med venner og forældre
- Som en ekstra gevinst har du også nemmere ved at undgå rygning og stoffer, hvis du venter med at drikke. I stedet får du med Zero16 et netværk og en platform til en god start i ungdomslivet!