

Unge sundhed

’ Nutidens unge er overvægtige. De drikker sig sanseløst berusede. Og så dyrker de ubeskyttet sex. Hvis de altså ikke er anorektiske eller ludomane.

ungdomsforskning

ungdomsforskning
Unge sundhed
Årg. 5, nr. 4 - december 2006

Citat på forside
Niels Ulrik Sørensen
Se artikel s. 5.

Udgiver
Center for Ungdomsforskning ved Learning Lab Denmark, DPU

Ansvarshavende redaktør
Birgitte Simonsen

Redaktør
Niels Ulrik Sørensen
nus.ild@dpu.dk

Layout
Niels-Henrik M. Hansen
nmh.ild@dpu.dk

Abonnement for 2007
4 numre: Kr. 150,- (enkeltpersoner), kr. 200,- (institutioner)

Løssalg
1 nummer: Kr. 50,-. Der ydes rabat ved køb af flere numre og eksemplarer.
Se www.cfu.dk for yderligere information.

Bestilling af abonnement og løssalg
ungdomsforskning@ild.dk

ISSN 1602-0324

Tryk
Schweitzer A/S

Copyright
Center for Ungdomsforskning



- 5 REDAKTØREN**
5 Riv rav ruskende galt
Af Niels Ulrik Sørensen
- 7 TEMA: UNGES SUNDHED**
7 Sundhed på hovedet
Af Niels Ulrik Sørensen
- 9 Er forebyggelse risikabel?
Af Flemming Balvig og Lars Holmberg
- 17 Sundhed handler også om trivsel
Af Susanne Aaen
- 21 Du bestemmer
Af Berit Christensen og Bodil Jensen
- 27 Unges pengespil - ventil og blindgyde
Af Per Straarup Søndergaard
- 31 Rådgivning med hjertet
Af Anna Lynge
- 35 Livet i nuet
Af Jens Christian Nielsen og Niels Ulrik Sørensen
- BOGOMTALE**
49 At være eller ikke være - parat
Af Rie Wellendorf Riis

Riv rav ruskende galt

Min mormor taler et sprog, jeg ikke forstår. Om hun selv forstår sin besynderlige tale, er tvivlsomt. Min mormor er dement – ligesom min farmor var det. For mig er demens og alderdom uløseligt knyttet til hinanden. Demens er ikke undtagelsen – det er normen.

Nutidens unge er overvægtige. De drikker sig sanseløst berusede. Og så dyrker de ubeskyttet sex. Hvis de altså ikke er anorektiske, ludomane eller cuttere. Det er ikke undtagelsen – det er normen. Og det er ganske vist.

Det indtryk kan man indimellem stå tilbage med, når man læser om unges sundhed og trivsel i medierne: så er der kommet den rapport om overvægt, den om alkohol og den om anoreksi. Alle med tal og tabeller, der viser, at noget er riv rav ruskende galt. Ikke mindst når det bliver til overskrifter i medierne.

Alderdommen har demensen. Ungdommen – ja – ungdommen har alt muligt andet.

Center for Ungdomsforskning har bidraget med flere rapporter om unges sundhed og trivsel. Og – jo – der er noget om snakken. Det kunne stå bedre til. Og det må vi naturligvis tage alvorligt. Center for Ungdomsforskning vil derfor også fremover lave rapporter om unges sundhed og trivsel. Nogen af dem vil givetvis ende som overskrifter i medierne.

Det er vigtigt at sætte fokus på unges problemer med sundhed og trivsel. Vi må dog undgå, at fokuset bliver så snævert, at ungdommen gøres lig med disse problemer – som alderdommen for mig er blevet lig med demens.

I dette nummer af ungdomsforskning gør vi vores til, at det ikke bliver tilfældet. Artiklerne belyser forskellige sundheds- og trivselsproblemer hos forskellige grupper af unge. Fælles for artiklerne er dog, at de belyser de unge som ressourcer, der kan inddrages aktivt i problemløsningen.

En af artiklerne hedder ligefrem ”Du bestemmer”. Den handler om en metode, der går ud på at få de unge selv til at tage stilling til deres sundhed – og tage konsekvenserne af det. Det er muligvis ikke alle unge, der kan drage fordel af denne metode. Men perspektivet – at de unge er andet og mere end deres problemer – er vigtigt.

Og så kan man jo faktisk forstå, hvad de unge siger – i modsætning til mormor.

Niels Ulrik Sørensen

Adjunkt ved Center for Ungdomsforskning og redaktør af ungdomsforskning

.....

Det kan være godt at vende tingene på hovedet, hvis man vil undgå vanetænkningens blindgyder. I dette nummer af ungdomsforskning belyser vi unge og sundhed. Nogle af artiklerne vender en smule op og ned på tingene.

Sundhed på hovedet

Af Niels Ulrik Sørensen

Vi starter med at vende tingene lidt på hovedet.

De nytter ikke noget. Ja – de kan endog være skadelige. De oplysningskampagner, vi iværksætter for at få unge til at drikke mindre, stoppe rygningen, eller hvad det nu måtte være.

Det er en af pointerne i vores første artikel om unge og sundhed, der er skrevet af professor Flemming Balvig og lektor Lars Holmberg fra Københavns Universitet. Artiklen hedder "Er forebyggelse risikabel?". Og svaret i artiklen er "ja". I hvert fald hvis forebyggelsen tager udgangspunkt i, at det står – åh – så galt til med de unges sundhed. For derved kan den være med til at cementere et opskruet billede af de unges problemer med sundheden.

Logikken er enkel – men vigtig: unge indretter deres adfærd efter andre unge. Og bibringes

de en forestilling om, at andre unge drikker og ryger mere, end de rent faktisk gør, motiveres de selv til at give den en ekstra tand. Et opskruet billede af de unges usunde adfærd skræmmer altså ikke nødvendigvis de unge til en sund adfærd – men kan tværtimod være med til at skabe en norm om, at sådan gør man jo. Og så er der risiko for, at den usunde adfærd – mod hensigten – fremmes.

Et spørgsmål om trivsel

Sociolog Susanne Aaen fra Kræftens Bekæmpelse anlægger en anden vinkel på unge og sundhed. I artiklen "Sundhed handler også om trivsel" breder hun sundhedsbegrebet ud. Hendes pointe er, at sund eller usund adfærd ikke er noget isoleret – men må ses i lyset af trivsel eller mistrivsel. Unge, der trives i livet, har en sundere adfærd end unge, der ikke trives.

Aaen belyser en række konkrete sammenhænge – fx mellem unges rygerstatus og deres personlige problemer. Og så opfordrer hun til, at trivselselementet i højere grad inddrages i sundhedsindsatsen, fx på ungdomsuddannelserne, der ifølge Aaen ville være et oplagt sted at sætte ind.

De seneste fire år har Folkesundhed København arbejdet sammen med Københavns Kommune om et projekt på en ungdomsuddannelse – teknisk skole. Projektet, der netop forsøger at forene sundhed og trivsel, tager udgangspunkt i metoden ”Du bestemmer”. Det er også titlen på den artikel, som sundhedskonsulenterne Berit Christensen og Bodil Jensen har skrevet om projektet.

Du bestemmer-metoden går ud på at få eleverne til at tage stilling til deres egen sundhed – og tage konsekvenserne af det. Der er ingen løftede pegefingre. Det er eleverne selv, der bestemmer. Og noget tyder på, at metoden ikke bare kan være med til at forbedre sundheden og trivslen. Den kan også være med til at mindske frafaldet på de tekniske skoler.

Svær kommunikation

Trivselsspørgsmålet er også centralt, når unges pengespil antager en misbrugskaracter. Ifølge Jens Christian Nielsen fra Center for Ungdomsforskning kan der gå lang tid, inden far og mor opdager, at deres søn har et stort forbrug – og måske misbrug – af pengespil. I et interview med Per Straarup Søndergaard, ”Unge pengespil – ventil og blindgyde”, opfordrer han forældre til at spørge lige ud af posen, hvis de fornemmer et misbrug.

Da kommunikationen på tværs af generationer indimellem kan være lidt svær, benytter flere unge sig af brevkasser og chatrooms på nettet, hvor de kan tale med andre unge om deres pro-

blemer. Det sker bl.a. på hjemmesiden Girltalk.dk. I artiklen ”Rådgivning med hjertet” fortæller Anna Lyngge fra Girltalk.dk om de piger, der besøger hjemmesiden. Nogen af pigerne har en særlig hemmelighed: de skærer i sig selv. Cutting kaldes det. På Girltalk.dk fortæller de måske for første gang om deres hemmelighed.

Risikable sammenhænge

Flere fremstående sociologer betegner vores samfund for et risikosamfund. Anlægger man den særlige synsvinkel på samfundet, kan man også få en række nye perspektiver på unges sundhed og trivsel. Sådanne perspektiver anlægger Jens Christian Nielsen og Niels Ulrik Sørensen fra Center for Ungdomsforskning i den sidste artikel om unge og sundhed – ”Livet i nuet”.

Nielsen og Sørensen gennemgår en række praksisser, hvor unge på den ene eller den anden måde udsætter deres sundhed og trivsel for risiko – som fx cutting. Og de tegner nogle konturer af de sammenhænge, der er mellem det at være ung i et risikosamfund og det at sætte sin egen sundhed og trivsel på spil. Sammenhængene er mange og komplekse.

Artiklen drager ikke nogle endegyldige konklusioner. Den vender og drejer tingene. Ser dem fra den ene og den anden side. Måske vender artiklen endog tingene lidt på hovedet.

Men så er vi jo tilbage, hvor vi startede.

.....

"Den kan da ikke skade". Sådan tænker vi normalt om forebyggelse. Meget tyder dog på, at forebyggelse kan skade, skriver professor Flemming Balvig og lektor Lars Holmberg. Forebyggelse kan nemlig befæste nogle myter om, at de unge er mere usunde, end de egentlig er. Og disse myter kan rent faktisk være med til at mindske sundheden.

Er forebyggelse risikabel?

Af Flemming Balvig og Lars Holmberg

"Europas unge er på coke". Sådan lød en overskrift i Berlingske Tidende den 7. februar 2006, og den står ikke alene. Vi hører det hele tiden: NU er den helt gal med de unge. Unge tager stoffer som aldrig før, ødelægger deres skolegang med tømmermænd, bliver mere og mere voldelige. Som voksne, forældre, lærere, SSP-medarbejdere og behandlere bliver vi konstant bekræftet i, at der er et stort – og stadigt stigende – behov for vores indsats og bekymring.

Og der er da også forhold, der kalder på indsats: Danske unge har europarekord i druk, mange børn og unge i skolealderen ryger, ligesom en del har erfaringer med andre rusmidler. I vores iver efter at gøre noget ved disse og andre problemer, kan vi dog let komme til at overse noget meget væsentligt: For det første, at den måde,

hvorpå vi taler om unges risikoadfærd, former vores opfattelse af problemerne; for det andet, at forebyggelsesaktivitet over for unges adfærd kan have nogle utilsigtede effekter.

Proportionsforvrængning

"10 % af drengene og 5 % af pigerne [har] prøvet hash inden for den seneste måned" (Ringgaard & Nielsen 2005:44). "9 ud af 10 drenge og 19 ud af 20 piger har ikke røget hash den seneste måned." Disse to udsagn bygger på de samme tal, men giver et helt forskelligt indtryk af unges omgang med hash. Det faktum, at brug af hash er mindretalsadfærd blandt unge, træder let i baggrunden, når man fokuserer på brugerne: "Er det alligevel så mange, som bruger hash regelmæssigt?" Bruger man i stedet den sidste formulering, flyttes fokus fra de få unge med

mulige hashmisbrugsproblemer til de mange, som ikke har sådanne problemer: "Er det alligevel kun så få, som ryger hash regelmæssigt?"

Der er mindst to gode grunde til på denne måde at 'vende bøtten': For det første, at problemfokuseringen kan resultere i proportionsforvrængning, både hos dem, hvis opgave det er at forebygge, og i målgruppen. For det andet, at måden, hvorpå et problemfelt præsenteres, kan gøre det vanskeligt at tænke nye tanker. Når man fokuserer på problemer, så kommer de let til at fylde hele synsfeltet.

"Tunnelsyn"

Et eksempel på et sådant "tunnelsyn" findes i en rapport fra 2005, som kortlægger brugen af rusmidler og tobak blandt elever i 6.-10. klasse i Aalborg. Her er de unge blandt andet blevet bedt om at angive, hvad de mangler viden om, og undersøgelsen konkluderer, at "samlet set er det i overvejende grad alkohol, som de unge mener, de mangler viden om" (SSP Aalborg 2005: 30). Af talmaterialet fremgår det, at 9 procent mangler viden om alkohol, 8 procent mener ikke, de ved nok om hhv. hash, ecstasy og amfetamin, mens 6 procent mener at mangle viden om cigaretter.

Det pågældende spørgsmål tager udgangspunkt i den fremherskende tankegang på forebyggelsesområdet, nemlig at (overdreven) risikoadfærd har udspring i manglende viden. Den bagvedliggende antagelse er, at unge bruger rusmidler, fordi de er uvidende om disse rusmidlers virkning og de mulige konsekvenser af at bruge dem. Undersøgelsens resultat er dermed også handlingsanvisende: Informationsniveauet må øges, særlig der hvor behovet er størst.

Men tallene fra Aalborg-undersøgelsen kunne også læses på en anden måde: For alle de nævnte stoffer gælder, at mere end 9 ud af 10 unge mener, at de har tilstrækkelig viden om det

pågældende stof. Det er umuligt ud fra undersøgelsen at bedømme, om de unge i Aalborg objektivt set har tilstrækkelig viden – men det er heller ikke det centrale her. Det væsentlige er, at langt hovedparten af de unge selv mener, de er fuldt oplyste – og det må formodes at have stor betydning for, hvordan de vil modtage yderligere information. Man kan næppe regne med den store effekt af at præsentere faktuel viden for en gruppe unge, som stort set alle sammen føler, at de allerede er tilstrækkeligt informeret.

Den pågældende undersøgelse bidrager med væsentlig viden om unge og deres rusmiddelbrug, nemlig at unge generelt føler sig fuldt oplyst om risici ved tobak og rusmidler. Denne viden overses, fordi forfatterne tilsyneladende ikke magter at se ud over den allerede fastlagte vinkel, at risikoadfærd skyldes manglende oplysning om virkning og risici.

Er viden da ikke svaret?

En meget stor del af forebyggelsesindsatsen over for børn og unge har netop denne antagelse som udgangspunkt. I de fleste politikredse i Danmark består for eksempel politiets rusmidelforebyggelse netop i information til de unge om virkningen af forskellige stoffer, eksemplificeret ved den rusmiddeltaske, politifolk medbringer i sådanne sammenhænge. Om denne indsats har den ønskede effekt vides ikke, da den os bekendt aldrig har været genstand for systematisk evaluering.

Ser man til udlandet, er der dog på dette område ikke megen opmuntring at hente. I USA har det meget omfattende undervisningsforløb D.A.R.E. ikke vist nogen effekter på de deltagende elevers brug af rusmidler. D.A.R.E., der forestås af politiet, fokuserer på evnen til at sige nej til stoffer, information om stoffer og deres virkning, alternativer til stoffer, træning i beslutningstagning samt styrkelse af elevernes

”Den pågældende undersøgelse bidrager med væsentlig viden om unge og deres rusmiddelbrug, nemlig at unge generelt føler sig fuldt oplyst om risici ved tobak og rusmidler.”

selvfølelse (Gottfredson, Wilson & Najaka 2002). I dag er D.A.R.E. mange steder blevet afløst af D.A.R.E. PLUS, som har udvidet fokus og antallet af aktiviteter væsentligt, og hos drengene ses moderate, positive effekter (Perry et al. 2003). Desuden er der etableret et nyt program, kaldet New D.A.R.E., som i øjeblikket er under evaluering. Hidtidige resultater synes dog ikke at pege på nogen afgørende virkning på elevernes brug af rusmidler (University of Akron 2006).

I Sverige viste et program svarende til D.A.R.E. – det såkaldte VÅGA – én signifikant effekt: Sammenlignet med elever fra en kontrolgruppe havde væsentlig flere elever, som to år tidligere havde gennemført et VÅGA-forløb, været berusede. Der var ingen forskelle på deres brug af tobak eller andre rusmidler (Lund 2000).

En nylig evaluering af Den Sundhedsfremmende Ungdomsuddannelse konkluderer, at trods de deltagende unges positive vurdering af indholdet på uddannelsen, er der ikke sket signifikante ændringer af deres adfærd: ”Det er således i høj grad business as usual blandt de unge på ung-

domsuddannelserne i Svendborg” (Jeppesen, Filges og Sørensen 2006:42-43).

Heller ikke generelle oplysningskampagner synes, i det omfang de er evalueret, at have den ønskede effekt. Evalueringer foretaget i Danmark indeholder slet ikke adfærdsmålninger, mens en meget omfattende kampagne i USA – som foruden facts tillige fokuserer på holdninger primært i forhold til hash – har haft direkte negativ effekt: Unge, der har set meget til kampagnen, er mere tilbøjelige til at begynde at ryge hash end unge, der ikke har lagt mærke til kampagnen (Orwin et al. 2006).

Sociale overdrivelser

Den vidensbaserede forebyggelsesindsats bygger implicit på en antagelse om, at (unge) menneskers handlinger først og fremmest er rationelle: Tilføres unge den viden, de mangler om de risici, der er knyttet til deres risikoadfærd, vil de vælge at ændre denne adfærd.

En radikalt anden tilgang til risikoadfærd tager udgangspunkt i den enkeltes forestillinger om

andres adfærd. Ringstedforsøget (Balvig, Holmberg & Sørensen 2005) kortlagde eksistensen af sociale overdrivelser på en lang række områder af unges risikoadfærd: De adspurgte 11-24-årige havde væsentligt overdrevne forestillinger om, hvor mange andre unge blandt deres jævnaldrende og de lidt ældre som drak, røg og brugte ulovlige rusmidler. Jo større aldersmæssig og geografisk afstand, jo mere overdrevne blev forestillingerne.

Ringstedforsøget viste endvidere, at en tidlig indsats med fokus på fænomenet sociale overdrivelser havde en væsentligt forebyggende effekt: En firetimers temadag i femte og sjette klasse, hvor alene overdrivelser om andre unges rygning blev berørt, havde kraftige ringvirkninger, dels på de sociale overdrivelser på andre områder, dels på den faktiske adfærd: Et år efter temadagen var elevernes brug af alkohol og hash, samt deres selvrapporterede kriminalitet, signifikant lavere end den, der sås i en kontrolgruppe, som ikke havde gennemført temadagen.

Tilsvarende resultater er opnået i USA, hvor en række forsøg, først og fremmest via kampagner fokuseret på sociale overdrivelser, har vist positive effekter af at mindske elevernes overdrevne forestillinger om andres rygning og alkoholforbrug. En oversigt over relevante evalueringer af denne type indsats kan findes på www.socialnorms.org.

Sociale overdrivelser påvirker

En senere undersøgelse blandt 14-15-årige (Balvig 2006) har yderligere fokuseret på unges opfattelse af andre unges adfærd. Undersøgelsen bekræfter resultaterne fra Ringsted, i og med at de unge også her overdriver, når de skal vurdere omfanget af andre unges risikoadfærd. De tror, at langt flere unge drikker, ryger, tager stoffer, har haft seksuelle erfaringer og har begået kriminalitet, end det faktisk er tilfældet.

Undersøgelsen fokuserer blandt andet på sammenhængen mellem omfanget af sociale overdrivelser blandt unge og disse unges egen risikoadfærd. Når det gælder alkohol, har 15 procent af de unge inden for det sidste år spillet fulde uden at have været det og/eller drukket mere, end de havde lyst til, fordi de følte sig presset til det. Det er i særlig grad pigerne, der har ladet sig presse – eller er villige til at indrømme det: 21 procent af pigerne og 10 procent af drengene har ladet sig presse.

I den foreliggende sammenhæng er der særlig to forhold, der er interessante: For det første ses en klar sammenhæng mellem de unges egen oplevelse af popularitet og deres reaktion på pres – men den er af en anden art, end man umiddelbart skulle forestille sig: 20 procent af de unge, der selv angiver at tilhøre den mest populære tredjedel i deres klasse, har ladet sig presse, mod 12 procent af den midterste tredjedel og 11 procent af dem, der selv mener at tilhøre den mindst populære tredjedel. Det er således blandt dem, der føler sig mest populære, at flest lader sig presse. En nærliggende tolkning er, at det at vise sig stordrikkende og/eller fuld har nær sammenhæng med egen oplevelse af popularitet.

Den anden interessante sammenhæng viser sig, når man ser på de unges forestillinger om andres alkoholadfærd: Blandt de unge, der ikke mener, at nogen af deres venner drikker sig fulde mindst en gang om måneden, findes 5 procent, som selv har ladet sig presse til at drikke/spillet fulde uden at være det. Blandt dem, der mener, at omkring halvdelen af deres venner drikker sig fulde månedligt, er andelen, som har ladet sig presse, steget til 17 procent, og blandt dem, som mener, at stort set alle deres venner er fulde månedligt, er det hver fjerde, som har ladet sig presse til at drikke/spillet fuld. Jo mere, eleverne oplever alkoholbrug/fuldskab

.....

som almindelig i deres omgangskreds, jo flere af dem lader sig presse.

Unge forestillinger om, hvad de andre gør, synes altså at spille en væsentlig rolle for, hvordan de selv opfører sig. Det er selvfølgelig også tænkeligt, at årsagssammenhængen går den anden vej, således at det at drikke, ryge og/eller tage stoffer påvirker den enkeltes opfattelse af, hvad andre gør. Som omtalt ovenfor har Ringstedforsøget dog klart påvist eksistensen af en årsag/virkningskæde fra forestillinger om andre til egen adfærd. Påvirkning af sociale overdrivelser kan have en forebyggende effekt på risikoadfærd.

Unge billeder af unge

Dermed er vi tilbage ved indledningen til denne artikel: Det opskruede billede af unges adfærd.

Det er nærliggende at antage, at unges over-drevne forestillinger om andre unges risikoadfærd blandt andet næres af det generelle billede af unges liv, som præsenteres i det offentlige rum. Her er mediernes behandling selvfølgelig central, og af og til kan folk, der arbejder professionelt med forebyggelse, ses i rollen som mediernes støtter. Sådanne personer er nogle gange af den opfattelse, at det omgivende samfund har for ringe viden om et konkret problems omfang og alvor, hvorfor man gør mest muligt for at skabe opmærksomhed om problemet. Det er der ikke noget mærkeligt eller forkert i, men der har hidtil ikke været meget fokus på, om en sådan opmærksomhed også kunne få negative følger i form af styrkelse af f.eks. unges over-drevne forestillinger om hinanden.

Når unge konstant møder udsagn om, at det hele er blevet meget værre, at brug af stoffer er blevet mainstream, at flere og flere unge udøver og bliver ofre for vold osv., kan det ikke undre, at deres forestillinger om andres adfærd

bliver væsentligt overdrevne. Hvis de samtidig møder en massiv indsats i retning af forebyggelse af forskellige former for risikoadfærd, kan dette måske ligefrem cementere deres vrangbilleder af, hvad der er 'normal' adfærd blandt deres jævnaldrende – og dermed skabe et pres i retning af også selv at prøve det forbudte og farlige, som 'alle de andre' jo åbenbart har erfaringer med. Måske den omfattende forebyggelsesindsats over for unge i sig selv kan tænkes at have latente, negative effekter?

I den ovenfor beskrevne evaluering af den amerikanske kampagne (Orwin et al. 2006) finder man således, at unge, som har set meget til kampagnen, efterfølgende øger deres estimat af, hvor mange andre unge, som ryger hash – kampagnen giver næring til sociale overdrivelser.

Et muligt eksempel på en lignende utilsigtet virkning i en dansk sammenhæng findes i dagbladet Sjællandske den 28. oktober 2006. Her kan man læse en artikel om et forebyggende foredrag på en skole i Vestsjælland, hvor femteklasserne og deres forældre havde bedt den lokale landbetjent om at komme til stede og fortælle om stoffer, sms-trusler mv. I artiklen berettes følgende: "Eleverne var glade for besøget af landbetjenten, men var meget overraskede over de statistikker, som [han] havde med. 'Tallene viste, at der var rigtig mange i 8. klasse, som havde prøvet stoffer og drukket sig meget fulde', siger [en elev]."

Overdrivelse fremmer ikke forståelsen

Hvordan kan man undgå, at selve indsatsen utilsigtet kommer til at styrke elevernes over-drevne forestillinger og dermed modarbejder de gode intentioner? Her kan peges på tre konkrete forslag. For det første, at de, der planlægger og udfører den forebyggende indsats, forsøger at undgå det før omtalte tunnelsyn, hvor problemerne forekommer almene og altoverskyggen-

de. Her er der hjælp at hente, hvis man kigger på udviklingen i unges risikoadfærd:

- I en sammenligning af resultaterne fra ESPAD 1999 og 2003 om alkoholforbrug konstaterer Sundhedsstyrelsen, at nok ligger danske unge meget højt i forhold til andre europæiske unge, men forbruget her viser en faldende tendens. Det samme finder man blandt de 11-15-årige, men ikke blandt de 16-20-årige (Ringgaard, Nissen & Nielsen 2005:27).
- Ifølge MULD-undersøgelserne har andelen af 16-20-årige, der har prøvet hash nogensinde, ligget konstant siden 2001, og Sundhedsstyrelsen konstaterer et "lille, men signifikant fald i det aktuelle brug" af hash fra 2003 til 2004 (Ringgaard & Nielsen 2005). Der ses ingen udvikling i unges brug af andre rusmidler.
- Også Ringstedundersøgelsen (Balvig, Holmberg & Sørensen 2005) viste en mindre, men konsistent reduktion af de 11-24-åriges risikoadfærd fra 2002-2004.
- Balvig (2006) viser, at der i perioden 1989-2005 er sket en konstant stigning i andelen af 14-15-årige, som er helt lovlydige. I denne aldersgruppe er ingen af de adfærdsformer, der er undersøgt, flertalsadfærd: 70 procent drikker sig ikke fulde mindst en gang om måneden, 90 pct. ryger ikke dagligt, i det seneste år har 85 procent ikke lavet nogen form for hærværk, 89 procent har ikke slået andre eller givet andre tæv, 90 procent har ikke truet andre med tæv, 93 procent har ikke lavet graffiti. Det hører med til billedet, at andelen af meget kriminelle unge muligvis er steget lidt, og at kriminaliteten i denne gruppe er taget til i omfang og alvorlighedsgrad.

Den andet, man kan gøre, er at overveje, om den forebyggende indsats overhovedet er nødvendig: Er problemerne så omfattende, at det giver mening at iværksætte en generel forebyggelsesindsats på området, også over for det flertal af børn og unge som ikke er i risikogruppen, når man dermed løber den risiko, at man kommer til at give disse børn og unge et indtryk af, at problemet er langt mere almindeligt, end det egentlig er?

Hvis konklusionen her er bekræftende, bør man for det tredje overveje, om man så har mulighed for at bruge forebyggelsesteknikker, som faktisk er vist effektive over for det pågældende problem. Mange vil mene, at det er bedre at man gør noget, frem for blot at lade stå til, og forebyggelsesindsatsen – i Danmark såvel som i udlandet – kan ofte synes præget af netop denne indstilling: "Det kan jo i hvert fald ikke skade!" Desværre tyder meget på, at jo, det kan netop skade. Dette fænomen er foreløbig temmelig underbelyst, når det gælder forebyggelse i forhold til sundhedsadfærd, men på det kriminalitetsforebyggende område findes der efterhånden en del studier, som viser negative effekter af forebyggelsestiltag (se f.eks. McCord (2003) for en række eksempler). Derfor er der så meget mere grund til at overveje indsatsen nøje.

I mange tilfælde vil man støde på det problem, at der simpelthen ikke eksisterer pålidelige undersøgelser om en given form for indsats. Her må man være ekstra omhyggelig med dels at overveje mulige negative effekter af indsatsen, dels at præcisere succeskriterierne, således at man bedst muligt kan vurdere, om indsatsen virkede efter hensigten eller ej.

Forebyggelse for fremtiden

En vigtig del af det fremtidige arbejde med unge, sundhed og forebyggelse bør bestå i, at de professionelle tager kendsgerningerne

alvorligt: Der er problemer nok at tage fat på, men unges (sundheds-)adfærd er langt fra så slem som sit rygte, og det store flertal klarer sig ganske udmærket. Spørgsmålet er så, om vi vil tro på det – Europas unge er jo på coke, ikke sandt? Nej, det er de faktisk ikke. I den selv samme artikel i Berlingske Tidende fremgik tallene for kokainbrug blandt 15-34-årige i en række europæiske lande: I Storbritannien, hvor kokainbruget var mest udbredt, havde 4,8 procent taget kokain inden for det sidste år, i Danmark var tallet 2 procent. Vi ser frem til den næste kampagne, som jo passende kunne have overskriften: "Europas unge er ikke på coke!"

Flemming Balvig og Lars Holmberg er henholdsvis professor i rettssociologi og lektor i kriminologi ved Det Juridiske Fakultet, Københavns Universitet. Fra december 2006 står de i spidsen for Videncenter for Social Pejling, som er etableret i et samarbejde mellem Trygfonden og Københavns Universitet med det formål at udbrede kendskabet til forebyggelsesmetoder, som fokuserer på sociale overdrivelser, samt at opdyrke nye områder, hvor denne type metoder kan bringes i anvendelse. Se nærmere på centrets hjemmeside: www.socialpejling.dk.

Ringstedforsøget blev i november 2006 tildelt The European Crime Prevention Award.

Litteratur

Balvig, F. (2006): Den ungdom! – om den stadig mere omsiggribende lovlydighed blandt unge i Danmark. Glostrup: Det Kriminalpræventive Råd.

Balvig, F., Holmberg, L. & Sørensen, A-S. (2005): Ringstedforsøget. Livsstil og forebyggelse i lokalsamfundet. København: Jurist- og Økonomiforbundets Forlag.

Gottfredson, D.C., Wilson, D.B., & Najaka, S.S. (2002): School-based crime prevention. In: Sherman, Farrington, Welsh & MacKenzie (red.) Evidence-Based Crime Prevention. London, Routledge.

Jeppesen, D.S., Filges, T. & Sørensen, N.U. (2006): Ung og sund? – når et æble om dagen ikke er nok. København, Center for Ungdomsforskning.

Lund, T. (2000): Mod bedre viden. Evalueringer af misbrugsforebyggende undervisning. Forebyggelsesafdelingen, Frederiksborg Amts Misbrugscenter.

McCord, J. (2003): Cures That Harm: Unanticipated outcomes of crime prevention programs. The Annals of the American Academy of Political and Social Science, vol. 587, s. 16-30.

Orwin, R., Cadell, D. Chu, A., Kalton, G. Maklan, D., Morin, C., Piesse, A. Sridharan, S., Steele, D., Taylor, K. & Tracy, E. (2006): Evaluation of the National Youth Anti-Drug Media Campaign: 2004 Report of Findings, Executive Summary. Washington, DC: National Institute of Drug Abuse, National Institute of Health, Department of Health and Human Services.

Perry, C.L., Komro, K.A., Veblen-Mortenson, S., Bosma, L.M., Farbakhs, K., Munson, K.A., Stigler, M.H. & Lytle, L.A. (2003): A Randomized Controlled Trial of the Middle and Junior High School D.A.R.E and D.A.R.E. Plus Programs. Archives of Pediatric & Adolescent Medicine, Vol. 157, s. 178-184.

Ringgaard, L.W., Nissen, S.B. & Nielsen, G.A. (2005): Unges livsstil og dagligdag 2003. MULDRapport nr. 4. København: Kræftens bekæmpelse og Sundhedsstyrelsen.

Ringgaard, L.W. & Nielsen, G.A. (2005): Unge livsstil og dagligdag 2004. MULD-rapport nr. 5. København: Kræftens bekæmpelse og Sundhedsstyrelsen.

SSP Aalborg (2005): Rusmiddelundersøgelse – Børn og unges forbrug af, holdning til og viden om alkohol, stoffer og cigaretter. Aalborg Kommune.

University of Akron (2006): A Longitudinal Evaluation of the New Curricula for the D.A.R.E. Middle (7th Grade) and High School (9th Grade) Programs: TAKE CHARGE OF YOUR LIFE. Year Four Progress Report, March 2006. <http://www.dare.com/home/Resources/documents/DAREMarch06ProgressReport.pdf>

Der er en sammenhæng mellem unges trivsel og deres sundhed. Trivsel bør derfor inddrages i arbejdet med unges sundhed, skriver Susanne Aaen, der er sociolog i Kræftens Bekæmpelse. Hun opfordrer til at sætte fokus på trivslen i ungdomsuddannelserne.

Sundhed handler også om trivsel

Af Susanne Aaen

Rygning, alkoholforbrug, usund kost eller en stillesiddende hverdag er alle forhold, der har betydning for kræft. Op mod 35 procent af alle kræfttilfælde kunne undgås, hvis befolkningen fulgte anbefalingerne vedrørende rygning, alkoholforbrug, kost og fysisk aktivitet (Sundhedsstyrelsen 2005). Sundhedsvaner, der bliver grundlagt i barn- og ungdommen, følger ofte personen videre i livet. Derfor er det vigtigt at forsøge at påvirke sundhedsvaner så tidligt som muligt (Kristensen mfl. 2006; Chassin mfl. 1996; Barantowski mfl. 1997).

Unge livsstil er påvirket af mange forskellige indre såvel som ydre faktorer. Sundhedsvaner

kan være udtryk for en dominerende livsstil i de fællesskaber, den unge indgår i, og de kan være én måde at iscenesætte sin identitet på, som det f.eks. kan være tilfældet med rygning. Unge sundhedsvaner kan også have til formål at lindre og midlertidigt fjerne problemer i hverdagen og kan på den måde indgå i den unges strategi for håndtering af hverdagens mere eller mindre alvorlige udfordringer. Det er ikke en strategi, der nødvendigvis er de unge bevidst.

Mistrivsel og dårlige sundhedsvaner

Men kan vi i Danmark se en sammenhæng mellem de unges sundhedsadfærd og deres generelle trivsel? I undersøgelserne "Monitorering af

Tabel 1: Andelen af unge, opdelt efter problemer i hverdagen og ensomhed fordelt på sundhedsvaner (%).

	Unge <u>med</u> personlige problemer, der vanskeliggør daglige gøremål (%)		Unge <u>uden</u> personlige problemer, der vanskeliggør daglige gøremål (%)		Unge, der er ensomme (%)		Unge, der aldrig er ensomme (%)	
	Drenge	Piger	Drenge	Piger	Drenge	Piger	Drenge	Piger
Ryger dagligt	31	31	18	16	30	30	21	17
Røget hash indenfor den seneste mdr.	30	12	13	5	29	12	14	5
Været fuld 6 gange eller mere den seneste mdr.	42	16	33	11	34	12	33	12
Fysisk aktiv mindre end 2 timer om ugen	30	36	25	29	37	42	24	29

Unges Livsstil og Dagligdag” (MULD), der laves i samarbejde mellem Sundhedsstyrelsen og Kræftens Bekæmpelse, ses der nærmere på de 16-20-åriges sundhedsvaner såvel som mere generelle trivsel. Det generelle billede er, at de fleste unge trives godt i hverdagen – men flere oplever på nogle områder dårlig trivsel. 11 procent af drengene og 16 procent af pigerne oplever f.eks., at de ofte er ensomme. 27 procent af drengene og 45 procent af pigerne føler, at de har personlige problemer, der vanskeliggør deres dagligdag.

Sammenligner man sundhedsadfærden blandt unge, der trives, og unge, der ikke trives, er der overvægt af dårlige vaner hos de unge, der ikke trives.

Tabel 1 viser unge, der trives, og unge, der ikke trives – enten ved at have problemer eller ved at være ensomme – og andelen af dem, der har dårlige sundhedsvaner¹. 30 procent af drengene med personlige problemer har røget hash indenfor den seneste måned, og 42 procent har været fulde seks gange eller mere indenfor den

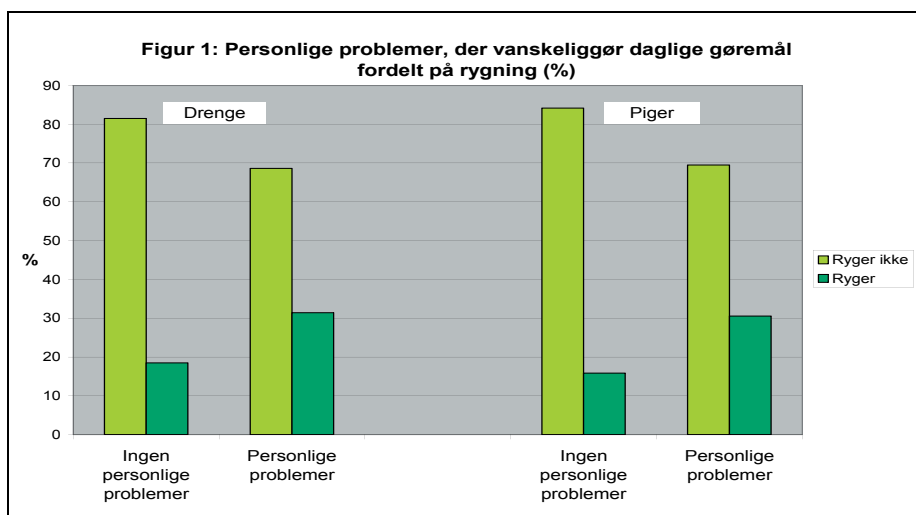
seneste måned. Af unge, der er ensomme, ryger 30 procent. Henholdsvis 37 procent af drengene og 42 procent af pigerne, der er ensomme, er fysisk aktive i mindre end to timer om ugen. En del af de unge, som ikke trives, har altså også dårlige sundhedsvaner.

Rygning og alkohol

Figur 1 viser unge med og uden personlige problemer og deres rygestatus. Der er 18 procent af drengene og 16 procent af pigerne uden personlige problemer, der ryger, mens der er 31 procent uanset køn med personlige problemer, der ryger. Det ses altså, at rygning er mere udbredt hos unge, der har personlige problemer, som vanskeliggør deres dagligdag. Det er ikke kun hos unge med problemer, denne tendens er tydelig. Også hos ensomme unge er der flere, der ryger, sammenlignet med unge, der aldrig er ensomme (se tabel 1).

Uanset om det skyldes personlige problemer eller ensomhed, er der flere, der mistrives, som

1) Tabellen summerer ikke til 100 procent da den kun viser procentandelen af unge, der både har svaret på, hvorvidt de har problemer eller er ensomme og svaret ja til en af de nævnte sundhedsvaner. Dvs., at unge, der ikke har en af de nævnte sundhedsvaner, ikke er afbilledet i tabellen. F.eks. er der 31 procent af drengene med personlige problemer, der ryger, hvilket betyder, at der er 69 procent af drengene med personlige problemer, der ikke ryger.



ryger dagligt, ryger hash eller er fysisk inaktive, sammenlignet med unge, der trives. Undtagelsen ses på alkoholindtag, hvor det kun er hos unge med problemer, der er en større andel, der er fulde seks gange eller mere om måneden, i forhold til deres jævnaldrende uden problemer. Ensomme unge drikker sig ikke mere fulde end andre unge (se tabel 1).

Men det er ikke kun på de unges sundhedsadfærd, der viser sig et tydeligt mønster. Unge med manglende trivsel er også oftere generet af helbredssymptomer som stress, hovedpine og lignende end unge, der trives. Pjæk, følelsen af ikke at klare sig godt i skolen eller ikke have nogen at tale med om egne problemer er også mere udbredt hos unge med trivselsproblemer (Aaen mfl. 2006).

Trivslen må ind i forebyggelsen

Den viste sammenhæng mellem unges trivsel og deres sundhed åbner op for, at forebyggelse ikke bare skal tænke i specifikke sundhedsvaner, men også sætte fokus på, hvordan unges mang-

lende trivsel kan vendes til trivsel. Det vil være relevant at fokusere på trivsel og herigennem også arbejde med de unges sundhed for at se, om det er muligt at forbedre de unges sundhedsvaner via en forbedring af deres trivsel.

Det er med andre ord vigtigt at tænke bredere i forebyggelse af sundhed blandt unge og være bevidst om, at unges trivsel kan være en væsentlig faktor i arbejdet med at styrke unge i etableringen af sunde vaner. Det er derfor centralt, at der kommer fokus på at få skabt tiltag, der omfatter på både trivsel og sundhed for at blive klogere på betydningen af denne sammenhæng i forebyggelse af dårlig sundhedsadfærd hos unge.

Ungdomsuddannelserne i fokus

Et sted at starte kunne være på ungdomsuddannelserne. I arbejdet med at nedbringe frafaldet på erhvervsuddannelserne er der kommet mere fokus på at sikre bedre rammer, muligheder og støtteforanstaltninger som f.eks. uddannelsesbogen, kontaktlærere, elevplan (Gam mfl.

2005). Det er gode initiativer i arbejdet med trivsel, men det kunne være spændende, hvis der generelt på ungdomsuddannelserne blev givet værktøjer til udsatte unge, så de nemmere kunne klare hverdagens problemer.

Hvad der ligger til grund for de unges manglende trivsel, er ikke muligt at se ud fra de analyser, der er præsenteret i denne artikel. Det er muligt, at ikke alle unge med trivselsproblemer bruger deres sundhedsvaner som håndteringsstrategi, men for de unge, hvor det er tilfældet, vil værktøjer til håndtering af problemer give dem andre muligheder for at tackle udfordringerne end gennem dårlige sundhedsvaner. Det kunne således være med til at forme en sundere livsstil for de unge.

En tanke, der forhåbentlig bliver endnu mere udforsket og evalueret i det videre sundhedsarbejde af uddannelsesinstitutioner, kommuner og regioner. Det, at der er en del af de unge, som ikke trives, der også har dårlige sundhedsvaner, er en viden, vi bør bruge til at finde løsninger, der giver vores unge en forbedret livskvalitet.

Susanne Aaen er sociolog ved Kræftens Bekæmpelse.

Artiklen bygger på rapporten "Trivsel, sundhed og sundhedsvaner blandt 16-20-årige unge i Danmark" (Aaen mfl. 2006), der er baseret på analyser af tal fra spørgeskemaundersøgelserne "Monitorering af unges livsstil og dagligdag" (MULD) fra årene 2000-2004. Undersøgelserne er et samarbejdsprojekt mellem Sundhedsstyrelsen og Kræftens Bekæmpelse.

Litteratur

Aaen S, Nielsen GA (2006): Trivsel, sundhed og sundhedsvaner blandt 16-20-årige i Danmark. *Kræftens Bekæmpelse*

Baranowski T, Cullen KW, Basen-Engquist K, Wetter DW, Cummings S, Martineau DS, et al (1997): Transitions out of high school: time of increased cancer risk? *Prev Med* 1997 Sep;26(5 Pt 1):694-703

Chassin L, Presson CC, Rose JS, Sherman SJ (1996): The natural history of cigarette smoking from adolescence to adulthood: demographic predictors of continuity and change. *Health Psychol* 1996 Nov;15(6):478-84

Gam S, Panton T A, Shapiro H (2005): Fra frafald til fastholdelse – god praksis i erhvervsuddannelserne. Undervisningsministeriet, Uddannelsesstyrelsen

Kristensen PL, Wedderkopp N, Moller NC, Andersen LB, Bai CN, Froberg K (2006): Tracking and prevalence of cardiovascular disease risk factors across socio-economic classes: a longitudinal substudy of the European Youth Heart Study. *BMC Public Health* 2006;6:20

Sundhedsstyrelsen (2005): *Kræftplan II*

Der er brug for at forbedre sundheden blandt eleverne på de tekniske skoler. Folkesundhed København tilbyder derfor sundhedsvejledning efter Du bestemmer-metoden. Det går ud på at få eleverne til at tage stilling til deres egen sundhed – og tage konsekvenserne af det. Der er ingen løftede pegefingre. Det er eleverne selv, der bestemmer. Noget tyder på, at det kan være med til at mindske frafaldet på de tekniske skoler.

Du bestemmer

Af Berit Christensen og Bodil Jensen

*"Hvis man tænker over det, er sundhed noget meget stort – men det er sjældent, jeg tænker over det."
(en ung mand på teknisk skole)*

Tusindvis af elever starter hvert år på de tekniske skoler, men tal fra Undervisningsministeriet fortæller, at det er alt for få af eleverne, der gennemfører uddannelsen og kommer ud som kokke, frisører, murere eller elektrikere. Cirka en femtedel af en ungdomsårgang gennemfører aldrig en ungdomsuddannelse.

Skolerne bekymrer sig om elevernes høje fravær og det store frafald fra uddannelserne, og de udviser stort engagement i arbejdet med at fastholde eleverne i et uddannelsesforløb. Det

er imidlertid lettere sagt end gjort. Det kræver tiltag på en lang række områder, for eksempel i forhold til uddannelsespolitik og lovgivning, skolernes strukturelle og organisatoriske forhold, lærernes pædagogiske redskaber, muligheder for uddannelsesmæssig og personlig vejledning. Mange af disse tiltag kræver beslutninger på politisk niveau. Lokalt på skolerne arbejder man med at skabe gode rammer for elevernes sundhed og trivsel, hvilket bidrager til at fastholde eleverne.

Som eksempel på dette har tekniske skoler i Københavns Kommune og Folkesundhed København gennem de sidste fire år arbejdet sammen om projektet "Sundhed, trivsel og livsstil på

tekniske skoler". Projektet har et bredt fokus på elevernes sundhed og trivsel. Sundhed ses således ikke kun som fysisk men også som psykisk og socialt velbefindende. Projektets formål er at medvirke til, at flere elever får mulighed for at vælge det gode og sunde liv ved at styrke deres handlekompetence og selvværd. Desuden er formålet at medvirke til at mindske antallet af elever med overforbrug eller misbrug af rusmidler.

Status på sundheden

For at få bedre viden om eleverne på tekniske skoler har Folkesundhed København i 2006 lavet en spørgeskemaundersøgelse med deltagelse af cirka 300 elever, fordelt på cirka 30 klasser på fem forskellige skoler. Undersøgelsen skal blandt andet bruges til at videreudvikle vores indsats på skolerne.

Ud fra en snæver sundhedsmæssig betragtning viser undersøgelsen, at rigtig mange unge på tekniske skoler er usunde og på nogle områder mere usunde end unge på andre ungdomsuddannelser – de spiser meget fastfood og drikker meget sodavand, mange dyrker for lidt motion, og mange ryger og drikker alt for meget. Nedenfor ses udvalgte resultater:

- 31 procent af eleverne spiser fastfood hver dag eller flere gange om ugen. 24 procent drikker sodavand hver dag. Kun 69 procent drikker vand hver dag.
- 44 procent af eleverne siger, at de dyrker mindre end én times motion om ugen, hvor de bliver svedige og forpustede. Mange elever mener, at skolen kan spille en rolle for, at de kan være fysisk aktive: 45 procent af mændene og 30 procent af kvinderne synes, der skal være idræt på skoleskemaet, og 62 procent synes, at der skal være mulighed for at dyrke motion på skolen efter skoletid.
- 45 procent af mændene og 33 procent af kvinderne ryger dagligt, og en stor del af dem er storrygere. Det er markant større andel end blandt unge i gymnasiet, hvis man sammenligner med en tilsvarende undersøgelse, der blev lavet i København i 2005 (Folkesundhed i København et al 2005).
- Hvad angår forbrug af alkohol adskiller de unge på tekniske skoler sig ikke synderligt fra gymnasieeleverne: 23 procent af eleverne har slet ikke været fulde, 39 procent har været fulde en til to gange indenfor den sidste måned. 16 procent af eleverne har været fulde mange gange, nemlig seks gange eller flere den sidste måned.
- 63 procent af elever på tekniske skoler har prøvet at ryge hash, og af dem har 25 procent et regelmæssigt forbrug. 30 procent af de elever, der ryger hash, siger, at de har røget hash i skolen.
- De fleste elever trives godt – både i livet i det hele taget og med holdkammeraterne i skolen. 77 procent af eleverne siger, at de synes, det er godt eller virkelig godt at gå på teknisk skole (hvilket er væsentligt flere end på gymnasierne), og 91 procent af eleverne siger, at de har det godt eller virkelig godt med deres klassekammerater. De fleste elever har også et godt socialt netværk: 96 procent har en eller flere venner, og 88 procent har altid eller for det meste nogen at tale med om deres problemer. Der er således knap 25 procent, der har det kun nogenlunde eller dårligt i skolen. 4 procent udtrykker, at de ikke har venner, og 12 procent har sjældent eller aldrig nogen at tale med om deres problemer.

Sundhedsfremme på skolerne

Undersøgelsen viser, at der er behov for indsatser, der kan bidrage til at ændre de unges sundhedsadfærd til det bedre og styrke de elever, der trives dårligt. De tekniske skoler er en oplagt arena for sådanne indsatser. Dels udgør de et afgrænset fysisk rum, hvor eleverne bruger en stor del af deres tid. Der er således en mere eller mindre direkte adgang til en stor gruppe unge. Dels er det rimeligt at antage, at forholdene på skolen direkte eller indirekte påvirker elevernes trivsel og deres læring. Dertil kommer, som nævnt, at elever på erhvervsuddannelserne på nogle punkter er mere usunde end for eksempel gymnasieeleverne. Det ligger udenfor denne artikels rammer at analysere, hvad årsagerne til denne forskel er – blot kan det konstateres, at det ville være oplagt at lave en indsats på de tekniske skoler med fokus på at skabe mere lighed i sundhed.

På ungdomsuddannelserne, herunder de tekniske skoler, gives ingen vejledning i sundhed, sådan som det er tilfældet i grundskolen. Og det på trods af, at de unges sundheds- og livsstilsvaner dannes i netop denne alder, her foregår frigørelsen fra forældrene og opbygningen af egen identitet, og påvirkninger fra ydre omgivelser får større betydning. Mange elever vil derfor have gavn af, at sundheds- og trivselsaspekter opprioriteres på ungdomsuddannelserne.

Nogle af indsatserne i "Sundhed, trivsel og livsstil på tekniske skoler" er da også målrettet de nævnte livsstilsområder. Det drejer sig om besøg af rusmiddelguider og/eller røgguides (dialogundervisning med ung-til-ynge guider), supplerende seksualundervisning samt idrætsundervisning i udvalgte klasser. Dertil kommer sundhedsvejledning efter Du bestemmer-metoden, hvor vi ud fra en bredere forståelse af sundhed søger at skabe et refleksionsrum for eleverne, hvor de selv kan definere sundhed og

trivsel og får mulighed for at arbejde frem mod egne formulerede mål.

Du bestemmer

Du bestemmer er en sundhedspædagogisk metode udarbejdet i 1985/86 af den svenske psykolog Elisabeth Aborelius i samarbejde med lærere, sundhedsplejersker og elever. Hensigten med metoden er, at deltageren afklarer sit eget forhold til sundhed og tager konsekvenserne af det. De væsentligste principper i metoden er frivillighed og vurderingsfrihed. Det er en deltagerorienteret metode, der faciliteres af en uddannet sundhedsvejleder (Dalsgaard et al 2006).

Du bestemmer-metoden bygger overvejende på en social kognitiv model. Den kombinerer personlige/psykologiske og sociologiske elementer, som er betydningsfulde for menneskers adfærd og deres eventuelle ønske om en adfærdss ændring. Et af kernebegreberne er "self-efficacy", som er troen på, at man har det, der skal til for at klare en bestemt opgave.

I et Du bestemmer-forløb arbejdes der på det individuelle niveau med at styrke deltagerens følelser af og forventninger til:

- At man har styr på sin tilværelse på de punkter, der er vigtige for én
- At man kan håndtere de situationer, man kommer ud for
- At man kan udføre de handlinger, der skal til for at opnå det, man gerne vil

Og på gruppeniveau arbejdes der med:

- At man lærer, at min mening er ligeså meget værd som din
- At man observerer, hvordan andre reagerer og handler i forskellige situationer
- At man lærer at lytte og være rummelig overfor andre synspunkter

Ingen løftede pegefingre

Du bestemmer-vejledningen på de tekniske skoler er tilrettelagt på følgende måde: En Du bestemmer-vejleder kommer ud i en klasse eller et hold og afholder en introduktionssamtale, som afsluttes med, at eleverne får mulighed for skriftligt at tilkendegive, om de ønsker at deltage eller ej. Derefter laves aftaler om seks samtaler af én times varighed. Vejledningen foregår i små hold på højst seks personer med skiftevis gruppesamtaler og individuelle samtaler – tre af hver over en periode på cirka to måneder.

Sundhedsvejledernes vigtigste opgave er at facilitere processerne i såvel de individuelle samtaler som gruppesamtalerne. De lytter og stiller åbne spørgsmål, der giver deltagerne anledning til at reflektere over deres egen tilværelse. Sundhedsvejlederne giver ingen råd, og der er ingen moraliseren eller løftede pegefingre. De arbejder ud fra en manual, der udleveres på deres to-dages instruktørkursus. I manualen findes arbejdsark til hver enkelt samtale, hvilket gør arbejdet meget konkret til fordel for både deltagere og vejledere.

Du bestemmer er ikke er en terapeutisk metode. Sundhedsvejlederen er derimod en samtalepartner, som deltageren kan spille bold op ad. Sundhedsvejlederne holder samtalen på det plan, som eleven anviser. De går altså ikke i dybden – heller ikke i de tilfælde, hvor det er tydeligt, at eleven har problemer, som han eller hun ikke selv berører. Den afgørende forskel mellem denne og andre metoder er altså, at man tager sit udgangspunkt i eleverne og de emner, som de fremhæver, og at sundhedsvejlederne respekterer disse.

Det brede sundhedsbegreb, som Du bestemmer arbejder indenfor, har ikke på forhånd defineret, hvilken ændring der skal ske – for eksempel at ryge mindre, løbe mere. Det opstiller i stedet en ramme, der giver mulighed for at tale om

sundhed ud fra elevens egne ønsker. Formålet er at sætte gang i en proces, hvor igennem eleverne ændrer deres adfærd ud fra deres egne ambitioner og målsætninger.

Et refleksionsrum

Du bestemmer-vejledningen skaber et refleksionsrum, hvor eleverne får mulighed for at tænke over og tale om sundhedsemner. Når eleverne på den måde får lov til at fordybe sig i emner vedrørende sundhed, trivsel og livsstil, viser det sig så godt som altid, at de unge for det første har en mening om det, og for det andet at de har et nuanceret syn på emnerne.

De unge lever i nuet og tænker ikke så meget på konsekvenserne af uhensigtsmæssig sundhedsadfærd. Deres motivation for at overholde sundhedsprincipperne er ikke umiddelbart så stor, idet de sundhedsskadelige virkninger af deres adfærd endnu ikke er synlige. Desuden ønsker mange ikke at undvære fornøjelser, som for eksempel at drikke sig fuld i weekenderne og ryge, fordi det opleves som noget, der har stor betydning for deres livskvalitet.

"Hvis du drikker dig fuld hver weekend, tror jeg ikke, der sker noget. Jeg tror heller ikke, det har en vedvarende skadeeffekt, hvis du gør det med hash..."

De unge udtrykker i første omgang, at sundhed er noget med at drikke behersket, ikke ryge, dyrke motion og spise sundt. I senere, mere uddybende samtaler kommer et mere nuanceret billede frem:

"Sundhed er også psykisk. Da jeg ikke vidste, hvad jeg ville, følte jeg mig ikke særlig sund".

"Jeg vil hellere være (fysisk) syg men mentalt rask".

"Hvis man lever sundt, tror jeg også, at det påvirker ens sind".

De ser således en forståelse for en sammenhæng mellem livskvalitet og sundhed – at de påvirker hinanden i gensidige processer.

At sætte nogle mål

I Du bestemmer-vejledningens individuelle samtaler opfordres eleverne til at arbejde konkret med noget, som de kunne tænke sig anderledes i deres liv. Gennem refleksionen over forhold i deres eget liv opstår en motivation til at tage livet op til revision og sætte sig nogle mål. Elevernes målsætninger spænder meget bredt. Mange elever arbejder med psykosociale temaer:

"Jeg vil gerne arbejde med at få et bedre forhold til min mor".

"Hvordan får jeg en god ven?".

Andre vælger at fokusere på livsstilsetemaer:

"Jeg vil stoppe med at ryge hash".

"Jeg vil spise sundere".

Atter andre vælger at arbejde med skolerelaterede emner:

"Jeg vil møde i skolen til tiden".

"Jeg vil finde en praktikplads".

"Jeg vil koncentrere mig bedre".

Disse målsætninger er konkrete eksempler på, hvad eleverne har arbejdet med i deres Du bestemmer-forløb – og de viser variationen. Nogle af eleverne når deres mål, mens andre kommer et stykke ad vejen.

Afgørende for svendebrevet

Når eleverne afslutningsvis bliver spurgt til deres overordnede udbytte af Du bestemmer, er følgende svar gennemgående:

"Godt at høre, hvad andre tænker og mener".

"Skønt at måtte snakke".

"Skønt, at nogen lytter til én".

"Fik ideer til, hvad der kunne gøres".

"Jeg tror, jeg vil få nytte af det i fremtiden".

"Forstår mere af, hvad der påvirker mig".

"Forstår bedre, hvad jeg selv kan påvirke".

"Forstår mere, hvordan jeg selv er".

"Har tænkt en del på det siden".

Mange af de målsætninger, som eleverne opsætter, og det udbytte, de mener at have fået, medvirker til at gøre dem mere velovervejede i forhold til nogle af de mange valg, som de står over for i deres personlige liv og i deres uddannelse. Det understreges tillige af lærere, som oplever, at eleverne er blevet mere målrettede og magter at blive i uddannelsesforløbet. Projektet understøtter altså elevernes handlekompetence, hvilket kan blive afgørende for, om de afslutter med svendebrevet i hånden.

Behov for strukturelle ændringer

Men der skal mere til...

Alle elever på tekniske skoler burde have ret til at tage deres liv op til revision. For selv om kun en lille del af dem har det rigtig skidt, har også de "helt almindelige unge" ungdomsproblematikker at tumle med. Vores indsats når en lille del af eleverne på de tekniske skoler. Men skal man nå alle eleverne, skal der arbejdes på strukturelle og organisatoriske ændringer. Nye politiske beslutninger og lovgivningsmæssige initiativer er nødvendige for at kunne leve op til målsætningen om, at 95 procent af de unge år 2015 skal gennemføre en ungdomsuddannelse..

I forbindelse med strukturreformen vil det være oplagt med et udbygget samarbejde mellem de tekniske skoler og kommunerne, idet kommunerne fra 2007 har ansvaret for det forebyggende og sundhedsfremmende arbejde.

Et samarbejde mellem skoler og kommune kan blandt andet handle om at:

- formulere sundheds- og trivselspolitikker
- nedsætte sundhedsråd, der sikrer at sundhedsrelaterede emner sættes på dagsordenen
- alle elever gennemgår en sundheds- og trivselssamtale i forbindelse med starten på skolen
- skolen har tilbud om for eksempel Du bestemmer, coaching, rus-, røg- og seksualundervisning, mentorordninger, tutorordninger, relevante henvisningsmuligheder til behandling med meget mere.

FAKTA OM FOLKESUNDHED KØBENHAVN

Folkesundhed København er en del af Københavns Kommune. Folkesundhed København har følgende indsatser på tekniske skoler og produktionsskoler i København:

- Du bestemmer-samtaleforløb over seks til otte uger med tre individuelle samtaler à en time og tre samtale i grupper med maksimalt seks elever, alle samtaler med en uddannet sundhedsvejleder som facilitator. Samtalerne foregår i skoletiden, og eleverne får ikke registreret fravær for at deltage.
- Oplæg og dialog om rusmidler i klassen over to lektioner ved unge rusmiddelguider.
- Oplæg og dialog om røg i klassen over to lektioner ved unge røgguides.
- Oplæg og dialog om seksualitet over to lektioner ved unge seksualvejledere.
- Der er også mulighed for at oprette et

rygestopkursus for klassen og/eller lærerne. Kurset forløber med fem mødegange à to timer over seks uger.

- Idrætsundervisning afprøves i øjeblikket som pilotprojekt på udvalgte skoler

Alle tilbuddene er indtil videre gratis for skolerne. Yderligere oplysninger – se www.Folkesundhed.kk.dk

Berit Christensen og Bodil Jensen er sundhedskonsulenter i Folkesundhed København.

Bodil Jensen kan kontaktes om de konkrete indsatser på telefon 35 30 35 28 eller e-mail bodil.jensen@suf.kk.dk

Berit Christensen kan kontaktes om spørgeskemaundersøgelsen, der snart udkommer som en rapport sammen med en mindre kvalitativ undersøgelse. Berit Christensen træffes på telefon 35 30 45 03 eller e-mail berit.christensen@suf.kk.dk

Litteratur

Dalsgaard L., Jensen B, Kristensen I, Thastrup B, Ziebell B (2006): Du bestemmer – nye sammenhænge, nye muligheder. (Manual til Du bestemmer) Københavns Kommune/Ringkjøbing Amt/ Region Midtjylland, Roskilde Amt/ Roskilde Kommune

Folkesundhed København og Kommunallægeordningen (2005): Sundhedsprofil for unge i København 2005. Københavns Kommune

Hagquist C (2006): "Health inequalities among adolescents – the impact of academic orientation and parents' education". The European Journal of Public Health Advance Access June, 2006

.....

Der kan gå lang tid, inden en far og mor opdager, at deres søn har et stort forbrug – og måske et misbrug – af pengespil, fortæller lektor Jens Christian Nielsen fra Center for Ungdomsforskning. I dette interview opfordrer han os til at gøre som de unge – nemlig at spørge lige ud af posen, hvis vi fornemmer et misbrug.

Unge pengespil – ventil og blindgyde

Af Per Straarup Søndergaard

„Som ung er man legende og afprøver ting, som hører voksenverdenen til. Det gælder fx alkohol og pengespil. I medierne bliver pengespil fremstillet som legitimt og attraktivt, og mange voksne kan måske gå og sige Tænk, hvis jeg vandt... Men ligesom med alkohol forventes det, at man giver slip på en kontrolleret måde. De unge må gerne spille, men ikke gøre det for meget,“ siger Jens Christian Nielsen, der er forskningsleder på Center for Ungdomsforskning. Han har forsket i mange sider af ungdomslivet, fx unges forhold til arbejde, fritid og uddannelse. Næste store projekt drejer sig om unges forhold til pengespil. Fokus vil specielt rette sig mod internettet, hvor en stor del af omsætningen på pengespil foregår, og hvor mange unge i forvejen er drevne aktører.

„Der bliver reklameret heftigt for pengespil som poker og Oddset, og der er en spilleindustri, som gerne vil have de unge til både at spille og udvikle spillevaner,“ siger Jens Christian Nielsen og nævner flere årsager til, at spillefirmaerne nærer en særlig interesse for de unge forbrugere. „Pengene sidder løsere på mange unge, fordi de endnu ikke har så mange økonomiske forpligtelser, som man har i voksenverdenen. Desuden har unge fået flere penge til rådighed til forbrug sammenlignet med, hvad man havde for 15-20 år siden. De tjener dem selv via fritidsjobs, ligesom de får mange penge af deres forældre. Derfor kan der nogle gange gå lang tid, inden en far og mor opdager, at deres søn har et stort forbrug – og måske et misbrug – af pengespil.“

Poker – et maskulint spil

Det er ikke tilfældigt, at Jens Christian Nielsen siger deres søn. Langt de fleste af de unge, der spiller om penge, er drenge. Specielt poker ser ud til at appellere meget til hankønsvæsener. Men hvorfor er det sådan?

„Der er nogle træk ved poker, som er typisk maskuline. Det er en kappestrid, hvor det drejer sig om at vinde over andre. Man skal turde hævde sig, skille sig ud og tiltrække opmærksomhed, men samtidig være cool. Selve intensiteten og det farlige i spillet – at der virkelig står noget på spil – appellerer også til nogle typiske drengetræk. Processen bliver understøttet af film og tv-udsendelser, hvor pokerhajer bliver fremstillet som seje machotyper, der kan psyke de andre. Poker fremhæver og forstærker nogle træk, som allerede er til stede – eller som de unge gerne vil være indehavere af.“

Haj – en tvivlsom karrierevej

Spiludbyderne prøver at sælge drømmen om, at man kan komme fra ingenting og blive en vinder. Der bliver arrangeret pokerturneringer, hvor amatører kan vinde adgang til at spille mod professionelle. Er man heldig, kan man komme med i en af de store turneringer, hvor de dyre drenge kommer, og hvor der er mange penge på spil. Jens Christian Nielsen sammenligner det med tv-programmer som Stjerne for aften og Idols. Blot med den forskel, at det her drejer sig om at blive pokerstjerne og ikke sangstjerne. En genvej til lykken er der måske nogen, der tænker.

„Vi ved fra andre undersøgelser, at unge har mediekompetence og er kritiske over for det, de hører, ser og læser. De ved fx godt, at der står firmaer bag de forskellige internetsider, der udbyder spil, og at deres formål er at tjene penge. Men omvendt er der også altid nogen, der kender nogen, der kender nogen, der lever af pengespil. Måske tænker man: Det kan jeg også.“

Det gælder måske især dem, der starter med en succes. De tjener nogle hurtige penge, bliver grebet af det og tænker, at deres karrierevej ligger klar.“

Der verserer flere tal i medierne om, hvor mange der lever af on-line poker. I slutningen af 2005 blev det i en artikel i Jyllands-Posten anslået til 300-400 personer. Jens Christian Nielsen er lidt skeptisk over for det tal og vil også sætte spørgsmålstegn ved, hvor godt man kan leve af det. Han nævner, at en del af de professionelle pokerspillere er understøttet økonomisk af sponsorer. Ja, i nogle tilfælde er de nærmest ejet eller ansat af disse firmaer. Så pokerhajerne lever langt fra af pengepræmier alene.

„Det er succeshistorierne, der kommer frem i offentligheden. Men det er jo kun en lille brøkdæl, der slipper gennem nåleøjet. De spillere, der sidder derhjemme ved computeren og taber alle deres penge, lever et mere stille liv. De lukker sig måske inde med deres tab og fortæller kun nødtvungent om det til andre.“

Forudsigelighed skaber behov for ventiler

Et kardinalpunkt i forhold til unges pengespil er, om det foregår sammen med andre eller alene bag en computerskærm. Hvis det er alene, er der ikke nogen til at sige: Nu satser du for vildt! Eller Skulle vi ikke lave noget andet? Med andre ord er der ikke nogen social kontrol. Pengespil på internettet kan måske trække unge spillere i en mere individuel retning. Men ellers er der ikke nogen tvivl hos Jens Christian Nielsen – og hos andre ungdomsforskere for den sags skyld: Unge er meget sociale! Fællesskaber betyder meget for dem, og de både søger og dyrker dem.

„Man beskriver nogle gange unge som kollektive individualister. Det er meget vigtigt at være en del af en gruppe, og man er hele tiden opmærksom på de andre. Unge vil gerne skille sig ud,

„For de fleste unge tror jeg, at spil om penge er noget, der foregår i en social sammenhæng. Man spiller poker med vennerne. Eller man ser en fodboldkamp sammen og gør oplevelsen mere spændende ved at oddse på resultatet.”

men det er ikke det samme som at gøre sig fri af gruppen. For man vil gerne have de andres anerkendelse. Unge er individuelle på den måde, at de tager afstand fra det konforme og den kedelige del af voksenverdenen.“

Men i et ungdomsliv kan der også være mange forudsigelige ting og mange gentagelser. Man går i skole, læser lektier, passer fritidsjobbet og går til sport. Det kan skabe et behov for nogle ventiler og nogle steder, hvor der er en højere intensitet end i den daglige trummerum.

„For de fleste unge tror jeg, at spil om penge er noget, der foregår i en social sammenhæng. Man spiller poker med vennerne. Eller man ser en fodboldkamp sammen og gør oplevelsen mere spændende ved at oddse på resultatet. Det giver mulighed for at leve nogle følelser ud og for at snakke om gevinster og tab. Penge-spil på internettet ved vi ikke så meget om. Det er det, vi skal i gang med at undersøge. Min fornemmelse er, at meget af det også foregår sammen med andre. Men det er klart, at der er en gruppe af unge, der spiller alene. Det kan der være mange årsager til, fx at de har fri på tidspunkter, hvor andre arbejder. Den gruppe er

der mest grund til at være bekymret for, fordi de ikke bliver udsat for den samme – positive – indblanding fra andre unge,“ siger Jens Christian Nielsen og fortsætter: „Det er vores erfaring fra forskellige undersøgelser, at unge blander sig meget i hinandens liv. De er ikke bange for at sige, hvis en kammerat er gået over stregen eller har været urimelig. Men de gør det uden at sætte loyaliteten på spil. Ja, de siger måske netop noget til hinanden, fordi de er gode venner.“

Diskussion om forbud – og fornøftig oplysning

Den adfærd kunne voksne godt lære lidt af. Tendensen – i det mindste hos nogle – kan være, at man er bekymret på en passiv og lidt opgivende måde. Hvis man som voksen synes, at ens søn eller datter spiller for meget, var det måske en ide at give modspil.

„Det er vigtigt, at man tør forholde sig direkte, er nærværende og spørger lige ud af posen: Hvordan har du det? Er der noget galt? Og drejer det sig om spil om penge, må man spørge direkte til det. Det er meget bedre at tage fat på det, som det drejer sig om, frem for at være bekymret på afstand.“

I Danmark er vi nærmest berømte for at ville snakke os til rette om alting. Forslag om at indføre forbud bliver ofte afvist med, at det er udansk. Erfaringen viser imidlertid, at det resulterede i et faldende forbrug, da man forbød unge under 16 år at købe alkohol i butikker.

„Jeg mener, at det er værd at diskutere, om man skal gøre det samme inden for spilleområdet,“ siger Jens Christian Nielsen, men slår ellers til lyd for, at man laver det, han kalder fornuftigt oplysningsarbejde, fx i folkeskolen.

„Der er masser af muligheder for at integrere pengespil i undervisningen. I matematik kan man arbejde med sandsynligheder for at vinde, tro og overtro inden for spil har noget med

religion at gøre, og spørgsmålet om, hvorfor pengespil boomer lige nu, og hvem der har en interesse i, at det gør det ... ja, det ville være oplagt at tage op i samfundsfag.“

Interviewet er hentet fra bogen Unge på spil, der er skrevet af Per Straarup Søndergaard. Bogen udkom på Kroghs Forlag 2006.

Per Straarup har skrevet en lang række bøger om unge, bl.a. Ud af mørket – om unge, voldtægt og andre seksuelle overgreb fra 2005 og Vold fra alle sider – om vold blandt unge fra 2006. Begge bøger udkom på Kroghs Forlag.

.....

Det er en deres bedste ven – men en hemmelig ven. Flere piger skærer i sig selv. Cutting kaldes det. På hjemmesiden Girltalk.dk taler de måske for første gang om deres ven. Her fortæller Anna Lyngge fra Girltalk.dk om pigerne. Og hun fortæller om, hvad det vil sige at rådgive med hjertet.

Rådgivning med hjertet

Af Anna Lyngge

Efter årtusindeskiftet har et nyt begreb indtaget det pulserende ungdomsliv. Det, som før hørte til blandt psykiatriske patienter, er blevet en del af almindelige unges hverdag. De unge, de smukke, de populære, de mobbede, de kiksede. Det handler ikke om det ydre eller social status – men om en skjult destruktiv tilværelse. De unge holder det tæt til kroppen og oplyser kun få om deres bedste ven, deres tryghed, deres måde at overleve hverdagen på.

Fænomenet kaldes cutting. På Girltalk.dk er minimum hver anden samtale på chatten om piger, der selv er cuttere.

Ung til ung

Girltalk.dk er en rådgivningslinie for piger i alderen 12-20 år. Vi har eksisteret siden september 2004, og indtil nu har vi haft besøg af knap 900.000 forskellige ip-adresser. Vi har næsten 8.000 aktive brugere – det vil sige piger, der har oprettet en profil og er aktive på siden.

Vi bygger på en ung til ung-metode, hvor vi primært kommunikerer via chat, mails og sms. Chatten er åben alle ugens dage på nær lørdag i tidsrummet 19-21. Girltalk.dk er en frivillig organisation med cirka 40 frivillige i alderen 18-30 år fordelt over to afdelinger – én i Randers og hovedkontoret i Ballerup. Udover chat holder

vi foredrag på skoler, skriver bøger om bl.a. det at bryde med et dårligt selvværd samt holder kursusdag – "Girlltalk live" – for vores brugere.

Mange unge piger kan nikke genkendende til følelsen af at være alene og værdiløs, måske endda uelsket. Problematikker der ofte er forbundet med sociale relationer. Men det er langt fra alle, der har nogen at betro sig til eller få gode råd af. Ung til ung-metoden tager udgangspunkt i en tro på, at unge kan gøre en forskel i hinandens liv. Hvis bare vi bruger tid på hinanden, lytter og deler erfaringer.

Et stort kaos

Mange unge piger i Danmark lever i dag en hverdag, der er præget af dårligt selvværd, ensomhed og/eller selvskadende adfærd. Statistikker viser, at hver sjette pige har skadet sig selv én eller flere gange, og knap halvdelen af alle piger har overvejet det. Derudover ses en eksplosiv stigning i selvmordsforsøg. På ti år er antallet af forsøg steget fra 135 til 553 om året. Med andre ord knap en firedobling. Tallene her dækker endda kun de registrerede forsøg, hvor der har været kontakt med en skadestue eller en læge. Nogle forskere vurderer, at de faktiske tal er otte-ti gange højere. Det vil sige, at der i gennemsnit sidder en elev i hver folkeskoleklasse, som i løbet af sin skoletid vil forsøge af tage sit eget liv.

Cutting er i dag desværre en vigtig del af mange unge pigers liv. Ved at skære flytter pigerne den smerte, de ellers ikke er i stand til at kommunikere, ud af kroppen. Cutting er et forsøg på at bevare følelsen af kontrol på trods af, at deres liv på mange områder er et stort kaos. Derudover bliver cutting ofte brugt som en straffemetode og ikke mindst som en alarmklokke. Mange unge piger mener, at de giver udtryk for, at de ikke har det godt ved netop at skære sig selv. Samtidig er det også utroligt skamfuldt for dem at erkende, at de gør det. Derfor er de ofte enormt gode til

at skjule det. Cutting er altså præget af en ambivalens, der rummer både en følelse af kontrol og selvbeherskelse kontra en følelse af manglende kontrol og selvbeherskelse.

Alene om det

Det er både velfungerende og udsatte unge, der skærer sig. Det er svært at kategorisere målgruppen samt den eksakte årsag. Godt 80 procent af de voksne i en nyere undersøgelse mener, at de unge skader sig selv for at få opmærksomhed. Kun 42 procent af de unge deler den holdning. Der er altså en forståelseskluft mellem de unge og de voksne – samt et behov for at skabe bedre kommunikation og forståelse i hjemmet, skolen og det resterende samfund. Erfaringer viser også, at mange voksne har berøringsangst overfor disse problematikker.

At så mange piger i Danmark mistrives, mener vi på Girlltalk.dk, er alarmerende.

Mange af de piger, vi taler med, beretter, at de troede, de var de eneste, der havde det som dem: Ingen forstår dem eller kender til det, de må gå igennem. Når de opdager, at andre er i samme situation, eller de oplever lidt medforståelse, fyldes de med håb og bliver i stand til at arbejde med de problemstillinger, de står i.

Simple værktøjer

Girlltalk.dk er for alle piger, der har brug for en at tale med. Ikke bare om cutting. Der bliver også givet råd om mobning, selvmord, incest, forældrenes skilsmisse, skænderier med kæresten, ensomhed og meget andet. Vores funktion som rådgivere er ikke terapeutisk – men at supplere med simple værktøjer, så de unge selv kan løse deres problemer eller vanskeligheder. Vi er lyttende frem for løsningsorienterede.

Vi ser os selv som et link mellem den unge og den virkelige verden. Vores kernekompetence

er at være brobyggere mellem den unge og familien eller andre instanser. Mange unge har svært ved at tage imod hjælp fra omgivelserne. En del af de piger, der logger ind, har aldrig før fortalt nogen om deres tanker og bærer derfor en enorm byrde. Vi ønsker at hjælpe dem til at tage ansvar for deres liv og om nødvendigt inddrage mennesker, de har tillid til – som f.eks. en mor, tante, lærer m.m.

Unge i dag vælger selv, hvem de giver taletid, og kun de få udvalgte får lov at præge dem i en konstruktiv retning. De unge vælger selv at bruge os som modspil og erfaringsudveksler i deres livssituation. De præsenterer deres ofte destruktive narrativer. Igennem samtalerne lærer de at genfortælle deres historie – nu med et fokus på deres potentialer, hvilket er med til at højne deres selvværd. Som frivillige kvalificerer vi os til at snakke om disse problemstillinger ved at blive undervist af andre i feltet – f.eks. psykologer og sagsbehandlere – samt ved supervision og sparring. Derudover tror vi på, at de erfaringer, vi selv har gjort os gennem vores opvækst, er et vigtigt redskab for at nå pigerne.

”Så føler du dig ikke så alene”

Girlstalk.dk er den mest benyttede rådgivnings-side blandt unge – vi vokser konstant i antal af profiler samt besøg på hjemmesiden. Og ikke mindst er interessen stor. Disse citater er et uddrag af en længere ”tråd”, der findes under åbent forum på vores hjemmeside. De siger noget om, hvilken forskel Girlstalk.dk har gjort i brugernes liv:

”Selvom du måske ikke får en løsning på dine problemer, er det bekræftende at få nogen, der siger ”jeg kender det godt”, - så føler ud dig ikke så alene i verden”.

”Girlstalk.dk betyder rigtig meget for mig, eller det gjorde den i hvert fald. Jeg kom via hjemmesiden i kontakt med

en af jer medarbejdere herinde, da jeg havde det – rent ud sagt af helvede til. Vi begyndte at maile sammen, lange store mails, og også bare små korte mails, når jeg havde brug for det. Og det er jeg evigt taknemmelig, :) For derved kom jeg ud med alt det, som sad inden i mig, det jeg ikke havde talt med andre mennesker om, det jeg var flov over jeg gjorde, og i det hele taget bare alt det ’lort’, jeg havde fyldt mit 15-årige hoved op med. Jeg fik gode råd, gode svar, gode samtaler, og det var i hvert fald med til at få mig ud af alt det, jeg havde gang i, til at komme op igen”.

”Girlstalk.dk er en side uden lige... tingene / emnerne bliver taget seriøst herinde, og man kan altid finde et godt råd. Jeg har fundet ud af, at jeg ikke er den eneste i den her verden, der har de problemer, som jeg har, OG DET HAR VÆRET EN RIGTIG STOR HJÆLP, for før jeg fandt den her side, troede jeg seriøst ikke, der var nogen, som havde det på samme måde som jeg”.

”Jeg bruger denne side meget, er her inde hver dag... Og jeg kan fortælle, at hvis ikke det var for en rådgiver henrinde, så ville jeg ikke side her nu og skrive dette... Girlstalk.dk har redet mit liv... (ikke bare for mine nedture, nej jeg ville ligge i en kiste nu, hvis ikke det var for Girlstalk.dk). Det er rart at kunne skrive med andre unge, som har det næsten på sammen måde som en selv, da man tit kan føle, at man er den eneste i verden med problemer... Så at vide at der er andre, der har det lidt på samme måde, er rart...”.

Et reelt ønske

Vi tror på, at det, vi gør, kommer til at sætte spor nu og i fremtiden. Vi ønsker at se piger, der får mod på livet, piger der lærer at takle konflikter på en sund og fornuftig måde, piger der bliver i stand til at sige fra og tage ansvar for

egne handlinger, piger der gør krav på en god tilværelse, piger med et sundt selvværd, og ikke mindst piger der tør være sig selv.

Girltalk.dk er en hjertesag – et reelt ønske om at tage del i samfundet, hvor behovene er størst.

Anna Lynge er daglig leder af Girltalk.dk, forfatter, foredragsholder og psykologistuderende. Hun har skrevet bogen Ondt i følelserne (Ungdomskultur 2004).

Artiklen bygger bl.a. på tal og undersøgelser, der omtales på http://www.psyke.org/articles/da/folkeskolen/2002_45_05/

.....

Unge risikoadfærd rummer en dobbelthed i forhold til voksenlivet. På den ene side bruger de risikoadfærden til at iscenesætte sig selv som seje, ældre og – ja – voksne. På den anden side rummer den også en dyrkelse af nuet, der tager afstand fra voksenlivets ansvarlighed og opbyggelighed. Her reflekterer Jens Christian Nielsen og Niels Ulrik Sørensen fra Center for Ungdomsforskning over unges risikoadfærd og dens konsekvenser for deres sundhed.

Livet i nuet

Af Jens Christian Nielsen og Niels Ulrik Sørensen

Nyhederne i avisen, fjernsynet eller på nettet er fyldt med historier, der fortæller os, at danske unge lever et risikofyldt liv: De har europarekord i druk, de springer i livsfarlig leg ud foran tog, de sniffer lighergas, drengene får smadret deres liv af poker, anabolske steroider eller ved at køre for stærkt i trafikken, mens pigerne skærer i sig selv, sulter sig eller føler sig tidligt presset til sex.

Historier som disse er med til at få voksenverdenen til at se på unge med forundring og bekymring. For hvad er det dog for farer og misbrug, de er ved at rode sig ud i? Og hvorfor optræder de dog så uansvarligt, grænsesøgende og risikobetonet? Hvorfor opfører de sig ikke voksent og fornuftigt?

Denne artikel handler om unges risikoadfærd. Indledningsvis vil vi give et kort portræt af unge i dag og de udfordringer, de står overfor, derefter vil vi fokusere på en række af de områder hvor unge har risikoadfærd: lige fra rygning over alkoholforbrug til jagten på spænding ved trainsurfing. Vi vil diskutere, om vi skal være bekymrede for unges risikoadfærd, eller om den må ansues som en uundgåelig del af deres identitetsudvikling og voksentilblivelse. Endelig diskuteres spørgsmålet om, hvordan voksenverdenen og dens institutioner kan møde de unge hensigtsmæssigt.

Artiklen bygger både på analyser af en række undersøgelser i regi af Center for Ungdomsforsk-

ning (Sørensen m.fl. 2006, Sørensen 2005, Kofod og Nielsen 2005, Mogensen 2005 og 2002 og Nielsen m.fl. 2004) og andres forskeres undersøgelser (Balvig m.fl., 2005, Ringgaard og Nielsen 2005 og Pedersen 2006).

Dit liv og din fiasko

Ungdomslivet anskues ofte som et sted, hvor mange af de første store valg i tilværelsen skal træffes – og et sted med stor betydning for identitetsdannelsen. Det moderne ungdomsliv rummer da også mange muligheder for de unge, der i vid udstrækning oplever, at de selv har ansvaret for at indfri disse muligheder. Hvad enten det drejer sig om at få gode karakterer og en brugbar uddannelse, et spændende job og en dynamisk karriere, et stort netværk og nære venner eller en sund krop og et attraktivt udseende.

Men hvad betyder det, at de unge på den måde oplever, at de selv står med ansvaret for at skabe deres eget liv? Hvad betyder det, at de selv skal kunne svare på spørgsmålene: Hvem vil jeg gerne være? Hvilket liv vil jeg gerne have? og Hvordan får jeg et godt ungdomsliv?

På den ene side kan vi hurtigt konstatere, at de fleste unge sætter pris på selv at skulle vælge. De vil gerne selv have ansvaret for at udforme deres eget liv. På den anden side er det svært for dem at vælge. Svært for dem at forvalte dette ansvar. Der er altid en risiko for at træffe de forkerte valg. Om end denne risiko ikke er lige stor for alle unge: Ikke alle har lige muligheder. Ikke alle har lige adgang til de gode valg. Der er stadig forhold i samfundet, der gør det mere sandsynligt for nogen end for andre at blive lukket ind i det gode selskab. Der er stadig forhold i samfundet, der gør det mere sandsynligt for nogen end for andre at få de gode karakterer og den brugbare uddannelse, det spændende job og den dynamiske karriere etc. Uligheden i samfundet er m.a.o. ikke blevet udraderet. Heller

ikke blandt de unge. Men uanset deres forskellige udgangspunkter synes deres subjektive orientering at være den samme: det er dit liv. Dit ansvar. Din succes. Og – som en konsekvens af denne orientering – også din fiasko. Og selvom ikke alle unge har lige stor sandsynlighed for en sådan fiasko, rammer individualiseringen af muligheden for fiasko alle unge.

Risikable overgange

”Jeg synes, det er en hektisk tid. Først gik jeg i folkeskolen i ni år med de samme mennesker. Ni år. Det er lang tid! Ni år hvor jeg stort set mødte de samme mennesker hver dag. I ni år var de holdninger, jeg havde til alle de mennesker, jeg var sammen med, de samme. Og de holdninger, jeg blev mødt med, var de samme. Så kom jeg på efterskole ét år, hvor jeg mødte 60 nye mennesker. Så ud af efterskolen igen. Derefter på Teknisk Skoles grundforløb i et halvt år. Igen nye mennesker, igen nye venner. Så ud af Teknisk Skole – ud i lære. Altså, jeg synes det er svært at holde gang i et venskab – det er svært at holde et venskab ved lige.”
(Mark 19 år)

Risikoproblematikker blandt unge er ikke mindst knyttet til ungdomslivets transitionsfaser, hvor individualiseringen af ungdomslivet for alvor presser sig på. Som Mark beskriver i citatet, kan skiftet fra grundskole til ungdomsuddannelse været et skift fra et stabilt børneliv i forholdsvis faste rammer til et ungdomsliv med lang højere grad af fleksibilitet og selvorganisering – ikke bare i selve uddannelsen men også i de fællesskaber, som dannes i forbindelse med uddannelsen, hvilket kan kræve et stort socialt relationsarbejde af den enkelte unge (Nielsen, Højholdt og Simonsen 2004). For mange unge er de valgmuligheder, den selvstændighed og det eget-ansvar, der følger med i såvel uddannelsen som fritidslivet noget, de sætter stor pris på.

Men det skaber også øget usikkerhed og sårbarhed. Hvad nu hvis jeg ikke klarer uddannelsen? Hvad nu hvis jeg ikke får nogen venner?

Transitionsfaserne rummer en risiko for, at de unge bliver isolerede og ensomme – hvad der i øvrigt øger risikoen for fravær og frafald på ungdomsuddannelse. Men det animerer ligeledes til at opsøge og tage del i ungdomslivets rusmiddelkultur – også selvom hverken lysten eller erfaringen måtte være der. For gennem denne deltagelse åbnes der for fællesskaber, der ellers ikke ville være åbne. Misbrugseksperter psykiater Henrik Rindom har således påpeget, at det særligt er ved sociale skift, der er risiko for eksperimenter og misbrug (Teknologirådet 2001). Det er f.eks. sjældent, at den unge selv går ud i miljøet og opsøger ecstasy. Det er noget, den unge bliver introduceret for ved skift fra f.eks. grundskole til ungdomsuddannelse og den rus- og festkultur, der hersker der (Pedersen 2006 og Kofod og Nielsen 2005).

Hagen ved kroppen

"Det bedste ved at være dig lige nu er ... At jeg styrketræner. Det største problem eller udfordring i dit liv lige nu er ...At jeg ikke er muskuløs nok endnu."
(Michael 15 år)

"Det bedste ved at være dig lige nu er ...Jeg ryger ikke. Det største problem eller udfordring i dit liv lige nu er ... Jeg er fed." (Pia 15 år)

I en undersøgelse (Kofod og Nielsen 2005) blev unge 12-18-årige i fritids- og ungdomsklubber stillet en række spørgsmål om deres hverdagsliv. Nogle af disse spørgsmål handlede om krop og trivsel. I undersøgelsen var det et forbausende stort antal unge, der havde en mere eller mindre negativ opfattelse af deres egen krop. Ikke mindst hvad angik vægten: under en tredjedel

gav udtryk for, at deres vægt var tilpas, eller at de ikke tænkte på vægten.

Nogle spekulationer skyldes givetvis, at det bare kan være vanskeligt at finde sig tilpas med kroppen i en fase af livet, hvor den konstant udvikler sig (for hurtigt eller for langsomt). Meget handler imidlertid om den idealisering af kroppen og det ydre, der finder sted i disse år – hvilket da også illustreres af Michael og Pia ovenfor. Både drenge og piger spekulerer i stadig stigende grad på, om deres krop ser godt nok ud. Hvilket ikke mindst vil sige, om den lever op til de billeder af idealkroppen, de ser hos kendte unge i medierne, hos fotomodeller i reklamerne mv. Når kroppen ydermere forandrer sig hele tiden – og til hvad? – kan det være svært at finde sig tilpas i den.

Kroppen betragtes i stadig stigende grad som noget formbart. Og dermed som et projekt, man selv har ansvaret for at udforme. Hvis man ikke har den krop, man gerne vil have, så har man måske ikke trænet nok, eller måske har man spist for meget. Hvis du lige gjorde en ekstra indsats, kunne din krop være anderledes. Bedre. Selvom kroppen fortsat betragtes som noget givet, naturligt – ja – som selve fundamentet for vores eksistens, er den altså samtidig blevet noget vi skal hæve os over, tage kontrol over og forme med henblik på at forme vores eksistens.

I den forstand er kroppen blevet underlagt samme individualiseringspræmis som resten af livet. Men der er den ekstra hage ved kroppen, at vi bærer den med os konstant. Den er et allestedsnærværende vidnesbyrd på, om vi nu også forvalter vores ansvar overfor den eller ej. Og som sådan er den gået hen og blevet et allestedsnærværende tegn på vores evne til i videre forstand at forvalte vores ansvar for vores liv: Er din krop en succes, er det nok en tegn på, at du i det hele taget er en succes. Og omvendt: er din

krop en fiasko, er du nok også en fiasko (Filges 2005 og Sørensen 2005).

Når kroppen på den måde bliver et tegn på vores evne til at håndtere en individualiseret tilværelse, er det ikke så underligt, at den også bliver en arena, hvor tilværelsens udfordringer, konflikter etc. i videre forstand udspiller sig og spidses til. Kroppen er da også en integreret del af den risikoadfærd, vi kan observere blandt nutidens unge. Og mange henseende endog selve risikoadfærdens genstand:

Over en fjerdedel af de unge kvinder i Danmark er således i fare for at udvikle spiseforstyrrelser som anoreksi og bulimi. De er præget af lav selvtillid, hvilket bl.a. kommer til udtryk ved en utilfredshed med deres udseende og vægt: de forsøger således gentagne gange at slanke sig, og de har dårlig samvittighed, når de spiser søde sager (Waaddegaard 2002 og 2003). Mens spiseforstyrrelser overvejende rammer unge kvinder – om end stadig flere unge mænd også udvikler spiseforstyrrelser – har fokus primært været på unge mænds brug af anabolske steroider (Mogensen 2005). Anti Doping Danmark vurderer således, at der er 25.000, som har erfaringer med anabolske steroider, hvilket svarer til fem procent af dem, der går i fitnesscentre (Bach 2005). Mens nogen altså fører kropsprojektet til det yderste, lader andre stå til. I alt 19 procent af drengene og 14 procent af pigerne mellem 16 og 20 år er således overvægtige eller svært overvægtige (Ringgaard og Nielsen 2005). Og gruppen er stødt stigende – med en stødt stigende risiko for type 2-diabetes som følge.

Rygefællesskaber

Det ved de unge godt. De kender risiciene – både ved at lade stå til og ved at overgøre kropsprojektet. Balancepunktet derimellem kan dog være svært at finde for mange unge. Noget driver tilsyneladende flere og flere unge i både den

ene og den anden retning. Og dermed mod de risici, der er ved at tage for lidt eller for meget ansvar for kroppen.

Det ses også i forhold til rygning. De fleste unge ved godt, at rygning er skadeligt for deres helbred. Ligesom de fleste unge godt forstår de oplysningskampagner, der stedse minder dem om det, hvis de nu skulle have glemt det. Men dels kan risikomomentet være noget af det de opsøger ved rygningen. Det er stadig sejt at ryge. Og i det omfang det ikke er, ligger de helbredsskadelige virkninger dels så langt ud i fremtiden, at de forekommer abstrakte. Det gør argumenterne for at ryge derimod ikke. Det er nu og her. Og med kontant afregning.

Line på 17 år fortæller, at hun for alvor er begyndt at ryge, efter hun er startet på en uddannelse til Social- og Sundhedsassistent. Mens hun gik i grundskolen, røg Line ikke til hverdag. Dengang stod den bare på "et par smøger" til festerne. På den nye uddannelse kender hun ikke nogen af de andre studerende. De piger, der er sjove og søde, går imidlertid udenfor og ryger i pauserne. I starten går Line "bare" med udenfor for at være sammen med dem. Men efter et stykke tid ryger hun en enkelt smøg i ny og næ. Og efter de første to måneder ryger hun fast fem til seks smøger hver dag. Efterhånden begynder hun endog at kunne mærke behovet for at ryge i weekenderne.

Lines historie viser sammenhængen mellem transitionsfaserne i ungdomslivet og risikoadfærd. Et altoverskyggende mål i disse faser er integrationen i den nye kontekst – hvad enten det er en ny skole, en ny by eller andet. Og naturligvis ikke mindst integrationen i de ungdomsfællesskaber, der måtte gøre sig gældende i denne kontekst. Så må andre hensyn – om nødvendigt – vige. Flere undersøgelser peger da også på, at rygning som i Lines tilfælde kan være

adgangsgivende til eftertragtede fællesskaber. De viser også, at de unge ryger, fordi andre unge ryger. Rygefællesskaberne er lette fællesskaber. Man behøver ikke at opfinde noget at være sammen om – man kan bare ryge (Ingholt 2002). Når rygningen samtidig har en symbolsk og performativ kvalitet, der kan få en til at fremstå sejere og ældre samt skærpe ens maskulinitet eller femininitet etc. (Pedersen 2006) – hvad er der så at tabe?

En del, kan man sige. Og siger de unge rent faktisk. Nok kan de helbredsskadende virkninger forekomme abstrakte. Langt væk. Og nok er fordelene umiddelbart langt mere presserende. Men fordelene kan sagtens vendes til ulemper, der er noget mere håndgribelige end fx cancer. Selvom rygningen giver adgang til fællesskaber, og selvom det er sejt at ryge – ja – så er det ingenlunde sejt at være afhængig af at ryge. De sociale plusser ved rygning kan altså hurtigt vendes til minusser. Hvor den uafhængige ryger, viser sociale kompetencer, risikovillighed etc., fremstår den afhængige ryger som en, der ikke har kontrol over sig selv og sin tilværelse (Sørensen m.fl. 2006). Det er ikke så underligt, at en stor del af de unge, der allerede er rygere, ønsker at holde op med at ryge (Ringgaard og Nielsen 2005 og Pedersen 2006).

Og de unge, der overhovedet begynder, er da også i mindretal – hvilket ses i faktaboksen. Der er m.a.o. andre måder at blive integreret i fællesskaber på, være sej på etc. Til gengæld er det

Faktaboks om 16-20-åriges brug af cigaretter

Dagligt:	17 pct. † / 20 pct. †
Storrygere (min. 15 pr. dag):	7 pct. † / 7 pct. †
Festrygere:	9 pct. † / 12 pct. †

Kilde: MULD 2004 (Ringgaard og Nielsen 2005)

værd at holde øje med de unge, som rent faktisk gør det. Ryger. Udover de langsigtede risici, så er der en betydelig sammenhæng mellem rygning og anden risikoadfærd – i relation til alkohol, hash og kriminalitet (Balvig mfl. 2005). Sammenhængen er ikke kausal – men den er der. Anden forskning peger endvidere på, at debutalderen spiller en væsentlig rolle. Jo tidligere ryger, desto større sandsynlighed for misbrug af alkohol og hash (Pedersen 2006).

Sammen om alkohol

"Jeg er begyndt at drikke mere nu, end jeg har gjort førhen. Men det var fordi førhen, der var der mine forældre, dem viste jeg sådan lidt respekt, og der gik jeg ikke så meget i byen og, jo, jeg ville sgu' heller ikke rigtig i byen alligevel og sådan. Men nu, når jeg er begyndt på Handelsskolen, så går jeg virkelig til flasken." (Tobias 17 år)

,Alkoholforbruget udvikler sig efter sammen mønster som rygning – men er blot langt mere udbredt. Mange unge har som Tobias prøvet at drikke alkohol i grundskolens sidste år. Men det er under transitionen til ungdomsuddannelserne – og de friheder og udfordringer den byder på – at alkoholen for alvor kommer til at spille en rolle (Kofod og Nielsen 2005).

De fleste unge betragter alkohol som en naturlig bestanddel af ungdomslivet. Det gælder endog blandt de forholdsvis få unge, der ikke drikker. Denne holdning til alkohol spejler i vid udstrækning de voksnes holdning. Nok er der bekymring for de unges alkoholvaner. Men alkohol er jo også et vidt accepteret og udbredt rus- og nydelsesmiddel blandt voksne. Ja – så accepteret og udbredt, at mange unge ser brugen af alkohol som en integreret del af deres voksentilblivelse og tilegnelsen af voksenalder (Hendry og Kloep 2002).

De fleste unge mellem 16 – 20 år drikker da også alkohol – hvilket også fremgår af faktaboksen. Hvor meget afhænger bl.a. af forældres normer, debutalder mv. (Pedersen 2006). De unge drikker som regel alkohol under socialt samvær sammen med andre unge. Ja – den opfattes ligefrem som en måde at vise vilje til fællesskab. Det er derfor også sværere for det mindretal af unge, der ikke drikker, at blive integreret i ungdomslivets fællesskaber og især festkultur. Det gælder f.eks. etniske minoritetsunge, der ønsker at efterleve islam (Skrowny 2005). Det kommer også til udtryk ved, at unge mænd, der ikke drikker alkohol, oftere oplever at være upopulære på deres uddannelse, har færre venner og sjældnere har intim fortrolighed med andre, end unge, der drikker alkohol (Leifman m.fl. 1995 og Pedersen 2006). Unge, der drikker, karakteriseres også som de mest populære i deres klasser (Balvig m.fl. 2005).

Som rygning har også alkohol et tydeligt performativt præg, der giver de unge mulighed for at signalere, hvem de er eller gerne vil være – eller omvendt hvem de ikke er eller ikke vil være: Ikke barn – men på vej til at blive voksen. Ikke kedelig – men festlig. Ikke tilbageholdende – men med på den værste. Og udover signalværdien er der jo også det ved alkohol, at den hjælper de unge til at være noget af det, de måske ellers ikke ville være. Fx parate til alt det med krop, køn og seksualitet, der også hører med til ungdomslivet. En parathed, der ikke altid er lige let. Ja – som endog kan virke skræmmende. I hvert fald uden

alkohol. Unge forbinder i vid udstrækning fester og alkohol med en eksperimenteren med ungdomslivets krop, køn og seksualitet (Ebbesen m.fl. 1997).

Som vi så med rygningen, er det dog afgørende at kunne styre brugen af alkohol. Det er ikke sjovt at være den unge, der ikke kan styre det. Og som igen og igen bliver så fuld, at det bliver pinligt for andre og en selv. Alkoholbrugen integrerer ikke bare en i fællesskaber og giver en mod til at prøve alt det nye. Det kan også skabe afhængighed og social isolation (Balvig m.fl. 2005 og Pedersen 2006). En interessant pointe i det såkaldte Ringstedforsøg er, at unge skelner soleklart mellem unge og gamle stamkunder i bylivet. Hvor de ældre stamkunder på et værtshus forbindes med hverdagsforbrug, afhængighed og alkoholisme – eller med de unges egne ord nogle gamle sutter. Så er en ung stamkunde en del af et selvvalgt fritidsfællesskab, hvor man morer sig og drikker med ligesindede, og hvor alkoholen fungerer som smøremiddel (Balvig m.fl. 2005). Man skal altså helst drikke – men ikke for meget. Og ikke som følge af afhængighed – man skal selv vælge det. Spørgsmålet er selvfølgelig, hvornår man bevæger sig fra det ene til det andet. Fra den seje og populære alkoholholdende unge til sutten.

Men selv om de fleste unge ikke foretager denne bevægelse, så er der også risici forbundet med et stort alkoholforbrug nu og her. Det skaber øget risiko for oplevelser med farlige eller strafbare forhold (Balvig m.fl. 2005 og Pedersen 2006). Ligesom det kan skabe fravær og koncentrationsproblemer i skole og uddannelse (Sørensen m.fl. 2006).

Faktaboks om 16-20-åriges brug af alkohol

Drikker alkohol:	93 % † / 94 % †
Seneste uge:	73 % † / 66 % †
> genstandsgrænsen sidste uge:	19 % † / 12 % †

Kilde: MULD 2004 (Ringgaard og Nielsen 2005)

.....

”Trainsurfing, graffiti eller fart bibringer derimod en intensitet og spænding, der skaber en følelse af at være til, at leve, som kan være svær at finde i ungdomslivet, der udfordres af det øgede antal krav om at træffe valg, opnå færdigheder etc. til en tilværelse, de unge i stigende grad oplever, de selv har ansvaret for at udforme.”

”Jeg lever – gør du?”

”Livet begynder ved 150 km/t, så drop jeres pis og lad de unge mennesker leve”. Sådan skriver en ung fartglad mand på et chatroom, der blev lavet i forbindelse med kampagnen Unge mod fart (Mogensen 2002). ”Jeg lever – gør du?” spørger en graffiti, der er skrevet på den høje tagryg på Nørrebro Station i København. I maj 2006 bragte Station 2 på TV2 et længere indslag om fænomenet trainsurfing, hvor unge klatrer rundt oven på et S-tog eller mellem togvognenes buffere. I debatfora på nettet kunne man efterfølgende finde mange bekymrede, forargede eller bare uforstående voksne, der stillede spørgsmålet ”hvorfors?”.

Og – ja – hvorfor egentlig sætte liv og lemmer på spil for noget så umiddelbart formålsløst som fart, graffiti eller trainsurfing? Og hvad er det for noget med, at livet tilsyneladende

leves der, hvor der er fare for at miste det? Den 17-årige trainsurfer Janus, der deltog i debatten efter indslaget på TV2, uddyber netop det aspekt her:

”Formålet med mit liv er ikke kun at opnå uddannelse og stifte familie, mit liv er et eventyr. Og jeg ser ikke loven som en barriere. Jeg ser den som kanten af skabelonen, en slags pisteafmærkning på ski. Har man lyst til at gå off-piste, så er det på eget ansvar. Det er derude de virkelige oplevelser lurer. Hvor man sætter sit liv lidt på spil for at få en ubeskrivelig følelse gennem kroppen hvis man klarer skærene”

Man må altså bevæge sig på kanten af livet for at kunne mærke det. Bare lidt. Trainsurfing, graffiti eller fart for den sags skyld er altså ikke kun farlige modediller. Ej heller bare udtryk for ungdommens moralske forfald. Trainsurfing, graffiti eller fart bibringer derimod en intensitet

og spænding, der skaber en følelse af at være til, at leve, som kan være svær at finde i ungdomslivet, der udfordres af det øgede antal krav om at træffe valg, opnå færdigheder etc. til en tilværelse, de unge i stigende grad oplever, de selv har ansvaret for at udforme.

Der er altså tale om en reaktion på nogle eksistensvilkår, der nødvendiggør en orientering mod fremtiden, som kan siges tendentielt at tømme nuet for oplevelser (Svensson 2005 og Goffman 1969). Trainsurfing, graffiti og fart tilbyder de unge nogle muligheder for at blive opslugt i nuet. For at glemme tid, sted og rum. Og bare være i nuet. Fyldes af det. Uden at skulle forholde sig til de komplekse krav og udfordringer, de møder i deres hverdag. Og som ikke alle unge er lige gode til at imødekomme.

Her vender vi tilbage til den ulighedsproblematik, vi kort berørte i starten. Ikke alle unge er således lige gode til at forvalte det ansvar for at udforme livet, som nutidens unge oplever som værende så presserende. Vi kan da også finde tegn på, at der skjuler sig personlige problemer og mistrivsel blandt de unge med mere udadvendte former for risikoadfærd (Skårderud 1999 og Pedersen 2006). Opslugningen i nuet kan altså have karakter af en slags flugt, hvor de krav og udfordringer som tilværelsen rummer, for en stund fortaber sig. Ja – hvor det selv, som måtte have problemer med at rumme disse krav og udfordringer, måske endog fortaber sig. Og med fortabelsen af selvet vindes tilsyneladende livet for disse grupper af unge. I det mindste for en stund.

”Jeg risikerer, ergo eksisterer jeg”, synes at være logikken blandt de unge, der sætter liv og lemmer på spil for et øjeblik spænding og intensitet. Umiddelbart har det karakter af et opgør med et samfund, der stiller krav om ansvarlighed, fremtidsorientering etc. På den anden

side rummer selv samme samfund rummer en betydelig usikkerhed og uvished. Nogle forskere kalder det endog et risikosamfund. I den forstand kan man sige, at de unges risikoadfærd ikke vender ryggen til samfundet. Men derimod bejager den usikkerhed og uvished, som ligger til grund for individualiseringen af ansvarlighed, fremtidsorientering etc. Dvs. bejager den usikkerhed og uvished, som under alle omstændigheder er en integreret del af de unges tilværelse.

Blot bejager de usikkerheden og uvisheden på nogle ganske særlige måder og i nogle ganske særlige sammenhænge – fx gennem trainsurfing, graffiti og fart – der umiddelbart er til at overskue og kontrollere. Bejagningen af usikkerheden og uvisheden handler således ikke bare om at glemme verden og sig selv for en stund. Og i stedet være til stede i denne stund. Bejagningen handler også om at kunne bevæge sig ud af denne stund med en følelse af, at man kan bemestre det allermest farefulde. Det allermest risikable. Og dermed ligeledes kan bemestre noget af det allermest grundlæggende i det samfund, de unge vokser op i: risikoen.

Problemet er selvfølgelig, at de unge sætter liv og lemmer på spil med denne risikoadfærd. Men også, at den dobbelte følelse af selvfor-glemmelse og bemestring kræver stadig større risikotagning, fordi grænserne hele tiden skrider. Der er altså en tendens til, at de må søge stadig mere intense og ekstreme oplevelser for at kunne opnå den ønskede effekt. Og at de derfor udsætter sig selv for stadig større risici (Ziehe 1991, Lalander og Johansson 2002).

Mere at vinde end at tabe

Ofte er der ikke bare en men flere grunde til de unges risikoadfærd. Generelt kan man dog sige, at risikoadfærd er et resultat af, at de unge oplever, der er mere at vinde end at tabe ved en sådan adfærd. Og ikke mindst, at de oplever, at

.....

”Generelt kan man dog sige, at risikoadfærd er et resultat af, at de unge oplever, der er mere at vinde end at tabe ved en sådan adfærd. Og ikke mindst, at de oplever, at gevinsten ved risikoadfærden kommer her og nu.”

gevinsten ved risikoadfærden kommer her og nu. Mens det at lade være snarere er en investering i fremtiden. Det kan således godt være, at rygning er forbundet med en betydelig sundhedsrisiko. Men hvis den giver pote her og nu i form af en integration i et ellers utilgængeligt fællesskab – ja – så er det måske ikke så underligt, at det kommer i første række.

Risikoadfærden rummer en interessant dobbelthed i forhold til voksenverdenen. På den ene side bruger de unge risikoadfærden til at iscenesætte sig selv som seje, ældre og – ja – voksne. For mange unge er det ”at tage en øl og spille på spilleautomat” således et billede på det at være voksen (Svensson 2005). Risikoadfærd kan altså ses som en del af unges identitetsarbejde og voksentilblivelse. På den anden side rummer risikoadfærden også en afstandstagen fra det krav om ansvarlighed, opbyggelighed etc., som ligeledes er en del af identitetsarbejdet og voksentilblivelsen. Ligesom den rummer et forsøg på at gribe det nu, det øjeblik, som kan være så svært at gribe, når man skal være ansvarlig, opbyggelig etc. Og det er måske ikke så underligt, at de indimellem suspenderer denne ansvarlighed, opbyggelighed etc., når (voksen)samfundet

i øvrigt er præget af usikkerhed og uvished. For hvad er det lige, at ansvarligheden, opbyggeligheden etc. er rettet mod i et sådant samfund? Det er svært at sige. Og giver det så ikke mere mening at bejage nuet, øjeblikket?

Disse spørgsmål er ikke ligetil at svare på. Men de kan være værd at have i baghovedet, når vi forsøger at etablere en dialog med de unge omkring risikoadfærd. Ikke bare fordi de minder os om den ambivalens overfor (voksen)samfundet, som er en del af risikoadfærden. Også fordi de peger på den ambivalens, som de unge måtte møde os med, når vi forsøger at etablere en dialog om denne adfærd. I hvert fald de unge, som vi særligt gerne vil i dialog med.

Dobbeltmoraliske voksne

Det bør derfor heller ikke overraske os synderligt, at de oplysnings- og/eller skræmmekampagner, vi laver, sjældent påvirker adfærden hos særligt mange unge. De kan muligvis bekræfte de unge, der allerede har de ”rigtige” holdninger til risici. Det er dog sjældent, at målgruppen rammes. Når man i chatfora og lignende steder ser unges dialog om sådanne kampagner, er det da også gennemgående, at mange oplever, at der

tales belærende og ned til dem. Og at voksne fremtræder dobbeltmoraliske. I visse tilfælde kan kampagnerne således være kontraproduktive. Det kan være farligt at beskrive risikoadfærd for indgående – det skulle jo nødtigt blive en opskrift (Sørensen m.fl. 2006).

En del voksne kan endvidere have en vis berøringsangst for at tale med unge om deres risikoadfærd og de forhold, der måtte ligge bag. En del voksne oplever, at de savner redskaber – og tid – til den type dialog. Erfaringer indenfor forskning i forebyggelse af bl.a. selvmord viser dog, at det kan have stor betydning for de unge, hvis de voksne tager fat i dem, lytter til dem og på den baggrund går i dialog med dem om en evt. risikoadfærd (Kock 2003).

I voksenverdenens og den institutionelle kontakt med de unge ser vi desværre en tendens til en marginalisering af de unge, der har problem- og risikoadfærd marginaliseres. Har unge stort fravær, drikker de for meget eller ryger de for meget hash, tvinges de ofte til at forlade de institutionaliserede fritids- og uddannelsessammenhænge.

Men hvis der ikke er plads til de unge i institutionerne på grund af deres risikoadfærd, så er spørgsmålet, hvor de unge så har deres risikoadfærd – og med hvem? I forvejen foregår megen risikoadfærd i selvorganiserede sammenhænge – og altså udenfor institutioner, hvor der er voksne og andre unge, der ikke i samme omfang har risikoadfærd. En konsekvens er, at de unge med risikoadfærd ender med at danne fællesskaber med andre unge omkring deres problem- og risikoadfærd, hvilket kan forstærke denne adfærd. Det er altså noget af en udfordring at inkludere dem i andre slags fællesskaber, der ikke bidrager til en øgning men en mindskning af risikoadfærd?

IDÉKASSE

Her er nogle pejlemærker for, hvordan vi som voksne kan imødegå nogle af de problemstillinger, der er knyttet til unges risikoadfærd.

Hav blik for de unges trivsel og integration i sociale sammenhænge

Det er værd at bemærke, at "løsninger" på unges risikoadfærd ikke nødvendigvis skal findes i selve risikoadfærden men i spørgsmålet om, hvordan de unge generelt trives og er integreret i sociale fællesskaber. Det kan som uddannelsesinstitution og arbejdsplads være vigtigt at fokusere på den sociale integration ved sociale og overgange. At alle unge trives og føler sig godt tilpas ved start på en ungdomsuddannelse eller en læreplads. Den kan være vigtigt, at man fokuserer på, at lærere og elever, voksne og unge, udvikler kompetencer til at tage hånd om den sociale trivsel og kunne fokusere på hvilken rolle f.eks. alkohol og andre typer risikoadfærd spiller.

Iværksat forebyggelse inden risikoadfærden for alvor er begyndt

Der er naturligvis stor forskel på, hvor meget man skal oplyse om forskellige typer af risikoadfærd, og hvornår det er formålstjenligt, sådan at man ikke skaber øget interesse blandt unge for at ville afprøve risici. Men det er af stor betydning, at voksenverdenen og dens institutioner har politikker og praksisser for, hvordan man skal og kan forholde sig til unges risikoadfærd både forebyggende, og når der er tegn på, at risikoadfærd er ved at opstå. Ligesom det blandt forældre kan være af stor betydning, at man taler sammen om og søger at afstemme holdninger til de unges risikoadfærd, f.eks. omkring rygning og alkohol. Men forebyggelse handler også om at arbejde med de unges sundhed og trivsel. Når vi taler spiseforstyrrelser og fedmeepidemier kan det være vigtigt, at unge er bevidste omkring de forandringer kroppen

gennemgår i ungdomsårene, og at der sættes fokus på, at det ikke bare er den enkelte, men hovedparten af unge der bekymrer sig for deres krop og udseende. Og dertil så er det jo af stor betydning, at de unge reelt har mulighed for at dyrke motion og at den mad og snacks, de får og kan købe er relativt sundt (Sørensen 2006 og Kofod og Nielsen 2005).

Gør de unge i stand til at hjælpe hinanden

I de kollektive sammenhænge unge indgår – det være sig skole, uddannelse eller ungdomsklub – så er der rigtig gode muligheder for at sætte ind overfor unges risikoadfærd og deres forestillinger om samme. Som bl.a. Ringstedforsøget viser (Balvig m.fl. 2005), så er unge ofte præget af overdrevne forestillinger om, hvad der er normaladfærd blandt andre unge, når det gælder risikoadfærd. De har ofte et billede af, at alle andre unge drikker, ryger hash og tager stoffer. De kan derfor opleve, at det er noget de selv skal gøre for at blive accepteret og få status. Hvis man kollektivt formår at arbejde med de unges sociale overdrivelser, så er der muligheder for at ændre og mindske ungdomskulturens risikoadfærd. De unge kan rustes til at kunne hjælpe hinanden og skærpet bevidsthed om, hvad der er majoritetsadfærd, kan gøre de unge mere immune overfor gruppepres.

At turde dialogen med unge om risikoadfærd – er svært, men nødvendigt

Mange voksne oplever, at det kan være svært at skulle henvende sig til unge, som man frygter har eller mistænker for risikoadfærd. Men for unge har det faktisk stor betydning, hvis der er voksne som tør spørger til hvordan de har. Og på den måde viser de unge opmærksomhed og at der er nogen som interesserer sig for deres

velbefindende og trivsel. Hvis der er problemer så er det naturligvis også vigtigt at vide hvordan man kan tage sig af de unge og hvem de unge evt. skal henvises til hvis de unge f.eks. går med selvmordstanker eller har misbrugsproblemer

Unge med misbrug har brug for hjælp

Det er vigtigt, at der er gode muligheder for behandling, når unge har udviklet misbrug. I relation til unge, som ofte står i faser af deres liv, hvor de skal integreres i nye sammenhænge, kan det have ekstra stor betydning, at behandlingssystemerne reagerer hurtigt ellers er der stor fare for, at de unge ikke blive integreret i eller falder fra uddannelser og arbejdspladser. Når vi har at gøre med unge, som er fyldt 18 år, har det ligeledes stor betydning, at der i behandlingssystemet er blik, hvor de unge er i deres liv og at den behandling og de redskaber til at håndtere deres problemadfærd, de unge skal have udviklet, må tage afsæt i at de netop er unge. For udover et effektivt behandlingssystem, så er det i høj grad vigtigt, at der en voksenverden der vil hjælpe dem med igen at blive social integreret i velfungerende ungdomsfællesskaber. Og så er vi tilbage til ved det første punkt. Betydningen af at skabe socialt inkluderende og integrerende fællesskaber i de institutionelle sammenhænge, som unge indgår i.

Referencer

- Bach, A.R. (2005): Mænd og muskler. En bog om styrketræning og anabole steroider. Tiderne Skifter.
- Balvig, Flemming, Lars Holmberg og Anna-Stina Sørensen (2005): Ringstedforsøget. Livsstil og forebyggelse i lokalsamfundet. Jurist- og Økonomiforbundets Forlag.
- Ebbesen, Ida og Niels Ulrik Sørensen (1997): Det æstetiserede selv. Identitet og køn blandt unge i samtidens massekultur. Roskilde Universitetscenter
- Filges, Tine (2005): "Kroppen som monitor – at være ung i en kropskultur". I: Ungdomsforskning nr. 1. 2005. årg. 4. Center for Ungdomsforskning // Learning Lab Denmark // Danmarks Pædagogiske Universitet.
- Goffman, E. (1969): Where The Action Is. Allen Lane, London.
- Hendry, L.B. og M. Kloep (2002): Lifespan Developments Ressources. Challenges and Risks. Thomson Learning, London.
- Kock, Ida (2003): "Når børn og unge har det svært: Drop berøringsangsten – tal med dem". I: Nyborg og Vilhelmsen (red.) Hvor svært skal det være?. CVU Fyn.
- Kofod, Anne & Jens Christian Nielsen (2005): Det normale ungdomsliv - Hverdagsliv, fællesskab, trivsel og fremtid. København: Center for Ungdomsforskning // Learning Lab Denmark // Danmarks Pædagogiske Universitet.
- Lalander, Philip og Thomas Johansson (2002): Ungdomsgrupper i teori och praktik. Lund: Studentlitteratur.
- Leifman, H., E. Kuhlhorn, P. Allebeck, S. Andréasson og A. Romelsjö (1995). "Abstinence in late adolescence - Antecedents to and covariates of a sober lifestyle and its consequences". I: Social Science and Medicine. Volume 41, Issue 1. Elsevier Ltd.
- Mogensen, Kevin (2005): Unge mænds brug af doping - Risiko, Sundhed, Identitet København: Center for Ungdomsforskning // Learning Lab Denmark // Danmarks Pædagogiske Universitet.
- Mogensen, Kevin (2002): Livet begynder ved 150 km/t. Roskilde: Center for Ungdomsforskning.
- Nielsen, Jens Christian, Andy Højholdt og Birgitte Simonsen (2004): Ungdom og foreningsliv - demokrati, fællesskab og læreprocesser. Frederiksberg: Roskilde Universitetsforlag.
- Pedersen, Willy (2006): Bittersøtt. Ungdom, socialisering og rusmidler. 2. udgave. Universitetsforlaget, Oslo.
- Ringgaard, Lene Winther og Gert Allan Nielsen (2005): Unge livsstil og dagligdag 2004. MULDRapport nr. 5. Kræftens Bekæmpelse og Sundhedsstyrelsen.
- Skårderud, Finn (1999): Uro. En rejse i det moderne selv. Tiderne Skifter.
- Svensson, Ove (2005): Ungdomsars spel om pengar. Spelmarknaden, situationen och karriären. Lunds Dissertations in Sociology 64. Lunds universitet.

Sørensen, N. U., T. Filges, & D.S. Jeppesen (2006).
Ung og sund på ungdomsuddannelserne i
Svendborg. Når et æble om dagen ikke er nok.
København: Center for Ungdomsforskning.

Sørensen, N. U. (2002). "Unge i risikosamfundet".
I: Tidsskriftet Ungdomsforskning, 2002, nr. 3.

Sørensen, N.U. (2005): Meget mere end me-
troseksuel. Krop, køn og identitet blandt unge
mænd i den senmoderne massekultur. Ph.d.-af-
handling. Roskilde Universitetscenter.

Teknologirådet (2001): Unge og rusmidler.
Resume og redigeret udskrift af åben høring
Folketingets Sundheds- og Socialudvalg i Lands-
tingssalen 24. januar 2001. Red. af Mette Staal.

Waadegaard, Mette (2002): Risk behaviour
related to eating disorders among Danish adole-
scents. Statens Institut for Folkesundhed.

Waadegaard, Mette (2003): "Krop og control
– unge og spiseforstyrrelser". I: Bibi Hølge-Ha-
zelton (red.) Perspektiver på ungdom & krop.
Roskilde Universitetsforlag.

Ziehe, Thomas (1991): Zeitvergleiche. Jugend
in kulturellen Modernisierungen. Wienhem und
München: Juventa Verlag.



.....

En ny bog giver lærere og forældre råd til, hvordan de kan hjælpe de unge til en nemmere overgang fra uddannelsessystemet til arbejdsmarkedet.

At være eller ikke være – parat

Af Rie Wellendorf Riis

Mel Levine, MD., er professor i pædiatri og har grundlagt All Kinds of Minds, en almennyttig institution til forståelse af forskelle i indlæring. Han er forfatter til bl.a. Hjernen bag lysten til at lære – Neuropædagogik i teori og praksis, Børn med alle slags hjerner – Alle kan lære og Når barnet ikke slår til i skolen.

Fra ung til voksen stiller skarpt på den forandring unge mennesker oplever, når de bevæger sig fra uddannelsessystemet til arbejdsmarkedet. Ifølge Mel Levine er der en kløft imellem det, der læres i skolen og de krav man mødes med på arbejdsmarkedet. Det resulterer i ”en epidemi af manglende parathed til arbejdslivet, fordi et alarmerende stort antal unge ikke formår at få den måde, deres hjerner fungerer på, til at passe sammen med en karriere.”

Fraværende forældre

Bogen er krydret med casestories fra Mel Levines arbejde, og vi møder her nogle usikre unge mennesker, der falder langt uden for kategorien ”refleksive og manøvredygtige”. Problemet er, hævdes det, at de unge vokser op uden meget voksenkontakt og som følge heraf ikke mødes med realistiske krav og udfordringer. Forældrene er optaget af egne jobs og karrierer og dulmer i bedste fald deres dårlige samvittighed overfor børnene med at være eftergivende og forveksle omsorg og opbakning med forkælelse. I værste fald er de bare fraværende og har altså ingen mulighed for at agere positive rollemodeller for de unge.

Samtidig fokuserer skolen for meget på videreuddannelse og alt for lidt på forberedelse til livet. Resultatet viser sig ved, at en stadig større andel af unge mennesker har unødigt svært ved

at finde sig til rette på et arbejdsmarked, der er væsensforskelligt fra deres skole- og ungdomsliv. De forstår ganske enkelt hverken deres egen rolle eller de spilleregler der gælder uden for uddannelsessystemet, og de er ikke vant til at tage ansvar for deres eget liv.

Mel Levine deler de ikke-parate unge voksne op i fire kategorier:

- De, der er fanget i deres teenageår og ikke kan tage afsked med den uproblematisk ungdomstid.
- De, der engang var idoliserede og red på en popularitetsbølge, og som nu har virkelig svært ved at være 'normale'.
- De, som er faret vild på vejen og har valgt en for dem upassende levevej.
- De, hvis hjerner har specifikke behov, som aldrig er blevet tilgodeset.

Essentielle udviklingsprocesser

Der er i henhold til forfatteren 12 essentielle udviklingsprocesser, som en ung hjerne skal gennemgå for at blive parat til at klare kravene i arbejdslivet som voksne. For overskuelighedens skyld kan de også sammenfattes under De Fire l'er:

- Indre styring – at kende sig selv, svage såvel som stærke sider
- Interpretation/fortolkning – at forstå sine omgivelser
- Instrumentering – at kunne bidrage til sit arbejde og liv via sine færdigheder
- Interaktion – at kunne gebærde sig mellem andre mennesker både social, strategisk og politisk

Der er behov for en fælles indsats fra forældre og skole, hvis de unge voksne skal udrustes til at håndtere voksenlivets strabadser og modgang. For forældrene drejer det sig om at finde den rette balance imellem opbakning og udfordring. For skolen drejer det sig om at ændre indstilling fra at være "universitetsforberedende" til at blive "livsforberedende" og således lægge et større fokus på tilværelsen efter eksamen.

Bogen giver både lærere og forældre gode råd til, hvordan de kan støtte og hjælpe de unge til en nemmere overgang.

Rie Wellendorf Riis er forsker ved Center for Ungdomsforskning

Fra ung til voksen

Af Mel Levine

Udgivet af Dansk Psykologisk Forlag i 2006

www.dpf.dk



Center for Ungdomsforskning (CeFU) er en forskningsenhed ved Learning Lab Denmark, Danmarks Pædagogiske Universitet. Centrets formål er at analysere forhold omkring unges deltagelse i samfundet, og koordinere viden og faktuelle oplysninger om unge. Centret tager i sin forskning udgangspunkt i de unges livsstil og i de brydninger, som præger hverdagen i uddannelsesinstitutioner, demokratiske organisationer og på arbejdsmarkedet.

Center for Ungdomsforskning er udviklet som en ny konstruktion inden for universitetsverdenen. Centret er tæt knyttet til en forening med medlemmer fra forskellige centrale institutioner, organisationer og virksomheder i Danmark.

Center for Ungdomsforskning modtager gerne henvendelser fra alle med interesse i ungdomsforskning. CeFU hjælper også med henvisninger og rådgivning. Hvis det passer ind i vores profil og almene interesser, kan vi igangsætte både smalle, målrettede undersøgelser og større undersøgelser. Der er også mulighed for at samarbejde med CeFU gennem samfinansierede ph.d.-stipendier eller søge om medlemskab af foreningen bag CeFU. Endelig udfører vi også foredrags- og konsulentvirksomhed i begrænset og prioriteret omfang.

Foreningen Center for Ungdomsforskning's medlemmer er: Beskæftigelsesministeriet - BUPL (Forbundet for pædagoger og klubfolk) - Videnscenter for Ungdomspædagogik og Ungdomsdidaktik - Danmarks Idræts-Forbund - Dansk Industri - Dansk Metal - Dansk Ungdoms Fællesråd - Danske Gymnastik- og Idrætsforeninger - Forsvarets personaletjeneste - Frie Kostskolers Fællesråd - Funktionærernes og Tjenestemændenes Fællesråd - GODA (Foreningen Gode Alkoholdninger) - Gymnasieskolernes Lærerforening - HK-Danmark - Københavns Kommune, Uddannelses- og Ungdomsforvaltningen - Novo Nordisk A/S - Rigspolitiet - Socialministeriet - 3F (Fagligt Fælles forbund) - Uddannelsesnævnet - Undervisningsministeriet - TrykFonden - UU-centrene region Sjælland - UU-netværk 9, UU-midtjylland, UU København, UU'erne Region Sjælland og Videnscenter for Ungdomspædagogik.

REDAKTØREN

Riv rav ruskende galt
Af Niels Ulrik Sørensen

UNGES SUNDHED

Sundhed på hovedet
Af Niels Ulrik Sørensen

Er forebyggelse risikabel?
Af Flemming Balvig og Lars Holmberg

Sundhed handler også om trivsel
Af Susanne Aaen

Du bestemmer
Af Berit Christensen og Bodil Jensen

Unge pengespil - ventil og blindgyde
Af Per Straarup Søndergaard

Rådgivning med hjertet
Af Anne Lynge

Livet i nuet
Af Jens Christian Nielsen og Niels Ulrik Sørensen

BOGOMTALE

At være eller ikke være - parat
Af Rie Wellendorf Riis

CENTER FOR UNGDOMSFORSKNING

Learning Lab Denmark // Danmarks Pædagogiske Universitet // Tuborgvej 164 // DK-2400 Kbh. NV
tel +45 88 88 99 33 // fax +45 88 88 99 28 // cefu@lld.dk // www.cefu.dk