

Vær samsnakka med tenåringen om alkohol

Marlene Blomstereng Karlsen
Ørnes, 29. april 2025





Visste du at...

- 1 av 4 tiendeklassinger har vært beruset siste året
- kokainbruken er størst blant de som drikker mye alkohol
- lav alder for alkoholdebut sammen med høyt konsum gir økt sannsynlighet for alkoholproblemer i voksen alder
- halvparten av alle anmeldte voldtekter har skjedd på fest

... det er mange gode grunner til å være samsnakka med ungdommen om alkohol



Ungdom og rus i Meløy?

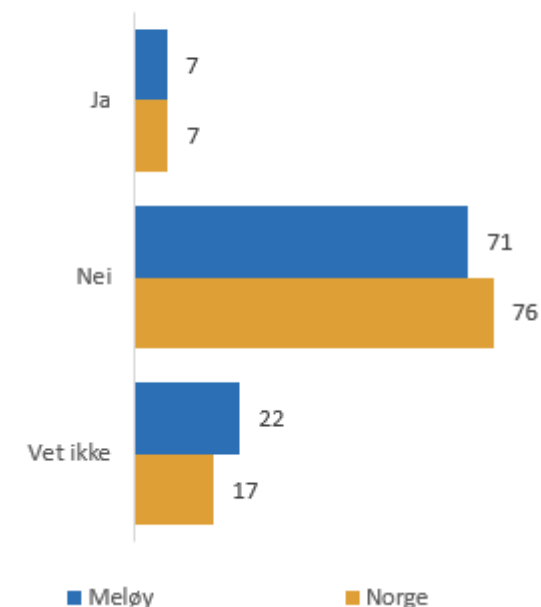
Alkohol Ungdata 2025

Tidstrend i Meløy kommune.

Prosentandel av elevene på ungdomstrinnet som har vært beruset på alkohol i løpet av det siste året



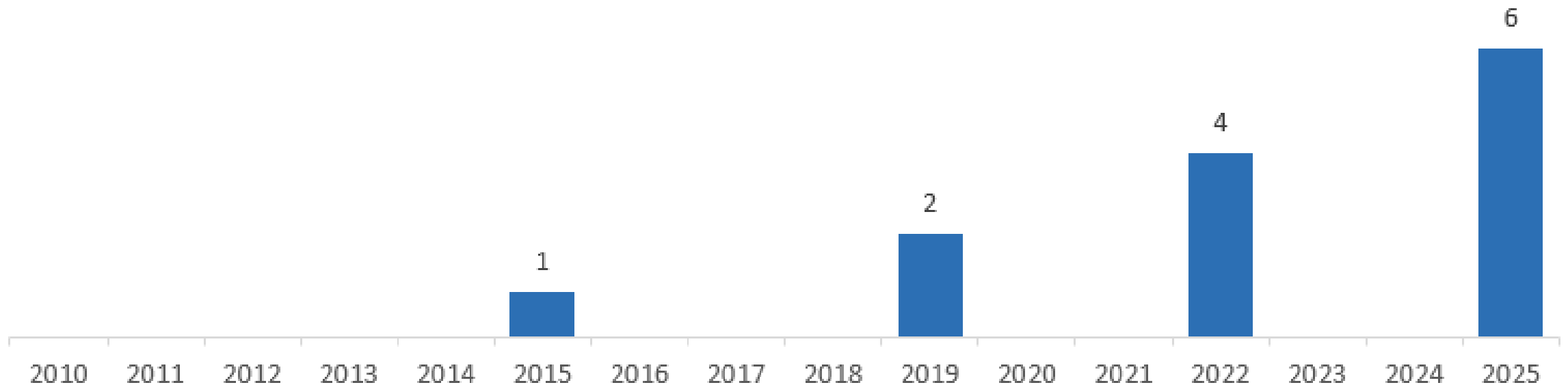
Får du lov til å drikke alkohol av dine foreldre/foresatte? Meløy kommune og nasjonalt



Hasj og marihuana Ungdata 2025

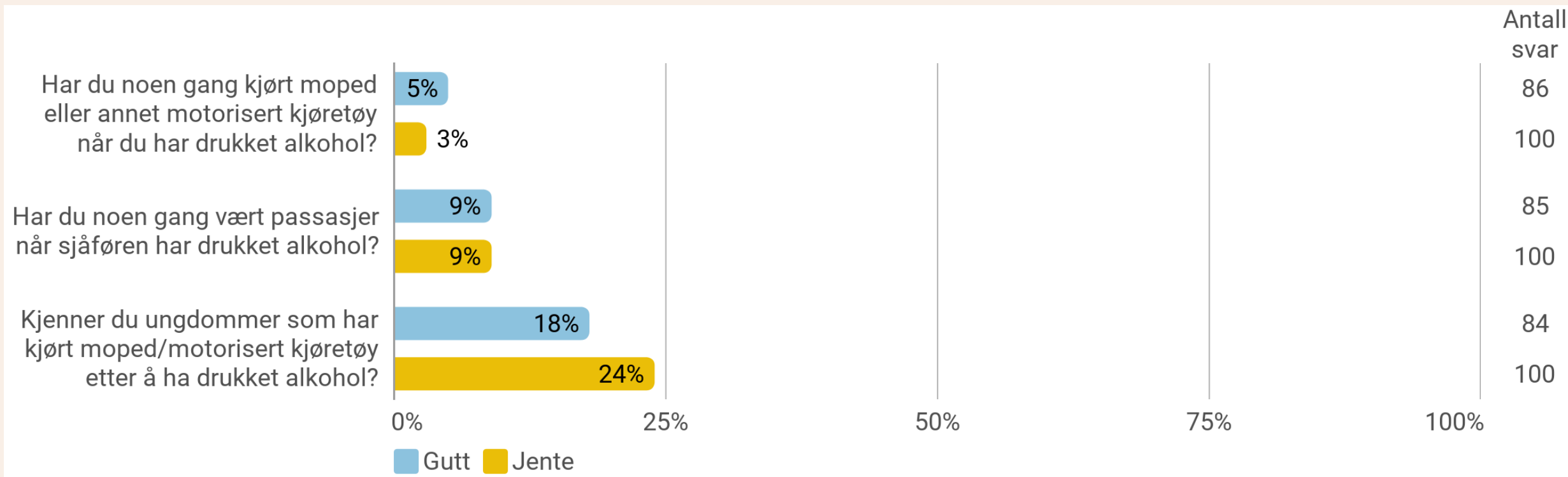
Tidstrend i Meløy kommune.

Prosentandel av elevene på ungdomstrinnet som har brukt hasj eller marihuana i løpet av det siste året



Trafikk og rus Ungdata 2025

Kjøring etter å ha drukket alkohol (Prosentandel som har svart 'ja')



Ungdomsdrikking i Norge

- Om lag 50 % av norske 15-16-åringer har drukket alkohol det siste året, og en av fem svarte at de har vært fulle.
- Tydelig knekkpunkt når de begynner på videregående skole.
- Flertallet begynner å drikke før fylte 18 år.
- Det er generelt små forskjeller i alkoholbruk mellom jenter og gutter, men jenter debuterer noe tidligere og drikker mer i ungdomsårene.
- Ungdom og unge voksne drikker mer risikofylt – altså mer på en gang.

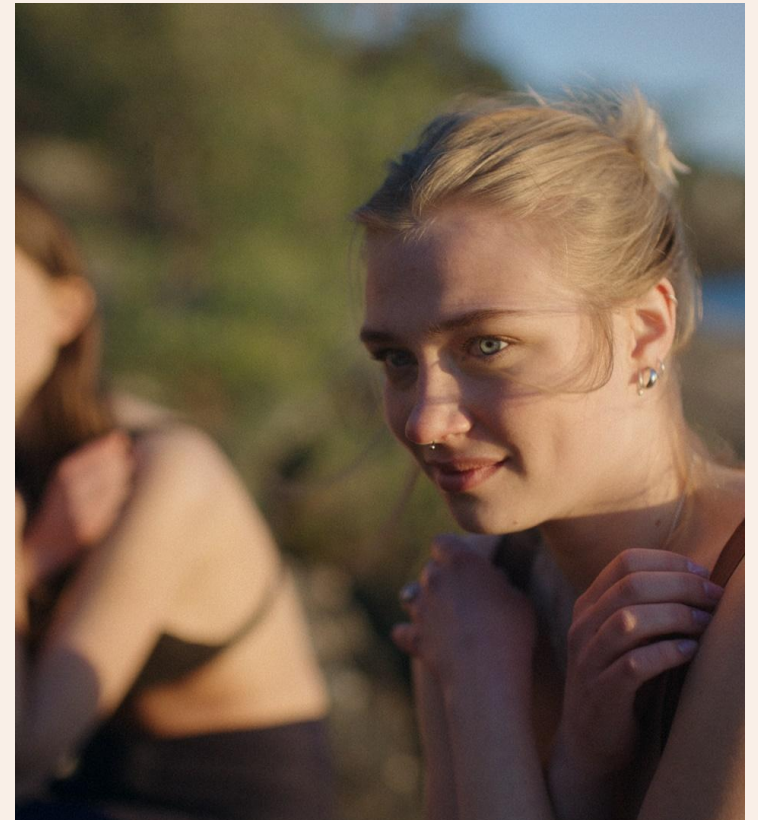


Ungdom drikker mindre

- «Dagens ungdom» debuterer senere med alkohol enn ungdommene på 90-tallet.
- Flere positive trender rundt det å droppe alkohol eller å begrense alkoholinntaket, særlig ser vi dette i sosiale medier som TikTok.

Sammensatte grunner, men noen forklaringer er:

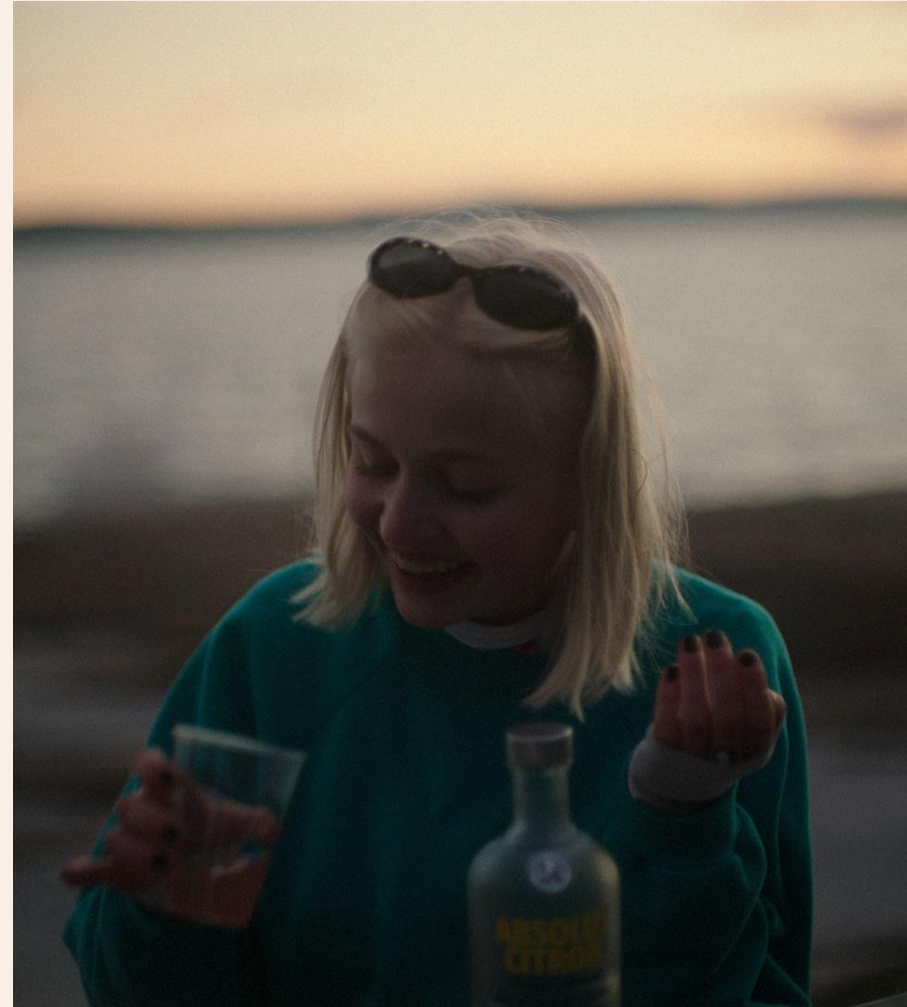
- God relasjon til foreldre
- Økt helsefokus
- Stress og ønske om å lykkes
- Digitale vennskap
- Frykt for å bli uthengt i sosiale medier
- Mye skjermtid



Hva drikker ungdommen?

Kort fortalt: Ungdom drikker det de får tak i.

- Det vanligste er å få eller kjøpe alkohol av venner og eldre søsken, neste på lista er å ta eller få alkohol fra foreldre.
- Sosial medier (ofte snapchat) er en viktig kanal for kjøp og salg.
- Kjøper av både kjente og ukjente, ikke nødvendigvis kontroll på hva de får tak i og hvor det kommer fra.
- Det de får av foreldre kommer gjerne i tillegg til det de får tak i andre steder. Du har ikke kontroll, selv om du sender alkohol med på fest.
- Sider, sprit, rusbrus og øl er vanlig. Rusbrus-salget har økt jevnt de siste 10 årene.

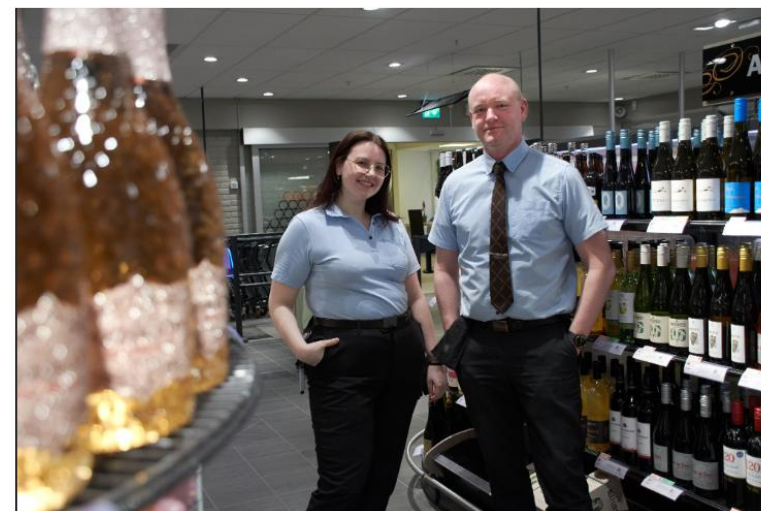


Å sende med alkohol på fest

Hvorfor bør du tenke deg om før du gir ditt mindreårige barn alkohol?

- Du kan bidra til drikketryk
- Du er med å gjøre det mulig for ungdommen å drikke seg full, med den risikoen det medfølger
- Du kan indirekte også gi alkohol til noen andres barn
- Du signaliserer at det ikke er viktig eller nødvendig å følge loven

Slår alarm om langing: Ser barn legge flasker i foreldrenes handlekurv



VIL HINDRE LANGING: Ekspeditør Mia Berg Sommereth og butikksjef Tor Arne Mjøen ved vinmonopolet i Steinkjer. Foto: Olav Lorentsen

Av Olav Lorentsen

Publisert: 26.04.24 00:10

Del

Mai måned er høysesong for langing av alkohol – og det er slett ikke bare venner som kjøper til mindreårige.

Faksimile: Trønderavisa, 26. april 2024



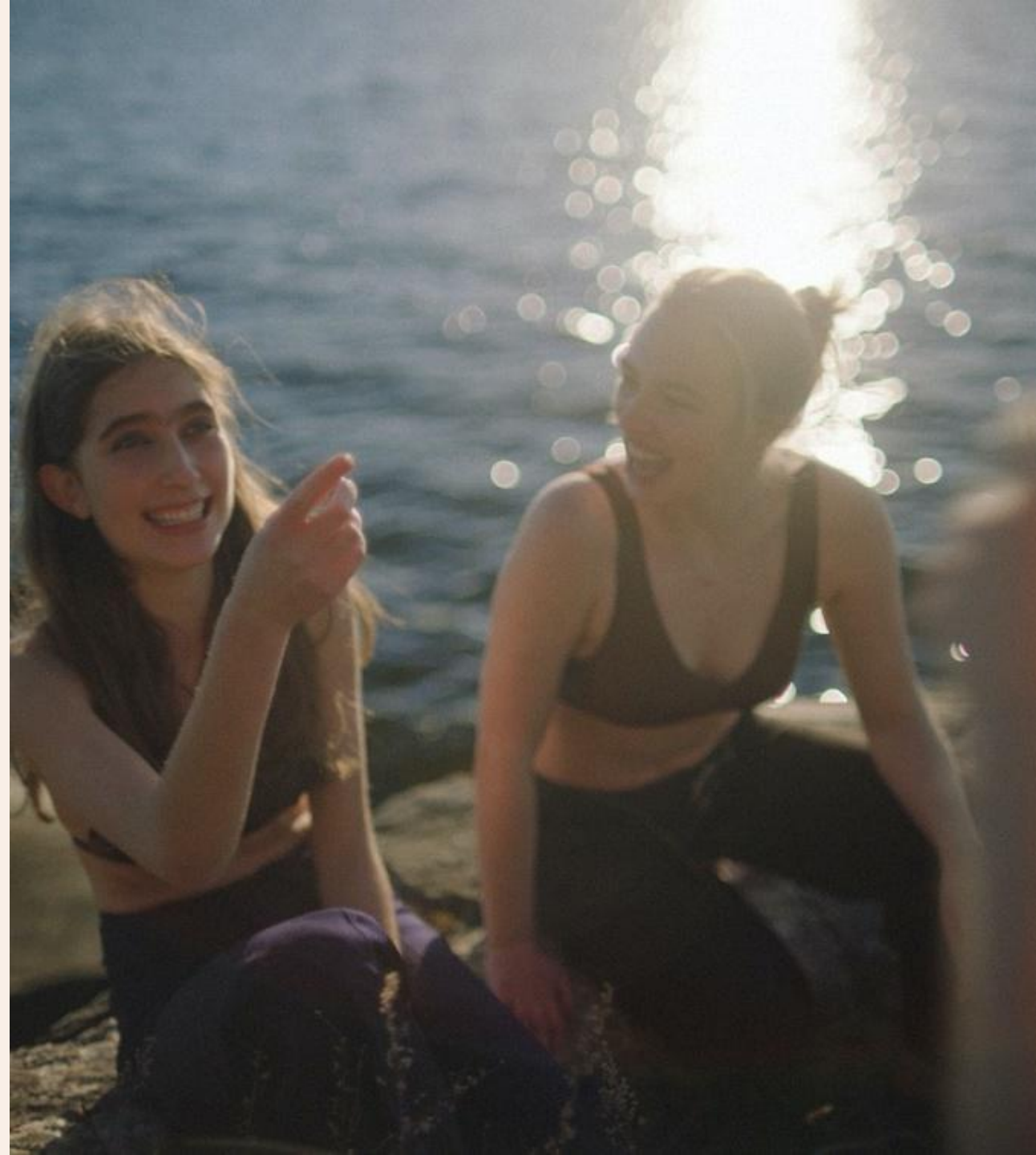
Hvorfor drikker ungdom?

Ungdomstid er brytningstid

- Overgang fra barn til ungdom og voksen
- Spenningen i å teste grenser
- Fellesskap og drikkepress
- Positive opplevelser med alkohol

Hva påvirker ungdommens forhold til alkohol?

- Venner
- Foreldre
- Tilgjengelighet



A man and a woman are sitting in front of a brick wall. The man, on the left, is wearing a blue denim shirt and is looking towards the woman. The woman, on the right, is wearing a white sweatshirt and light blue jeans, looking directly at the camera. The text is overlaid in the center of the image.

Hvorfor skal vi
«bry oss» om
ungdomsdriking?

”

En annen gang ... jeg trodde jeg selv var død.
Hørte de ropte til meg, men jeg kunne ikke svare.
Det var skummelt. Heldigvis var det kun oss
jentene på den festen.

Fra fokusgruppeundersøkelse med elever på videregående skole om drikkedebut og drikkevaner,
gjennomført høsten 2022.

Ungdomsdrikking er risikofylt

- Risikoen for ulykker øker
- Å bli utsatt for vold eller utøve vold er vanligst når alkohol er involvert
- Sex man angrrer på skjer oftere i fylla
- Å ta bilder eller bli fotografert med uønsket spredning i sosiale medier
- Høy promille er farlig i seg selv.
 - I perioden 2020 – 2023 økte akutte alkoholoverdoser blant barn/ unge med 54%, i følge FHI.



”

Første trinn for å redusere bruk av kokain, er å redusere antallet episoder med hard festing og alkohol.

Willy Pedersen, rusforsker ved Universitetet i Oslo.

Min rolle som forelder

Tror ikke det

Tjaa...



Av.og.til



”

Jeg opplever at de fleste ungdommer gjerne vil prate med foreldrene sine. De gir oss tusen millioner sjanser. Men så er det menneskelig at vi voksne ubevisst styrer samtalen dit vi vil, eller er subtilt avvisende for svar vi ikke ønsker oss.

Kirsten Resaland, barne- og ungdomspsykolog.

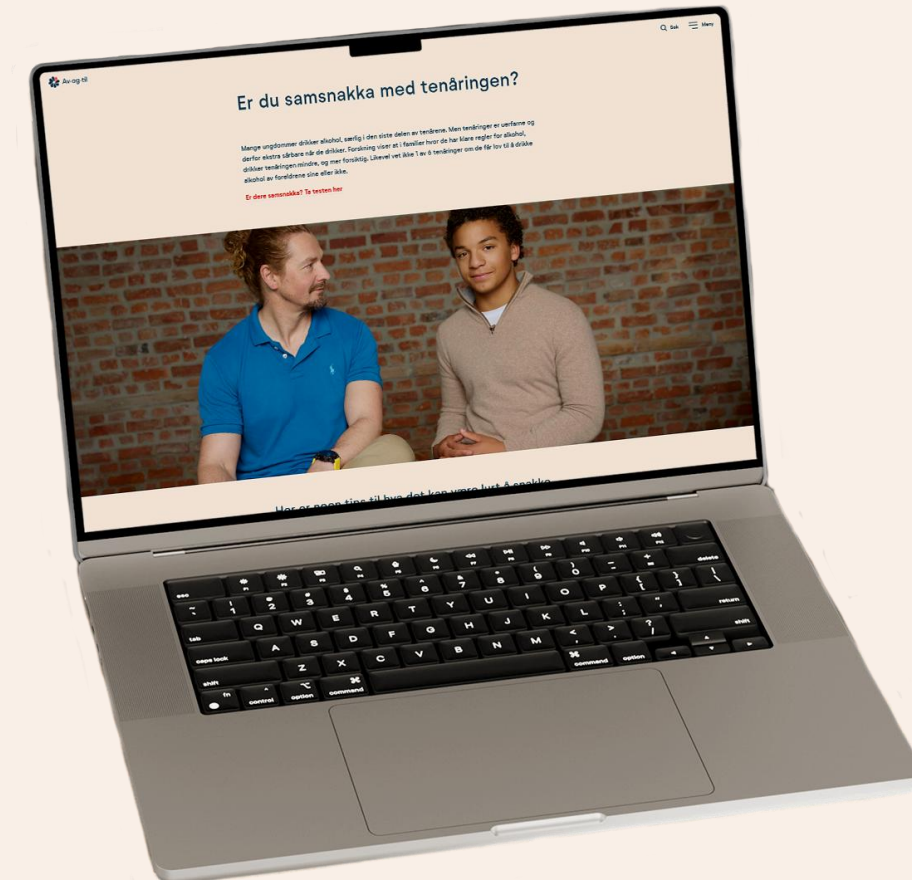
Ekspertens tips til gode samtaler om alkohol

1. Unngå ledende spørsmål
2. Vær forberedt på et ærlig svar
3. Sett en tydelig grense – men med varme og dialog



Her er noen tips til hva det kan være lurt å snakke om

- Hva skjer når ungdom drikker alkohol?
- Hvilke regler gjelder hjemme hos oss?
- Hva skjer hvis tenåringsen kommer full hjem?
- Hvordan kan man håndtere drikkepress?
- Hva bør man gjøre om det oppstår en ubehagelig situasjon?
- Hva bør man gjøre om noen blir for fulle?

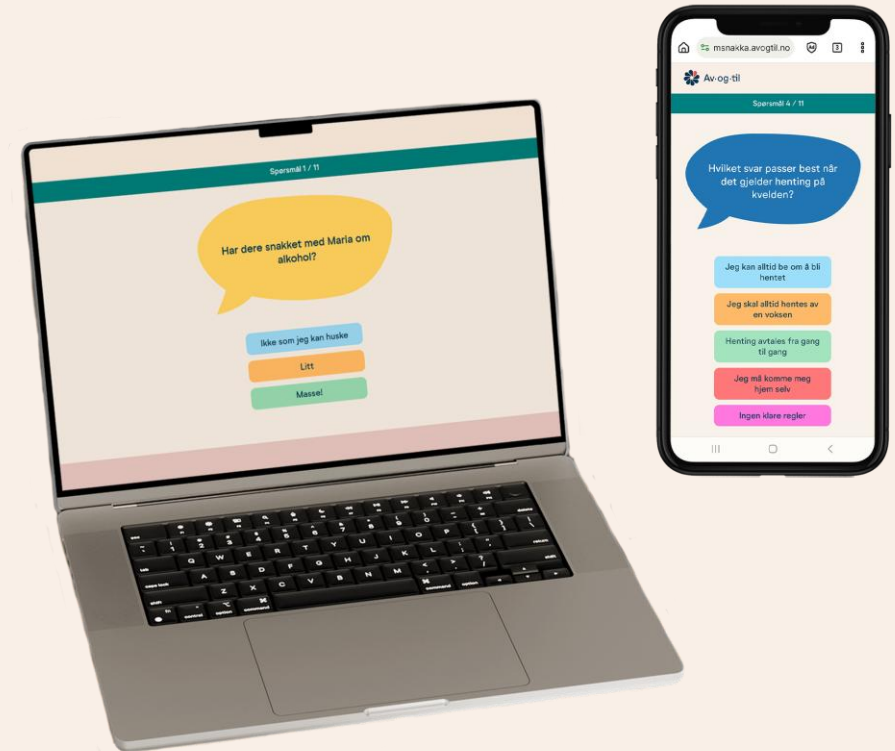


Hvor samsnakka er dere? Ta testen – gjerne allerede i pausen!

En morsom måte å få i gang samtalen med din tenåring

Slik gjør du det:

- Gå inn på avogtil.no/samsnakka eller QR-koden på bordene
- Svar på 11 spørsmål
- Del link med din tenåring
- Tenåringen svarer på de samme spørsmålene
- Dere får vite hvor samsnakka dere er, og tips til hva dere kan prate om



A man with a beard and long hair, wearing a dark green shirt, is stirring a large orange pot with a wooden spoon. A woman with long dark hair, wearing a red long-sleeved shirt, is smiling and looking down at the pot. They are in a kitchen with warm lighting. In the background, there is a dining table with chairs and some kitchen decor.

Takk for meg!



Få flere råd og tips, svar på dine
spørsmål og muligheten til å
teste hvor samsnakka du og
tenåringen er!

