



### Beskrivelse og vurdering av tiltaket:

## Unge & Rus

Ungsinnforfatter: John Kjøbli

Vurdert i Ungsinnpanelet: 07.06.2010

Ungsinnforfatteren er ansvarlig for beskrivelsen av tiltaket. Beskrivelsen er basert på informasjon fra Korus-Nord, spørreskjema utfyllt av KoRus-Nord og gjennomgang av annen tilgjengelig litteratur. Ungsinnpanelet er ansvarlig for vurdering og klassifisering

### Innledning

Unge & Rus er et universalforebyggende skolebasert tiltak som har som mål å:

- utvikle kunnskaper og evne til å tenke kritisk om bruk av alkohol
- å styrke holdningene mot bruk av alkohol
- å styrke ferdigheter til å si nei til rus
- å utsette alkoholdebut

Tiltaket retter seg i utgangspunktet mot elever, lærere og foresatte på 8. klassetrinn. Det finnes i tillegg en oppfølgingsmodul for 9. klassetrinn som det er valgfritt for skolene om de vil ta i bruk. Det er også utviklet en egen versjon for videregående skole.

Unge & Rus har skolen som arena. Tiltaket inkluderer foreldre/foresatte for dermed å skape mulighet for å diskutere felles grenser i forhold til ungdoms utprøving av alkohol, samt en mulighet og et utgangspunkt for samtaler mellom voksne og deres barn om rus som tema også i hjemmet.

### Eier av tiltaket

Kompetansesenter Rus, Nord-Norge (KoRus-Nord), Rus og spesialpsykiatrisk klinikk, Universitetssykehuset Nord-Norge (UNN)

Postadresse: HIN, Lodve Langesgt.2, Boks 385, 8505 Narvik

[www.ungeogrus.no](http://www.ungeogrus.no)

[www.korusnord.no](http://www.korusnord.no)

### Beskrivelse av tiltaket

Unge & Rus er et rusforebyggende skolebasert tiltak som retter seg mot alle elever, lærere og foresatte på 8. klassetrinn (universalforebyggende). Tiltaket har fokus på elevens holdninger, normer og forventninger i forhold til alkohol. Sentrale pedagogiske virkemidler er problembasert læring og bruk av informasjons- og kommunikasjonsteknologi (IKT). Tiltaksbeskrivelsen er nettbasert (se [www.ungeogrus.no](http://www.ungeogrus.no)).



Hovedformålet for tiltaket er å forhindre problemutvikling knyttet til rus og bidra til å hindre bruk av illegale rusmidler. Gjennom tiltaket skal elevene

- utvikle kunnskaper og evne til å tenke kritisk om bruk av alkohol
- styrke holdningene mot bruk av alkohol
- styrke ferdigheter til å si nei til rus
- utsette alkoholdebut

Programmet tar sikte på å nå følgende mål ved å inkludere foreldrene (gjennom 2 foreldremøter):

- å styrke fellesskapet mellom foreldrene/foresatte
- å styrke foreldrenes/foresattes autoritet til å sette grenser overfor barnas utprøving av rusmidler
- å styrke foreldrenes/foresattes kompetanse til å snakke med barna sine om bruk av rusmidler

Målene med lærernes deltakelse er:

- å styrke lærernes faktiske og opplevde kompetanse som verdiformidlere
- å styrke kontakten mellom hjem og skole

Unge & Rus er en videreutvikling og samordning av tiltakene "Ungdom og alkohol" (Wilhelmsen, 1997) og "Foreldresamarbeid" (Henriksen, 1999).

### Metoder som anvendes

Elevene som deltar i tiltaket arbeider med individuelle oppgaver, gruppeoppgaver og hjemmeoppgaver. Oppgavene aktiviserer elevene i direkte arbeid med problemstillinger tilknyttet rus. Når elevene arbeider i grupper, ledes hver gruppe av en gruppeleder (medelev). Rekruttering av gruppeledere kan foregå ved at elever melder sin interesse selv, ved at elevgruppen får foreslå gruppeledere eller ved at elevene får søke skriftlig på gruppelederfunksjonen. Gruppeledere er valgt ut av lærere, og i forkant av gjennomføring av tiltaket deltar de utvalgte elevene på gruppelederopplæring. Opplæringen varer i en ½ til 1 dag og inkluderer følgende tema; innsikt i tiltakets mål og innhold, praktisk erfaring med oppgavene og nettstedet, ledelsesopplæring med vekt på demokratisk ledelse.

Elevene gjennomgår følgende tema og tilhørende (gruppe)oppgaver:

- a) *Tema 1: Påvirkning – kultur og tradisjon.* I denne gruppeoppgaven diskuterer elevene hva de mener påvirker ungdom på deres hjemsted til å drikke eller la være å drikke alkohol og på hvilken måte de tror dette varierer etter hvor man bor og hvilken



kultur man kommer fra. I tillegg fyller elevene ut et skjema som ligger på nettet som omhandler hva som er viktig for dem når de skal ha det fint sammen med andre. De fyller også ut et skjema om hvem eller hva som påvirker dem til å velge å drikke eller å la være å drikke alkohol. Resultatene fra disse to skjemaene diskuteres i gruppene etterpå.

- b) *Tema 2: Meninger om alkohol.* I denne oppgaven skriver hver elev ned 3 grunner til å la være å drikke alkohol. Elevene går deretter rundt i elevgruppen og intervjuer hverandre om grunner de har til å la være å drikke alkohol. Alle må intervju minst 3 personer. Gruppene utarbeider så en liste over de 5 viktigste grunnene 13-15 åringer har til å la være å drikke alkohol. Videre skal elevene skrive ned hvordan de tror andre (f. eks foreldre, søsken, 17-18 åringer osv.) vil reagere hvis de drikker alkohol. I tillegg skal de skrive et brev til seg selv der de gir seg selv råd om hva de kan gjøre for å la være å drikke alkohol. Brevet samles inn og oppbevares av lærer. I 9. klasseversjonen av Unge & Rus er en av oppgavene å åpne dette brevet som de skrev til seg selv skoleåret før.
- c) *Tema 3: Bruk av alkohol/fakta om alkohol og alkoholbruk.* Dette tema består av 3 gruppeoppgaver. I den første skal elevene finne ut om hvordan alkohol virker på de som drikker. I den andre skal de finne ut om gutter og jenter drikker like mye, om hvordan alkoholbruk har endret seg, og så skal de diskutere hvilke årsaker de legger til grunn for alkoholbruk. I den siste oppgaven skal elevene diskutere og skrive ned hvorfor de fleste 8. klassinger ikke drikker alkohol.
- d) *Tema 4: Mestring av drikkepress.* I disse gruppeoppgavene skal elevene gi eksempler på drikkepress, diskutere hvordan slikt press kan foregå og hvordan man kan motstå slikt press. I tillegg skal elevene lage et rollespill som viser hvordan man kan motstå drikkepress, for å trene ferdigheter til å stå i mot slikt press.
- e) *Tema 5: Elevenes mening.* Siste del av Unge & Rus er en større oppgave der elevene tar utgangspunkt i det de har lært gjennom å arbeide med de konkrete oppgavene under de fire første temaene. Formålet er at elevene skal presentere et forebyggende budskap til en målgruppe de selv velger. Budskapet skal være i tråd med målsettingene for tiltaket. Elevene velger selv tema/problemstilling og presentasjonsmåte og hver gruppe skal ta et felles standpunkt til et emne de velger. Det er opp til hver gruppe å bli enige om standpunkt, målgruppe og presentasjonsform.

Emner elevene kan velge:

- Gode grunner for ikke å drikke alkohol.
- Hva kan unge gjøre for å støtte hverandre til ikke å ruse seg?
- Hva kan voksne gjøre for å støtte unge i rusfrie aktiviteter?

Målgrupper det valgte emnet kan presenteres for:

- En gruppe som er yngre enn elevene
- En gruppe som er eldre enn elevene
- Unge i samme alder som elevene (et klassertinn, et idrettslag, etc.)
- Voksne, for eksempel foreldre/foresatte, familie eller andre

Presentasjonsform på emnet kan være:



- Muntlig, for eksempel som et fremlegg, et intervju, en sang, et dikt
- Skriftlig, for eksempel som avis, veggavis, tegneserie, sms-kampanje, Internett
- Rollespill, video

Det gjennomføres også 2 foreldremøter:

1. I det første foreldremøtet, som ofte gjennomføres før elevene går i gang med sin del av tiltaket, deltar kun foreldre i tillegg til lærer, og de blir delt i grupper der de diskuterer holdninger og praksis overfor de unges bruk av rusmidler. Det de voksne blir enige om skrives ned.
2. På det andre foreldremøtet deltar både elever og foreldre. Tema for dette møtet er foreldrenes holdninger slik de ble formulert i det første møtet. Det settes sammen grupper av foreldre og barn. Gruppene sammensettes slik at foreldre ikke sitter sammen med egne barn. I gruppene drøftes holdninger mot bruk av rusmidler og de grensene foreldrene kom frem til i det første foreldremøtet. Gruppediskusjonene oppsummeres i plenum. Det anbefales at det andre foreldremøtet gjennomføres i forbindelse med/etter at elevene har gjennomført elevoppgavene i Unge & Rus. Elevenes mening kan presenteres på dette siste møtet.

Den valgfrie 9. klassemodulen:

Dette er en oppfølger av 8. klasseversjonen av Unge & Rus. Denne gis for å opprettholde og styrke den forebyggende innsatsen i programmet. 9.-klasseversjonen er mindre omfattende enn 8.-klasseversjonen. Anbefalt tidsbruk på opplegget er 5-6 timer. I tillegg er det lagt opp til ett foreldremøte hvor både elever og foresatte deltar. Formålet med dette møtet er å gjenoppta dialogen om felles grensesetting i forhold til rusbruk nå når ungdommene har blitt ett år eldre.

### Det teoretiske grunnlaget for tiltaket

Unge & Rus tar utgangspunkt i forskning og teori der ungdoms alkoholbruk blir sett i sammenheng med sosial påvirkning fra kultur, familie og venner (Abrams & Niaura, 1987). Samtidig støtter tiltaket seg til forskning der ungdommers venner blir sett på som mest sentrale for utvikling i ungdomstiden generelt, og når det gjelder alkoholbruk spesielt (Fisher & Bauman, 1988). Videre bygger tiltaket på teorier som fremhever viktigheten av ungdoms kognisjoner i forhold til alkoholbruk. Med dette som utgangspunkt har tiltaket brukt sosial læringsteori (Bandura, 1977), "Theory of planned behavior" (Ajzen, 1991), "Theory of reasoned action" (Fishbein & Ajzen, 1975) og "Expectancy theory" for å finne fram til sosial-kognitive determinanter for atferd knyttet til alkoholbruk hos ungdom. Teoriene har blitt benyttet for å lede fram til følgende tema eller kjernekomponenter (se beskrivelse ovenfor): 1) Påvirkning – kultur og tradisjoner (for å hjelpe ungdom til utvikle en bevissthet om påvirkning fra venner, familie, nærmiljø og storsamfunn og dermed få unge til å ta egne valg og unngå påvirkning i negativ retning), 2) Meninger om alkohol (for å hindre at ungdom skal debutere med alkohol på grunn av at "flertallsmisforståelser" om at "alle andre" drikker), 3) Bruk av alkohol (for å utvikle kunnskap om alkoholens fysiologiske virkninger på kroppen og kunnskap om



innholdet av alkohol i ulike produkter, som blir antatt å ha en forebyggende effekt når kunnskapen inngår med de andre temaene), 4) Mestring av drikkepress (for å lære om direkte og indirekte drikkepress og øve gjennom rollespill på å presse og bli presset til å drikke), 5) Elevenes mening (for å gi ungdommene muligheter til å bearbeide og formidle kunnskaper og meninger de har ervervet gjennom tiltaket og å få ungdommene til å ta standpunktet "å la være å drikke").

I Unge & Rus er det (som nevnt ovenfor) lagt opp til 2 foreldremøter. Målsettingene for foreldrenes deltakelse er å styrke fellesskapet mellom foreldrene/foresatte, styrke foreldrenes/foresattes autoritet til å sette grenser overfor barnas utprøving av rusmidler og styrke foreldrenes/foresattes kompetanse til å snakke med barna sine om bruk av rusmidler. Å samle foreldre/foresatte skal gi en trygghet både i barne- og i foreldre/foresattegruppen ved å etablere felles holdninger til de unges alkoholbruk. Ved at foreldrene/foresatte kjenner hverandre og hverandres barn skal de bli i bedre stand til å kunne sette felles standarder for de unges aktivitet og atferd. Inkluderingen av foreldre baseres blant annet på funn som har vist at foreldre som er restriktive i forhold til de unges bruk av rusmidler bidrar til utsatt debutalder, lavere forbruk og mindre risiko for bruk av hasj og andre illegale stoffer (Koutakis, Stattin, & Kerr, 2008). Å inkludere foreldrene i tiltaket er i tråd med utviklingspsykologiske teorier som omhandler antisosial atferd og rusmisbruk (Dishion & Patterson, 2006; Moffitt, 2006).

Det teoretiske grunnlaget for tiltaket er ytterligere beskrevet i Wilhelmsen (1997) og Henriksen (1999).

### **Erfaringer med tiltaket og evaluering i Norge**

Tiltaket i sin nåværende form har vært i bruk siden 2004 og er en videreutvikling og samordning av tiltakene "Ungdom og alkohol" (Wilhelmsen, 1997) og "Foreldresamarbeid" (Henriksen, 1999). Tiltaket er per 2010 i bruk flere steder, og i Oslo kommune har Unge & Rus vært obligatorisk på 8.trinn siden skoleåret 2006/2007. Stord kommune har også lang erfaring med tiltaket. Tre eksempler på skoler som har erfaringer med Unge og Rus er:

- a) Marienlyst skole i Oslo
- b) Alta Ungdomsskole
- c) Rommetveit skule, Stord kommune

Det foreligger en kvasi-eksperimentell evaluering av "Ungdom og alkohol" (Wilhelmsen, Laberg & Klepp, 1994). I denne studien, som inkluderte 12 skoler og 955 elever, ble to versjoner av tiltaket (en gruppe med detaljert rollespesifisering og en gruppe uten detaljert rollespesifisering for lærere og elever) sammenlignet opp mot en kontrollgruppe som ikke mottok noe tiltak. Funnene tydet på at tiltaket (når det hadde detaljert rollespesifisering) gav signifikante positive effekter på elevers alkoholbruk (Cohen's  $d = .14$ ), holdninger i forhold til å drikke alkohol (Cohen's  $d = .10$ ), subjektive normer i forhold til alkoholbruk (Cohen's  $d = .25$ ) og intensjoner om å drikke alkohol (Cohen's  $d = .11$ ) (Wilhelmsen, Laberg, & Klepp, 1994). Effekttørrelsene kan sies å være små. Tiltaket som ble evaluert i denne studien utgjør hovedsakelig skoledelen av Unge & Rus.



I tillegg foreligger det prosessevalueringer og rapporter om "Foreldresamarbeid" (Henriksen, 1999) og Unge & Rus (Andreassen, Steinkjer, & Gravrok, 2009; Steinkjer, 2008; Trondsen, 2005).

Det er imidlertid ikke gjennomført noen (eksperimentelle eller kvasi-eksperimentelle) effektevalueringer av Unge & Rus i sin nåværende form. Et nylig pilotprosjekt, som har som mål å lede til en effektevaluering av tiltaket, tyder på at tiltaket kan ha positive tendenser i forhold til ungdommers holdninger til alkohol (Koposov, Jørgensen, Adolfsen, & Martinussen, 2009). Funnene må tolkes med forsiktighet siden studien ble utført i en pretest-posttest design (uten kontrollgruppe) og hadde et lavt antall deltakere ( $N=130$  elever og  $N= 30$  lærere).

### **Pågående forskning i Norge**

En effektevaluering av Unge & Rus pågår ved Regionalt kunnskapssenter for barn og unge – Nord (RKBU Nord). Elev-, foreldre- og lærerdelen av programmet evalueres i en kvasi-eksperimentell studie der formålet er å undersøke om programmets målsetninger oppfylles.

I studien inngår informasjon fra ungdommer, foreldre og lærere fra 30 ungdomsskoler i Oslo som gjennomfører Unge & Rus. I tillegg hentes samme informasjon fra 17 skoler i kontrollkommuner i Akershus som ikke gjennomfører programmet. Til sammen inngår ca. 2300 informanter i studien. Resultatene fra studien forventes å være tilgjengelig i løpet av 2012.

### **Spredningspolitikk og implementeringsstrategier**

KoRus-Nord tilbyr opplæring til skoler/kommuner ut fra egen kompetansehevingsplan og på forespørsel fra skoler/kommuner og andre kompetansesenter. KoRus-Oslo, KoRus-Vest, Stavanger og KoRus-Midt tilbyr også opplæring i sine regioner. Utover dette har ikke KoRus-Nord noen spesiell spredningsstrategi (i form av f. eks aktiv rekruttering av skoler). Tiltakseier prioriterer å følge opp og kvalitetssikre skoler som allerede gjennomfører Unge & Rus fremfor å rekruttere flere skoler som man ikke har kapasitet til å følge opp.

### **Kvalitetssikring av tiltaket**

Tiltakseier har i mange år fulgt ulike skoler i implementeringen av Unge & Rus, noe som skal bidra til kvalitetssikring av tiltaket. Erfaringer fra skoler som har implementert tiltaket har eksempelvis ført til justeringer og presiseringer av programmet. Videre er prosessstudiene av Unge & Rus med på å utforme program og innhold på arbeidsseminarene i Unge & Rus (Andreassen et al., 2009; Steinkjer, 2008; Trondsen, 2005). Ut fra disse erfaringene gjennomføres kvalitetssikringen ved at det på [www.ungeogrus.no](http://www.ungeogrus.no) blir beskrevet råd om hvordan tiltaket skal iverksettes og gjennomføres.





Det stilles imidlertid ingen formelle krav til kvalitetssikring for skoler som ønsker å ta i bruk Unge & Rus. Dette kommer av at a) fagpersoner som deltar på kurs står fritt til å utøve tiltaket som de vil, og av at b) tiltaket ligger fritt tilgjengelig på nettet, slik at alle som ønsker å ta i bruk tiltaket kan gjøre det fritt uten noen form for kvalitetssikring. Selv om tiltaket ligger fritt på nettet, og alle i prinsippet kan gjennomføre tiltaket på egen skole, så anbefaler KoRus-Nord at alle lærere som skal gjennomføre Unge & Rus bør delta på opplæring/arbeidsseminar.

### **Kostnadene for implementering av tiltaket**

Utover fristilling av personale til å delta på kurs er det ingen kostnader knyttet til å iverksette og gjennomføre tiltaket. KoRus-Nord tar ingen kursavgift når det arrangerer arbeidsseminar for lærere.

### **Ungsinnspanelets vurdering av tiltaket**

Unge & Rus er et universalforebyggende skolebasert tiltak som retter seg mot elever i ungdomstrinnet og har som mål å utvikle kunnskaper om bruk av alkohol, å styrke holdningene mot bruk av alkohol, å styrke ferdigheter til å si nei til rus og å utsette alkoholdebut. Unge & Rus er godt knyttet til eksisterende teori og er beskrevet gjennom oversiktlige manualer, i bøker og andre publikasjoner ([www.ungeogrus.no](http://www.ungeogrus.no)). En evaluering av forløperen til Unge & rus, "Ungdom og alkohol" viste signifikante, men små effekter på alkoholbruk og holdninger til alkohol. Unge og rus kan ses på som en utvidet versjon av tiltaket "Ungdom og alkohol", men det er foreløpig ikke gjennomført noen (eksperimentelle eller kvasi-eksperimentelle) effektevalueringer av Unge & Rus i sin nåværende form.

Tiltakets implementeringspolitikk er i hovedsak knyttet til egenrekruttering. Tiltaksutvikler tilbyr systematisk opplæring i tiltaket, uten at det foreligger noe formelt krav om å ha gjennomgått opplæring for å utøve tiltaket. Det finnes heller ikke noe krav til vedlikehold av kompetanse hos utøverne av tiltaket. Krav til opplæring og vedlikehold av kompetanse vil kunne styrke tiltaket.

### **Ungsinns klassifisering**

Det foreligger detaljerte beskrivelser av Unge & Rus og tiltaket har god teoretisk forankring. Programmet klassifiseres som et sannsynlig virksomt tiltak på evidensnivå 2.



## Referanser:

- Abrams, D. B., & Niaura, R. S. (1987). Social learning theory. In H. T. Blane, & K.E. Leonard (Eds.), *Psychological theories of drinking and alcoholism* (pp. 131-180). New York: The Guilford Press.
- Ajzen, I. (1991). The theory of planned behavior. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50, 179-211.
- Andreassen, M., Steinkjer, B., & Gravrok, Ø. (2009). *Rusforebyggende arbeid i videregående skole. Erfaringer med tiltaket Unge & Rus*. Narvik: Kompetansesenter rus, Nord-Norge.
- Bandura, A. (1977). *Social learning theory*. New Jersey: Prentice-Hall.
- Dishion, T. J., & Patterson, G. R. (2006). The development and ecology of antisocial behavior in children and adolescents. In D. Cicchetti & D. J. Cohen (Eds.), *Developmental psychopathology: Risk, disorder, and adaptation* (2 ed.) (pp. 503-541). New Jersey: John Wiley & Sons.
- Fishbein, M., & Ajzen, I. (1975). *Belief, attitude, intention and behavior: An introduction to theory and research*. Reading, MA: Addison-Wesley.
- Fisher, L.A., & Bauman, K.E. (1988). Influence and selection in the friend-adolescent relationship: Findings from studies of adolescent smoking and drinking. *Journal of Applied Psychology*, 18, 289-314.
- Henriksen, Ø. (1999). *Forebygging, fellesskap og forandring. En rapport om utforming av et rusforebyggende program i ungdomsskolen*. HiBo-rapport 2. Høgskolen i Bodø.
- Koposov, R., Jørgensen, F. W., Adolfsen, F., & Martinussen, M. (2009): *Forebygging av alkoholbruk blant ungdommer i Nord-Norge. Implementering og evaluering av Unge & Rus. Et pilotprosjekt*. RBUP Nord, Universitetet i Tromsø.
- Koutakis, N., Stattin, H., & Kerr, M. (2008). Reducing youth alcohol drinking through a parent-targeting intervention: The Örebro prevention program. *Addiction*, 103, 1629-1637.
- Moffitt, T. E. (2006). Life-course-persistent versus adolescence-limited antisocial behavior. In D. Cicchetti & D. J. Cohen (Eds.), *Developmental psychopathology: Risk, disorder and adaptation* (2 ed) (pp. 570-598). New Jersey: John Wiley & Sons.
- Nordahl, T., Gravrok, Ø., Knudsmoen, H., Larsen, T. M. B., & Rørnes, K. (2006). *Forebyggende innsatser i skolen*. Rapport fra forskergruppe oppnevnt av Utdanningsdirektoratet og Sosial- og helsedirektoratet.
- Steinkjer, B. (2008): *Tiltaket Unge & Rus – en prosessevaluering. En studie av iverksetting og gjennomføring av et rusforebyggende tiltak i skolen*. Narvik: Nordnorsk kompetansesenter-Rus.
- Trondsen, M. (2005). *Rusforebygging på nett. Evaluering av nettutgaven til det rusforebyggende tiltaksprogrammet "Unge & Rus"*. Tromsø: Nasjonalt senter for telemedisin.
- Wilhelmsen, B. U. (1997). *Development and evaluation of two educational programmes designed to prevent alcohol use among adolescents*. Doktorgradsavhandling. Det psykologiske fakultet, Universitetet i Bergen.
- Wilhelmsen, B. U., Laberg, J. C., & Klepp, K. I. (1994). Evaluation of two student and teacher involved alcohol prevention programmes. *Addiction*, 89, 1158-1165.