Streng oppdragelse

RAMMER: Det er mye omsorg og kjærlighet i å være en restriktiv forelder.

SKRIVER: Ingelise Egelund Edvardsen, SLT-koordinator i Alstahaug kommune.
FOTO: HENRY KLÆBOE

friskt liv!

➤ Den første mandagen i måneden presenterer Helgelands Blad en egen spalte fra Frisklivssentralen i Alstahaug.
➤ Her skal de ansatte gi gode råd om et tema innen helse.
➤ I dag er det en gjesteskribent: Ingelise Egelund, SLT-koordinator i Alstahaug. SLT er forkortelse for «samordning av lokale kriminalitetsforebyggende tiltak».
➤ Tema: Vær en streng forelder. Sett grenser i forhold til alkohol og andre rusmidler.

Som samfunn og kommune er vi opptatt av å redusere unges bruk av alkohol og å forskyve debut alderen for bruk av alkohol blant ungdom.

Hvordan lykkes vi med det? Er det foreldre eller ungdommens venner som har størst påvirkning på den unges rusvaner?

Forskning

Ungdomsforskningen de siste ti årene viser at foreldre – i motsetning til tidligere – har signifikant betydning for ungdommens alkoholbruk. Forskningen viser også at de er de viktigste, også viktigere enn ungdommens venner, i form av påvirkning av ungdommens holdninger og valg – særlig når det gjelder bruk av alkohol og illegale rusmidler.

UngData er en studie av mange ulike sider av de unges liv som gjennomføres i samtlige norske kommuner med svar fra ungdom i ungdomsskolen og første året på videregående skole.

Alkohol

Studien viser at når foreldre har oversikt over hvor de unge er, hvem de er sammen med, og dessuten kjenner vennenes foreldre, har dette stor betydning for de unges bruk av alkohol.

Det samme UngData-materialet forteller oss at ungdom som vet at de ikke får lov å drikke alkohol, drikker vesentlig mindre enn ungdom som ikke vet, og særlig mindre enn de som får lov til å drikke alkohol av foreldre.

Materiellet viser også at 90 prosent av de unge stoler på sine foreldre, og 90 prosent av foreldrene stoler på sine ungdommer.

Tillitsforholdet mellom ungdom og foreldre er viktig. E slikt gjensidig tillitsforhold gir utslag i at den unge drikker betydelig mindre enn den nå ganske lille gruppen av unge, som ikke uttrykker et slikt tillitsforhold.

Narko

All forskning tyder på at alkohol i de aller fleste tilfeller er inngangsporten til illegale rusmidler som for eksempel cannabis, tabletter eller annen narkotika.

Forskningen tyder også på at det er en klar sammenheng mellom å bruke cannabis og drikke alkohol.

UngData-undersøkelsene viser at nesten alle som bruker cannabis også ruser seg på alkohol. Og tilsvarende; de ungdommer som ikke drikker alkohol benytter sjeldent cannabis.

Derfor er det så utrolig viktig, i forebyggingsøyemed, at du som foreldre er bevisst på hvor viktig du og dine holdninger er – i forhold til å forebygge et fremtidig rusmisbruk hos din ungdom.

Ta kontakt

I forbindelse med det forebyggende rusarbeidet i kommunen samarbeider etatene tett. Dette inkluderer skoler, barnevern, helsestasjon, psykisk helse- og rus, leger, politi og SLT-koordinator – for å fange opp ungdom som er i faresonen for å utvikle et rusmisbruk.

Jeg oppfordrer alle foreldre å ta kontakt dersom de er bekymret for eget barn eller andres sine barn slik at vi i fellesskap kan hjelpe ungdommene på rett vei.

Ingelise Egelund,
SLT-koordinator,
Alstahaug kommune

■ SLT er forkortelse for Samordning av lokale kriminalitetsforebyggende tiltak.

sudoku

MIDDELS

	9		8		5			
	3	8	2	1	7	9		6
	7	4	6	9	3		8	1
						1		
	8		5			2		
7	6	9		8		4		
3	1	6			9	8	5	4
	2		4	6		7	1	3
8			3	5	1	6	9	

VANSKELIG

	5	9	6	3				
			7					
4			5				2	3
	8			4		3		
2		4		7	3		5	
	1		2	5		9	8	
						4		
3		8			5	2		7
5			9		7	6	3	

NÅDELØS

			5				3	1
8	1	2			4			
1	5							6
	2			5	8			
				6	2		4	
	3		7		9			
						2	6	