

'GODT, DET IKKE ER EN SKRÆK-SIDE'

Ny hjemmeside om unge og rusmidler - uden løftede pegefingre.

LUCKY7

AF DIDDA LARSEN OG MIKKEL WIESE

Farvel til løftede pegefingre og fotos af unge med røde øjne. Goddag til en 'fitnessorienteret' tilgang til arbejdet med unge og rusmidler. U-turn - Københavns Kommunes tilbud til unge, der ryger hash eller tager stoffer - har fået en ny hjemmeside. Den henvender sig både til unge, forældre og professionelle.

Mange af nutidens beskrivelser af unge og rusmidler er fulde af ord som misbrug, afhængighed og narkomani. De er fyldt med beskrivelser af de negative og problematiske følger af hash og stoffer så som forringelse af kognitive funktioner, glidebaner mod nålen i armen, eller hvad der ellers måtte gøre sig gældende ved omtalen af de enkelte rusmidler. Men ofte er der meget lidt om, hvad de unge kunne få ud af at undlade at anvende rusmidler? Hvad er det

egentlig for et liv, de går glip af ved at bruge meget af deres energi på stofferne? Eller endnu mere positivt: Hvilke gevinster er der ved at stoppe med hash eller stoffer?

Vi beskriver her det pædagogiske og formidlingsmæssige U-turn, vi har foretaget i arbejdet med hjemmesiden www.uturn.dk.

Artiklen bygger også på fokusgruppe-interviews med unge og forældre, som har vurderet U-turns hjemmeside og sammenlignet med andre hjemmesider, som handler om unge og rusmidler.

Brug VO5 eller tab håret

'Godt, det ikke er en skræk-side. Der er ingen løftede pegefingre. Den er pæn og neutral, og den er nede på jorden. Den fanger mig.' Pige på 19 år.

Reklamefolkene har vidst det i årevis. Det, som pigen på 19 år siger om uturn.dk. Vi har bare været lidt

bagefter. Produkter er lettest at sælge, hvis de fremstår attraktive og lækre. Det er nok få flasker shampoo, der er blevet solgt med skræmmeslogans som: 'Hvis du ikke bruger VO5, så falder dit hår af'.

Vi kommer nok heller ikke til at se mange reklamer for fitnesscentre, hvor overvægtige, livsudslukte 60-årige med hjertekarsygdomme forsøger at kæmpe sig op på en træningscykel. Derimod ser vi indbydende billeder af sunde og slanke mennesker, der signalerer overskud og handling. Reklamerne er billeder på, hvad vi kan få ud af at melde os ind i et fitnesscenter. Ikke på, hvad der sker, hvis vi ikke gør det. De positive fortællinger om fitness, glæde og overskud motiverer, fordi det er fortællinger, vi har lyst til at forbinde med vores egen historie. Derfor kan man kalde tilgangen på uturn.dk 'fitnessorienteret'.

Test dig selv – farvel til hash og stoffer

I forlængelse af vores 'fitnessstilgang' har vi på uturn.dk udviklet to tests til unge, der måske er interesserede i at bruge færre rusmidler. Her får de opremset ti gevinster ved at ophøre med henholdsvis at ryge hash og tage stoffer. Herefter kan de krydse af og tage stilling til, hvor mange af gevinsterne, de selv har oplevet, når de i perioder har røget mindre hash eller taget færre stoffer.

Andre steder udvikler man tests, der er designet til at få de unge til at 'erkende', at de har et misbrug af hash eller stoffer. Tests, der kan hjælpe den unge med at skabe en fortælling om, at han eller hun er 'misbruger'. Eller beskrivelser af unges typiske 'tegn på misbrug' så som røde øjne og problemer med at passe skolen, henvendt til bekymrede forældre.

På uturn.dk vil vi hellere være konstruktive og skabe en fortælling om gevinsterne ved ophør. Vores måde at give de traditionelle tests et twist og vende dem på hovedet har også den positive sideeffekt, at de fokuserer på de gode erfaringer, som de unge allerede har gjort sig med at stoppe eller skære ned. Mange unge, der har gennemprøvet disse tests i U-turn, giver udtryk for, at denne tilgang inspirerer dem. Som en ung, der har deltaget i en af U-turns aftengrupper sagde:

'Denne måde at snakke om hash på gav mig lyst til at prøve at stoppe med at ryge hash.'

Også forældre til unge i en 7. klasse, som vi har foretaget et fokusgruppeinterview med, finder inspiration i testene. De oplever, at testene kan danne grundlag for en konstruktiv og handlingsorienteret dialog med deres børn om rusmidler. En dialog, der har udgangspunkt i virkelige unges erfaringer med rusmidler frem for at være baseret på frygt, løftede pegefingre og envejskommunikation, sådan som beskrivelser af 'tegn på misbrug' typisk lægger op til. En forælder fra fokusgruppen fortæller

TEST DIG SELV Farvel til hash?

Overvejer du, om det er værd at stoppe med at ryge hash? Har du prøvet at stoppe før, men er begyndt igen? Så er denne test skabt til dig. Her kan du teste, hvor fedt et rygestop vil være for dig. Hvor mange af testens 10 gevinster ved rygestop har du oplevet?

10 UDSAGN OM DET FEDE VED AT SIGE FARVEL TIL HASHEN:

1. Jeg er bedre til at huske aftaler og komme til tiden.
2. Det er blevet lettere at finde ord for det, jeg vil sige.
3. Det er blevet lettere at være sammen med andre, der ikke ryger hash.
4. Det bliver vigtigt for mig at gøre noget ved tingene.
5. Det er blevet lettere at gøre flere ting samtidig – uden at tabe tråden.
6. Jeg er blevet bedre til at se en sag fra flere sider.
7. Jeg er blevet bedre til at koncentrere mig.
8. Jeg kan godt ændre opfattelse af en sag, hvis jeg får nogle gode grunde til det.
9. Jeg føler, at jeg kender mig selv bedre.
10. Jeg er mere opmærksom på, hvad der sker i mine omgivelser.

Du har helt sikkert haft flere gode oplevelser end de ti, der er beskrevet her, når du har droppet hashen. Send os en mail til u-turn@sof.kk.dk. Så bliver din gode oplevelse publiceret på denne side. På den måde kan du inspirere andre, der overvejer at lægge hashen på hylden.

TEST DIG SELV Farvel til feststoffer?

Overvejer du, om det er værd at stoppe med at tage stoffer? Har du prøvet at stoppe før, men er begyndt igen? Så er denne test skabt til dig. Her kan du teste, hvor mange gode grunde du har til at sige farvel til stofferne. Hvor mange af testens 10 gevinster ved at stoppe med stofferne har du oplevet?

10 UDSAGN OM DET FESTLIGE VED AT SIGE FARVEL TIL STOFFERNE:

1. Mine mandage er blevet meget bedre. Jeg er ikke længere trist og ked af det, men føler mig i stedet mere glad og afslappet.
2. Mit humør svinger ikke så meget mere. Jeg har det fint nok, når jeg står op om morgenen.
3. Jeg kan bedre overskue at komme af sted til de ting, jeg skal.
4. Jeg har nemmere ved at fokusere og koncentrere mig om opgaver, jeg skal løse.
5. Jeg er blevet bedre til at tale med dem, jeg holder af.
6. Jeg føler, at jeg kender mig selv bedre.
7. Folk forstår mig bedre.
8. Jeg er mere interesseret i, hvad der sker omkring mig.
9. Jeg er blevet bedre til at styre mit temperament.
10. Jeg har fået bedre økonomi.

Du har helt sikkert haft flere gode oplevelser end de ti, der er beskrevet her, når du har droppet feststofferne. Send os en mail til u-turn@sof.kk.dk. Her kan du fortælle om ting, du har oplevet. Så bliver din gode oplevelse publiceret på denne side. På den måde kan du inspirere andre, der overvejer at lægge stofferne på hylden.

FAKTA OM WWW.UTURN.DK

Den nye hjemmeside uturn.dk er bl.a. muliggjort via en bevilling til udvidelse og udvikling af den forebyggende indsats over for familier i Københavns Kommune. Grundtanken bag uturn.dk er at inspirere unge, forældre og professionelle til hjælp til selvhjælp. Vi ønsker at inspirere uturn.dk's brugere til selv at blive i stand til at handle i deres situation. Samtidig er opgaven at fortælle om U-turns tilbud på måde, så de virker tiltalende for potentielle brugere. Hjemmesiden erstatter U-turns første hjemmeside, som blev til på kort tid, og som udelukkende beskrev U-turns tilbud.

FAKTA OM U-TURN

U-turn er Københavns Kommunes gratis tilbud til unge under 25 år, der ryger hash eller tager stoffer. U-turn tilbyder åben, anonym rådgivning og længerevarende forløb, hvor unge kan få hjælp til at gøre noget ved deres forbrug af hash og andre rusmidler. U-turn er også et tilbud til familie, venner og kæresten til de unge. Professionelle kan benytte U-turns rådgivning og bruge U-turn som konsulenter. Læs mere på www.uturn.dk

om sit indtryk af hjemmesiden:

'Som forælder synes jeg, at hjemmesiden virker tillidsvækkende. Der er ikke nogen løftede pegefingre. Man bliver beroliget, når man kommer ind på siden. Man får en fornemmelse af, at ens barn kan overleve.'

Du må ikke bedrive druk

Men selv for to webmastere, der tænker meget over at holde pegefingrene for sig selv, kan det nogle gange smutte. På uturn.dk kunne man indtil for nylig læse følgende velmente råd:

'Det har stor betydning for unge, hvad forældre mener om rusmidler. Unge påvirkes af forældrenes egne alkoholvaner og af forældrenes holdninger til rusmidler. Det er derfor vigtigt selv at være et godt eksempel, sætte nogle rammer og at have en dialog i familien omkring forholdet til rusmidler.'

Både fokusgruppen af forældre til unge i 7. klasse og en mor til en ung, der har været indskrevet i U-turn reagerede på dette. De mente med god ret, at vi her ikke lever op til vores egne idealer om at undgå at løfte pegefingrene. Som moren sagde:

'Jeg føler mig anklaget, når jeg læser sådan noget, som det I skriver med, at det har stor betydning, hvad forældre gør med alkohol. Det er det samme,

som hvis jeg får at vide: Du skal interessere dig for dit barns skole – det ved man jo ligesom godt. Og det er jo også noget, der kan give virkelig dårlig samvittighed. Selvfølgelig ønsker man det bedste for sit barn. Og selvfølgelig gør man, hvad man kan, og ønsker ikke at genere sit barn. Man ved godt mange ting, så det er ikke et spørgsmål om at gøre sådan eller sådan.... Man har ikke behov for at blive belært...'

Nu passer min datter ind

Men de steder, hvor vi har givet os den nødvendige tid til at skrive inkluderende og anerkendende, har uturn.dk's brugere reageret positivt:

'Tidligere syntes jeg ikke, min datter skulle gå i daggruppen i U-turn. Det var, som om det var for unge, der var lidt længere ude i problemer. Men efter jeg læste om daggruppen på den nye hjemmeside, var det, som om jeg kunne se, at min datter godt kunne passe ind og få noget ud af at gå der.'

Moren, der her fortæller om sit møde med U-turns hjemmeside, havde fået daggruppen beskrevet hos en sagsbehandler og læst om det på U-turns gamle hjemmeside. Den gamle hjemmeside var blevet til i en travl periode og bar ikke præg af samme grad af formidlingsmæssige overvejelser. Derfor er det ikke mærkeligt, at moren ikke fik

lyst til at sende sin datter i armene på os. Hendes oplevelse var, at U-turns daggruppe var for unge, der var 'længere ude i problemer' end hendes datter.

Hun ønskede altså ikke at forbinde sin datters situation med den tidligere beskrevne version af U-turns daggruppe. For hvem ønsker at blive forbundet med ordet misbrug? Eller at høre sin datter beskrevet som afhængig af hash? Hun gav udtryk for, at daggruppen var beskrevet på en måde, der for hende virkede som stigmatiserende og noget, hun ikke havde lyst til at forbinde med sin datters situation.

Den nuværende beskrivelse af daggruppen var i højere grad i overensstemmelse med en fortælling, der gav mening for hende. Den indebar nemlig ikke, at hun skulle kategoriseres som 'dårlig mor' til en 'mislykket teenager' på stoffer, der skulle 'reddes' og så videre.

Hun kunne i stedet få lov at indskrive sin datter i et tilbud, der henvender sig til unge, som i en periode har brug for lidt omsorg og støtte til at gøre noget ved deres forbrug af rusmidler. Og dermed kunne hun bevare sin identitetsfortælling om en god og engageret mor med en lige så god teenagedatter. Den positive identitetsfortælling bliver ikke

MIKKEL WIESE
CAND.MAG.
DIDDA LARSEN
CAND.COMM.

BEGGE ARBEJDER MED UNGE & FORÆLDRE,
HJEMMESIDE OG PR I U-TURN



mindre væsentlig, når man som mor og hendes datter står i en svær livssituation.

Fede Dorit vil ikke hjælpes

Det er ikke kun unge, der ryger hash eller tager stoffer, og deres forældre, som ikke ønsker at blive stemplet som 'mislykket'. Det fik Sundhedsstyrelsen for nyligt at mærke, da man evaluerede et ambitiøst slankekøprojekt, som de startede i 2005. Vanskeligheden med at få lov til at hjælpe børnene og deres forældre hænger ifølge Sundhedsstyrelsen selv sammen med menneskers modvilje mod at blive stemplet. I en artikel i Nyhedsavisen fortæller en projektleder:

'Fedme er tabubelagt og forbundet med dovenskab. Forældrene har ikke lyst til at få sat deres børn i den bås. De ved godt, at det er forkert, at deres børn er overvægtige, fordi de udsættes for mobning og samtidig en sundhedsrisiko. Men det kræver erkendelse og ressourcer fra forældrenes side, før de vil være med i projektet,' forklarer Maria Winther Koch, projektleder i Center for Forebyggelse, Sundhedsstyrelsen. (Citeret fra Pernille Mainzs artikel i Nyhedsavisen 18/9 2007).

En lokal projektleder på fedme-projektet forklarer i artiklen vanskelighederne således:

'Det er vanskeligt, fordi vi bevæger os ind i den personlige sfære. Forældrene føler, at fedme-problemet er deres skyld, og når vi har kontaktet dem, har vi oplevet at få at vide, at vi skulle blande os helt udenom,' siger kommunens projektleder Karin Viuff. (Citeret fra Pernille Mainzs artikel i Nyhedsavisen 18/9 2007).

Farvel til skyld – goddag til 'fitness'

Vi ønsker alle at inkludere og ikke at medvirke til marginalisering og stigmatisering af de mennesker, vi møder i vores arbejde. Disse idealer er udbredte mange steder i landet – særligt hvor elementer af systemisk tænkning har vundet indpas. Dette er også tilfældet i U-turn, hvor vi

anvender løsningsorienterede, narrative og coachinginspirerede elementer i vores samtaler med unge, forældre og professionelle. Vores erfaringer siger, at de unge føler sig mødt, accepteret og anerkendt, når vi anvender disse tilgange. Alt dette er med til at øge deres motivation til forandring, deres selvværd og deres styrke til at rykke i deres liv.

Ved at kommunikere 'fitnessorienteret' taler vi til folks ønsker, forhåbninger og drømme. Dermed er der ikke behov for, at forældre eller unge skal 'erkende' og føle skyld over, at de ikke har slået til.

De gode, anerkendende ideer tilsidesættes ofte, når vi skriver til og om de mennesker, vi arbejder med. Dét vi godt ved, når vi møder folk personligt, glemmer vi ofte lige så hurtigt, som vi kan nå at tænke for computeren. Her bliver fristelsen til at putte i bokse så stor, at de mennesker af kød og blod, vi lige har talt med øjeblikket før, med ét slag forvandler sig til misbrugere, uadædagerende, uintegrerbare og overvægtige.

Men har vores måde at skrive om mennesker på ikke stor betydning? Kan det ikke ændre deres selvopfattelse? Eller mere positivt formuleret: Er det skriftlige ikke et virkningsfuldt redskab, hvis vi ønsker at påvirke nogle mennesker? Vores svar er et stort og rungende: JO! ■



ANTOLOGI OM SOCIALT ARBEJDE OG UNGE MED MISBRUG: UNDER HUDEN PÅ PROBLEMET

Unge brug af rusmidler har i mange år været genstand for opmærksomhed. Især er der bekymring for forbruget hos de helt unge, dvs. dem under 18 år.

Fem vinkler

Men hvornår bliver brug til misbrug – og hvordan bliver misbrug til afhængighed? Hvilke unge er særligt udsatte? Hvad kan det sociale system gøre for at hjælpe, og hvordan bliver medarbejderne klædt på til opgaven?

Det er nogle af de spørgsmål, der diskuteres i en ny antologi, 'Under huden på problemet'. Antologiens fem artikler kaster fem forskellige vinkler på socialt arbejde med unge, der har problemer med rusmidler. Bidragene spænder fra forskernes hypoteser og nyeste viden til praktikerens konkrete indsats i behandling og pædagogik. Bidragene leveres af Karen Rostrup Böyesen, Morten Nissen, Henrik Rindom, Poul og Anette Friberg og Rikke Dalentoft og Henrik Jørgensen. Antologien udspringer af et samarbejdsprojekt mellem Servicestyrelsen og Landsforeningen af pædagogiske opholdssteder (LOS).

Hvis du vil læse bogen...

Bogen kan downloades fra Servicestyrelsens hjemmeside, www.spesoc.dk, under Publikationer. Den trykte udgave kan bestilles hos Udsatteenheden i Servicestyrelsen, tlf. 3317 0905 eller via e-mail alg@vcudsatte.dk