

# Det kan være svært at være en positiv rollemodel som ældre gymnasieelev for de yngre, når det at drikke sig fuld er normen

I en gymnasiekultur, hvor indtag af store mængder alkohol er normen, kan det være vanskeligt for ældre elever at skulle være rollemodeller i en sundhedsfremmende indsats og opfordre til at drikke mindre. Det viser resultaterne af en procesevaluering af 'Gymnasier Fuld af liv' – en forskningsbaseret indsats, der skal få gymnasieelever til at drikke mindre.

AF VERONICA PISINGER, SOFIE HAVE HOFMANN, JOHANNE AVIAJA ROSING, LAU CASPAR THYGESEN,  
RIKKE KRØLNER OG JANNE SCHURMANN TOLSTRUP



STOF NR. 44 / FORÅR 2023



Veronica Pisinger er forsker, ph.d., ved Det Sundhedsvidenskabelige Fakultet, Syddansk Universitet



Johanne Aviaja Rosing er akademisk medarbejder ved Det Sundhedsvidenskabelige Fakultet, Syddansk Universitet



Rikke Krølner er seniorforsker, ph.d., ved Det Sundhedsvidenskabelige Fakultet, Syddansk Universitet



Sofie Have Hofmann er ph.d.-studerende ved Det Sundhedsvidenskabelige Fakultet, Syddansk Universitet



Lau Caspar Thygesen er professor, ph.d., ved Det Sundhedsvidenskabelige Fakultet, Syddansk Universitet



Janne Schurmann Tolstrup er professor, ph.d., ved Det Sundhedsvidenskabelige Fakultet, Syddansk Universitet

Forskning viser, at ung til ung-indsatser, hvor unge involveres i at forebygge rusmiddelforbrug blandt jævnaldrende eller yngre unge, kan mindske forbruget (1, 2). Unge lærer af hinanden, og det kan appellere mere at få leveret et budskab af en anden ung, som man kan identificere sig med, end fra voksne. Unge kan således fungere som rollemodeller og være pålidelige afsendere på sundhedsfremmende budskaber. Brug af rollemodeller anbefales netop som en metode til adfærdændring i de fleste retningslinjer for udvikling af sundhedsfremmende indsatser (3, 4). **Tidligere procesevalueringer viser, at modtagerne generelt oplever ung til ung-indsatser positivt. De foretrækker sessioner med unge frem for lærerstyrede sessioner, da de bedre kan relatere sig til de unge undervisere, og vurderer, at de er troværdige informationskilder (5).** Vi ved derimod mindre om, hvordan unge oplever det at påtage sig rollen som rollemodel ved levering af sundhedsfremmende indsatser, særligt hvis den sundhedsadfærd, de skal forsøge at ændre, er normen.

**Ung til ung i 'Gymnasier Fuld af liv'-indsatsen** 'Gymnasier Fuld af liv' er en forskningsbaseret indsats, der skal mindske alkoholforbruget blandt unge på gymnasier. Indsatsen er udviklet af Kræftens Bekæmpelse og Trygfondens Fuld af liv-kampagne og forskere på Statens Institut for Folkesundhed, Syddansk Universitet. Indsatsen blev afprøvet på ni gymnasier i skoleåret 2019-2020. Gymnasier Fuld af liv-indsatsen består af flere elementer, f.eks. etablering og håndhævelse af alkoholpolitik på gymnasiet, der sikrer trygge rammer og mindre tilgængelighed af alkohol, undervisning af elever og involvering af forældre. Flere dele af indsatsen bygger på en ung til ung-tilgang, hvor ældre elever skal være rollemodeller for de nye elever. På mange gymnasier har de et introduktionsvalg, der består af ældre elever, der tager imod de nye 1. g-elever, samt et festudvalg, hvor eleverne står for at arrangere

gymnasiefesterne. I Gymnasier Fuld af liv-indsatsen bliver eleverne i intro- og festudvalg gennem et halvanden time langt uddannelsesforløb klædt på til at arrangere et introforløb for nye 1. g'ere og gymnasiefester med mere fokus på fællesskab og mindre fokus på alkohol (6). Eleverne i intro- og festudvalg bliver i undervisningsforløbet gjort opmærksomme på, hvordan de som medlem af et socialt udvalg automatisk kommer til at fungere som rollemodeller for de øvrige elever på gymnasiet. Eleverne, som indgår i intro- og festudvalg, har derfor ikke valgt at skulle være rollemodeller for en sundhedsfremmende indsats, men vil i kraft af deres naturlige sociale position som rollemodel for de øvrige elever blive udvalgt i indsatsen til at være rollemodel og levere dele af indsatsen. Du kan læse mere om indsatsen og få adgang til alle materialerne på [www.gymnasierfuldafliv.dk](http://www.gymnasierfuldafliv.dk).

Som en del af procesevalueringen af Gymnasier Fuld af liv interviewede vi – et hold af forskere fra sundhedsvidenskab på Syddansk Universitet – elever fra intro- og festudvalg om deres oplevelser med at skulle påtage sig funktionen som rollemodel og levere indsatsen. Vi interviewede eleverne i fire fokusgrupper samt i 21 individuelle interviews med medlemmer fra intro- og festudvalg fra seks ud af de ni deltagende gymnasier i Gymnasier Fuld af liv-indsatsen. Interviewene viste, at opgaven med at være rollemodel ikke var lige let for alle og var forbundet med en række dilemmaer.

### **Rollemodellerne oplevede, at det var svært at gå imod normen for alkohol på gymnasiet**

Selvom de fleste af eleverne i både intro- og festudvalg, som skulle fungere som rollemodeller i indsatsen, gav udtryk for, at de støttede budskabet om at drikke mindre og at skabe plads til alle – også dem, der ikke drikker eller ikke drikker så meget, oplevede en del, at det var udfordrende at skulle repræsentere Gymna-

sier Fuld af liv og gå imod den gældende norm for alkohol på gymnasiet. Et medlem af et introudvalg beskriver oplevelsen, da udvalget fik præsenteret indsatsen, således:

*"Jeg tror bare, når man står så mange unge sammen, så er det svært lige at være den eneste, der står ud og siger: 'Ej, jeg tror altså, de har ret, lad os lige prøve at følge det her'. Det var mere sådan noget, hvor man sad og var sådan 'ej, skal vi nu det her igen, ej, jeg har altså ikke tænkt mig at stå og sige, at de ikke behøver at drikke'"* (medlem af introudvalg, Gymnasium A).

Særligt i ungdomsårene kan det opleves som sårbart at skille sig ud og gå imod normen. Nogle elever har oplevet, at andre elever har reageret negativt, når de har prøvet aktivt at gå imod den etablerede alkoholkultur og opfordre til at drikke mindre. En elev fra et introudvalg oplevede at blive kaldt for "taber", da hun valgte ikke at drikke til introfesten, for at være et godt eksempel for de nye elever, og forsøgte at opmuntre både de nye og ældre elever til at huske at drikke vand. Særligt i overgangen til en ny social kontekst, som det at starte i gymnasiet eller mødet med en ny årgang, kan det føles sårbart at skulle gå imod normen og risikere sit fremtidige ry og rygte, som et medlem af et introudvalg forklarer:

*"Jeg tror bare, teenagers er bange for, hvad folk kommer til at synes om en. 'Jeg skal gå her i 3 år til eller 2 år til, og hvad kommer folk til at sige om mig?'"* (medlem af introudvalg, Gymnasium C).

Oplevelserne blandt medlemmerne af introudvalgene viser, hvor stærk normen om at drikke alkohol er på gymnasierne, og hvor vigtigt det føles i ungdomsårene at passe ind og blive accepteret.

### **Rollemodellerne oplever udfordringer med at levere sundhedsfremmende budskaber om alkohol troværdigt**

En del elever oplevede også, at de havde svært ved at formidle indsatsens budskab troværdigt. Særligt hvis deres egen drikkepraksis ikke var i overensstemmelse med indsatsens budskab. Som et medlem af et introudvalg siger:

*"Det er ikke så ubehageligt igen. Men jeg synes, at det er lidt ironisk, fordi nu er jeg selv en person, der drikker rigtig meget. Så det er lidt ironisk, at jeg sidder og snakker om, hvordan de skal drikke*

*mindre"* (medlem af introudvalg, Gymnasium H). Når indsatsens budskaber og værdier ikke stemmer overens med elevernes egne holdninger til alkohol og drikkepraksis, savner de konkrete anvisninger til, hvordan de kan repræsentere projektet:

*"Jeg tror, der er nogen, der har følt sig meget lidt en del af det [Gymnasier Fuld af liv], for hvorfor være en del af det, når man personligt har gode oplevelser med alkohol og nyder de fester med alkohol? Hvorfor så være en repræsentant for noget, man ikke nødvendigvis kan stå inde for, uden rent faktisk at have en grund til det eller få ordre om, hvad er det egentlig jeg skal gøre?"* (medlem af introudvalg, Gymnasium C).

**Selv elever, som ikke oplever samme splittelse i forhold til deres egen drikkepraksis eller holdninger til alkohol, og som gerne vil støtte op om indsatsens budskaber, synes, det er svært at levere et budskab om at drikke mindre på en overbevisende måde i en gymnasiekultur, hvor det at drikke store mængder alkohol er normen.** Som et medlem af et introudvalg beskriver:

*"Jeg synes personligt, at det var svært at skulle komme op til dem (de nye 1. g-elever) og blive ved med at sige, det der med, 'husk nu og lad være med at drikke' og sådan. Men vi havde rigtig meget fokus på det i snakken, men hver gang at vi nævnte det, så blev der sådan smågrint. Som om, at det ligesom var noget, vi var tvunget til at sige"* (medlem af introudvalg, Gymnasium G).

### **Paradoks situation - når rammerne for festerne ikke støtter op om budskabet i indsatsen**

Medlemmer i festudvalg er typisk godt tilfredse med, at alkohol er et centralt element i de fester, de arrangerer. Som en festudvalgsformand beskriver:

*"Ja altså, unge piger og drenge, som i forvejen drikker, er i festudvalget. De fleste melder sig ind i festudvalget, fordi de får nogle fordele, som blandt andet er, og det er lidt uofficielt, men vi har fået lov til i vores festudvalg at drikke lidt ekstra eller have noget alkohol i vores rum, som vi kunne tage op [til festen]. Så at sætte nogle mennesker, som gerne vil have mere alkohol, til at prøve at skaffe mindre alkohol til alle andre, det fungerer bare ikke"* (medlem af festudvalg, Gymnasium A).

De var ofte modstandere af at ændre på formatet for festerne, da indsatsen kunne opleves som en kritik af det arbejde, de allerede udfører, når de arrangerer festerne. De var dog samtidig meget interesserede i at sikre inklusion og skabe fester, hvor alle elever følte sig velkomne, og de var derfor åbne for at gentænke aktiviteter og temaer. Nogle festudvalgslever oplever det som paradoksalt, at de fik til opgave at arrangere gode fester, som for dem er ensbetydende med at drikke alkohol, og samtidigt arbejde for at ændre alkoholkulturen og få de øvrige elever til at drikke mindre. Som en festudvalgslev formulerede det:

*"Det, vi gør, det er jo at stille alkohol til rådighed og stille et miljø til rådighed, hvor man drikker. ... Jeg synes bare, der er et eller andet paradoksalt omkring det. Det der med, at det, vi udbyder, det også er det, vi ikke vil have."* (medlem af festudvalg, Gymnasium F).

Desuden er festudvalgene ofte økonomisk afhængige af at sælge alkohol for at kunne finansiere festerne, hvilket ligeledes stod i modsætning til at skulle opfordre de øvrige elever til at drikke mindre.

### **Rollemodellerne følte, de stod alene med ansvaret og manglede støtte fra ledelsen**

På trods af at Gymnasier Fuld af liv-indsatsen består af flere elementer, og ledelsen har ansvaret for at sikre de overordnede rammer for alkohol på gymnasiet gennem arbejdet med skolens alkoholpolitik, beskrev nogle introelever, at der gennem indsatsen blev lagt et for stort ansvar på dem fx for at sikre, at der ikke opstod drikkepres. **De savnede, at ledelsen i højere grad havde stået for at sætte rammerne for alkohol til de sociale arrangementer på gymnasiet.** Som et medlem af et introudvalg beskriver:

*"(...) jeg kunne godt lide Fuld af liv. Det var et fint lille projekt, men jeg var ikke helt enig med udførelsen, specielt fordi det gjorde faktisk, at kontoret [ledelsen] var lidt mindre opmærksomme på det [alkoholforebyggelse], synes jeg, end de var sidste år, de var lidt mere blødsødne [i år], for nu skulle vi [medlemmer af introudvalget] jo allerede have sagt det"* (medlem af introudvalg, Gymnasium C).

Introlevuddannelsen havde givet anledning til nye refleksioner og et nyt ansvarsområde, men fordi de øvrige elever fra deres årgang ikke hav-

de været igennem samme uddannelsesforløb, oplevede flere introelever at stå alene med den nye viden og opgave. En introlev fortæller, at de til introfesten havde fået besked på, at de som introelever ikke måtte drikke, men at de øvrige 2.- og 3. g'ere var meget berusede, da de ankom:

*"Det ville være lidt det samme som at tage til en hvilken som helst holdsport og så informere den ene halvdel 'det skal I gøre' og så den anden halvdel om noget andet"* (medlem af introudvalg, Gymnasium C).

Flere af introeleverne fortæller også om oplevelser, hvor de andre 2.- og 3. g-elever har presset 1. g-eleverne til at drikke, og at det har været vanskeligt for dem at håndtere disse situationer. Introeleverne føler et ansvar over for de nye 1. g-elever, men oplever samtidig, at det er en udfordring og en (for) stor opgave at skulle irettesætte de øvrige jævnaldrende elever for at udøve drikkepres. For eksempel fortæller et medlem af et introudvalg:

*"Jeg havde flere drenge fra min klasse, der løb rundt med shotflasker og var sådan 'hallo tag et shot', og jeg gik også hen til dem og var sådan 'stop', for der var flere putter [1. g'ere], der var kommet hen til mig og var sådan 'han presser mig altså', og så var jeg sådan 'det der er ikke okay'"* (medlem af introudvalg, Gymnasium A).

Dertil kommer, at det langt fra er alle medlemmer af introudvalgene, som føler sig stærke nok til at gå imod den etablerede alkoholkultur og konfrontere andre elever direkte. Flere medlemmer af introudvalgene efterlyste, at hele gymnasiet gennemgik samme uddannelsesforløb, og savnede, at ledelsen satte tydelige rammer for alkohols placering i skolens sociale aktiviteter. Et medlem af et introudvalg siger f.eks.:

*"Jeg tror lidt, der er behov for, at alle på skolen fik at vide, hvordan de skulle behandle de nye elever, og ikke kun tutorerne [medlemmerne i introudvalget], fordi det var meget pres at lægge på os at sørge for, at alle opførte sig ordentligt over for de nye"* (medlem af introudvalg, Gymnasium A).

### **Hvad kan vi lære af erfaringerne fra 'Gymnasier Fuld af liv'?**

Erfaringerne fra Gymnasier Fuld af liv viser, at medlemmerne af intro- og festudvalg oplevede det som et (for) stort ansvar at skulle levere de sundhedsfremmende budskaber om at drikke mindre i

en alkoholkultur, hvor det at drikke store mængder alkohol er normen, og at de følte sig udsatte i rollen som rollemodel i forhold til deres jævnaldrende. **I fremtidige indsatser, der arbejder med sociale normer for alkohol, og hvor man ønsker at benytte sig af en ung til ung-tilgang, bør man derfor være opmærksomme på, hvilken sårbar position dette kan stille de unge i, og derfor sikre, at ledelsen udstikker tydelige rammer for gymnasiets alkoholkultur, der er i tråd med indsatsens målsætning.** Det kan ligeledes være en fordel at involvere de øvrige elever på gymnasiet, så det opleves som en fælles indsats og ikke som et særligt ansvarsområde for en mindre gruppe elever.

#### Referencer:

(1) MacArthur GJ, Harrison S, Caldwell DM, Hickman M, Campbell R. Peer-led interventions to prevent tobacco, alcohol and/or drug use among young people aged 11–21 years: a systematic review and meta-analysis. *Addiction* (Abingdon, England). 2016;111(3):391-407.

(2) Cuijpers P. Peer-led and adult-led school drug prevention: A meta-analytic comparison. *Journal of Drug Education*. 2002;32(2):107-19.

(3) Michie S, Atkins L, West R. The behaviour change wheel: a guide to designing interventions. 2014.

(4) Eldredge LKB, Markham CM, Ruitter RA, Kok G, Fernandez ME, Parcel GS. Planning health promotion programs: an intervention mapping approach: John Wiley & Sons; 2016.

(5) Harden A, Oakley A, Oliver S. Peer-delivered health promotion for young people: a systematic review of different study designs. *Health Education Journal*. 2001;60(4):339-53.

(6) Pisinger V, Have Hoffmann S, Rosing JA, Thygesen LC, Krølner RF, Tolstrup JS. Alkoholforebyggelse på gymnasier- Erfaringer fra indsatsen Gymnasier Fuld af liv. København: Statens Institut for Folkesundhed, SDU; 2021.



'Gymnasier Fuld af liv' er en forskningsbaseret indsats med formålet at reducere alkoholforbrug og drikkepres blandt gymnasieelever. Indsatsen er udviklet af forskere fra Statens Institut for Folkesundhed, SDU, i samarbejde med Kræftens Bekæmpelse og Trygfondens Fuld af liv-kampagne. Den blev afprøvet på ni gymnasier i skoleåret 2019-2020. På grund af coronanedlukningen var det ikke muligt at gennemføre den planlagte effektevaluering.

Læs mere her: [https://www.sdu.dk/da/sif/rapporter/2021/gymnasier\\_fuld\\_af\\_liv](https://www.sdu.dk/da/sif/rapporter/2021/gymnasier_fuld_af_liv)  
Få adgang til alle materialerne på [www.gymnasierfuldafliv.dk](http://www.gymnasierfuldafliv.dk)