

4

[SYFTE]

SYFTET MED lektionen är att träna eleverna i att förstå och uttrycka sina känslor samt få kunskap och förståelse för hur det kan vara att växa upp i en familj där någon vuxen missbrukar alkohol, narkotika eller läkemedel.

[INTRODUKTION]

BERÄTTA ATT ni idag ska visa en film på ca 5–10 min där ungdomar berättar om hur de upplevde att växa upp med en förälder som var alkoholist och hur de fick hjälp att hantera den stress och oro som detta utlöste.

VISA EN av filmerna från handledningen för klassen.

[FÖRBEREDELSE]

FÖR DENNA lektion behövs följande:

- ✘ Bladderblockspapper som du delar in i fyra fält. Skriv »arg«, »ledsen«, »besviken« och »glad« i varsitt fält.
- ✘ Ni behöver kunna spela upp en film.
- ✘ Titta igenom en lämplig film på temat »Barn i familjer med missbruk«.

4

ALKOHOL & FAMILJEN B

[FUNDERA PÅ]

GE ELEVERNA utrymme att kommentera filmen kort om något behöver sägas. Ge eleverna var sitt papper och be dem dela upp pappret i fyra fält som de sen skriver »arg«, »ledsen«, »besviken« och »glad« i. Be dem att brainstorma och skriva ner hur man kan bete sig när man känner så och hur man kan göra för att »få ur sig« det man känner. Utgå från filmen men skriv gärna ner egna exempel också. Ex under »arg«; slå i dörrar, skrika, skolka etc.

NÄR NI är klara så dela in klassen i grupper och diskutera följande frågor;

- ✘ Varför är det så olika från person till person hur man betar sig?
- ✘ Kan det vara olika från tillfälle till tillfälle hur man gör när man t ex blir ledsen? Varför är det så?
- ✘ Vilka för- och nackdelar kan det finnas med att visa eller inte visa sina känslor på detta sätt? Tänk på att inte kritisera varandra utan låt alla få komma till tals med sina tankar kring konsekvenserna av olika beteende.

[VERKSTAD]

GÅ IGENOM hur en bra kompis kan vara. Utgå från UNFs modell för »en kompis som förstår«. Skriv ner egenskaperna på tavlan och få eleverna aktiva i utförandet. Låt sen eleverna rita sin egen teckning av en kompis med dessa egenskaper. De som vill arbeta på egen hand gör det annars kan läraren dela upp klassen i smågrupper.

GÖR SEN övningen »Ja... Nej...Kanske...« på sida 51 i UNFs *Kompisbok*.

[AVSLUTNING]

SAMMANFATTNING

Om man lever med en förälder/vuxen som missbrukar alkohol, narkotika eller läkemedel så är det några saker som man behöver veta:

- ✘ Det är inte ditt fel att din mamma eller pappa dricker.
- ✘ Du är inte ensam om att ha en förälder som dricker.
- ✘ Det är tillåtet att prata om missbruket.
- ✘ Du kan inte bota din mamma eller pappa.
- ✘ Din mamma eller pappa kan bli bra igen.
- ✘ Du kan själv behöva hjälp.
- ✘ Du har rätt att må bra.

BE KLASSEN fundera i smågrupper på vilka vuxna i omgivningen som är bra att prata med. Någon som kan hjälpa, ge stöd eller förståelse för hur man har det. Någon som lyssnar bra och är klok, etc. Skriv exempel (inte namn) på post-it lappar och sätt sen upp dem på tavlan under följande rubriker; släkt/vänner, i skolan, på fritiden, på internet.

TILL NÄSTA GÅNG

Be eleverna gå in på internet och läsa mer på olika hemsidor. T ex www.ungdomar.se, www.unf.se, www.drugsmart.com, www.bris.se, www.glomdabarnen.se.

5

[SYFTE]

SYFTET MED den här lektionen är att eleverna skall reflektera över vilka andra faktorer som styr konsumtionen av alkohol förutom individens egna normer och värderingar. Vi vill att eleverna skall fundera över hur man med olika styrmedel kan förändra tillgången och efterfrågan på alkohol och därmed minska alkoholskadorna.

[INTRODUKTION]

FÖRKLARA att de flesta länder försöker begränsa tillgång och efterfrågan på alkohol och andra skadliga produkter med hjälp av olika lagar och regler. Detta skall vi tala om idag. Be eleverna berätta vilka regler de känner till om alkohol i vårt land.

LISTA reglerna på tavlan. Kommentera dem inte, men se till så att alla i klassen förstår vad som menas.

[FÖRBEREDELSE]

FÖR DENNA lektion behövs följande:

- ✘ En lokal som tillåter att man möblerar med öar för 4–6 personer.
- ✘ Blädderblock, kriter, pennor, tejp.
- ✘ Anteckningsmaterial till alla elever.
- ✘ Kopiera upp kafékort.

LÄS FAKTATEXTEN och sätt dig in i hur ett dialogkafé fungerar. Möblera klassrummet med »öar« redan från början.



ALKOHOL & SAMHÄLLET A

[FUNDERA PÅ]

GENOMFÖR ett dialogkafé. På varje bord ligger ett kafékort. Dialogkafé syftar till att man får tala med så många olika personer som möjligt om olika saker. Kan man få lite kaféstämning över det hela är det en fördel, med en burk pepparkakor och lite fantasi kommer man långt. Möblera i klassrummet med öar (kafébord) så att klassen delas in i grupper om 4–6 personer runt varje bord. På varje bord ligger ett stort papper och färgkritor och en konkret instruktion. Grupperna kan ha samma frågeställning eller olika (använd kafékorten).

FÖRKLARA hur övningen går till. Utse en bordsvärd som har uppgift att se till så att alla får prata. Gruppen hjälps åt med att skriva ned det som sägs på det stora pappret. Diskutera utifrån kafékortet. Börja alltid med att gå laget runt så att alla får komma till tals.

EFTER 5–10 minuter sprider sig deltagarna till nya bord. Bordsvärderna sitter kvar och introducerar nästa grupp i diskussionen. Dokumentationen fortsätter på samma papper. När man bytt bord tre gånger sätts pappren upp på väggen.

[VERKSTAD]

LÅT BORDSVÄRDEN vid varje bord presentera kafébordets blädderblocksblad och kort berätta om hur diskussionen gått runt bordet. Samla upp det viktigaste på tavlan. Låt eleverna förklara hur de tänkt om något verkar oklart. Låter något helt absurt, be dem som ligger bakom förtydliga hur de tänkte.

GÖR EN OMRÖSTNING. Var det något av det som kommit fram under samtalen som eleverna inte tänkt på innan? Gör några enkla omröstningar med handuppräkning kring några av de frågor som kanske kommer upp, t ex:

- ✘ Åldergränser har betydelse för ungas drickande, ja eller nej?
- ✘ Det dricks mer alkohol om den blir billigare, ja eller nej?
- ✘ Skulle vi dricka mer om alkohol såldes i vanliga butiker, ja eller nej?
- ✘ Ökar skadorna om det dricks mer alkohol i Sverige, ja eller nej?

[AVSLUTNING]

SAMMANFATTNING

Summera lektionen, diskussionerna och handuppräkningsövningarna. Sammanfatta det viktigaste i följande punkter.

- ✘ Det finns nästan lika många åsikter om hur alkohol skall säljas och skötas som det finns människor. Många åsikter bygger på egna upplevelser och erfarenheter eller att man bara tror att det är på ett visst sätt.
- ✘ Ingen äger sanningen men med mer kunskap ökar chansen för mer verklighetsförankrade åsikter.
- ✘ Alkohol fungerar som andra varor på marknaden – konsumtionen styrs av tillgång och efterfrågan.
- ✘ Alkoholkonsumtionen och dess skadeverkningar är inte statisk. Den går att förändra, åt båda hållen. Du bestämmer över dig själv men vill man förändra i det stora är det politiskt arbete som gäller. På samma sätt som när det gäller t ex miljö, jämställdhet och demokrati.

BE ELEVERNA skriva ned tre förslag som de tror skulle minska antalet alkoholskador i Sverige.

TILL NÄSTA GÅNG

Be eleverna kolla på internet vad de politiska partierna tycker i alkoholfrågan.

FAKTABLAD LEKTION 5

FRÅGA TIO OLIKA personer om hur man skall få ner alkoholkonsumtionen i en befolkning och du får sannolikt tio olika svar. Alkoholdebatten styrs ofta av tyckanden som bygger på just den personens egna upplevelser. Det är naturligtvis inte ointressant hur var och en upplever saker och ting men vill man förändra samhället behöver man lyfta blicken något.

ETT SÄTT ÄR att lyssna på vad forskningen säger eller kanske försöka ta reda på vad som faktiskt hänt när man provat olika sätt att hantera alkohol runt om i världen. Det är ganska enkelt för den som vill. Alkohol har funnits i flera tusen år så det finns ju en del erfarenheter att lyssna till. Dessutom är det få områden som är så väl utforskade som just alkoholen. Alkohol är beroendeframkallande, det är alla överens om. Just därför menar de flesta forskare att den inte kan behandlas som vilken annan vara som helst. Därför har många länder särskilda bestämmelser för hur alkohol får tillverkas, marknadsföras och säljas.

LÅT OSS TITTA på några olika faktorer som anses påverka alkoholkonsumtionen mer än andra. Hur mycket vi konsumerar av en speciell vara beror naturligtvis på vilket behov vi har av den. Men det finns också andra faktorer som styr vår konsumtion. En sådan faktor är priset som har mindre eller större betydelse för i vilken mån vi vill prioritera en viss vara. Man brukar tala om priskänslighet och olika varor är olika priskänsliga. Kaffe t ex, har låg priskänslighet i vårt land. Det innebär att även om kaffet blir dyrare så väljer de flesta att ändå prioritera sitt kaffe även om det naturligtvis finns en gräns någonstans för alla. Alkohol har hög priskänslighet i de flesta länder. Blir alkoholen billigare dricker vi mer och blir den dyrare så dricker vi mindre. Kom ihåg att vi nu talar om den totala konsumtionen i en befolkning och att det på individnivå naturligtvis alltid finns undantag.

ANNAT SOM SPELAR roll är tillgången till alkohol. I ju fler sammanhang alkohol exponeras och säljs, ju mer dricks det. Åldergränser har visat sig ha stor betydelse, naturligtvis under förutsättning att de efterföljs. Vi vet nämligen att ju tidigare man debuterar med alkohol, ju större är den generella risken för problem och skador både i ungdomsåren och i vuxen ålder.

FORSKARNA MENAR också att hur alkohol säljs har betydelse. I Sverige har vi Systembolaget som säljer starkare alkoholvaror men man kan köpa alkoholsvagare alkoholdrycker i livsmedelshandeln. Det har visat sig att länder som säljer alkohol på liknande sätt som i Sverige har en lägre alkoholkonsumtion än de länder där alkoholen finns i var och varannan butik.

NÄR EN VARA omgärdas av regler och bestämmelser växer ofta en svart (illegal) marknad fram parallellt. Särskilt om det är en vara som det är stor efterfrågan på och om pengarna är tillräckligt stora. Illegal alkoholhandel har alltid förekommit i Sverige även om omfattningen har varierat över tid. Att en del bryter mot samhällets regler måste inte vara skäl för att ändra på dem. Bara för att ett fartyg dumpar spillolja i Östersjön så betyder ju inte det att det borde vara fritt fram för alla andra att göra samma sak? Lagar och regler fungerar bäst om det finns ett folkligt stöd för dem. Det vill säga, att människor förstår varför det fungerar som det gör. Det är det den här lektionen handlar om.



[KAFÉKORT 1: ÅLDERSGRÄNSER]

I **SVERIGE** har vi två åldersgränser för inköp av alkohol. 20 år på Systembolaget och 18 år på krogen och för öl klass II i butiker.

VILKA ANDRA åldersgränser förekommer för att få köpa eller göra olika saker i vårt land? Ge exempel!

HUR SER DET UT i andra länder när det gäller åldergränser för inköp av alkohol? Är det bra eller dåligt med åldergränser? Motivera.

DISKUTERA OCH NOTERA!

[KAFÉKORT 2: PRISET]

VAD SAKER och ting kostar har betydelse för de flesta av oss. Forskarna menar att priset på alkohol har stor betydelse för hur mycket det dricks i en befolkning. Går priset ned så dricker folk mer, går priset upp så dricker de mindre.

VILKEN KONSUMTION skulle du dra ned på eller avstå ifrån om du plötsligt skulle ha mindre pengar att röra dig med?

HUR SKULLE du göra om det var tvärtom och du plötsligt hade mer pengar i plånboken?

DISKUTERA OCH NOTERA!

[KAFÉKORT 3: SVART MARKNAD]

NÄR EN VARA som det finns en viss efterfrågan på omgärdas av lagar och regler uppstår det ibland en svart (olaglig) marknad. Den marknaden styrs av efterfrågan och vänder sig till de som konsumerar mest av varan. De som hanterar den svarta marknaden bryr sig inte om lagar och inte heller om de personer som kanske skadas av deras verksamhet.

FINNS DET en svart marknad för alkohol där ni bor och hur ser den i så fall ut?

VEM TJÄNAR och förlorar egentligen på den svarta marknaden?

DISKUTERA OCH NOTERA!



[KAFÉKORT 4: ALKOHOL ÄR POLITIK]

DET ÄR POLITIKERNA i riksdag, regering och andra beslutsforum som beslutar om hur alkoholen skall hanteras i vårt land. Politiker som väljs av folket. Partierna har olika uppfattning i alkoholfrågan och det kan ibland skilja en hel del även inom partierna.

VAD TROR NI att de politiska partier ni känner till tycker i alkoholfrågan?

PÅ VILKET SÄTT kan man påverka politikerna i alkoholfrågan?

DISKUTERA OCH NOTERA!

[KAFÉKORT 5: TYCKANDE]

DET FINNS nästan lika många uppfattningar om hur alkohol skall säljas och skötas som det finns människor.

VARFÖR tycker vi som vi gör om alkohol?

VARIFRÅN får vi våra åsikter om alkohol?

DISKUTERA OCH NOTERA!

[KAFÉKORT 6: ANDRA LÄNDER]

ALKOHOL SÄLJS och hanteras på olika sätt runt om i världen.

VAD VET NI om andra länders sätt att försälja och hantera alkohol och hur påverkar det konsumtionen och skadorna i dessa länder?

DISKUTERA OCH NOTERA!