



Folkhälsomyndigheten



För barns och ungas skull

– erfarenheter från ANDT-utvecklingsprojekt 2016–2020

Om publikationen

Folkhälsomyndigheten har genom åren på uppdrag av regeringen fördelat statsbidrag till utvecklingsprojekt och olika uppdrag för ökad kunskap inom området alkohol, narkotika, dopning och tobak (ANDT). Syftet har varit att verka för ett långsiktigt, hållbart och kunskapsbaserat förebyggande arbete.

Många projekt och uppdrag har genomförts med stöd av dessa statsbidrag. Vad händer med dem efter att ansvariga lämnat in sin slutrapport till Folkhälsomyndigheten? Hur används erfarenheter och resultat från projekten? Vilka lärdomar kan andra ta del av?

Denna publikation ger svar på en del av dessa frågor och vänder sig främst till lokala och regionala aktörer som intresserar sig för eller arbetar med förebyggande ANDT-arbete. Målet är att rapporten ska ge kunskap och inspiration till fortsatt utvecklingsarbete på alla nivåer och inom olika delar av samhället. Att lära av andra kan vara en fruktbar väg förbi utmaningar i arbetet.

De presenterade projekten utgör ett urval av satsningar under den tidigare ANDT-strategiperioden 2016–2020. Deras gemensamma nämnare är inriktningen på att skydda barn och unga mot eget eller andras skadliga bruk av alkohol, narkotika eller tobak. Genom goda uppväxtvillkor och förebyggande insatser mot ANDT-problematik skapar vi förutsättningar för en mer jämlik hälsa.

Rapporten har tagits fram av utredare på enheten för spelprevention och samordning ANDTS och på enheten för drogprevention i samverkan med kommunikatör från enheten för planerad kommunikation. Anna Månsdotter har varit ansvarig enhetschef.

Folkhälsomyndigheten

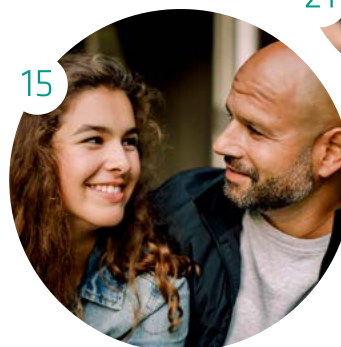
Anna Bessö
Avdelningschef

” **Deras gemensamma nämnare är inriktningen på att skydda barn och unga mot eget eller andras skadliga bruk av alkohol, narkotika eller tobak.**



Innehåll

Nytt stöd gav djupare insikter om familjer med alkoholproblem	4
När hela familjen får hjälp mår alla lite bättre	6
Stärker barns förmåga att klara av svårigheter	8
Kontraktmetoden Tobaksfri duo utvärderad	9
Tobakstriangeln gav positiva ringar på vattnet.....	10
Utveckla genom kunskap	12
Stöd till föräldrar kan få fler unga att söka hjälp	15
Två verktyg för att se, bemöta och hjälpa unga i riskzon	17
Normativ feedback kan förebygga sexuellt risktagande vid alkoholkonsumtion hos unga vuxna	19
Ökad kunskap utvecklar Maria-mottagningarnas insatser	20
Sociala relationer minst lika viktiga som ANDT-förebyggande insatser för ensamkommande	22
Att lyckas med ANDTS-prevention	24
Slutord	25



Denna titel kan laddas ner från: www.folkhalsomyndigheten.se/publicerat-material/.

Citera gärna Folkhälsomyndighetens texter, men glöm inte att uppge källan. Bilder, fotografier och illustrationer är skyddade av upphovsrätten. Det innebär att du måste ha upphovsmannens tillstånd att använda dem. Personerna på bildbyråbilderna har inget att göra med sammanhanget.

© Folkhälsomyndigheten, 2022.
Artikelnummer: 21267

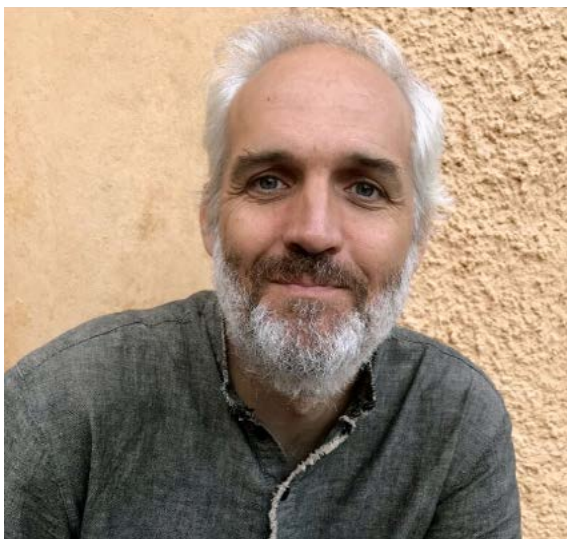
Foto/Illustration omslag: Maskot
Grafisk produktion: Le Bureau

Nytt stöd gav djupare insikter om familjer med alkoholproblem

Självhjälpsprogrammet Skydda barnen utvecklades för att förbättra situationen för barn som lever med någon som dricker för mycket alkohol. Syftet är att nå familjer med begynnande problem på ett tidigt stadium. Men dessa visade sig vara oväntat svåra att nå.

Att erbjuda ett effektivt stödprogram som hjälper anhöriga till personer med alkoholproblem att hantera sin situation ökar sannolikheten för förändring. Att skydda barnen mot konsekvenserna av problemen kan vara ett viktigt komplement till andra insatser. Beroendecentrum Stockholm har utvecklat och utvärderar just nu ett sådant stödprogram som kallas **Skydda barnen** och som baseras på delar från programmen ABC (Alla barn i centrum) och CRAFT (Community Reinforcement And Family Training).

FOTOGRAF: EMELIE STACHWESKY



Magnus Johansson, projektledare på Beroendecentrum Stockholm

– Det webbaserade självhjälpsprogrammet riktar sig till personer som har barn tillsammans med någon som dricker för mycket och som annars kanske inte skulle söka hjälp för sin situation. Målet med Skydda barnen är att förbättra barnens situation och projektet vänder sig till familjer där barnet är i åldern 3–11 år, berättar Magnus

Johansson, projektledare på Beroendecentrum Stockholm.

Programmet innehåller strategier som den förälder som själv inte har alkoholproblem ska kunna använda sig av för att skapa en skyddande miljö för barnet och därigenom förbättra barnets situation. Men projektet har inte blivit riktigt som man tänkte från början:

– Tanken med programmet var att nå familjer med begynnande problem på ett tidigt stadium. Men dessa visade sig vara svåra att nå. Det verkar som att många upplever att problemen orsakade av medföräldrarnas alkoholkonsumtion är så tunga att hantera när barnen är små, att det kan ta tid innan de orkar söka hjälp, säger Magnus Johansson. Samtidigt var vi tvungna att neka andra att delta eftersom deras problem var för svåra för just Skydda barnen-programmets upplägg.

– Projektet har gett oss bra och viktig kunskap om vem som söker hjälp i vilket skede och vem som inte tycks söka hjälp, säger Magnus Johansson.

Mycket av materialet återstår att bearbeta innan slutsatser kan dras, men projektledningen tycker sig se positiva effekter i familjer som genomgått Skydda barnen. En del av kunskapen används därför redan inom verksamheterna Anhörigstödet och





FOTO: MATILDA HOLMÖVIST/JOHNÉR

Det webbaserade självhjälpsprogrammet Skydda barnen riktar sig till personer som har barn i åldrarna 3–11 år tillsammans med någon som dricker för mycket.



Många upplever att problemen är så tunga att hantera när barnen är små, att det kan ta tid innan de orkar söka hjälp.

Alkoholhjälpen som också drivs av Beroendecentrum Stockholm. Erfarenheterna har även bidragit till ett längre internetbaserat program som erbjuds via den nationella plattformen för Stöd och behandling. I ett samarbete med BRIS har dessutom två broschyrer, en till barn och en till vuxna anhöriga, tagits fram som bygger på projektets erfarenheter.

Programmet Skydda barnen behöver utvecklas mer innan det kan användas i högre utsträckning. Till exempel kanske det inte ska vara ett renodlat självhjälpsprogram utan innehålla mer personlig kontakt med professionella, avslutar Magnus Johansson.

Kontakt för dig som vill veta mer:

Magnus Johansson, Beroendecentrum Stockholm,
magnus.johansson@regionstockholm.se

3 TIPS FRÅN PROJEKTET:

1. Överväg att låta en person som är van att arbeta med komplexa data vara med i projektet från början.
2. Testa rekrytering och program i ett tidigt stadium, t.ex. i en pilotstudie.
3. Våga testa nya grepp.



I programmet Jag och min familj arbetar man med att stärka barnens röst i familjer där det finns problem orsakade av alkohol och droger.

FOTO: MASKOT

När hela familjen får hjälp mår alla lite bättre

Stödprogrammet Jag och min familj riktar sig till familjer där någon vårdnadshavare har problem med alkohol eller droger. Metoden har testats och utvärderats i tio kommuner. Preliminära resultat visar på ett bättre samtalsklimat och en bättre psykisk hälsa bland både barn och vuxna.

Jag och min familj är en så kallad tidig insats inom socialtjänsten och genomförs inom öppenvården. Metoden har ett tydligt barnperspektiv och är ett gemensamt program för barn och föräldrar i familjer där minst en vuxen har ett skadligt bruk eller beroende. Programmet ska förbättra samtalsklimatet inom familjen, öka sammanhållningen och avlasta skuld hos barnen. Fokus är på konsekvenserna av bruket för barnen, föräldraskapet och samspelet mellan barn och föräldrar snarare än mängden alkohol eller droger som förekommer i hemmet.

Programmet bygger på åtta träffar med föräldrar och barn som är veckovis förlagda till samma tid, samma dag och med samma samtalsledare – en från vuxenverksamheten och en från barnverksamheten. Innehållet består av såväl kunskap och information som, insiktshöjande, motiverande och bearbetande inslag.

– I intervjuer med familjer som genomgått programmet har föräldrarna varit positiva och många av dem som intervjuats har sagt att de aldrig fått så bra hjälp tidigare. Här får hela familjen hjälp, inte

bara barnen eller bara föräldern med alkohol- eller drogproblem, säger forskaren Kari Jess vid Högskolan Dalarna som ansvarar för projektet.

Avesta kommun är en av de mindre kommunerna som deltar i utvecklingsprojektet. För dem har projektet inneburit ett nytt arbetssätt. Det är första gången som beroendeterapeut och familjehandlare arbetat så integrerat och så målmedvetet med att stärka barnens röst i familjer där det finns problem orsakade av alkohol och droger.



Här får hela familjen hjälp, inte bara barnen eller bara föräldern med problem.

FOTOGRAF: KARI JESS



Kari Jess, forskare vid Högskolan Dalarna

– Framför allt barnen har positiva erfarenheter, berättar beroendeterapeuten Annika Fritz som arbetar med programmet. Genom Jag och min familj får de möjlighet att berätta och ställa frågor om händelser som de bevittnat. Vi ser att föräldrar i flera fall förvånas över vad barnen sett och noterat och att de känner lättnad över att ämnet blir möjligt att prata om.

En utmaning i projektet har varit att nå familjer med problem orsakade av alkohol eller droger.

– De större deltagande kommunerna, som kännetecknas av mer specialiserad organisation, har haft det svårast, konstaterar Kari Jess. Ett smidigt samarbete mellan barn- och vuxensidan samt utredar- och utförarsidan har oftare saknats. Bland de kommuner som når familjer på ett mer kontinuerligt sätt planerar man däremot att låta programmet ingå i den ordinarie verksamheten.

Mätning av effekter bland de 45 deltagande familjerna pågår till och med hösten 2022. Förhoppningen är att mer robusta resultat ska kunna presenteras om framför allt barnens välmående, men också om föräldrars motivation till förändring av sina alkohol- och drogvänor. Planen i nuläget är att FoU Välfärd Gävleborg ska ha det framtida ägarskapet av programmet.



FOTO: MASKOT

Kontakt för dig som vill veta mer:

Kari Jess, Högskolan Dalarna, kje@du.se

3 TIPS FRÅN PROJEKTET:

1. Om praktiker ska involveras i utvecklingsarbetet behöver projektledningen underlätta deras arbete. Det kan handla om att tillhandahålla en pärm med steg-för-steg-instruktioner och material samlat på ett pedagogiskt sätt.
2. För att hålla projektet levande är regelbunden handledning och inspirationsdagar viktigt under projektets gång.
3. Ha regelbunden kontakt med chefer om arbetets fortskridande samt om hur ledningen kan underlätta att familjer nås och att samarbete sker mellan enheterna.

Stärker barns förmåga att klara av svårigheter

Det pedagogiska materialet RESCUR syftar till att öva upp barns förmåga att hantera stress, förändring och svåra situationer genom sagor, lekar och kreativt skapande. Nu har materialet testats på tusen barn.

Metoden RESCUR: **Jag vill, jag kan, jag törs!** syftar till att öka barns så kallade resiliens. Ju starkare resiliens desto mindre risk för individen att få svårigheter i livet, som orsakats av att exempelvis växa upp i en familj där en vuxen har beroendeproblem. Programmet innehåller därför övningar med målet att utveckla barnets motståndskraft, anpassningsförmåga och förmåga att vända svårigheter till möjligheter.



FOTO: ASTRAKAN/SCANDINAV

Det pedagogiska materialet RESCUR syftar till att öva upp barns förmåga att hantera stress, förändring och svåra situationer genom sagor, lekar och kreativt skapande.

IOGT-NTO:s Juniorförbund, Junis, har i samverkan med forskare från universiteten i Göteborg, Umeå och Stockholm undersökt metoden bland barngrupper inom framför allt skola men också inom socialtjänst och idéburna organisationer. Cirka 1 000 barn i åldern 7–12 år har testat RESCUR-materialet och av dessa har cirka 870 barn deltagit i själva studien.

Resultat gällande effekter är ännu inte klara men det finns erfarenheter och lärdomar om implementeringen att lyfta fram. Ansvariga för undersökningen framhåller att mottagandet i skolorna har varit positivt. Lärarna har arbetat med materialet, men det har varit svårt för dem att hinna bidra i utvärderingsarbetet. Även inom socialtjänsten verkar projektet ha fungerat bra enligt ansvariga. Användningen av RESCUR i Junis egna grupper har varit svårt på grund av materialets omfattning i förhållande till organisationens verksamhet.

Läs mer om RESCUR-projektet på www.junis.se/rescur/

PUBLICERAD STUDIE OM IMPLEMENTERINGEN AV PROJEKTET:

Lilja, J., Kimber, B., Eriksson, C., Henriksson, B., & Skoog, T. (2021). Does the delivery system matter? The scaling-out of a school-based resilience curriculum to the social services sector. *Frontiers in Psychiatry*, 12, 578048. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.578048>

Kontraktsmetoden Tobaksfri duo utvärderad

Det tobaksförebyggande programmet Tobaksfri Duo används brett i landet sedan starten i Västerbotten i början på 90-talet. Nu har Tobaksfri duo utvärderats av Umeå universitet och Karolinska institutet för att få uppdaterad kunskap om programmets effekt i dagens samhälle.

De flesta ungdomar som börjar använda tobak gör det under tonårstiden. Om man avstår från tobak under denna tid är chansen att förbli tobaksfri hela livet väsentligt större. Kontraktsmetoden Tobaksfri duo är en skolbaserad intervention som bygger på vuxenstöd och information med stöd från lokalsamhället.

Programmet består av sex komponenter: den tobaksfria duon (elev och vuxen skriver avtal om att vara tobaksfri under högstadiet), elevinformation om tobak, föräldrainformation om tobak, medlemskort som kan kopplas till rabatter eller chans att vinna priser, årlig försäkran att kontraktet fortfarande gäller och strukturerad undervisning om tobak. Varje skola sätter samman en arbetsgrupp som implementerar interventionen på skolan.

Tobaksfri duo har utvärderats vetenskapligt tidigare men för att få uppdaterad kunskap om programmets effekt och kostnader i dagens samhälle har **Topas-studien** (TObaksPreventivt Arbete i Skolan) genomförts under åren 2017–2021. Resultatet kommer att presenteras senare under 2022.

Högstadieskolor i tio län har ingått i studien. Målgruppen har varit alla elever som börjat årskurs 7 vid studiens start och interventionen har pågått tills de slutat årskurs 9. Utvärderingen har skett genom att Tobaksfri duo har jämförts med en metod som endast innehåller strukturerad undervisning om tobak, det vill säga en av de sex komponenterna i Tobaksfri duo. Skolor i studien har slumpmässigt tilldelats Tobaksfri Duo eller endast strukturerad undervisning. Som ett komplement har forskarna följt även tobaksbruket bland elever i skolor som inte ingick i den jämförande studien.

Kontakt för dig som vill veta mer:

Maria Nilsson, Umeå universitet,
Maria.nilsson@umu.se





Tydligare tobakspolicy och skyltning mot rökning samt ökad medvetenhet om vilka regler som gäller på skolan blev några av resultaten av projektet Tobakstriangeln.

FOTO: MASKOT/JOHNER

Tobakstriangeln gav positiva ringar på vattnet

Projektet att implementera den tobaksförebyggande metoden Tobakstriangeln i de tre deltagande skolorna gick inte som planerat. Men arbetet med metoden gav ändå positiva erfarenheter.

När den ANDTS-preventiva samverkansgruppen tog initiativ till projektet var målet att minska tobaksanvändningen och den illegala tobaksförsäljningen till minderåriga i södra Örebro län. Under arbetet ville man implementera och utvärdera den tobaksförebyggande metoden **Tobakstriangeln**.

Tobakstriangeln utgörs av tre komponenter: Sydnärkemodellen som innebär att all skolpersonal som ser tobaksbruk bland unga på skolans område ska agera; Tobacco End-vandringar som innebär att elever, skolpersonal och tillsynsansvarig från kommunen gemensamt ser över miljöns utformning ur ett tobaksperspektiv; en översyn av tobakspolicys som omfattar både elever och skolpersonal. Elevernas delaktighet är central liksom delaktighet från skolpersonal, vårdnadshavare och tobakshandlare.



Två högstadieskolor och en gymnasieskola i regionen deltog i projektet Tobakstriangeln. Implementeringen genomfördes av Sydnärkes folkhälsoteam i samverkan med de deltagande skolorna och Örebro universitet ansvarade för datainsamling och utvärdering.

Resultatet av utvärderingen visar att metoden inte har kunnat implementeras på skolorna som tänkt på grund av prioriteringar, personalbyten och covid-19-pandemin. Det går därför inte att påvisa några effekter som en följd av metoden.

Men en positiv konsekvens av arbetet är att skolornas tobakspolicys blivit tydligare, liksom skyltningen mot rökförbud inom skolområdet. Utvärderingen visar dessutom att eleverna nu är väl medvetna om vilka regler som gäller. Arbetet med Tobakstriangeln gav även ringar på vattnet. En av de kommunerna som deltog har till exempel infört tobaksfri arbetstid för alla kommunanställda.

Kontakt för dig som vill veta mer:

Anna Petersén, Örebro universitet, anna.petersen@oru.se

Annika Karlsson Juliussen, Sydnärkes folkhälsoteam,
annika.karlsson.juliussen@lekeberg.se

3 TIPS FRÅN PROJEKTET:

- Mycket ska rymmas inom skolans verksamhet. Säkerställ att det finns ett uttalat behov av insatsen och utrymme för implementering.
- Förankra projektet brett så att dess framgång inte vilar på enstaka eldsjälar.
- Rigga en projektorganisation som står för kontinuitet även vid personalomsättning.

Utveckla genom kunskap

Här har vi samlat ett axplock av kunskap som tagits fram av Folkhälsomyndigheten i syfte att stärka det hälsofrämjande och förebyggande arbetet inom ANDTS. Du hittar mer information, kunskap och material på www.folkhalsomyndigheten.se



Att lyckas med ANDTS-prevention – steg för steg!

Arbetet med att förebygga problem som orsakas av alkohol, narkotika, dopning, tobak eller spel om pengar behöver vara långsiktigt, bygga på behov och kunskap samt ha en bredd i sin ansats. Det behöver också bedrivas på ett strukturerat sätt för att vara effektivt. Snabbguiden **Att lyckas med ANDTS-prevention** ger en introduktion till hur man kan lägga upp ett förebyggande arbete med hög kvalitet utifrån regionala och lokala behov. Mer information om Snabbguidens arbetsmodell samt e-utbildning finns på www.folkhalsomyndigheten.se/snabbguiden



Lär dig mer om riskfaktorer för alkohol och narkotika

Att känna till vilka faktorer som kan påverka risken för att vissa barn och unga börjar använda eller får problem relaterade till alkohol eller narkotika är avgörande för ett effektivt hälsofrämjande och förebyggande arbete.

Rapporten **Riskfaktorer för ungas narkotikabruk och narkotikarelaterade problem** redovisar resultaten från en kartläggande litteraturoversikt av nordisk forskning om risk- och skyddsfaktorer för barns och ungas narkotikabruk och narkotikarelaterade problem. Finns även som faktablad. Motsvarande översikt och faktablad finns också för alkohol.

Hur ser skolbarns alkohol-, tobaks- och cannabisanvändning ut?

Hur mår skolbarn i Sverige och vilka levnadsvanor har de?
Hur förändras barnens hälsa och levnadsvanor över tid?
Finns det skillnader mellan olika grupper av skolbarn?
Det tar Folkhälsomyndigheten reda på genom undersökningen **Skolbarns hälsovanor** som även innehåller frågor om alkohol-, tobaks- och cannabisanvändning. Undersökningen är internationell och genomförs vart fjärde år i ett femtiotal länder i samarbete med Världshälsoorganisationen (WHO).

Under hösten 2021 inleddes den tionde datainsamlingen inom studien i Sverige. Fler skolor än tidigare har bjudits in för att resultaten ska kunna presenteras för varje region. Resultaten publiceras våren 2023.



FOTO: PLATTFORM/JONNÉR



Hur kan vi skjuta fram alkoholdebuten?

I Sverige används flera olika förebyggande metoder för att skjuta upp alkoholdebuten och begränsa konsumtionen och skadorna av alkohol bland barn under 18 år. Den här litteraturöversikten kartlägger kunskapen om alkoholförebyggande insatser bland barn och unga och beskriver effekten av interventioner som utvärderats i studier av god eller medelgod kvalitet.

Vill du veta vad som studerats om faktorer för tobaksdebut?

Det här faktabladet sammanfattar resultaten från en litteraturöversikt som kartlägger forskningen om risk- och skyddsfaktorer för tobaksdebut bland barn och unga i nordiska länder.

Stort intresse för den europeiska webbundersökningen om narkotika

Från mitten av mars till mitten av maj 2021 deltog Sverige för första gången i **European Web Survey on Drugs**, en europeisk undersökning om narkotika. Under de åtta veckor som undersökningen pågick svarade fler än 50 000 personer på frågor om hur mycket och hur ofta de använder olika droger. Sverige bidrog med närmare 6 000 slutförda enkäter, näst flest av alla de 30 länder som deltog i undersökningen. Resultaten publiceras på www.folkhalsomyndigheten.se under 2022.

Frågor om undersökningen? Mejla drugssurvey@folkhalsomyndigheten.se

FOTO: JOHNER/ASTRAKAN



Unga, alkohol, droger och sex

Vill du veta mer om ungas kunskap, attityder och beteende kopplat till alkohol, droger och sex? Läs våra publikationer

- Sexualitet och hälsa bland unga i Sverige: UngKAB15
- Sexualitet och hälsa bland unga och unga vuxna inom statlig institutionsvård
- Sexualitet och hälsa bland unga som lever med hiv



Visste du att andelen som röker dagligen fortsätter att minska i befolkningen. Däremot ökar snus-användningen, framför allt i åldrarna 16 till 29 år.

Cannabisanvändning är vanligast bland yngre och bland män

Cannabis var den vanligaste narkotikatypen i Sverige 2021. I den nationella folkhälsoenkäten Hälsa på lika villkor rapporterade 3,3 procent av befolkningen (16–64 år) att de hade använt cannabis under de senaste 12 månaderna. I åldersgruppen 16–34 år uppgav 7,8 procent av männen och 5,2 procent av kvinnorna att de använt cannabis under de senaste 12 månaderna. Läs mer i **Den svenska narkotikasituationen 2021**.



Studie om spel om pengar, unga och föräldrar pågår

Cirka 5 procent av unga 16–29 år har ett riskabelt spelande enligt den nationella folkhälsoenkäten **Hälsa på lika villkor 2021**. Föräldrars spelvanor och inställning till spel, men också relationen till barnen, påverkar ungas relation till spel om pengar. Det saknas dock svenska studier inom området. Folkhälsomyndigheten har därför genomfört en enkätstudie med 20 000 personer, där ena halvan av urvalet består av ungdomar i åldern 16–19 år och andra halvan av föräldrar/vårdnadshavare till barn i samma ålder.

Resultaten publiceras under våren 2022 på kunskapswebben spelprevention.se. Där hittar du även aktuell statistik om spelande och spelproblem, vägledning för förebyggande arbete kring spel om pengar och information om risk- och skydds faktorer.



Stödprogram till föräldrar som bygger på interaktion och förstärkning av positiva beteenden verkar öka sannolikheten att ungdomar minskar sin konsumtion och söker hjälp för sina alkohol- eller drogproblem.

FOTO: MASKOT

Stöd till föräldrar kan få fler unga att söka hjälp

Både föräldrar som tog kontakt med Maria Ungdom och verksamhetens personal saknade ett strukturerat sätt att samarbeta om ungdomars alkohol- och drogerberoende. Beroendecentrum Stockholm har därför jämfört två program som kan få fler ungdomar att söka hjälp genom att stötta deras föräldrar. Båda metoderna ser ut att ge önskad effekt.

Möjligheterna att komma tillrätta med problematik relaterat till alkohol och droger ökar om personen i fråga har en vårdkontakt. En stor utmaning är dock att ungdomar inte gärna söker vård för den här typen av problem och att följsamheten till behandling i många fall är låg. I utvecklingsprojektet **Stödprogram för föräldrar till ungdomar med alkohol- och drogproblem** utvärderar Centrum för Psykatriforskning i samverkan med Maria Ungdom, Beroendecentrum Stockholm, om programmet CRAFT (Community Reinforcement Approach and Family Training) kan bidra till att fler ungdomar söker hjälp för sina alkohol- eller drogproblem.



Hittills har utvecklingsprojektet gått väldigt bra. Det har varit lätt att rekrytera deltagare till studien.

I den här studien har föräldrar till ungdomar som använder alkohol eller droger fått CRAFT alternativt sedvanlig behandling. CRAFT, som utvärderats med goda resultat, bottnar i kognitiv beteendeterapi och motiverande samtal, och ger föräldern verktyg för att förhålla sig till och kommunicera med sitt barn. Metoden bygger på interaktion där positiva och nyktra beteenden hos personen med beroendeproblem uppmuntras av den närstående, för att få ungdomen att minska sin konsumtion och att söka hjälp för sina alkohol- eller drogproblem. Sedvanlig behandling innebär lite förenklat att föräldern samtalar med legitimerad behandlingspersonal om sin situation samt om vilka resurser och nätverk familjen har och som kan vara till hjälp för dem.

– Hittills har utvecklingsprojektet gått väldigt bra. Det har varit lätt att rekrytera deltagare till studien. De flesta föräldrar har fullföljt programmen och många ungdomar har inlett en behandlingskontakt, berättar projektledaren Ola Siljeholm på Beroendecentrum Stockholm.

Föräldrarna har generellt sett varit mycket nöjda med stödet oavsett om de fått CRAFT eller rådgivande samtal. Eftersom båda insatserna dessutom har lett till att många ungdomar sökt hjälp står Maria Ungdom redo att implementera båda metoderna i den reguljära verksamheten så snart utvärderingen är klar, det vill säga tidigast 2022.

Kontakt för dig som vill veta mer:

Ola Siljeholm, Beroendecentrum Stockholm,
ola.siljeholm@regionstockholm.se



FOTOGRAF: JOHANNA SILJEHOLM

3 TIPS FRÅN PROJEKTET:

1. Utgå från målgruppens faktiska behov. En styrka i projektet var att förfrågan kom från personal och föräldrar vid Maria Ungdom, vilket gjorde nyttan tydlig för alla inblandade.
2. Involvera dem som ska använda programmet i arbetet med utformningen. Delaktigheten skapar engagemang och ägarskap.
3. Låt gärna intervjuer med ett urval av deltagarna vara en del av uppföljningen. Det ger fördjupad kunskap och förståelse för hur målgruppen blivit hjälpt av insatserna.

Två verktyg för att se, bemöta och hjälpa unga i riskzon

STAD och ungdomsmottagningar i Stockholms län samverkar för att utveckla det förebyggande arbetet inom alkohol, droger och sexuell hälsa. Arbetet har resulterat i två digitala och interaktiva verktyg: ett kompetensstöd till personalen och ett alkohol- och drogförebyggande program för unga.

Tillsammans med ungdomsmottagningarna i Stockholms län arbetar STAD sedan några år tillbaka för att utveckla det alkohol- och drogförebyggande arbetet med fokus på sexuell hälsa.

STAD (Stockholm förebygger alkohol- och drogproblem) är ett kompetenscentrum inom förebyggande arbete för ANDT och är en del av Centrum för psykiatriforskning (CPF) som är ett samarbete mellan Region Stockholm och Karolinska Institutet.

I projektet **Alkohol, droger och sexuell hälsa** studeras riskbeteenden och relaterade hälsoproblem bland unga som besöker ungdomsmottagningar. Arbetet inleddes 2016 med en kartläggning som visar att ungefär sex av tio unga som besöker ungdomsmottagningar har en riskkonsumtion av alkohol och att drygt två av fem har testat andra droger. De som har en riskkonsumtion av alkohol har även en betydligt högre grad av sexuellt riskbeteende jämfört med de som inte har en riskkonsumtion av alkohol.

” Personalen är medveten om kopplingen och efterfrågar stöd.

– På ungdomsmottagningarna är personalen medveten om kopplingen mellan riskabel alkoholkonsumtion och sexuellt riskbeteende och efterfrågar stöd i det förebyggande arbetet. Inom projektet har vi därför utvecklat en webbaserad vägledning, en e-guide samt en sökbar faktabank som riktar sig till den som möter unga i sitt dagliga

arbete, berättar Pia Kvillemo, forskare på STAD och en av de ansvariga projektledarna.

E-guiden, som utgår från berättelsen om 16-åriga Sanna som har ett problematiskt förhållande till alkohol, går igenom hur man kan identifiera, bemöta och hjälpa ungdomar med riskbeteenden. I varje avsnitt får man följa Sanna, prova på att dra egna slutsatser och testa olika bemötanden.

– E-guiden finns tillgänglig på STAD:s webbplats för alla som vill lära sig mer om hur man bemöter ungas riskbeteende kopplade till alkohol och droger. Materialet fungerar även bra som underlag vid grupparbeten.

FOTO: GIORGIO-TROVATO



Projektet Alkohol, droger och sexuell hälsa egen kartläggning visar att sex av tio unga som besöker ungdomsmottagningar har en riskkonsumtion av alkohol och att drygt två av fem har testat andra droger.

Webbaserat program ger unga feedback på det egna beteendet

Utöver e-guiden och faktabanken har projektet utvecklat ett webbaserat alkohol- och drogföbyggande program som riktar sig till unga i åldern 15–25 år. Verktöget bygger på frågor om myter och sanningar om alkohol och droger. Baserat på svaren genereras en automatiserad feedback på det egna beteendet. Det kan vara tips på hur man kan agera i olika situationer, till exempel hur den som inte vill dricka alkohol på en fest kan svara.

– Verktöget till unga med ett riskbeteende kopplat till alkohol och/eller droger är tekniskt klart, men är inte testat eller utvärderat ännu. Rekryteringen av ungdomar som ska testa verktöget skulle precis göras när covid-19-pandemin slog till, berättar Pia Kvillemo som tillägger att arbetet nu återupptagits och beräknas vara klart under 2022, beroende på hur pandemin utvecklas och restriktionerna relaterade till den.

En lärdom från projektet är att den inledande dialogen med professionella bör vara grundlig så att behov och förväntningar mellan projektmedarbetare och personal på ungdomsmottagningarna blir så bra som möjligt.



FOTOGRAF: STAD

– I början av projektet var STAD:s medarbetare mycket ute på de deltagande mottagningarna. Det var väl investerad tid att lära känna verksamheten på plats, lyssna på personalen och ta del av deras stora intresse och engagemang för vårt arbete.

Som stöd för dig som möter unga i ditt dagliga arbete finns en sökbar faktabank om alkohol, droger och sexuell hälsa.

[Faktabanken om alkohol, droger och sexuell hälsa](#)

Som stöd för dig som vill lära dig mer om hur man bemöter unga med riskbeteende kopplade till alkohol och droger finns e-guiden.

[E-guiden Att bemöta unga med riskbeteende kopplade till alkohol och droger](#)



ILLUSTRATION: STAD

Kontakt för dig som vill veta mer:

Pia Kvillemo, STAD,
pia.kvillemo@regionstockholm.se

3 TIPS FRÅN PROJEKTET:

- Förankra projektet väl hos målgruppen och var gärna på plats i deras miljö vid projektets start.
- Flexibilitet är viktigt för ett bra resultat. Var beredd att modifiera planen.
- Tänk strategiskt – hur kan resultaten och eventuellt material spridas, hur kan arbetet fortsätta även om resurserna skulle ta slut?

Normativ feedback kan förebygga sexuellt risktagande vid alkoholkonsumtion hos unga vuxna

Risikkonsumtion av alkohol liksom sexuellt risktagande är vanligt bland unga vuxna. Resultatet av ett utvecklingsprojekt vid sex universitet och högskolor visar att webbaserade insatser som ger personlig återkoppling kan förebygga dessa riskbeteenden.

Det finns samband mellan alkoholkonsumtion, sexuell aktivitet och sexuellt risktagande. Forskare vid Malmö universitet har testat och utvärderat olika internetbaserade interventioner som syftar till att minska sexuellt risktagande i samband med alkoholkonsumtion. Interventionerna bygger på så kallad normativ feedback, vilket innebär att deltagarna får en personlig återkoppling där egna vanor jämförs med andras. Studenter vid sex svenska universitet och högskolor ingick i studien som genomfördes 2017–2019.

Resultat av utvärderingen visar att normativ feedback bland annat kan minska risikkonsumtion av alkohol och alkoholkonsumtion i samband med sex hos unga vuxna studenter. Slutsatser från projektet är att normativa interventioner kan rekommenderas för användning på svenska lärosäten.

Planen är att webbportalen för interventionerna under projektperioden startas upp igen för att ingå i det svenska WMH-ICS-projektet (World Mental Health International College Student Initiative) som pågår sedan 2020 och där idag 14 lärosäten medverkar. WMH-ICS projektet syftar till att systematiskt och kontinuerligt insamla epidemiologisk data och att utvärdera och sprida evidensbaserade digitala interventioner.

Kontakt för dig som vill veta mer:

Claes Andersson, Malmö universitet,
claes.andersson@mau.se

Webbaserade insatser som ger personlig återkoppling kan förebygga risikkonsumtion av alkohol och sexuellt risktagande.



Ökad kunskap utvecklar Maria-mottagningarnas insatser

Kunskap om riskfaktorer, och mer samarbete kring ungdomar som även har problem med brottslighet, är några av resultaten av ett nationellt utvecklingsprojekt. Syftet är att utveckla insatser för ungdomar med alkohol- och narkotikaproblem vid Maria-mottagningar.

Projektet **En longitudinell studie av Maria-mottagningarnas ungdomar** studerar forskare, vid Linnéuniversitetet och Göteborgs universitet, utvecklingen hos 469 ungdomar efter avslutad kontakt med någon av landets Maria-mottagningar. Uppföljningen baseras på information om hur ungdomarnas alkohol- och narkotikaanvändning, psykiska hälsa och sociala situation förändras. Dessutom studeras hur så kallade risk- och skyddsfaktorer påverkar dessa utfall för olika grupper av ungdomarna. Målet är att kunskapen ska bidra till utveckling av förebyggande insatser vid Maria-mottagningar.

– Gruppen ungdomar som kommer i kontakt med öppenvård på Maria-mottagningar för sina alkohol- och narkotikaproblem är en heterogen grupp, inte minst finns tydliga skillnader mellan flickor och pojkar, säger projektansvarige Mikael Dahlberg.

” **Ungdomar som kommer i kontakt med Maria-mottagningar är en heterogen grupp, inte minst finns tydliga skillnader mellan flickor och pojkar.**

Resultaten visar bland annat att graden av problem varierar och att behoven av stöd kan se olika ut. Ungdomarna har i hög grad problem kopplade till skolan och utsattheten för våld och övergrepp är hög, särskilt bland flickor. Vidare framkommer att den självrapporterade psykiska ohälsan är relativt hög medan det bara är en mindre andel som har en dokumenterad psykisk problematik.



FOTO: MASKOT

Några av resultaten från ettårsuppföljningen:

- Nästan två tredjedelar av ungdomarna (flickor 68 procent, pojkar 60 procent) förekom inte i register som tydde på fortsatta alkohol- och narkotika-problem ett år efter avslutad kontakt med en Maria-mottagning.
- Ungefär en fjärdedel av ungdomarna hade dömts för brott vid ettårsuppföljningen. Det fanns betydande skillnader mellan flickor (10 procent lagförda) och pojkar (28 procent lagförda).
- Merparten av de ungdomar som dömts för brott hade också pågående problem med beroende (84 procent). Av dem som dömts för brott hade tre fjärdedelar någon gång under uppföljningsperioden dömts för ett narkotikarelaterat brott.
- Psykiska problem bland de ungdomar som inledde vårdkontakt för beroendeproblematik kan kvarstå. Hos 42 procent av ungdomarna (flickor 55 procent, pojkar 37 procent) framkom indikationer på psykiska problem vid ettårsuppföljningen.
- Ungdomar med flera riskfaktorer (mer än fem) när vårdkontakten påbörjades hade en ökad risk för fortsatta alkohol- och narkotikaproblem samt en förhöjd risk för fortsatt brottslighet och psykiska problem.

FOTO: JENS LINDSTRÖM/SCANDINAV



Projektet har lett till ökad medvetenhet om riskfaktorers betydelse i praktiken, exempelvis när en ungdom ska utredas och bedömas och när en insats ska planeras.

Uppföljningen efter ett år har bidragit till ökad kunskap och medvetenhet om riskfaktorers betydelse i praktiken, exempelvis när en ungdom ska utredas och bedömas och när en insats ska planeras. Projektet har också lett till metodutveckling och ökad samverkan med socialtjänst och rättsväsendet kring de ungdomar som har en vårdkontakt på grund av problem med brottslighet.

Projektet har fått fortsatt finansiering från Familjen Kamprads stiftelse och Forskningsrådet för hälsa, arbetsliv och välfärd (FORTE) för arbete med treårsuppföljningen. Första resultaten från treårsuppföljningen kommer under 2022.

Kontakt för dig som vill veta mer:

Mikael Dahlberg, Linnéuniversitetet, mikael.dahlberg@lnu.se

PUBLICERADE STUDIER:

Anderberg, M., Dahlberg, M., Wennberg, P. (2021). Adolescents with substance abuse problems in outpatient treatment: a one-year prospective follow-up study. *Nordic Studies on Alcohol and Drugs*, 38(5), 466-479.

Anderberg, M., Dahlberg, M., Wennberg, P. (kommande). Criminality among young people with substance use problems in Sweden: A one-year follow-up study.

Boson, K., Anderberg, M., Dahlberg, M., Hagborg, J. & Wennberg, P. (kommande). Adolescents with substance abuse problems in outpatient treatment: A one-year prospective follow-up study focusing on mental illness.

Sociala relationer minst lika viktiga som ANDT-förebyggande insatser för ensamkommande

Att förebygga ANDT-bruk samt att främja psykisk hälsa och social inkludering är en komplex utmaning för alla som arbetar för att unga i migration ska må bra. Resultaten från tre projekt understryker behovet av program som når målgruppen på så många sätt som möjligt.

Migrationsprocessen påverkar individer och deras hälsa på olika sätt, och för unga är påfrestningen ofta extra stor. Förebyggande arbete som till exempel psykosociala insatser är därför centrala för att ge ensamkommande barn och unga så bra förutsättningar till hälsa och välmående som möjligt.

För att utveckla och pröva nya arbetssätt som förebygger ANDT-bruk och som främjar psykisk hälsa och social inkludering hos unga vuxna i migration tilldelade Folkhälsomyndigheten medel till tre projekt som pågick under 2018–2019.

Till projekten kopplades även en forskare vars uppdrag var att följa projekten och göra projektens erfarenheter och resultat mätbara och möjliga att sprida till andra. Ett av resultaten följeforskaren lyfter är att de unga vuxna som medverkat i projekten har betydande behov av förebyggande insatser, inte minst vad gäller sociala relationer där den här gruppen i jämförelse med nationella referensdata visade sig vara särskilt utsatt. Bland deltagarna i projekten var andelen med riskkonsumtion av alkohol lägre än i nationella referensdata och icke-förskrivna användning av narkotikaklassade läkemedel högre, medan det inte gick att

se några signifikanta skillnader avseende daglig rökning eller narkotikabruk. Det bör dock påpekas att gruppen unga vuxna i migration är mycket heterogen, och att deltagarna i de olika projekten inte är representativa för gruppen som helhet.

Erfarenheter och arbetssätt från den korta projektperioden har sammanställts i rapporten **Att förebygga ANDT-bruk, främja psykisk hälsa och social inkludering hos unga vuxna i migration – utvärdering av tre särskilt utlysta ANDT-utvecklingsprojekt.**

Samtliga projekt uppvisar såväl positiva som negativa resultat och alla lever vidare på olika sätt:

Projektet Främjad Hälsa Ung

I projektet utbildades individer med språklig och kulturell kompetens till hälsoguider, för att främja målgruppens hälsokompetens, genom regelbundna gruppmöten. Regionen arbetar nu vidare med hälsoguider på individnivå och över hela länet, medan Rädda barnen satsar på att anordna friluftsfaktiviteter tillsammans med ungdomar, nyanlända barnfamiljer och personal vid Migrationsverkets boenden.

Projektet Hälsofrämjarna

Genom ledning av elevhälsoteamet utvecklades fyra hälsomoduler (motion, sömn, kost och droger) som användes i undervisningen i svenska





Migrationsprocessen påverkar individer och deras hälsa på olika sätt och för unga är påfrestningen ofta extra stor. Förebyggande arbete som psykosociala insatser är centrala för att ge ensamkommande barn och unga så bra förutsättningar till hälsa och välmående som möjligt.

FOTO: MASKOT

” De unga vuxna som medverkat i projekten har betydande behov av förebyggande insatser.

för invandrare (SFI) för en mer hälsofrämjande livsstil. Verksamheten har varit pausad under covid-19-pandemin, men planerar att återupptas under våren 2022. Arbetssättet som användes inom projektet Hälsofrämjarna efterfrågas av personal och nya SFI-elever eftersom satsningen bidrog till att en stor del av eleverna fick upp ögonen för vikten av kost, motion och annat som ingick i arbetet.

Projektet TB for YOU

I projektet har verksamhetens ungdomscoacher bjudit in unga ensamkommande till specifika aktiviteter som till exempel basket. På så sätt har de fått målgruppen att hitta till den ordinarie verksamhetens program inom kultur, idrott och lärande på den etablerade ungdomsarenan Tegelbruket. Även om covid-19-pandemin blev ett tapp för all verksamhet, upplever föreningen

att många av de som deltog i den särskilda satsningen 2018–2019, fortfarande deltar i flera av Tegelbrukets aktiviteter.

Kontakter för dig som vill veta mer:

Projektansvarig: Vuxenutbildningen i Kramfors kommun, Mikael Wiklund, Hälsofrämjarna, mikael.wiklund@kramfors.se

Projektansvarig: Rädda Barnen och Region Jämtland Härjedalen, Marie Forsberg, Främjad Hälsa Ung, marie.forsberg@rb.se

Projektansvarig: föreningen Tegelbruket i Örebro, Thomas Rasmusson, TB for YOU, thomas.rasmusson@tegelbruket.org

Claes Andersson, Malmö universitet, claes.andersson@mau.se

Att lyckas med ANDTS-prevention

Problem som orsakas alkohol, narkotika, dopning, tobak eller spel om pengar går att förebygga. Snabbguidens arbetsmodell visar hur du kan planera och genomföra ett förebyggande arbete utifrån lokala och regionala behov.

Ett hälsofrämjande och förebyggande arbete på lokal nivå behöver vara långsiktigt, bygga på behov och kunskap samt ha en bredd i sin ansats för att vara framgångsrikt. Det behöver också bedrivas på ett strukturerat sätt för att bli effektivt. **Att lyckas med ANDTS-prevention - en snabbguide för kvalitetssäkring och utveckling av hälsofrämjande och förebyggande arbete** visar steg för steg hur du kan lägga upp ett förebyggande arbete.

Snabbguiden är en sammanfattning av manualen European drug prevention quality standards, EDPQS. Arbetsmodellen utgår från de faser som ett hälsofrämjande och förebyggande arbete vanligen omfattar. I varje fas finns ett antal moment som behöver utföras för att arbetet ska ha förutsättningar att lyckas.



I snabbguiden lotsas du genom alla faser och moment. Du får också ett antal frågor som gör det lättare att reflektera över de överväganden som bör göras innan arbetet går in i nästa fas. För att underlätta det praktiska arbetet finns också två checklistor som kompletteras med information. Den ena kommer att ge en bild av var i processen arbetet befinner sig, medan den andra visar vilka överväganden som gjorts när det gäller till exempel finansiering, kommunikation och personalutveckling. Innehållet i checklistorna blir en sorts dokumentation över arbetet samtidigt som det kan fungera som underlag för beslut och en verksamhets- eller projektplan.

Mer information, e-utbildning och stödmaterial om snabbguidens arbetsmodell finns på www.folkhalsomyndigheten.se/snabbguiden

Slutord

Iden här publikationen presenterar vi erfarenheter från utvecklingsprojekt som på olika sätt handlar om att skydda barn och unga mot eget eller andras skadliga bruk av alkohol, narkotika och tobak. Otrygga uppväxtvillkor innebär en högre risk att utveckla olika typer av ohälsa. Barns och ungas framtida användning och skador kopplade till ANDT påverkas till exempel av familjeförhållanden och hur det går i skolan. Projekten som presenteras i rapporten visar exempel på hur man kan arbeta inom dessa områden.

Den långsiktiga målsättningen med de statsbidrag som Folkhälsomyndigheten har fördelat under perioden 2016–2020 inom ANDT-området är att resultaten ska göra nytta i den praktiska verksamheten. Därför är det viktigt att kunskapen och erfarenheterna sprids till aktörer som ansvarar för eller driver utvecklingen av det ANDT-förebyggande arbetet i landet.

En lärdom från presenterade projekt är behovet av flexibilitet. Verkligheten visade sig ofta vara mer komplex än man anade då projektplanen togs fram. Tiden för att kunna genomföra projektet, och få svar på sina frågor, tog därför ofta längre tid än planerat.

En annan lärdom är behovet av balans mellan teori och praktik. Flera projekt har inneburit samarbete mellan forskare och yrkesverksamma inom bland annat skola och socialtjänst. Mötet mellan den vetenskapliga världen och den praktiska verksamheten är inte alltid enkel. En teoretisk metod kan behöva anpassas till sammanhanget för att fungera i verkligheten. De olika kraven inom respektive område behöver mötas och kompromisser behöver göras. Det står klart utifrån vad som framkommit i våra dialoger med projekten.

Trots utmaningarna är samarbeten och samverkan centralt för att lyckas med det förebyggande ANDT-arbetet för en god och jämlik hälsa. Presenterade erfarenheter visar att samarbeten och samverkan mellan regioner, kommuner, civila samhället och lärosäten kan leda till att nya arbetssätt utvecklas. De ger också en bild av hur statsbidrag kan bidra till samhällets utveckling inom området.

Oavsett om samarbeten och samverkan sker i form av projekt eller i löpande verksamhet visar snabbguidens arbetsmodell på föregående sida hur man kan kvalitetssäkra och lyckas med sitt förebyggande arbete.

” **Samarbete mellan regioner, kommuner, civila samhället och lärosäten kan leda till att nya arbetssätt utvecklas.**



Folkhälsomyndigheten har genom åren på uppdrag av regeringen fördelat statsbidrag till utvecklingsprojekt och olika uppdrag för att öka kunskap inom området alkohol, narkotika, dopning och tobak (ANDT). Syftet har varit att verka för ett långsiktigt, hållbart och kunskapsbaserat förebyggande arbete.

I den här publikationen presenterar vi erfarenheter, resultat och lärdomar från ett urval av dessa projekt som på olika sätt handlar om att skydda barn och unga mot eget eller andras skadliga bruk av alkohol, narkotika och tobak.

Rapporten riktar sig främst till dig som intresserar dig för eller arbetar med förebyggande ANDT-arbete på regional och lokal nivå. Målet är att rapporten ska ge kunskap och inspiration till fortsatt utvecklingsarbete på alla nivåer och inom olika delar av samhället. Att lära av andra kan vara en fruktbar väg förbi utmaningar i arbetet.

Folkhälsomyndigheten är en nationell kunskapsmyndighet som arbetar för en bättre folkhälsa. Det gör myndigheten genom att utveckla och stödja samhällets arbete med att främja hälsa, förebygga ohälsa och skydda mot hälsohot. Vår vision är en folkhälsa som stärker samhällets utveckling.



Folkhälsomyndigheten

Solna Nobels väg 18, 171 82 Solna Östersund Campusvägen 20, Box 505, 831 26 Östersund
www.folkhalsomyndigheten.se