

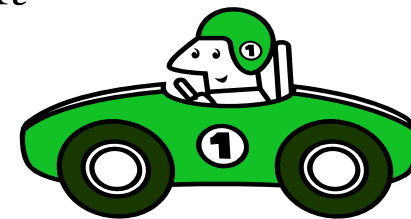
# Ungdomar och risker – hur hänger det ihop?



# Tonårshjärnan



- Under tonårstiden genomgår hjärnan dramatiska förändringar – det gör den extra känslig
- Hjärnan mognar lite ojämnt, bakifrån och fram
- Limbiska systemet utvecklas tidigt – känslor, belöning, rädsla, straff, spänning, våga göra farliga saker
- Extra känslig för Dopamin
- Frontalloben styr komplext tänkande, planering, att få saker gjorda, ta kloka beslut – mognar sent
- Som en bil där gaspedalen funkar perfekt –  
men inte bromsen..



# Hjärnans belöningssystem

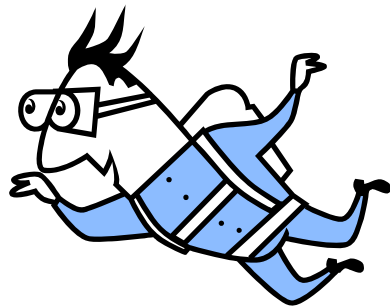


# Men vad är belöningssystemet till för?



# Kan man fuska ?

- Varför ?
- Hur ?
- Konsekvenser?



# Cannabis sativa

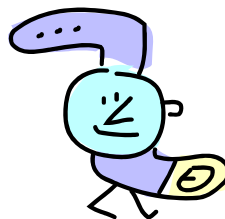
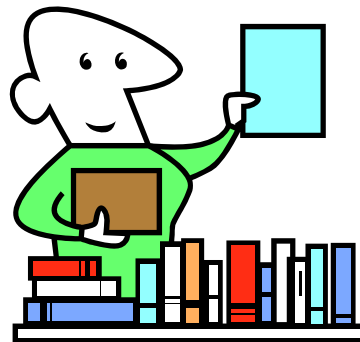
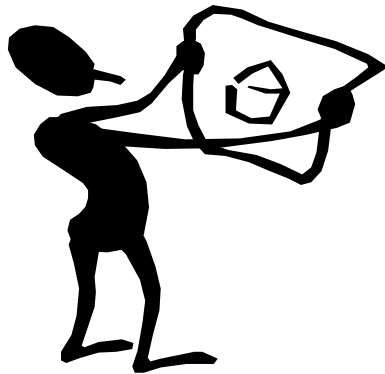


- Tillhör gruppen hallucinogener
- Innehåller ca 400 ämnen, 60-80 psykoaktiva
- THC – fettlösligt, finns kvar upp till 2-6 veckor
- Marijuana, hasch, hascholja
- Påverkar psyket, vissa grupper extra utsatta:
  - Gravida kvinnor ( THC överförs till fostret)
  - Människor med benägenhet för psykiska störningar
  - Tonåringar





# Vad händer på sikt?



# Några riskfaktorer

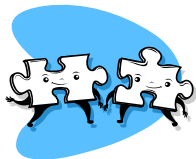


- Hög tillgänglighet
- Avsaknad av ställningstagande mot droger bland vuxna/positiv inställning bland unga
- Bristande skolprestationer
- Avsaknad av bra fritidsaktiviteter
- Kamrater som använder substanser och/eller är kriminella
- Upplevelse av utanförskap
- Tidig debut-substansanvändning/normbrytande beteende

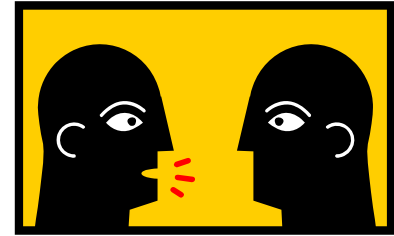


# Skyddsfaktorer

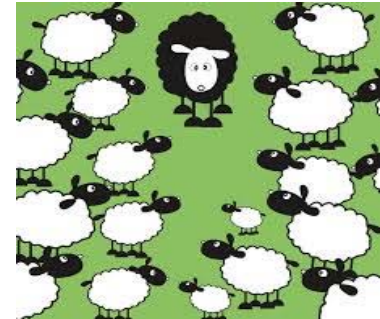
- Fungerande skolgång
- Nära relationer med engagerande vuxna
- Tydlighet från vuxenvärlden
- Meningsfull sysselsättning
- Fysisk och psykisk hälsa
- Känsla av sammanhang

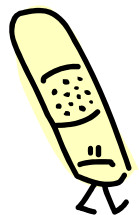


# Vad kan jag göra som förälder?

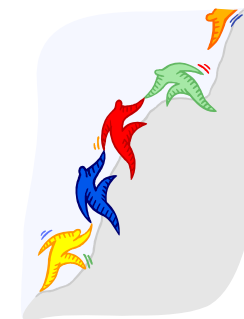


- Lär känna andra föräldrar och samverka!
- Var närvarande, umgås med ditt barn – gör saker ihop –prata med varandra!
- Berätta var man själv står, och varför
- Majoritetsmissförståndet – ” Alla andra ” – det är inte alltid sant!
- Gruppträck – integritet
- Man kan diskutera varför man tror att människor använder droger, och vilka negativa konsekvenser det kan ha.
- Hur vill man ha sitt liv, hur nå dit?
- Lyssna på den andra utan att fördöma, men man har rätt att stå för att man tror på att det finns en rimlig anledning att inte använda droger. Att cannabis och andra droger är olagliga av en anledning.
- Ungdomar uppskattar tydliga vuxna som diskuterar, sätter gränser – och berättar varför!



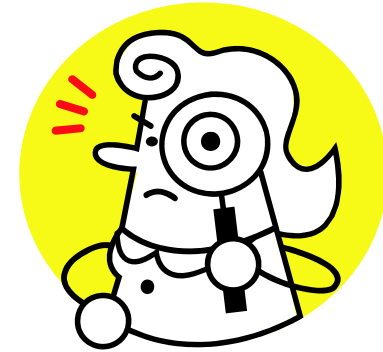


## Var kan man få råd och hjälp?



- **MiniMaria Nacka Planlavägen 17**
  - Bedömning, utredningar
  - Behandling
- **Barn och ungdomsverksamheten Planlavägen 17**
  - Råd och stöd
  - Grupper för barn till föräldrar med psykisk ohälsa, och/eller missbruk
  - Stöd till unga brottsutsatta
- **Droginformatören** – kan informera, vidarebefordra, vara ”bollplank”
- **Polarna** – uppsökande o förebyggande

# Tips på användbara länkar



- [www.CAN.se](http://www.CAN.se)
- [www.cannabishjälpen.se](http://www.cannabishjälpen.se)
- [www.drugsmart.com](http://www.drugsmart.com)
- <http://tonarsparloren.se/>
- <https://www.youtube.com/watch?v=ZS7PY8EIV2Q&feature=youtu.be>
- <http://www.nacka.se/omsorg-stod/familj-och-foralder/stod-i-ditt-foraldraskap/>

Starkutanknark på Youtube och Facebook  
Grymt fett! - En filmserie om tonårshjärnan

*Tack för er tid!*

[madelaine.norelius@nacka.se](mailto:madelaine.norelius@nacka.se) tel: 070-431 84 53





Stockholmsenkäten 2016

## Antal svarande elever per område årskurs 9

| Antal svarande elever per område                               | Pojkar | Flickor |
|----------------------------------------------------------------|--------|---------|
| Boo                                                            | 176    | 194     |
| Fisksätra                                                      | 27     | 16      |
| Saltsjöbaden                                                   | 80     | 53      |
| Sickla                                                         | 71     | 63      |
| Älta                                                           | 52     | 47      |
| Elever boende i Nacka (ink även elever som inte angett område) | 449    | 398     |
| Totalt antal deltagande i hela länet                           | 7245   | 6849    |

Observera att diagrammen redovisar olika delgrupper av svarande, antalet elever som dessa baseras på kan vara mycket litet! Detta gäller särskilt frågorna om köp av folköl, köp av cigaretter bland de som röker dagligen och är under 18 år samt delredovisningar av bjudvanor bland de som dricker alkohol.

...sätta ungdomarna  
användning av droger

Du deltar **anonymt** i  
på formuläret och inte

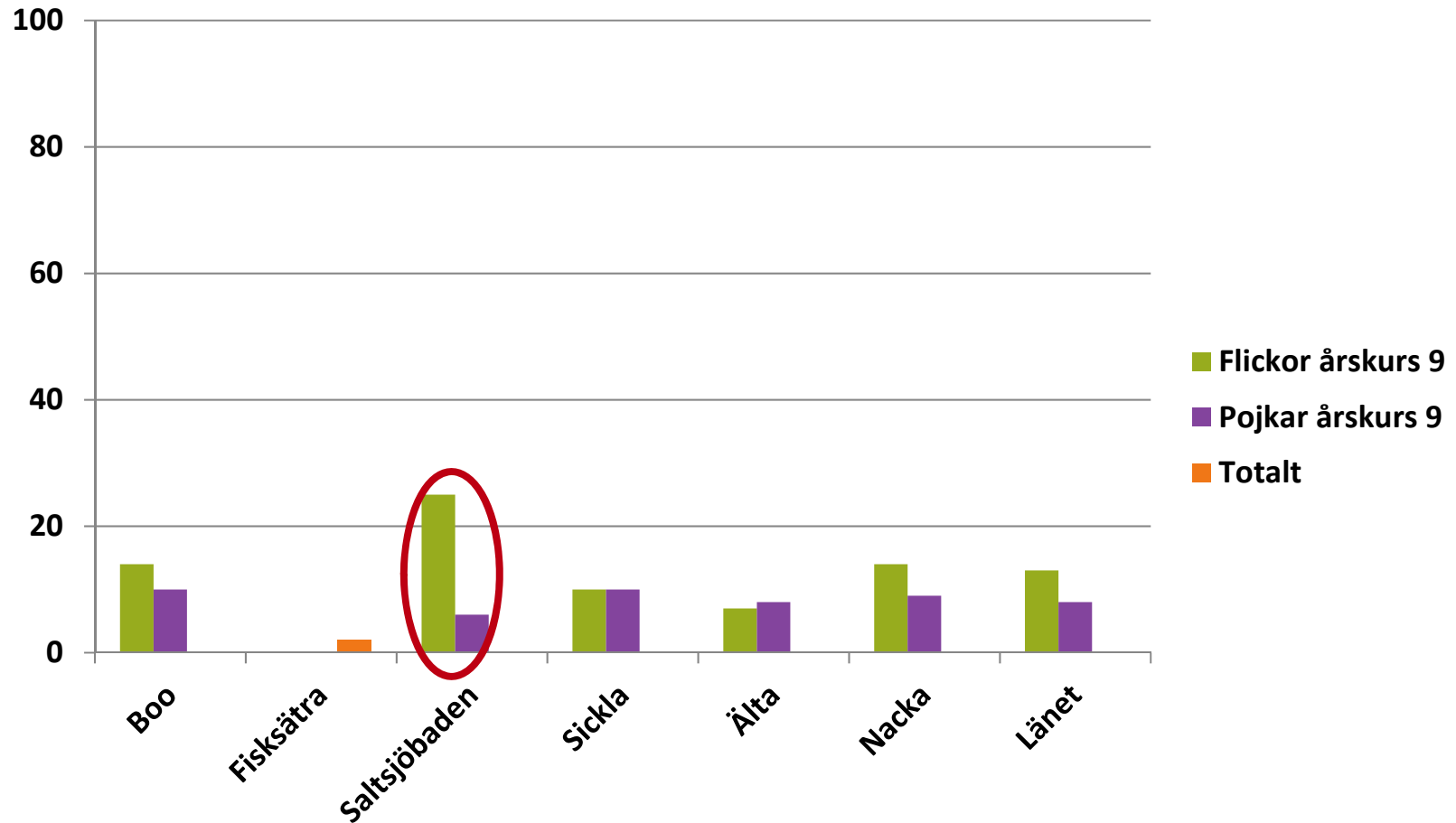
Besvara frågorna ger

# Tobaksbruk bland elever i årskurs 9

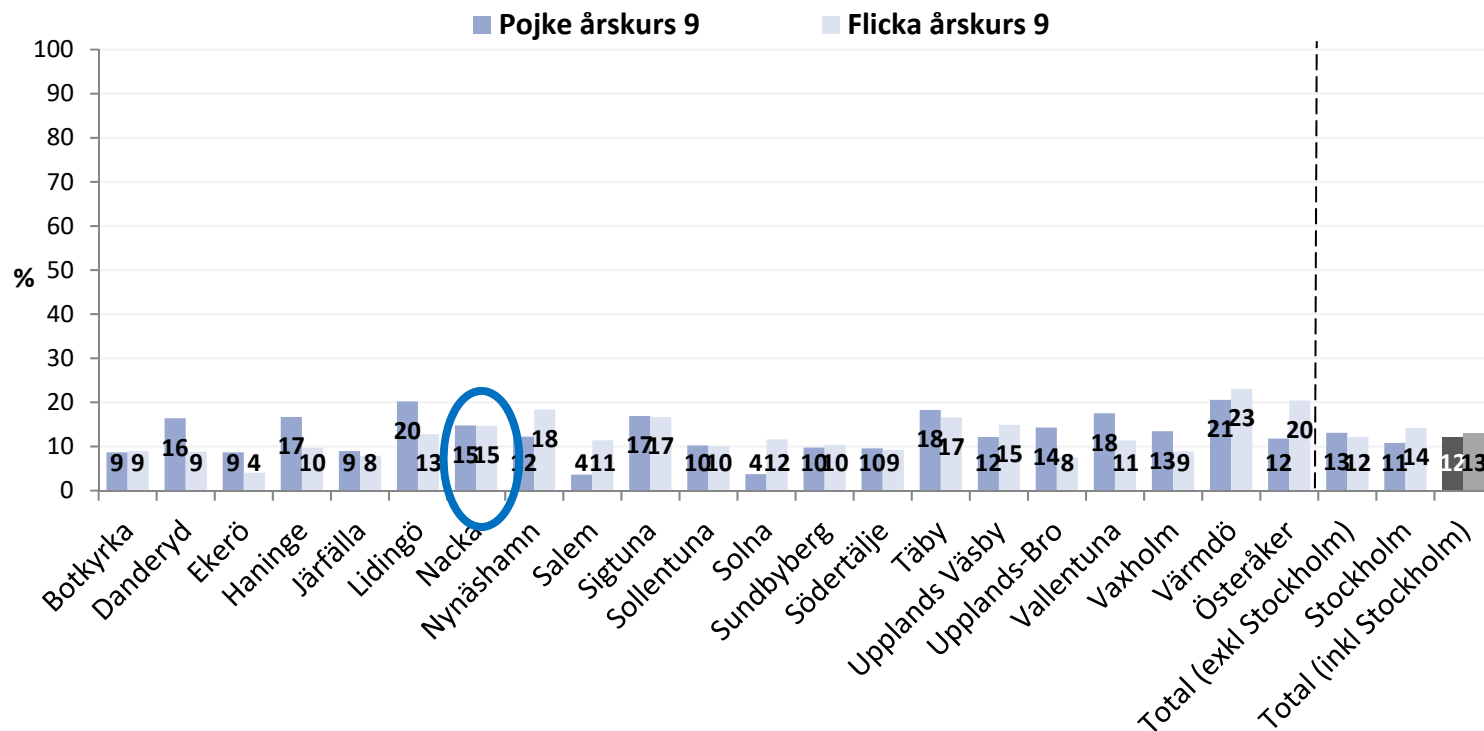
- Andelen rökande ungdomar har minskat något
- Minskad andel som snusar



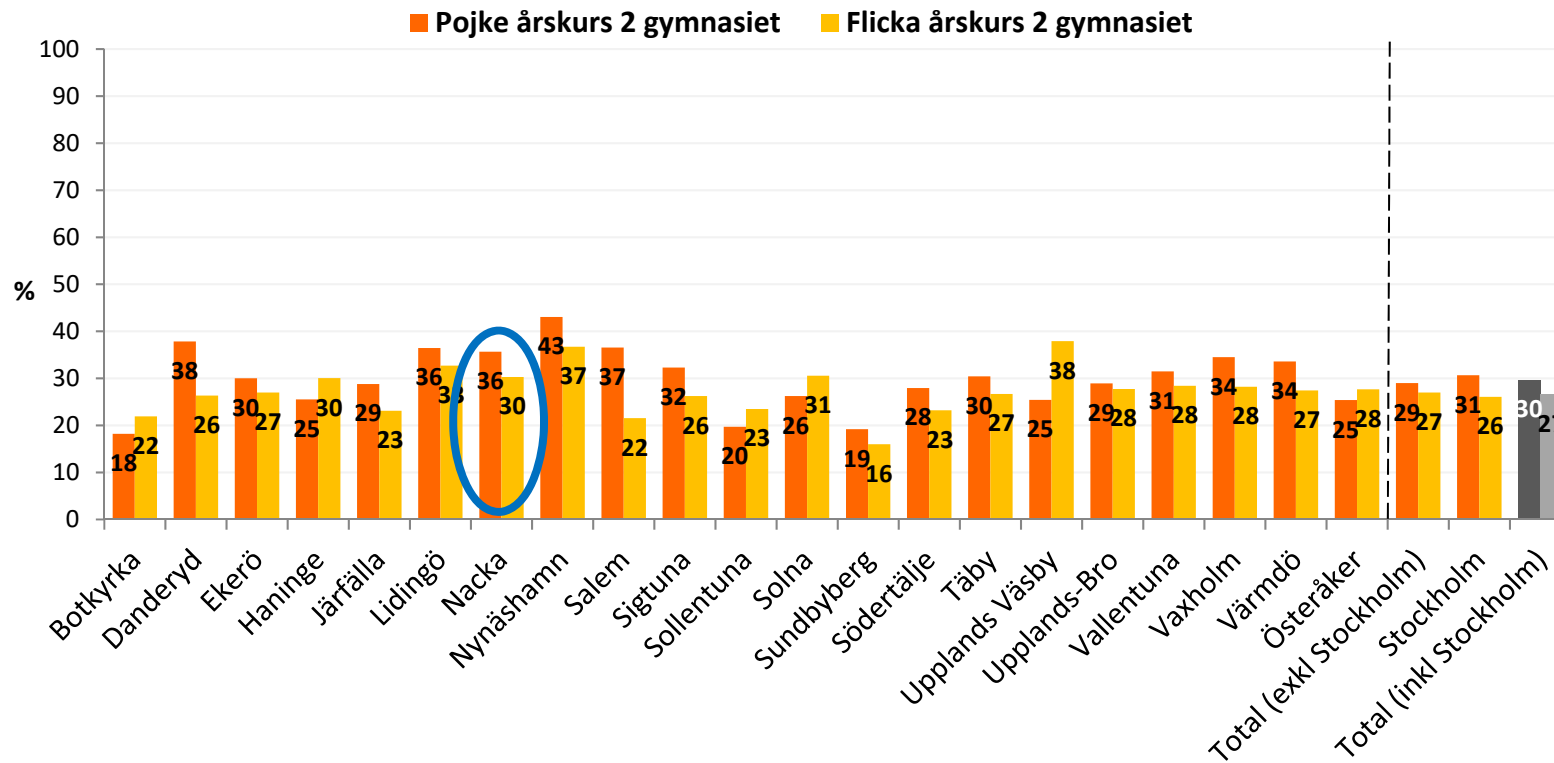
# Andel elever (%) i årskurs 9 som röker dagligen eller ibland



# Elever i nian som röker och/eller snusar dagligen eller ibland



# Elever på gymnasiet som röker och/eller snusar dagligen eller ibland

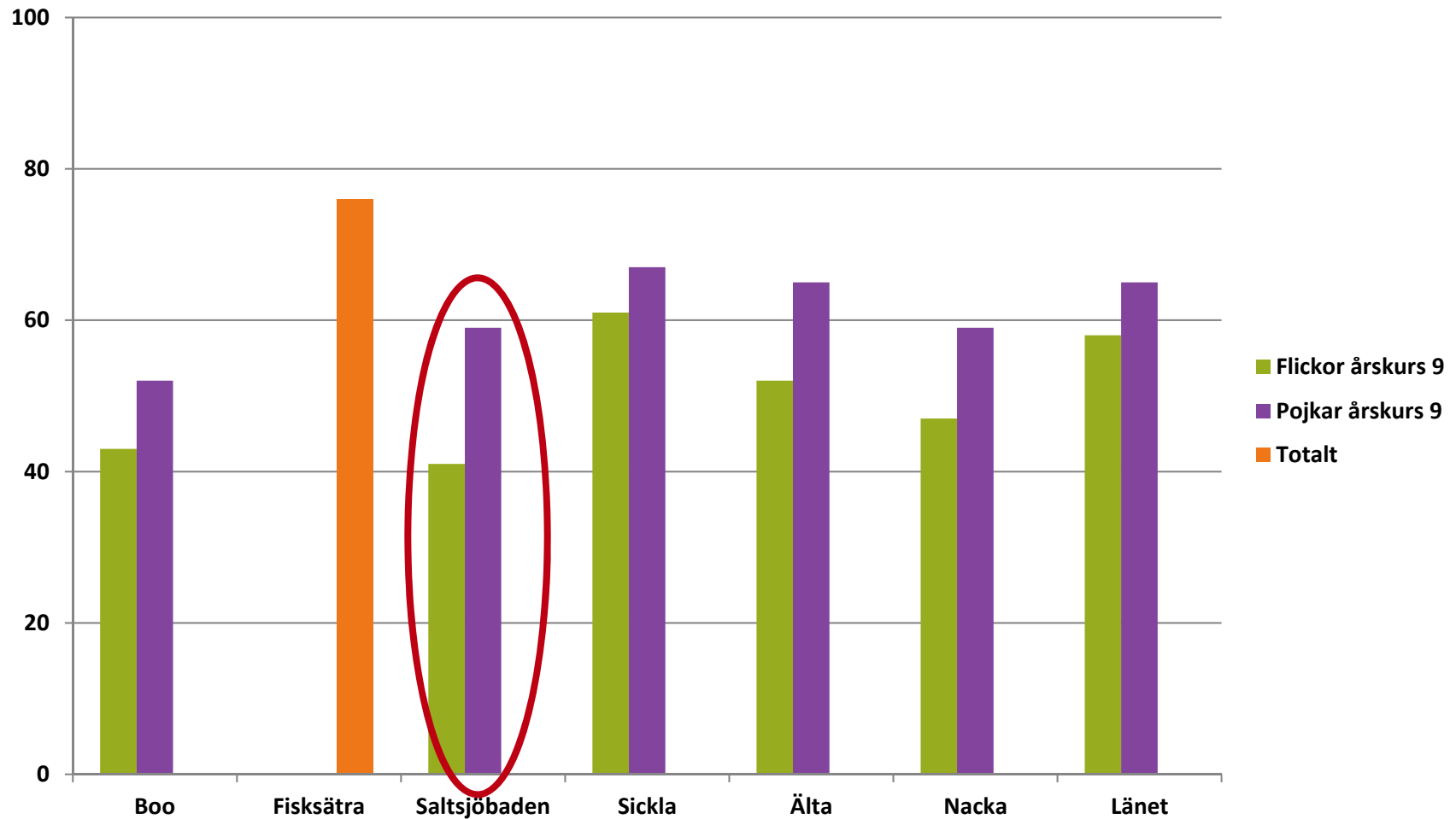


# Alkoholkonsumtion

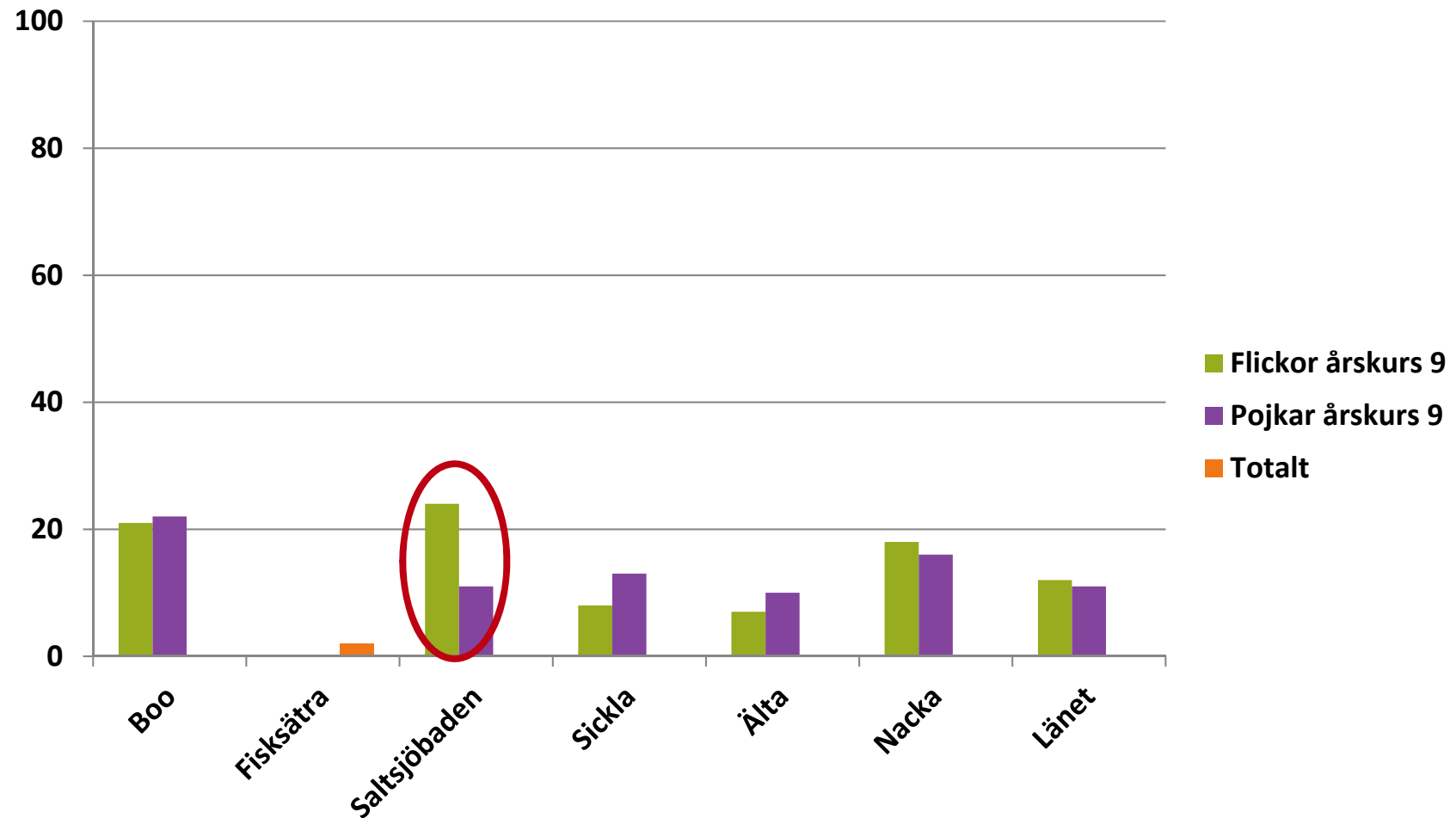
- En ökning av andelen unga som INTE dricker alkohol
- Andelen elever i Nacka som storkonsumerar alkohol har minskat



# Andel elever (%) i årskurs 9 som inte dricker alkohol

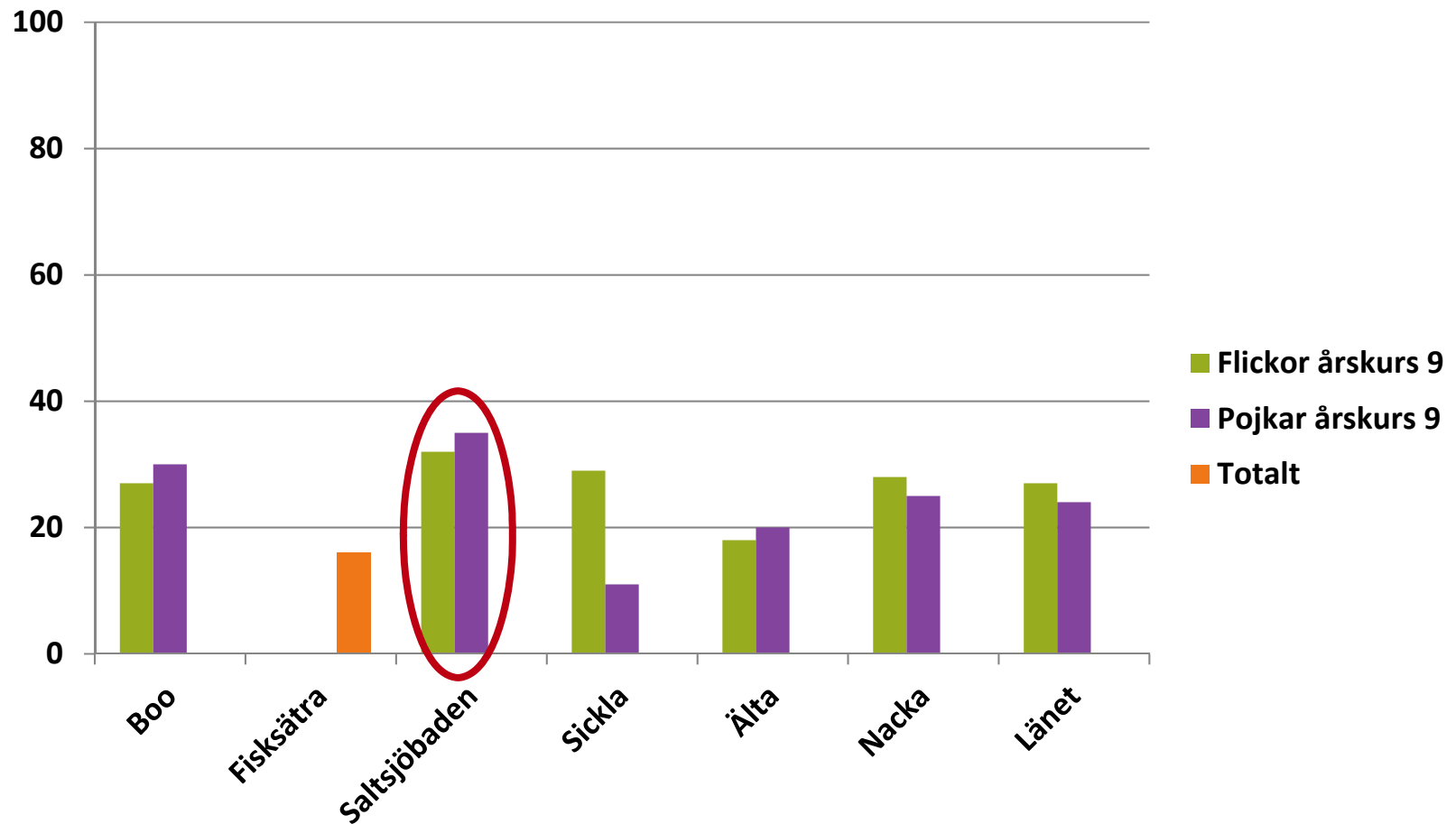


# Andel elever (%) i årskurs 9 som storkonsumerar alkohol minst en gång i månaden



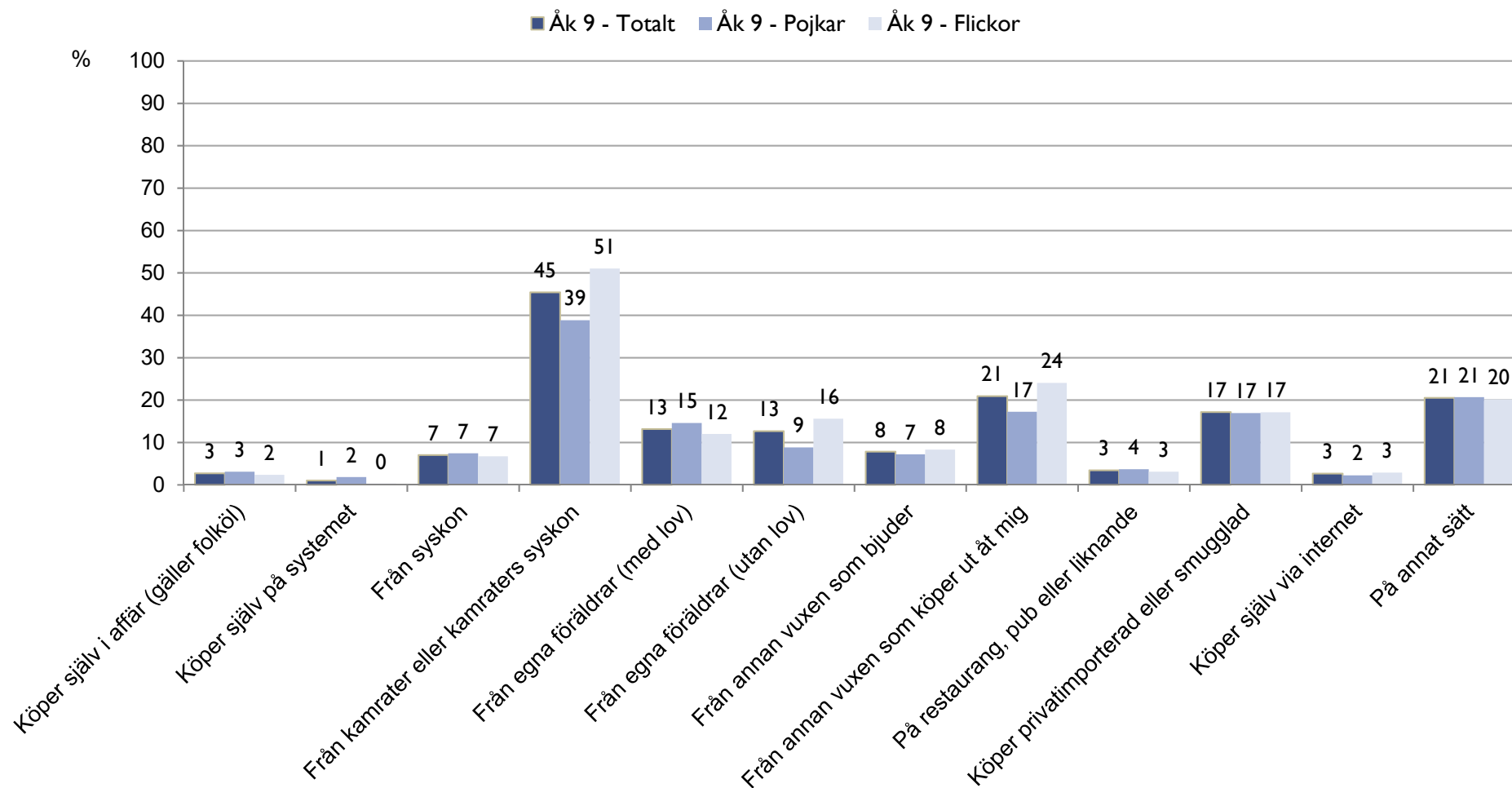


# Andel elever (%) i årskurs 9 som får smaka alkohol av sina föräldrar



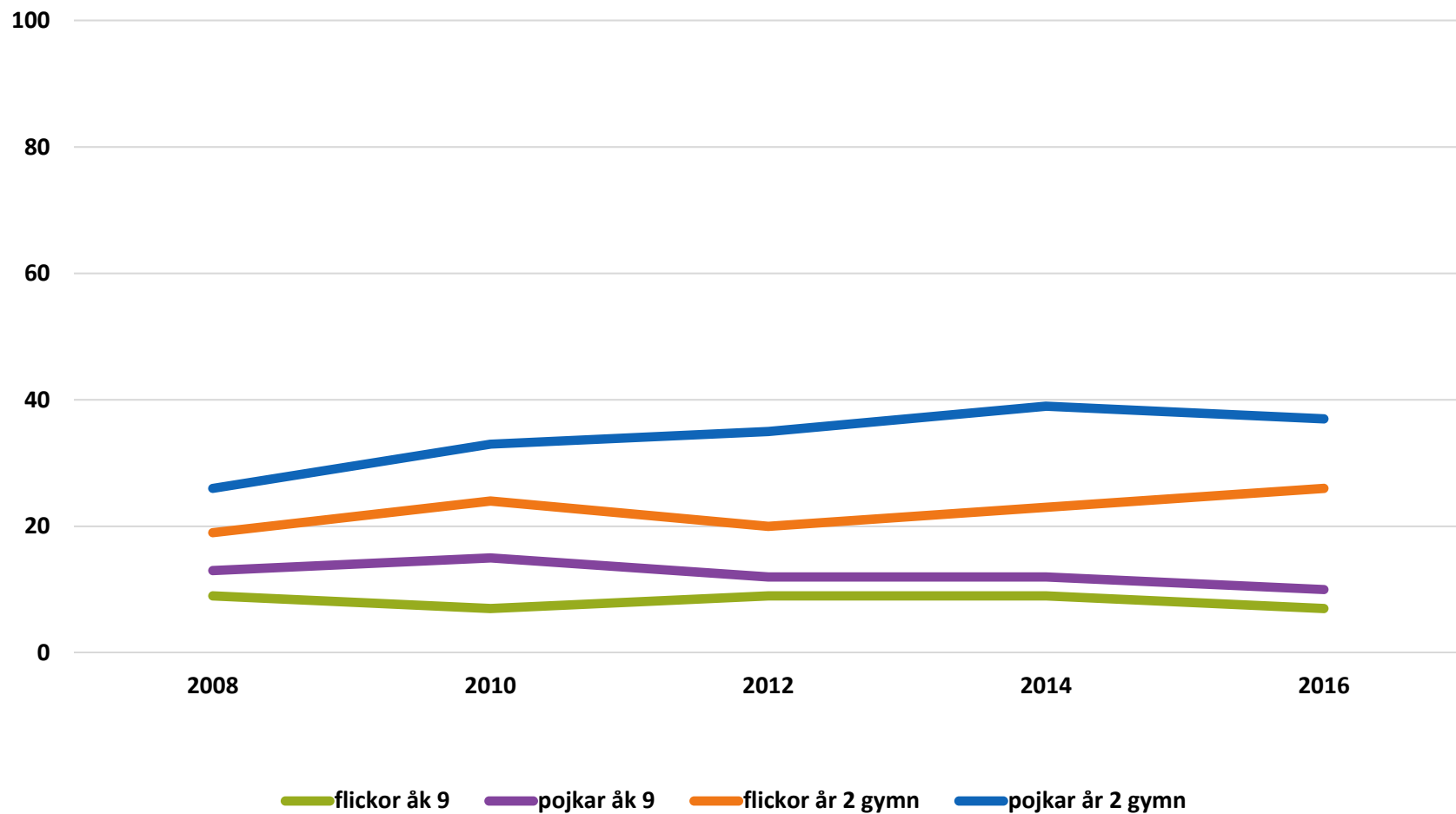
# Hur får du vanligen tag på alkohol?

(av de som dricker alkohol och är under 18 år)

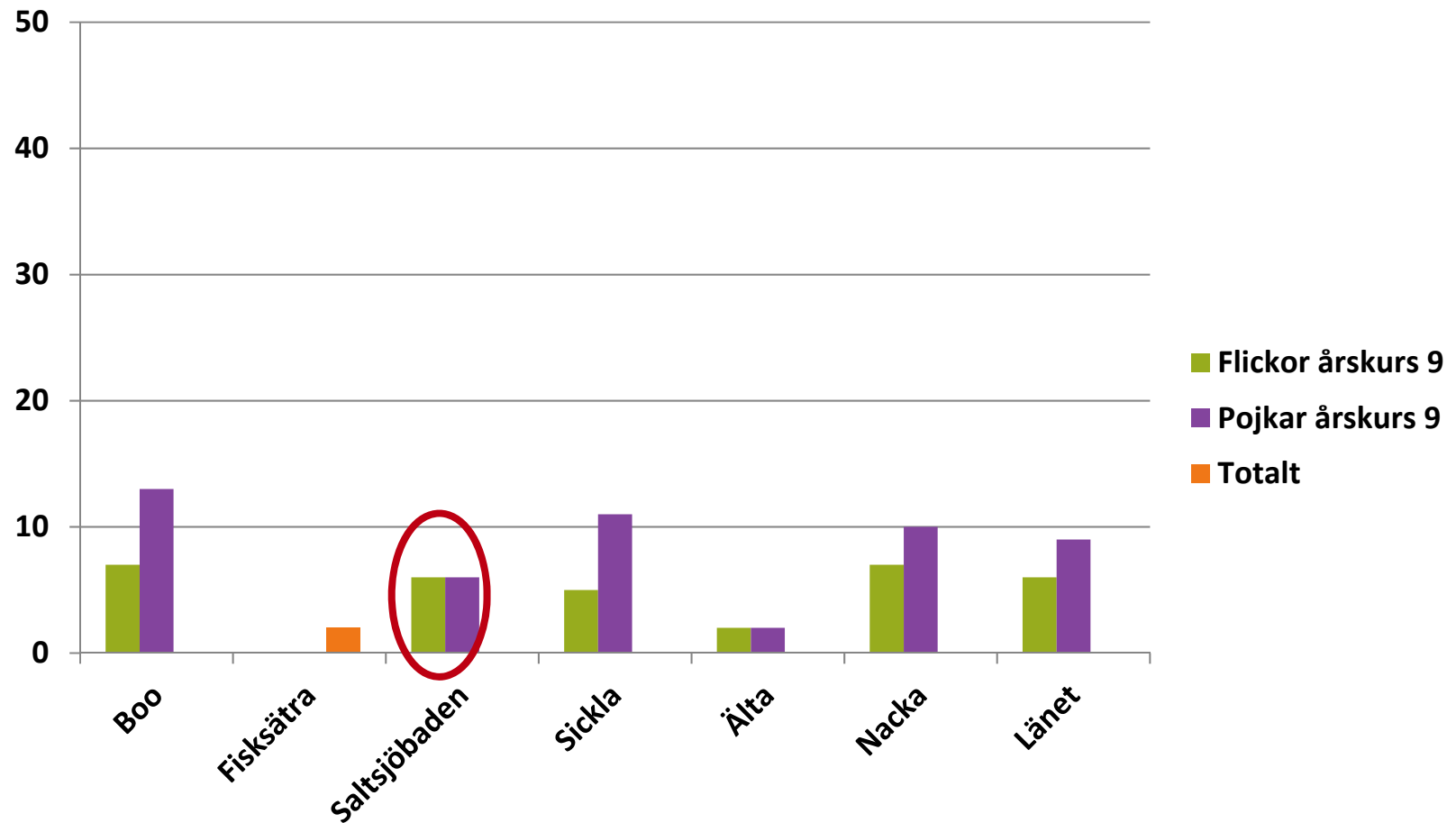


**Narkotika**

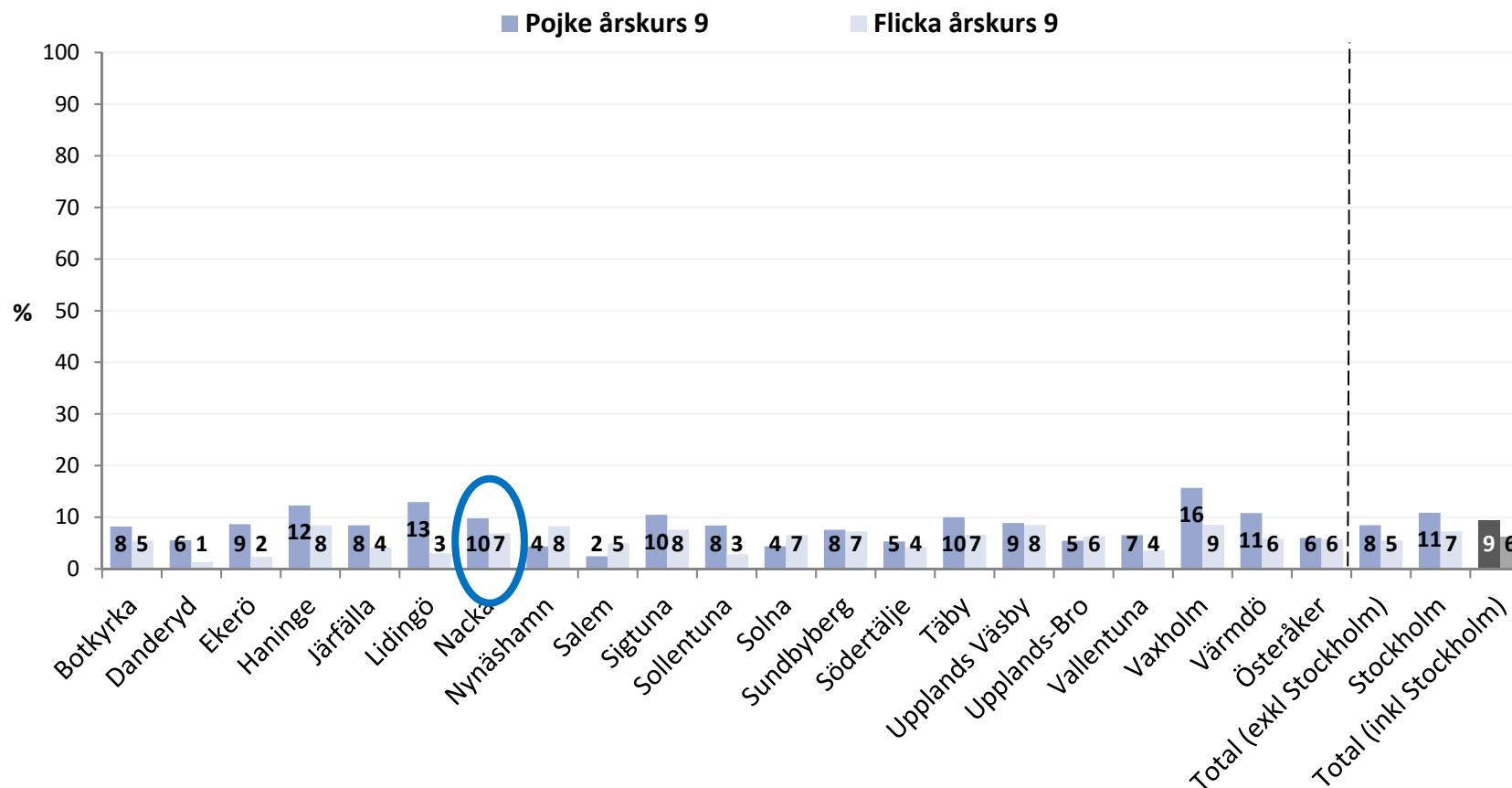
# Andel elever (%) som använt narkotika någon gång



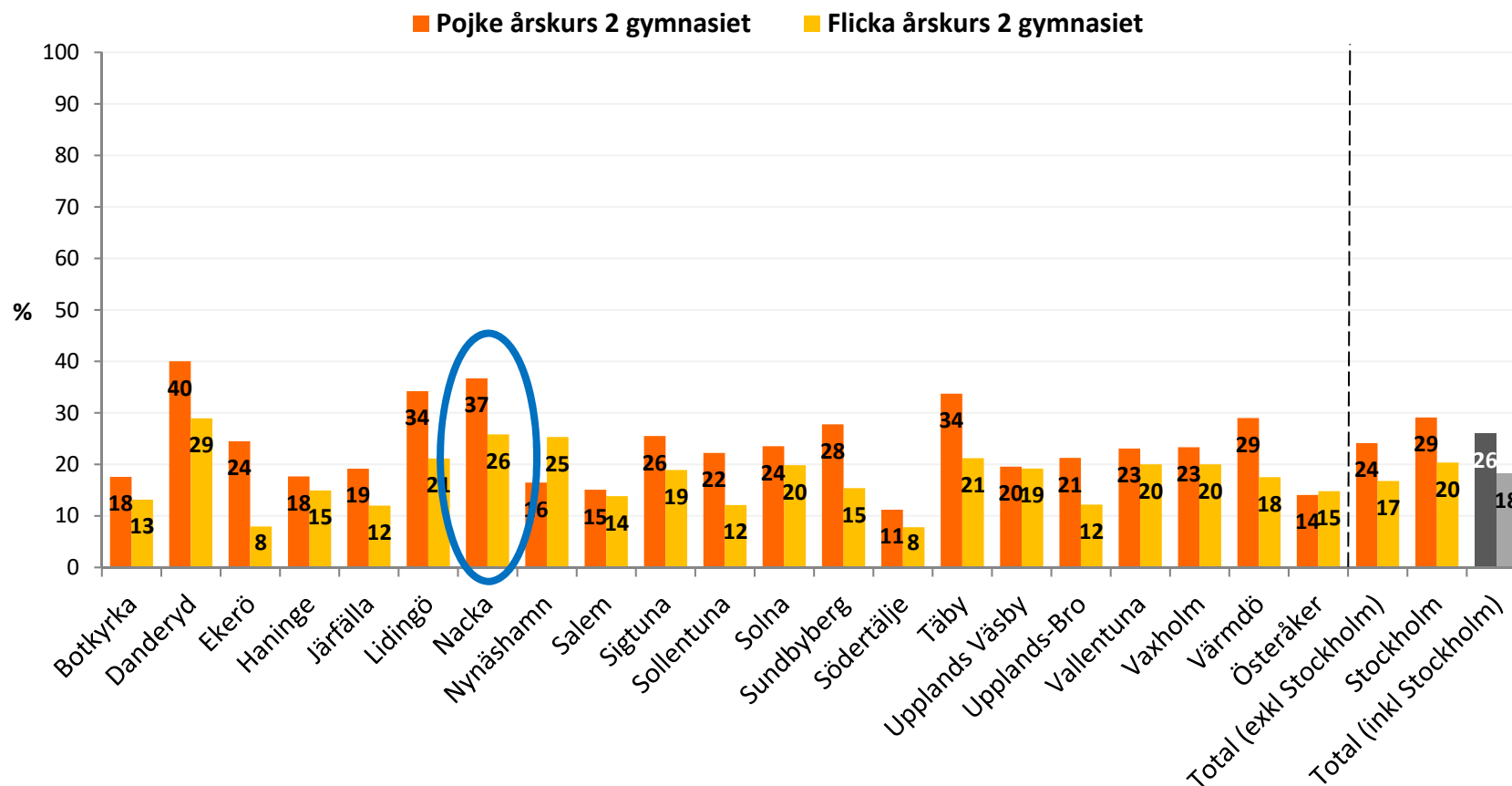
# Andel elever (%) i årskurs 9 som använt narkotika någon gång



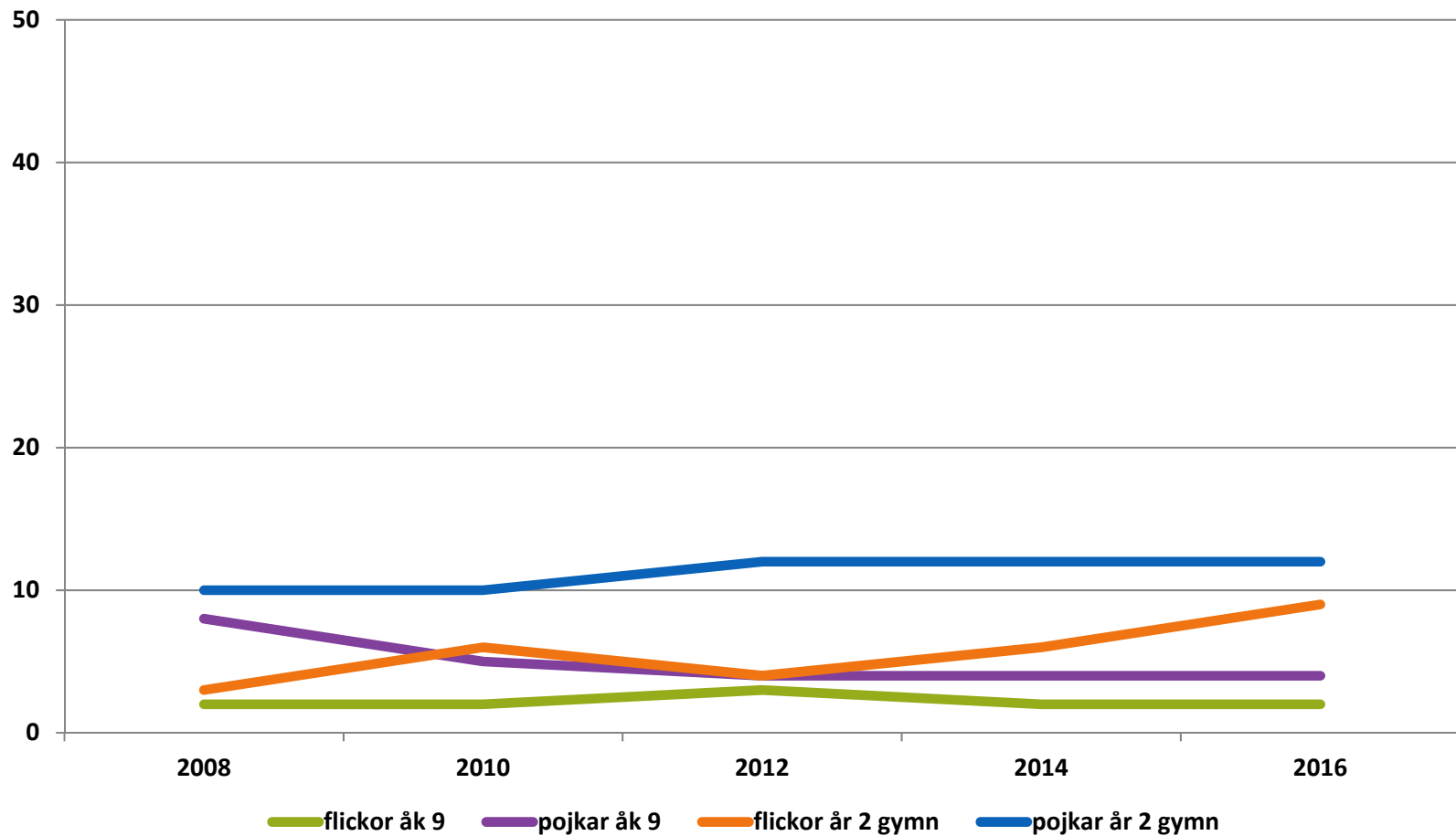
# Elever som någon gång använt narkotika



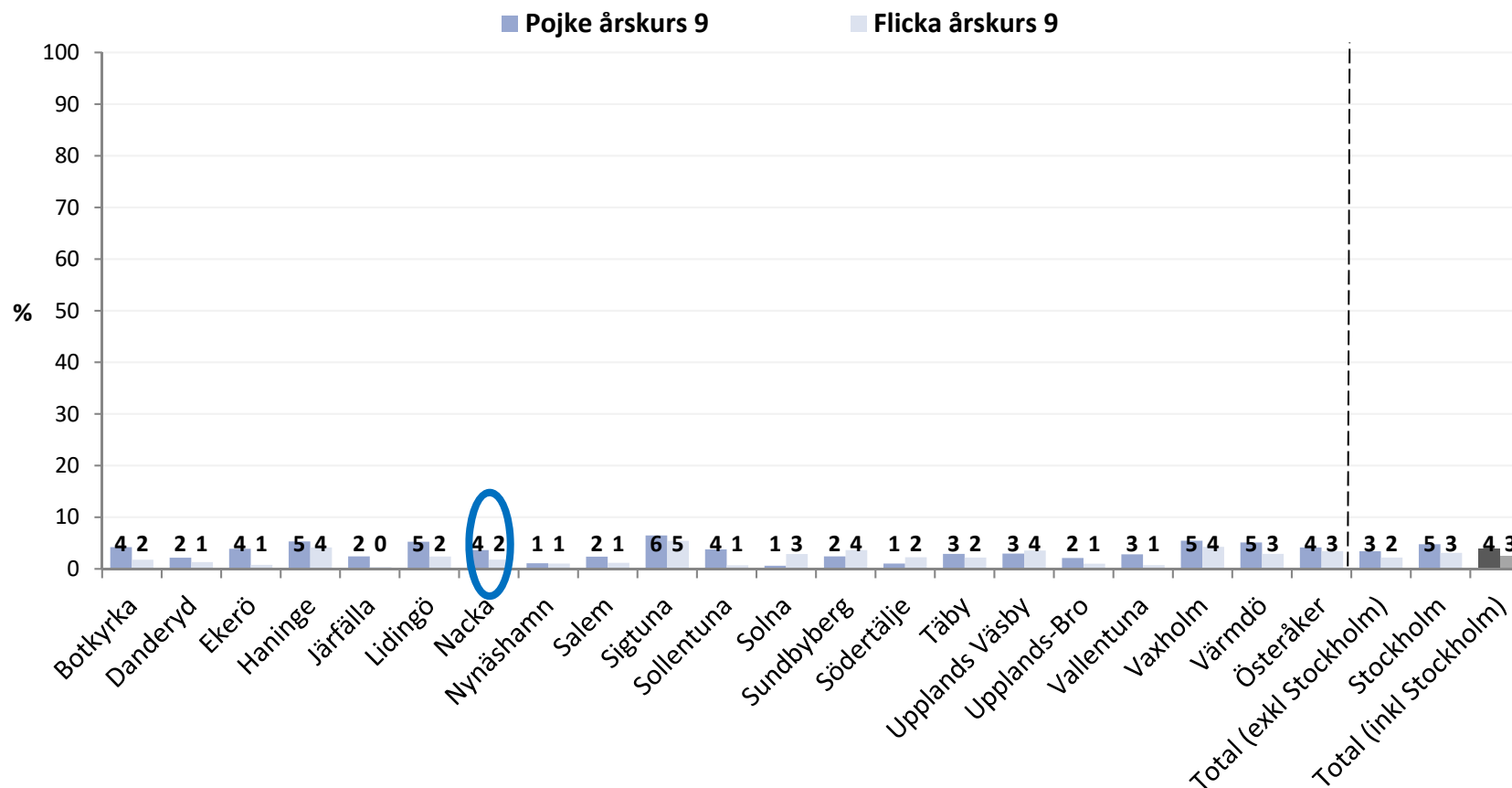
# Elever som någon gång använt narkotika



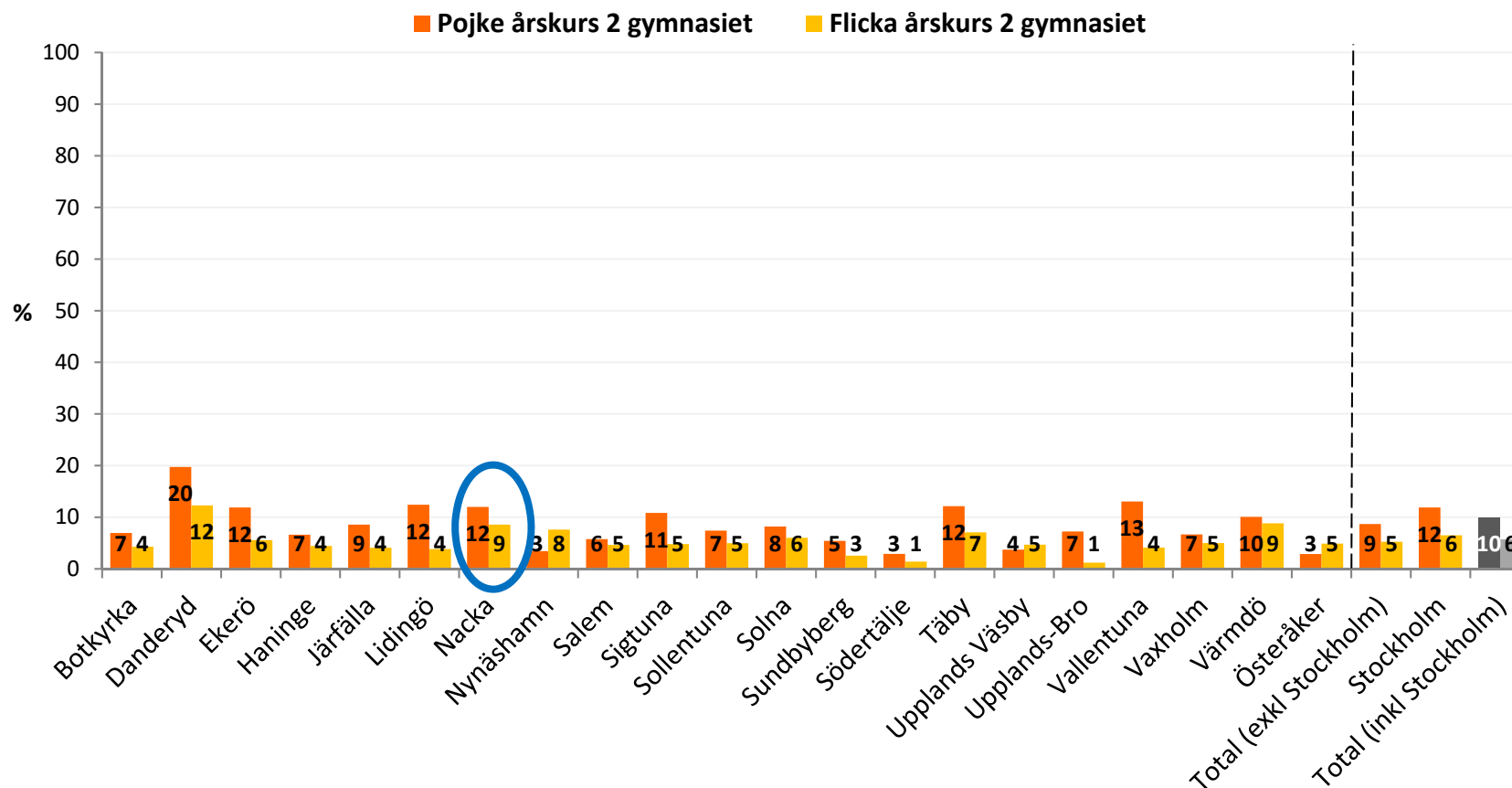
# Andel elever (%) som använt narkotika minst 1 gång under de senaste 4 veckorna



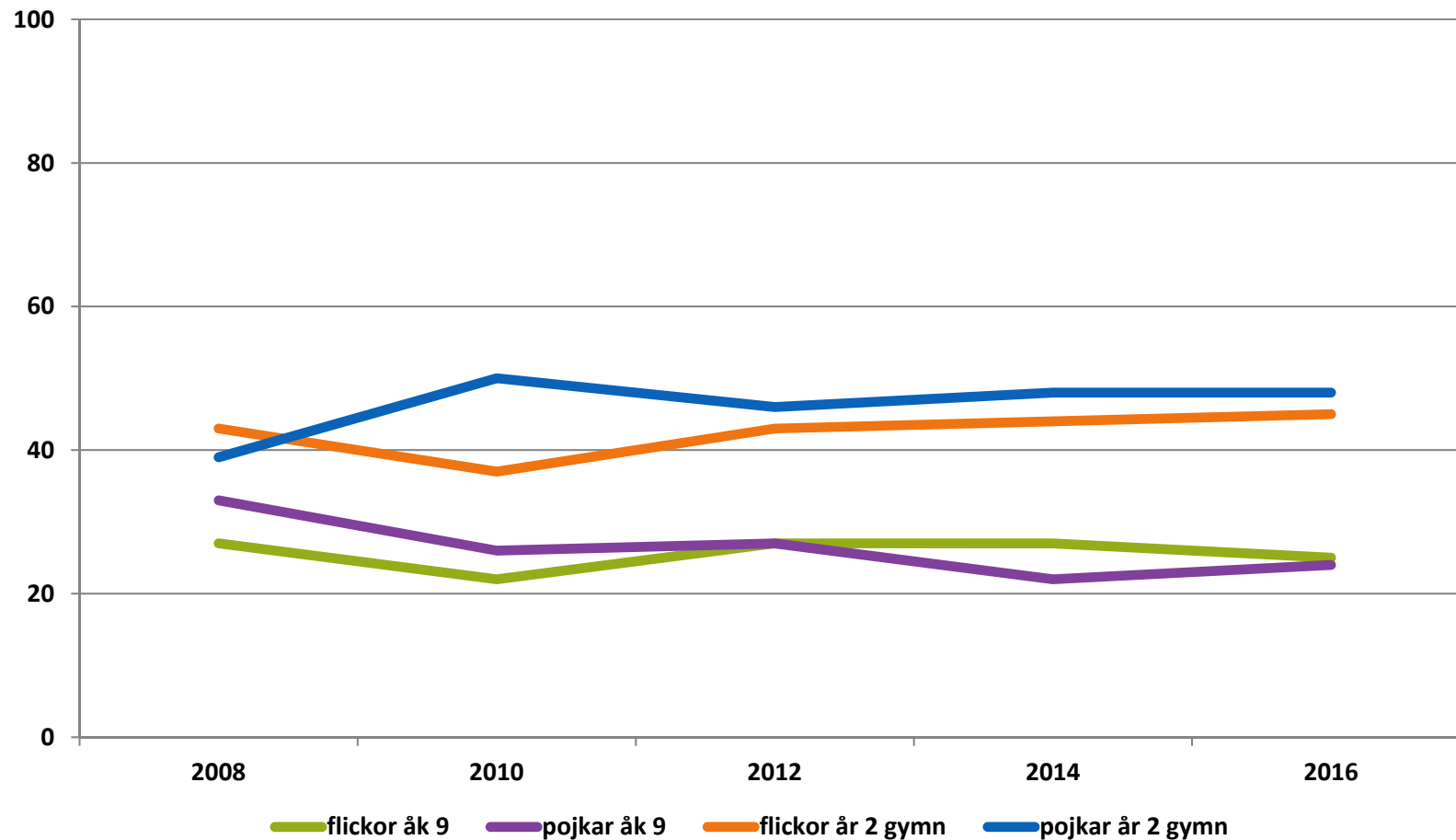
# Elever som någon gång använt narkotika under den senaste 4-veckorsperioden (bland samtliga)



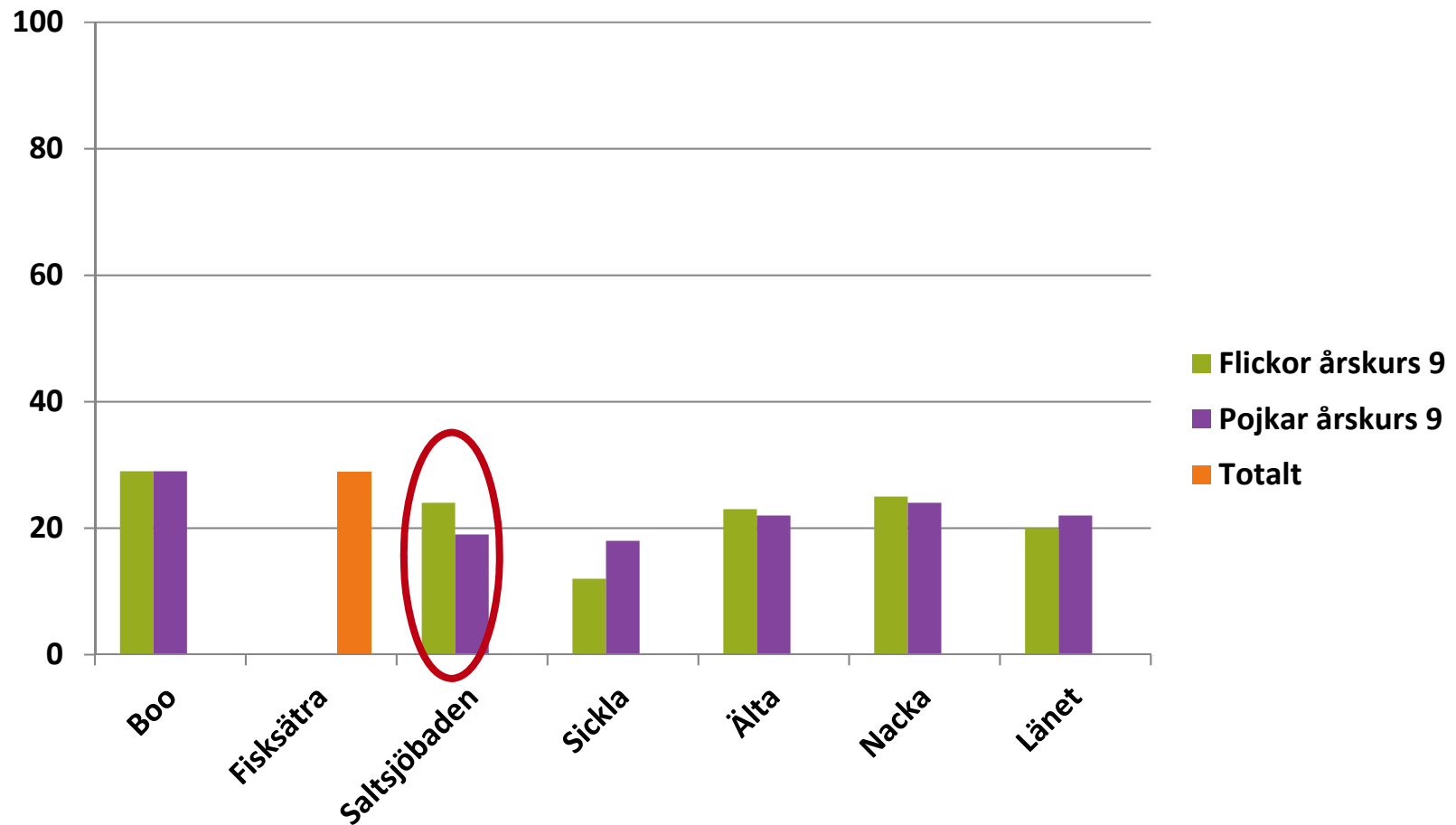
# **Elever som någon gång använt narkotika under den senaste 4-veckorsperioden (bland samtliga)**



# Andel elever (%) som någon gång haft möjlighet att pröva narkotika



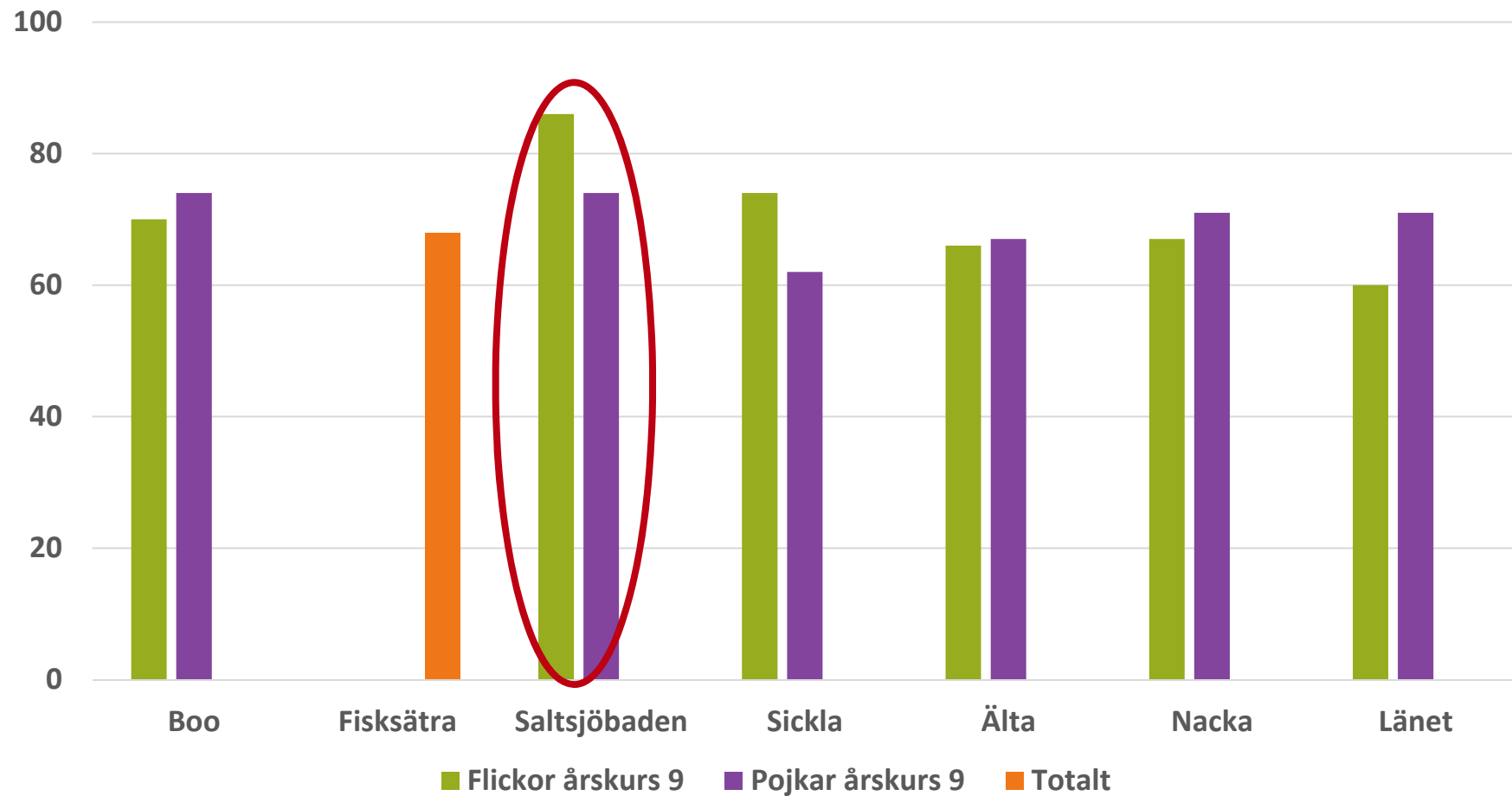
# Andel elever i årskurs 9 som haft möjlighet att prova narkotika (men inte provat)



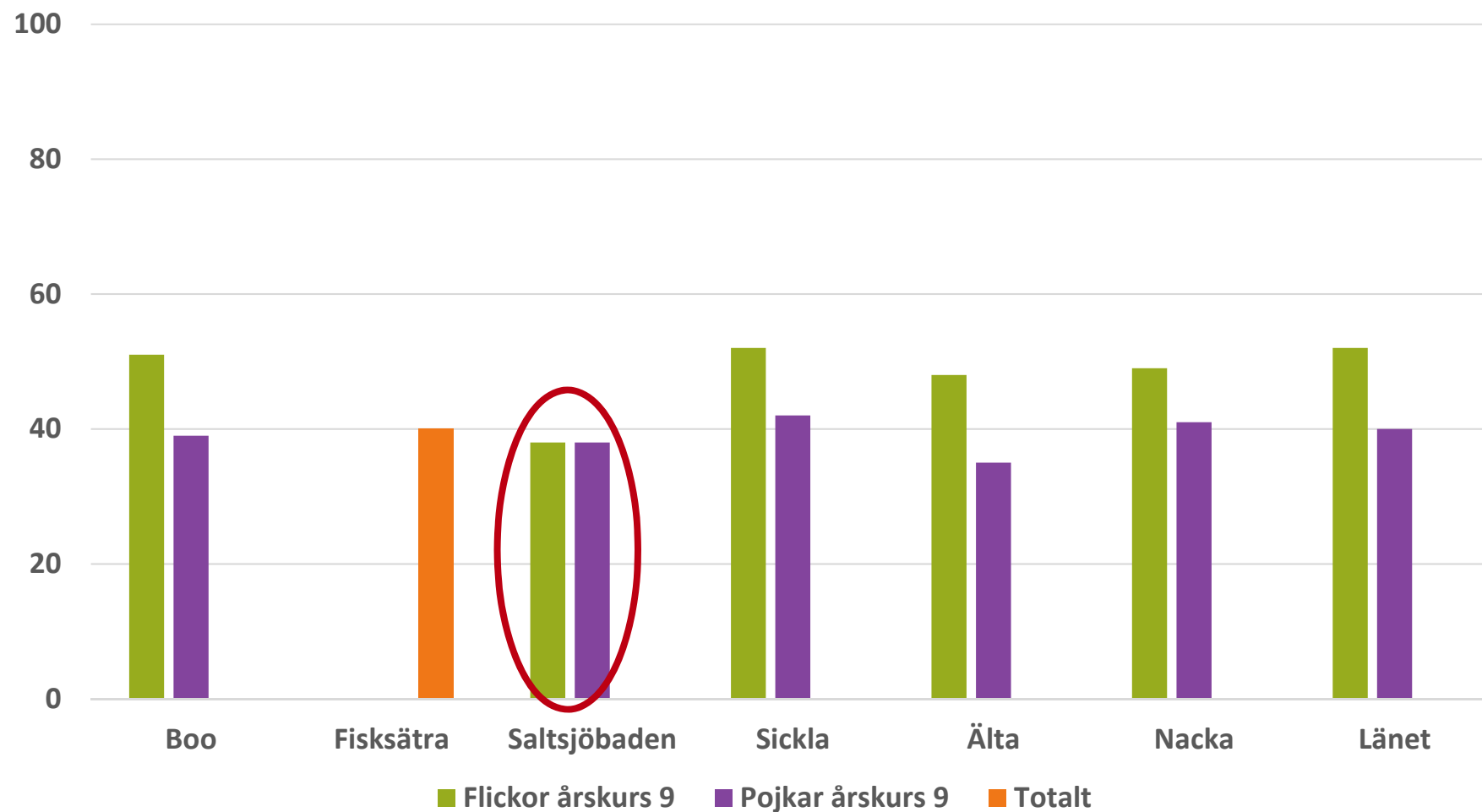
# Psykisk ohälsa



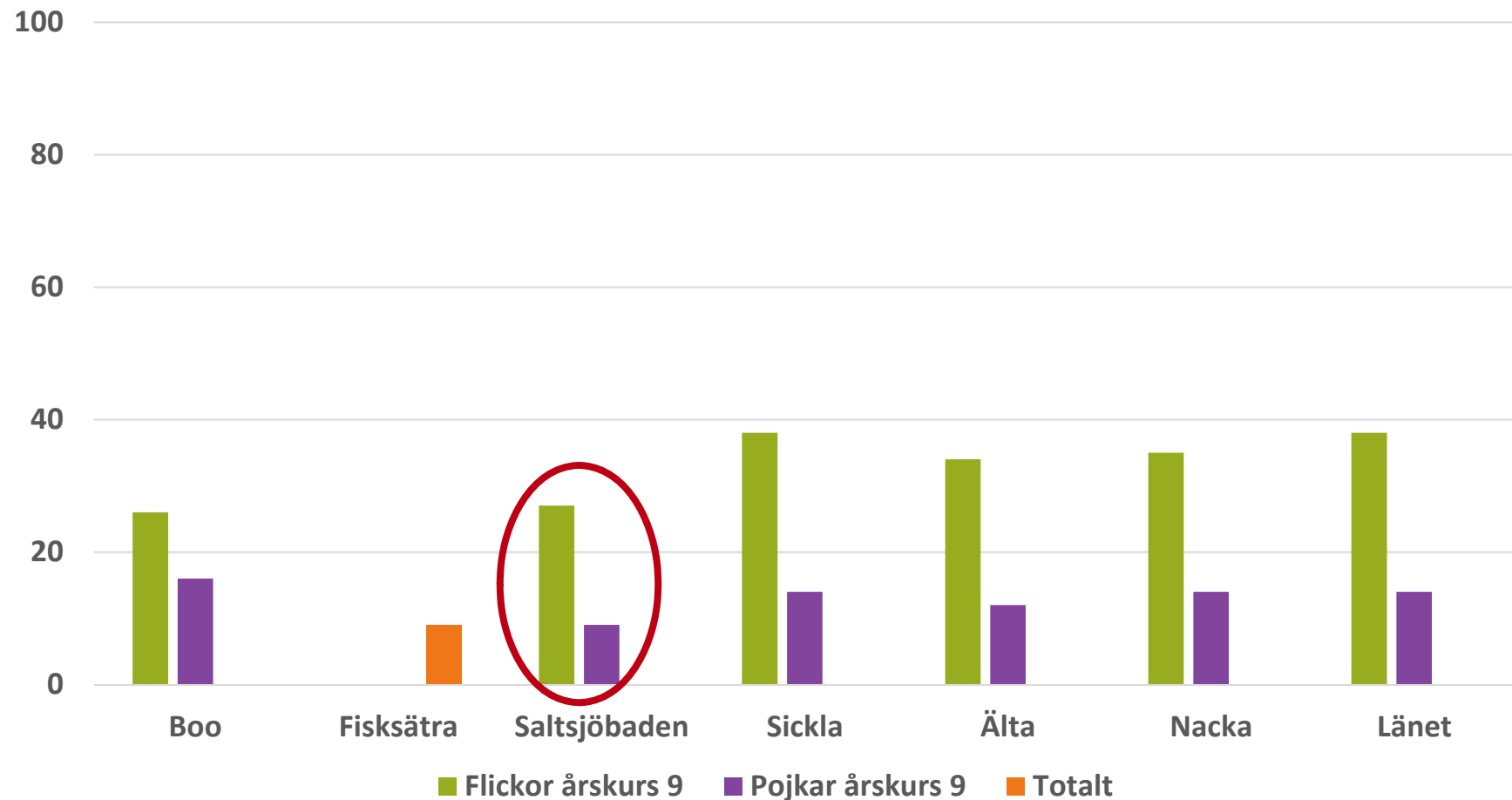
# Andel elever i årskurs 9 som ofta tycker det är riktigt härligt att leva



# Andel elever i årskurs 9 som har svårt att somna en gång i veckan eller oftare



# Andel elever i årskurs 9 som ofta känner sig ledsna och deppiga utan att veta varför



## Sammanfattning några resultat..

- En positiv trend är att det är fortsatt en större andel unga som väljer att inte dricka alkohol
- Men det är en fortsatt ökning av narkotikaanvändandet
- Kamrater och kamraters syskon är de som i störst utsträckning förser unga med alkohol
- Rökning minskar
- Tendens till ökad andel föräldrar som bjuder sina barn på alkohol jämfört med resultaten från 2008 och framåt

# Vad gör vi då?



## Kartläggning

- Stockholmsenkäten

## Förebyggande insatser

- Begränsa tillgängligheten
- Föräldrar
- Skola och fritidsgårdar
- Föreningslivet
- Droginformatör, Polarna Nacka
- #Starkutanknark, Nacka mot droger

# Tack för att ni lyssnat!

[marie.haesert@nacka.se](mailto:marie.haesert@nacka.se)

08-7189512

