



[rē'sæt]

Forældrekursus

D.25.10

HVEM ER VI?

- ▶ Søren – familiebehandler ved familiehuset
- ▶ Ramona – ungebehandler ved CFR
- ▶ Rescæt
- ▶ Hvorfor forældrekursus?

RAMMERNE

- ▶ Tavshedspligt
- ▶ Tryghed
- ▶ Åbenhed
- ▶ Forståelse forældrene i mellem
- ▶ Ikke give råd, men dele af egne erfaringer
- ▶ Ingen referat af de unges behandling

POSTKORT

- ▶ Udfyld postkort med håb og ønsker for kurset

VIDEOKLIP

- ▶ Gå sammen to og to
- ▶ Var der noget i klippet i kunne genkende?
- ▶ Hvad blev i særlig opmærksomme på?

FÆLLES SPISNING

TEMA OM RUSMIDLER

Hvor mange unge ml 15-25 år har et problematisk brug af rusmidler?

- ▶ **16-17.000 unge** (2,1 %) ryger hash hver dag/næsten hver dag (20+ dage om måneden).
- ▶ **19-20.000 unge** (2,5 %) ryger hash (20+ dage om måneden) og/eller tager kokain, ecstasy og/eller hallucinogener (mindst 4 dage om måneden).
- ▶ Ca. **73.000 unge** (9,1 %) drikker sig fulde mindst en gang om ugen (binge-drinking: +5 genstande/gang)

MISBRUG ELLER PROBLEMATISK FORBRUG?

Et **problematisk forbrug** er et forbrugsmønster af et eller flere rusmidler der medfører,

- Sociale
- Psykiske
- Fysiske

problemer eller skader.

Det er konsekvenserne af forbruget af rusmidlet og ikke rusmidlet i sig selv der afgør om en person har et problematisk forbrug.

AFHÆNGIGHED



Fysisk afhængighed

Kroppen er tilvænnet stoffet, man bliver "syg" (får abstinenser), hvis stoffet ikke indtages jævnlige. Man er tilvænnet (er hooked) og skal have mere og mere stof for at opnå samme virkning.

Psykisk afhængighed

At man kan lide stoffets virkning, at man har "trangen" og hungrer efter virkningen (som at være sliksyg eller have lysten til at ryge). Vanen, bestemte situationer, man plejer at gøre det i. Man kan blive rastløs, irritabel, deprimeret og få søvnbesvær, hvis man ikke får stoffet.

Social afhængighed

Hvis indtagelse af stoffet bliver en stor del af samværsformen, måske hovedformålet med vennekredsens sammenkomst, kan det være utrolig svært at sige fra.

Læs mere om begrebet afhængighed: Peter Ege: "Hvad skal vi stille op med begrebet afhængighed?"

<http://www.stofbladet.dk/6storage/5865/2010-04-07.pdf>

NIVEAUER AF FORBRUG AF RUSMIDLER

- ▶ Eksperimenterende brug
Stadium hvor mange prøver et rusmiddel, men ikke fortsætter brugen.
- ▶ Situationsbetinget brug
Brugen er knyttet til en specifik social kontekst, eks. udlandsrejse eller en musikfestival.
- ▶ Kontrolleret brug
Rusmiddelbrug er en tilbagevendende begivenhed, men ikke den dominerende aktivitet i livet, jævnfør mange menneskers brug af alkohol
- ▶ Begrænset problematisk forbrug
Omfattende brug af rusmidler, opretholdelse af basale sociale funktioner.
- ▶ Intensivt problematisk forbrug
Hver dag fra morgen til aften handler om at skaffe og forbruge rusmidler. Et almindeligt arbejde kan ikke søges eller varetages.

DRAMATREKANTEN

REDDER

At frelse/redde folk vil sige at tage vare på folks ansvar på deres vegne.

FORFØLGER

Vi bliver sure på dem, for det vi har gjort.
De er ikke taknemmelige.

OFFER

Vi luffer det for andre. Vi føler os udnyttede og har ondt af os selv.

MEDAFHÆNGIGHED

- ▶ Når du prøver at kontrollere det, du ikke har magt over, mister du kontrollen over det du har magt over.
- ▶ Medafhængighed er at undskylde og dække over, og dermed hindre personen i selv at tage konsekvenserne af sin opførsel.
- ▶ Medafhængighed er at overtage ansvar, der ikke bliver taget af personen.
- ▶ Medafhængighed er at tillade at personens opførsel påvirker og præger ens liv og en selv og at være optaget af, at kontrollere vedkommende.

RUSMIDLER

UPPERS:

- ▶ Amfetamin
- ▶ Kokain
- ▶ Ecstasy
- ▶ Hallucinogener

DOWNERS:

- ▶ Hash
- ▶ Alkohol
- ▶ Benzodiazepiner
- ▶ Morfin
- ▶ Lim/lightergas
- ▶ Lattergas

FAKTA ALKOHOL

- ▶ Sundhedsstyrelsens anbefalinger
 - ▶ Max 10 genstande om ugen
 - ▶ Stop efter 4 genstande ved samme lejlighed
- ▶ 20% drikker over anbefalingerne
- ▶ 122.000 børn vokser op i en familie med alkoholproblemer
- ▶ 140.000 danskere har alkoholafhængighed

ALKOHOL

- ▶ Børn og unge under 16 år anbefales ikke at drikke alkohol
- ▶ Unge mellem 16 og 18 år anbefales at drikke mindst muligt og stoppe før 4 genstande ved samme lejlighed
- ▶ Danske unge er Europamestre i druk, debutalderen er 15-16 år
- ▶ For 5 år siden var debutalderen 13-14 år

ALKOHOLKULTUR

- ▶ I Danmark tænker mange, at alkohol mest er hyggeligt, festligt og dejligt. 9 ud af 10 voksne danskere drikker alkohol. Samtidig har eksperter vurderet, at alkohol er det rusmiddel, der er mest skadeligt. Det er det rusmiddel, der slår flest ihjel, og kan medføre store skader på kroppen, sindet og familierne til dem, der har alkoholproblemer.

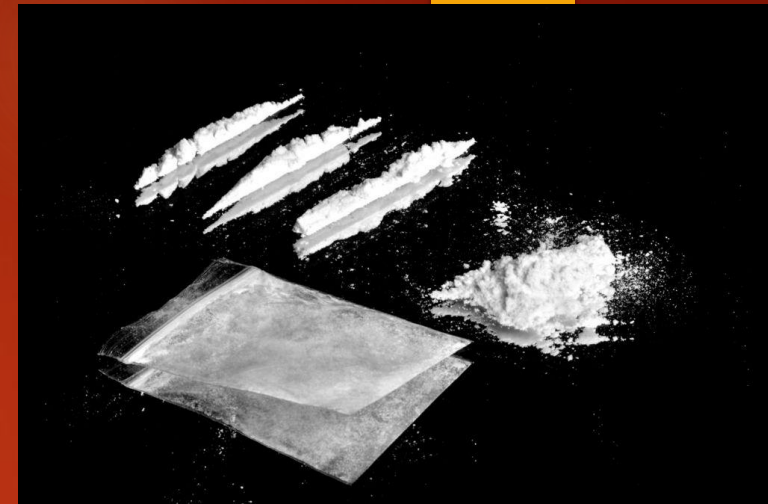
HASH

- ▶ Hash udvindes af hampeplanten.
- ▶ Det aktive stof i hash kaldes THC.
- ▶ THC optages i kroppes fedtvæv.
- ▶ Hvis man ryger hash én gang hver 6. uge, vil THC'en i fedtvævet i og omkring hjernen aldrig forsvinde helt, men gradvis øges.
- ▶ Den måde vi tænker og fungerer på i dagligdagen, styres af 7 kognitive evner.
- ▶ De evner er samlet set det, der gør at vi kan forstå og erkende.



KOKAIN

- ▶ Kokain udvindes af bladene fra kokaplanten.
- ▶ Kokain virker stimulerende på centralnervesystemet. Puls og åndedræt bliver hurtigere, blodtrykket øges og kropstemperaturen stiger.
- ▶ Den kokainpåvirkede person virker selvcentreret og hyperaktiv, pupillerne er store og musklerne spændte.
- ▶ I løbet af en lille time kommer der en nedtur, man bliver udmattet, irriteret, nervøs, rastløs, indadvendt, nedtrykt og har stærk stoftrang. Dette fører ofte til, at man indtager kokain flere gange hurtigt efter hinanden, hermed øges også risikoen for alvorlige forgiftninger.



KOKAIN

- ▶ Kokain er stærkt afhængighedsskabende, både fysisk og psykisk.
- ▶ Nogle benytter sig også af stoffet til at få mere energi til at udføre deres arbejde, hvorfor den fysiske afhængighed kan indtræde. Det kan blandt andet vise sig ved, at man begynder at føle sig mere usikker, angst, irriteret og paranoid når man ikke er på stoffet.
- ▶ Kokain og alkohol er farligt at blande, da de to stoffer tilsammen får kroppen til at producere det giftige kemikalie *cocaethylen*, som øger risikoen for hjerteanfald og bliver i kroppen længe efter kokainens effekt er væk.

SPØRGSMÅL?

HJEMMEOPGAVE

- ▶ Fokus på det positive
- ▶ Tænke over en typisk konflikt med den unge

TAK FOR I DAG

NÆSTE GANG D.08.11