



PRATA OM ALKOHOL !

ETT BRANSCHINITIATIV FÖR HÄLSOFRÄMJANDE
ARBETE INOM ALKOHOLFRÅGAN I SKOLAN

PRATA OM ALKOHOL

Ett branschinitiativ för hälsofrämjande arbete inom alkoholfrågan i skolan

Prata om Alkohol har sedan 2006 oförtrutet arbetat för att förmå ungdomar att inte dricka alkohol. Antalet ungdomar som konsumerar alkohol är för närvarande rekordlångt, och Prata om Alkohol arbetar för att denna positiva trend fortsätter. För att klara den målsättningen behöver det förebyggande arbetet i skolan stärkas.

Skolan är den aktör i samhället som når flest unga i en ålder då de prövar sig fram och utvecklar en egen identitet. Skolans möjlighet att påverka ungas framtida alkoholvanor är stor, vilket är anledningen till att Prata om Alkohols material främst riktar sig till elevhälsa och pedagoger.

Prata om Alkohols skolmaterial bygger på samtalsbaserad undervisning med fokus på att lära ungdomar att motstå social press, öka självkänslan och förstå sitt eget ansvar. Sedan 2017 är Prata om Alkohols grundmetod även vetenskapligt testad med positiva resultat.

RÄCKVIDD & FRAMGÅNGSFAKTORER

Prata om Alkohols material lanserades 2006 och används idag på högstadie- och gymnasieskolor i 86 procent av Sveriges kommuner och 93 procent av användarna skulle rekommendera det vidare till sina kollegor. Satsningen har även uppmärksammats internationellt.

Indikatorer som visar att Prata om Alkohol bidragit i arbetet med att få ungdomar att välja bort alkohol och senarelägga en eventuell alkoholdebut (statistik från CAN 2023):

- Jämfört med 2006 ligger nu svenska ungdomars alkoholkonsumtion på historiskt låga nivåer.
- Alkoholkonsumtionen bland elever i årskurs 9 har sjunkit från 69 % 2006 till 39 % 2023.
- Alkoholdebuten har gradvis skjutits uppåt i åldrarna.
- Andelen ungdomar som ses som högkonsumenter av alkohol har minskat med 9 % sedan 2006.
- Andelen ungdomar som är riskkonsumenter har sjunkit med 21 % sedan 2006.

Våra material har anpassats efter de identifierade framgångsfaktorerna:

- Alla material är anpassade för skolans förutsättningar och kursplaner.
- Fokus ligger på social träning, vilket innebär att vi tränar ungdomar att motstå social press, öka självkänslan och förstå sitt eget ansvar.
- Materialet erbjuder möjlighet att anpassa och skraddarsy undervisningen för grupp och individ.
- Hög grad av elevarbete och interaktion mellan eleverna.
- Ingen skräckpropaganda.

INSATSER MOT RISKGRUPPER & RISKBETEENDEN

Prata om Alkohol arbetar aktivt med ungdomar i riskgrupper. Samtidigt som vi arbetar kontinuerligt i skolan sker även riktade insatser vid tidpunkter under året då ungdomar ofta kommer i kontakt med alkohol på olika sätt. Ett exempel på en sådan aktivitet är Prata om Alkohols årliga kampanj inför Valborg. Vid denna insats vill vi rikta extra uppmärksamhet mot unga och alkohol för att öka intresset för förebyggande arbete i skola och i vuxenvärlden samt stärka ungas förmåga att motstå alkohol. Detta uppmärksammas ofta av media på olika sätt.

FORSKNINGSBASERAD METOD

VÅR FORSKNINGSSTUDIE - DEN FÖRSTA I SVERIGE

2017 stod en longitudinell studie av Prata om Alkohols grundmetod färdig. Studien undersökte långtidseffekterna av ungas alkoholkonsumtion i årskurs 7 till 9. Studien pågick under tre år och gav många intressanta och positiva svar på vilka effekter Prata om Alkohols grundmetod ger. Forskningsansvarig var Anders Tengström, leg. psykolog och docent, knuten till Karolinska Institutet.

De viktigaste resultaten från den vetenskapliga studien bland de elever som genomgått Prata om Alkohols metodmaterial är följande:

- Generellt minskas sannolikheten för riskbeteende bland unga relaterat till alkohol.
- Tydlig effekt avseende ett minskat berusningsdrickande för pojkar.
- Halverade negativa konsekvenser av alkoholkonsumtion bland flickor.
- Trender i studien visar att pojkar blir mindre benägna att börja dricka alkohol.

NYTT MATERIAL

Hösten 2023 lanserades det nya materialet Sanning och Konsekvens, som är ett roligt och interaktivt sätt för unga att öva sig i att säga nej till alkohol. Eleverna börjar med att spela ett spel där man hamnar i olika situationer där alkohol kan förekomma. Genom spelet och i de efterföljande lektionerna får eleverna diskutera, agera och reflektera över olika situationer för att träna på att stå emot social press, öka självkänslan och förstå sitt eget ansvar.



UTBILDAR OCH MÖTER SKOLPERSONAL

Varje år genomför Prata om Alkohol ett stort antal kostnadsfria fortbildningar för skol- och elevhälsopersonal, fältarbetare, NIU-ledare/utövare samt föräldrar och elever. Fokus ligger på att inspirera och ge praktiska tips på hur ett effektivt hälsofrämjande arbete kan genomföras på skolan. Varje år utbildar vi mellan 1 000 och 1 500 personer. Vi genomför flera uppskattade webinarier samt workshops med skolpersonal från skolor i hela landet.

Prata om Alkohol sätter stort värde på att kontinuerligt diskutera och vara lyhörda för skolornas behov och krav inom det hälsofrämjande området. För att göra det deltar Prata om Alkohol varje år på flera skolkonferenser och mässor. En ytterligare nyckelfaktor i kommunikationen är det nyhetsbrev som fortlöpande skickas ut till en stor del av Sveriges skolor.

FILMTÄVLING

Parallellt med det kontinuerliga arbetet arrangerar Prata om Alkohol en årlig filmtävling - *Berätta för 100 andra* - där elever i högstadiet och gymnasiet gör egna kortfilmer för att skapa uppmärksamhet kring alkohol och grupstryck samt riskerna med alkohol i trafiken. Varje år kommer det in över 200 fantastiska filmbidrag till redaktionen från elever i hela landet. Bakom varje bidrag står en skolklass som tillsammans kan vinna fina priser för sina insatser. Mer information om tävlingen hittar du på www.berattafor100andra.se.

100
BERÄTTA FÖR HUNDRA ANDRA



SYNLIGHET

En viktig del i Prata om Alkohols arbete är att föra ut information och kunskap till samhället om förebyggande och hälsofrämjande arbete med ungdomar. Därför är vi glada att vårt arbete kontinuerligt har uppmärssammats hos bland andra Sveriges Radio, Polisen, SVT och flera lokala redaktioner från stora delar av Sverige.

Under hösten 2024 var Prata om Alkohol också med som experter i Helsingborg Stads "SANDT-podden" och gästade TV4 Nyhetsmorgon för att prata om ungas alkoholkonsumtion.



VÅRA MATERIAL

GRUNDMETODEN | MÅLGRUPP: HÖGSTADIET OCH GYMNASIET

Metodmaterial som kan användas för att skapa en röd tråd i skolans hälsofrämjande arbete kring alkoholfrågan eller som ett stödmaterial att bygga vidare på. Metoden består av övningar för årskurserna 7-9 och gymnasiet och är sedan 2017 vetenskapligt utvärderad.

STÅ UPP, TÄNK SJÄLV! | MÅLGRUPP: NATIONELL IDROTTSUTBILDNING (NIU)

En skräddarsydd metod för arbete kring alkoholfrågan inom Nationell idrottsutbildning (NIU) på gymnasienivå och för idrottsföreningar. Metoden går att använda ämnesövergripande och i undervisningen för träningslära, pedagogiskt ledarskap och ett brett hälsofrämjande arbete.

TRAFIK OCH ALKOHOL | MÅLGRUPP: FORDONS- & TRANSPORTPROGRAMMET

Metod framtagen för elever på fordons- och transportprogrammen. Material i tre steg som ger ungdomar verktyg för att ta avstånd från att köra påverkade, åka med någon som är påverkad samt hindra andra från att göra det.



UNGA BERÄTTAR | MÅLGRUPP: HÖGSTADIET OCH GYMNASIET

Noveller där unga delar med sig av sina egna tankar om alkohol. Novellerna, som är skrivna av högstadie- och gymnasieelever, är ett bra material att använda för reflektion kring alkoholfrågan i klassrummet.

ANSVARFULL ALKOHOLSERVERING

MÅLGRUPP: LIVSMEDELS-, RESTAURANG-, HOTELL- OCH TURISMPROGRAMMET

Metod i tre steg som i första hand vänder sig till gymnasiets utbildningar för blivande personal inom restaurangverksamhet. Utbildningen tar upp frågor som har med servering, alkohollagen och bemötande av gäster att göra.

FÖRÄLDRASAMVERKAN OCH SKOLPOLICY

MÅLGRUPP: SKOLLEDNING, ELEVHÄLSAN OCH FÖRÄLDRAR

Avsnitten erbjuder skolor att stegvis utveckla sitt gemensamma hälsofrämjande arbete kring alkoholfrågan och samarbete med föräldrar.

FILMER OCH DISKUSSIONSUNDERLAG

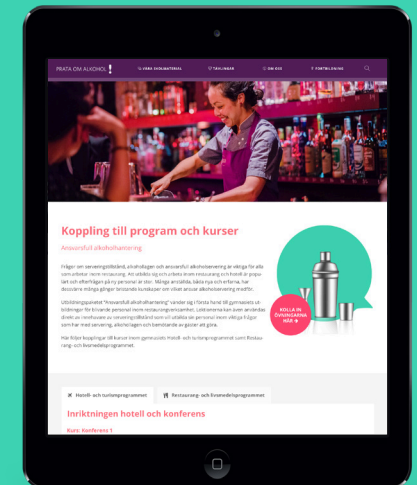
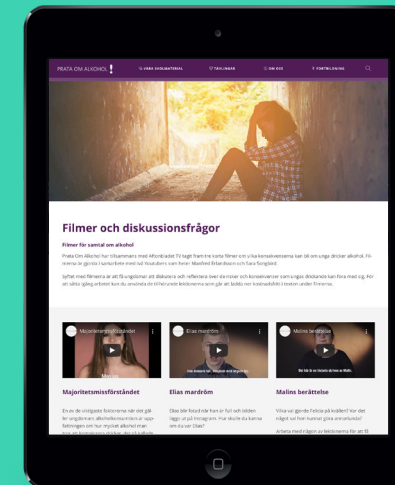
MÅLGRUPP: HÖGSTADIET OCH GYMNASIET

Filmer för att låta ungdomar diskutera och reflektera över de risker och konsekvenser som ungas drickande kan föra med sig.

SANNING OCH KONSEKVENNS

MÅLGRUPP: HÖGSTADIET OCH GYMNASIET

Sanning & konsekvens är ett roligt och interaktivt sätt för unga att öva sig i att säga nej till alkohol.



2024

PRATA OM ALKOHOL !



prataomalkohol.se



berattaforhundra.se

Prata om Alkohol är ett forskningsbaserat metodmaterial utformat för att uppmuntra och vägleda skolpersonal i arbetet inom alkoholfrågan. Materialet som lanserades 2006 används idag på högstadie- och gymnasieskolor i 86 procent av Sveriges kommuner och 93 procent av användarna skulle rekommendera det vidare till sina kollegor. Målet är i första hand att skjuta upp alkoholdebuten och att bidra till sunda attityder och värderingar kring alkohol bland unga.

Prata Om Alkohol är ett initiativ av branschföreningarna Sprit & Vinleverantörsföreningen (SVL) och Sveriges Bryggerier för att främja en alkoholfri ungdom. Läs mer på prataomalkohol.se.

info@prataomalkohol.se | Skeppargatan 26, 114 52 Stockholm | 08-410 214 60