

Rusmedelsförebyggande material för undervisning

Andra stadiets utbildning

PEPP video-Cannabis

Utgiven av: Nykterhetsförbundet Hälsa och Trafik

Åldersgrupp: andra stadiet

Beskrivning: Hur kan vi prata om rusmedel med våra ungdomar så att det blir rätt och trevligt för alla? Var hittar du konkreta uppgifter och tillförlitliga källor? Pepp har sammanställt ett materialpaket för dig som jobbar med tonåringar. Här nedan hittar du tre videor som fungerar som diskussions inspiration och ett tillhörande lektionsmaterial med tips på övningar ni kan göra i klassen.

Tema: Rusmedelsfostran

Länk: <https://www.pepp.fi/peppcannabis>

Gränser

Utgiven av: Mobilisering mot Narkotika och Alkoholkommittén

Åldersgrupp: 16–17 år / andra stadiets första och andra klass

Beskrivning: En lärarhandledning med riktlinjer för 11 lektioner. Materialet syftar främst till att öka elevernas riskmedvetande, att träna deras sociala och personliga färdigheter att stå emot gruppträck, att bidra till att utveckla deras förmåga att fatta egna beslut och att ge dem verktyg att förändra sitt beteende.

Tema: bland annat majoritetsmissförstånd, gruppträck, missbruk i familjen, alkohol, narkotika, risk- och skyddsfaktorer

Länk: <https://goo.gl/88i6Cs>

Rusfenomenet uppgiftsbana

Utgiven av: EHYT

Åldersgrupp: andra stadiet

Beskrivning: Uppgiftsbanan Rusfenomenet innehåller fyra olika kontrollpunkter med anknytning till rusmedel, välbefinnande och arbetsförmåga som de studerande cirkulerar till i grupper. En kontroll tar cirka 15 minuter. Du kan välja ut en eller flera av kontrollerna för stationsarbete. Om uppgiftsbanan genomförs enligt dessa anvisningar tar den 90 minuter.

Tema: rusmedel allmänt

Länk: <http://www.ehyt.fi/sv/materialbank> > Rusfenomenet-uppgiftsbanan (anvisningar, uppgiftskort, svar på uppgifterna, videon Rusfenomenet)

Prata om alkohol

Utgiven av: företaget Kunskapskraft & Media med medel från branschföreningarna Sprit & Vinleverantörsföreningen (SVL) och Sveriges Bryggerier

Åldersgrupp: andra stadiet

Beskrivning: Prata Om Alkohols metod bygger på samtalsbaserad undervisning med fokus på att lära ungdomar att motstå social press, gruppsyck och att lära sig att säga nej till alkohol. Finns även utbildningspaket om trafik och alkohol, samt idrott.

Tema: alkohol

Länk: <https://prataomalkohol.se/>

EHYT:s diskussionsunderlag och Powerpoints

Utgiven av: EHYT

Åldersgrupp: andra stadiet

Beskrivning: Med hjälp av Powerpointpresentationerna kan man i grupper med unga diskutera om olika rusmedel. PDF-filerna med anvisningar till läraren stöder diskussionerna.

Tema: alkohol, nikotinprodukter, snus, e-cigaretter, cannabis, övriga olagliga droger och mediekunskap

Länk: <https://goo.gl/inb35J> (skriv in din e-postadress, du får senare en feedbackenkät)

Människor emellan

Utgiven av: Utbildningsstyrelsen

Åldersgrupp: olika övningar för barn, ungdomar och vuxna

Beskrivning: I boken presenteras 93 sociala färdigheter, såsom att utträtta ärenden, vara en god kamrat, skämmas, lära sig förlora, ha självkontroll, ha självrespekt och ta ögonkontakt. Författarna föreslår diskussionsteman och övningar från varje social färdighet för barn, unga och vuxna. Delen som riktar sig till ungdomar publiceras endast på webben och strukturen följer boken. Meningen är att man för varje social färdighet läser den informationslådan som finns i boken.

Tema: sociala färdigheter

Länk: Övningar för ungdomar: <https://www.oph.fi/sv/loromedel/manniskor-emellan-sociala->

[fardigheter/ovningar-ungdomar](#) Övningarna för barn och vuxna finns i boken.

Boken: <https://verkkokauppa.oph.fi/SV/sida/produkt/manniskor-emellan/2452390>

Studeo

Utgiven av: Studeo Oy

Åldersgrupp: gymnasiet

Beskrivning: Studeos böcker för hälsokunskap i gymnasiet innehåller olika rusmedelsförebyggande övningar.

Tema: Rusmedel, beroende

Länk: <https://www.studeo.fi/> > logga in> **HÄ1:** 2.2 Hälsans bestämningsfaktorer, 3 Levnadsvanor som främjar hälsa, 4 Mental hälsa **HÄ2:** 4 En trygg miljö, 6 Välbefinnande och beroende **PS2:** 5.1 Biologiska förändringar och kulturen skapar utvecklingsuppgifter **PS4:** 2.3 Känsloerna grundar sig på nervsystemets aktivitet (Lust- och belöningssystemet)

Rusfenomenet- och Penningspels fenomenet-filmklipp

Utgiven av: EHYT och Tussitaikurit

Åldersgrupp: andra stadiet

Beskrivning: Rusfenomenet videon (ca 4 min) strävar till att förklara rusmedel som ett fenomen.

Under lupp hamnar skador som rusmedel orsakar, reglering samt den sociala biten i rusmedelsanvändning. Penningspels fenomenet (ca 3 min) fungerar som stöd till att främja en öppen diskussion om penningspel.

Tema: rusmedel, penningspel

Länk: <https://www.youtube.com/watch?v=l8wlbopsk04> och

<https://www.youtube.com/watch?v=SWqBaTadxbc>

Material: <https://ehyt.fi/sv/produkt/videon-rusfenomenet-och-diskussionsfragor/>

Material för skolan om ANTD

Utgiven av: Skolverket i Sverige

Åldersgrupp: andra stadiet

Beskrivning: Vilket material ska jag som lärare välja när jag undervisar om alkohol, narkotika, tobak och dopning i skolan? Vilka metoder presenteras i materialen och vad syftar dessa till? Hur ska jag som lärare snabbt kunna bedöma kvaliteten i de valda materialen? Inledningsvis görs en översikt som utgår från teorier om ANTD-undervisningen liksom forskning om undervisningens effekter.

Därefter görs en genomgång av olika material utifrån ett antal valda kriterier.

Tema: alkohol, narkotika, tobak, doping

Länk: <https://prataomalkohol.se/wp-content/uploads/2018/04/Material-ANDT-inventering-analys-och-behov-2.pdf>

Tobaksbarn

Utgiven av: Sida och A Non Smoking Generation

Åldersgrupp: andra stadiet

Beskrivning: Tobaksbarn syftar till att synliggöra en för många dold problematik med tobak. Genom att belysa denna problematik i föreläsningar för elever på gymnasiet, är målsättningen att öka deras medvetenhet och väcka engagemang för tobaksodlarna och deras barn. I materialet finns tips på frågeställningar och arbetssätt för ämnesövergripande arbete om tobak.

Tema: tobak, barnarbete, fattigdom, miljö, marknadsföring

Länk: Lärarhandledning: https://tobaksfriskoltid.nu/wp-content/uploads/2018/11/tobaksbarn-lararhandledning_130905.pdf

Hemsida med material: <http://tobaksbarn.se/>

ANT diskussionsövningar

Utgiven av: Drugsmart / Centraförbundet för alkohol- och narkotikaupplysning

Åldersgrupp: andra stadiet

Beskrivning: Materialet innehåller en fyra hörns-övning, diskussionsfrågor om rusmedel, debattövningar, heta stolen, övning med åsiktlinje, analys av text och sant/falskt-påståenden.

Tema: bland annat rusmedel, alkohol, cannabis

Länk:

https://kungsbacka.se/download/18.75ef5e4f1817ff175a64dd20/1657545340839/Diskussions%C3%B6vningar_ANT.pdf

Diskussionskort

Utgiven av: Nykterhetsförbundet Hälsa och Trafik m.fl.

Åldersgrupp: ungdomar till vuxna

Beskrivning: Diskussionskort för ungdomar, föreningsledare, föräldrar & andra vuxna och anställda i skolan. Målsättningen är att korten ska starta rusmedelsförebyggande diskussioner.

Tema: bland annat tobak, snus, alkohol, och mobbning

Länk: <https://drive.google.com/file/d/1DE4PNUvLPf8rKMjxD7y-kwtlx4FUvwDL/view>

Rusmedel och hjärnan-animation

Utgiven av: Prevnet-nätverket / Jellinek-institutet

Åldersgrupp: andra stadiet till vuxna

Beskrivning: Droger och hjärnan -animationen visar, hur olika droger påverkar människans känslor och beteende genom hjärnans signalsubstanser. Animationen finns på engelska och finska.

Tema: alkohol, nikotin, cannabis, kokain, heroin, ecstasy, amfetamin

Länk: <https://drugsindehersen.nl/en/>

Idé till användning av statistik

Utgiven av: Helsingborg stad, Sverige

Åldersgrupp: andra stadiet

Beskrivning: "Hur mycket använder ungdomarna olika beroendeframkallande ämnen i Helsingborg, Skåne, Sverige & Europa?". Kan användas som inspiration till att sammanställa statistik över den egna orten (t.ex. genom enkäten Hälsa i skolan eller Statistisk årsbok om alkohol och narkotika). På sista sidan finns idéer till diskussionsfrågor kopplat till statistiken och ämnet.

Tema: statistik över alkohol, narkotika, tobak

Länk: <https://verktygsladanhbg.se/wp-content/uploads/sites/107/2018/03/drogutvecklingen-i-hbg-2012-2016.pdf>

Hur ska man tala om cannabis?

Utgiven av: EHYT / projektet Hur ska man tala om cannabis

Åldersgrupp: åk 7–9, andra stadiet

Beskrivning: Utbildningsmaterial för hur man ska tala om cannabis, material för föräldrakväll, uppgifter för elever samt faktpaket om cannabis.

Tema: cannabis

Länk: <http://www.ehyt.fi/kannabishanke> > Utbildningsmaterial (längst ner på sidan)

Ungdomar på spel -handbok

Utgiven av: THL och EHYT

Åldersgrupp: barn och unga

Beskrivning: Stödmaterial som behandlar digitala spel och spel om pengar bland barn och ungdomar, spelrelaterade problem samt fostringsfrågor i samband med dessa.

Tema: Digispel, penningspel

Länk: http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/135103/URN_ISBN_978-952-302-761-

[9.pdf?sequence=1&isAllowed=y](#)

YAD:s diskussionskort för rusmedelsfostran

Utgiven av: YAD

Åldersgrupp: åk 7-9, andra stadiet

Beskrivning: Det finns fyra olika diskussionskortpackor varav två finns på svenska; Påståenden om rusmedel och Mina uppfattningar om rusmedel. De två finskspråkiga (Oma asia? Och Addiktiokortit) är kort med bilder, så de kan också beställas så länge den som instruerar kan läsa instruktionerna på finska. Korten fungerar som neutrala diskussionsöppnare där man tillsammans funderar på rusmedel som samhällligt fenomen. Korten kostar 30€/packe, om man köper minst två av dem kostar de 25€/packe.

Tema: Rusmedel allmänt

Länk: <https://yad.fi/tuotekategoria/paihdekasvatuskortit/ruotsinkieliset/> och <https://yad.fi/tuotekategoria/paihdekasvatuskortit/suomenkieliset/>

Maskrosbarn – skolkurage

Utgiven av: Maskrosbarn

Åldersgrupp: andra stadiet

Beskrivning: Ett lärarmaterial för att identifiera, bemöta och stötta elever som har föräldrar med missbruk, psykisk ohälsa eller som utsätter dem för våld. Det innehåller guider och verktyg för att hjälpa dig att identifiera de eleverna och för att prata med dem om detta, både enskilt och i grupp.

Tema: föräldrar, psykisk ohälsa, missbruk

Länk: <https://maskrosbarn.org/om-oss/rapporter-och-projekt/skolkurage/>

Studiekompis

Utgiven av: Opintokamu

Åldersgrupp: andra stadiet

Beskrivning: Verktyg för att främja välbefinnandet hos studeranden på andra stadiet. Studiekompis-programmet erbjuder verktyg för att främja välbefinnandet hos studeranden på andra stadiet.

Verktygen är lätta att ta i bruk och motiverande. Allt material är elektroniskt.

Tema: sociala färdigheter

Länk: <https://opintokamu.fi/sv/>

Spelfostrarens handbok 2

Utgiven av: EHYT

Åldersgrupp: andra stadiet

Beskrivning: Spelfostarens handbok 2 ger grundläggande information om digitalt spelande samt spelrelaterade fenomen, erfarenheter och forskningsdata och hjälper läsaren att förstå komplexiteten av digitalt spelande. Boken öppnar upp spelvärlden och ger läsaren kunskap om motiven bakom spelande, för- och nackdelar, lärande av spel, spelande i olika skeden av livet, spelvännernas betydelse och till exempel vikten av spelregler och balans i vardagen. Läsaren får färdigheter att diskutera spelande och förstå olika sammanhang. Handboken innehåller forskningsdata och analyserar bland annat problematiskt digitalt spelande samt pengaanvändning inom till digitalt spelande.

Tema: spel

Länk: <https://ehyt.fi/sv/produkt/spelfostrarens-handbok-2/>

Lättläst AUDIT C

Utgiven: EHYT

Åldersgrupp: andra stadiet (för personer med funktionsnedsättningar)

Beskrivning: Lättläst Audit C är ett test som man kan använda ensam eller med en professionell när man vill kontrollera sitt alkoholbruk. I detta material finns också tips på hur man kan minska på alkoholbruket och hjälpfrågor för klientarbetet.

Tema: alkohol, missbruk

Länk: <https://ehyt.fi/sv/produkt/latt-last-audit-c/>

Det är okej att säga nej till alkohol

Utgiven: EHYT

Åldersgrupp: andra stadiet (för personer med funktionsnedsättningar)

Beskrivning: Videon kan användas som stödmaterial när man diskuterar med en person om alkohol och grupstryck. Den här videon är gjord på lättläst språk. I videon uppträder figurerna Huppis, Lippis, Nuttis och Pikkis.

Tema: alkohol, missbruk

Länk: <https://ehyt.fi/sv/produkt/det-ar-okej-att-saga-nej-till-alkohol-video-lattlast/> och <https://ehyt.fi/sv/produkt/det-ar-okej-att-saga-nej-till-tobak-lattlast-video/>

Chilla – hjälper att koppla av

Utgiven av: Folkhälsan

Åldersgrupp: åk 7–9

Beskrivning: Att aktivt kunna slappna av är effektiv återhämtning. Den viktigaste källan till återhämtning är en god sömn och en sund livsstil, men genom regelbunden avslappning kan återhämtningen bli ännu effektivare.

Länk: <https://www.folkhalsan.fi/kunskap/kunskapsomraden/avslappning-och-aterhamtning/lilla-chilla/>

Material: <https://www.folkhalsan.fi/globalassets/barn/chilla/chilla-ungdomar.pdf>

Listan finns på adressen <https://www.pepp.fi/undervisningsmaterial-andra-stadiet>