



Moss  
kommune



# VEILEDER I RUSFOREBYGGENDE ARBEID

## Mosseskolen

- Sammen om utsatt alkoholdebut og oppfølging ved bekymring

# Innhold

En veileder for rusforebygging i Mosseskolen	3
Målene	3
Langsiktig planlegging og involvering av samarbeidspartnere	4
Bakgrunnsforståelse	4
<b>Del 1 – Forebyggende tiltak</b>	<b>5</b>
Rusforebyggende tiltak	5
Undervisning knyttet til læreplanmål	5
Viktige prinsipper for rusundervisningen	6
Ungdata	6
Sentrale kriterier for at skolen virker forebyggende	7
Sentrale kriterier på elevnivå	7
<b>Del 2 – Rutine ved bekymring og samarbeid</b>	<b>8</b>
Viktig info om rutinene	8
Tegn til bekymring	9
Rutine ved bekymring (Uavhengig av årsak)	10
Rutine ved mistanke om at en elev er rusa (påvirket) i skoletiden	11
Samarbeid ved bruk av illegale rusmidler	12
Når bekymring skal meldes til barnevernet	12
Når bekymring skal meldes til politiet	13
<b>Vedlegg 1: Rusforebyggende tiltak</b>	<b>14</b>
Politiet – tilstedeværelse på ungdomsskolene	14
Opp til meg	14
Forebyggende ruskonsulent holder foredrag	14
«Utsett!» – Rus som tema på foreldremøter	14
«Utsett!» – reflekterende samtaler med elevene	15
Ungdomsteam	16
SIMM	16
Mulighet for å benytte ressurser fra Robust ungdom	16
«Psykologisk førstehjelp»	16
<b>Vedlegg 2: Kompetansemål om rus i læreplanen</b>	<b>17</b>
Kontakt	18

# En veileder for rusforebygging i Mosseskolen

Hensikten med denne veilederen er å gi rutiner og veiledning i det rusforebyggende arbeidet, gjennom forpliktende samarbeid mellom skole og andre samarbeidspartnere. Hovedmål for det rusforebyggende arbeidet i Mosseskolen er å utsette alkoholdebuten. Utsatt alkoholdebut har størst forebyggende effekt, og det forebygger også bruk av andre rusmidler. På ungdomsskoletrinnet har vi størst mulighet til å påvirke debutalderen, og denne veilederen er derfor rettet mot ungdomskolene i Moss. Intensjonen, rutiner og tiltak bygger på hovedmålet. For å nå dette målet kreves systematisk arbeid over tid samt samordnet innsats på tvers av kommune og politi.

Veilederen er todelt: del 1 med forebyggende tiltak, del 2 med rutine for bekymring og samarbeid. Vi skal forebygge tidlig alkoholdebut og rusmiddelbruk, samtidig som alle skoler vet hva de skal gjøre ved bekymring for rus hos en elev. Veilederen rommer både primær, sekundær og tertiærforebygging. Tiltakene er i hovedsak rettet mot ungdomstrinnet. Samtidig må nevnes at primærforebygging og helsefremming fra tidlig alder vil legge et godt grunnlag for god psykisk helse, og virke forebyggende. Veilederen er utarbeidet av forebyggende ruskonsulent og SLT-koordinator i samarbeid med skole og skolehelsetjeneste, og med innspill fra barnevern og politi.

## Målene

- Hovedmål er utsatt alkoholdebut hos elevene i Mosseskolen
- Forebygge misbruk av alkohol, tabletter, dopingmidler og rusmidler
- Hjelp barn og unge med tidlig innsats ved bekymring og rusrelaterte utfordringer
- Imøtekomme opplæringslovens krav om et godt fysisk og psykososialt miljø

Opplæringsloven fastslår at elever har krav på et godt fysisk og psykososialt miljø som fremmer helse, trivsel og læring. Et godt læringsmiljø er den viktigste faktoren som beskytter mot problemutvikling, og relasjonen mellom lærer og elev er den viktigste enkeltfaktoren for å lykkes både med skolefagene og i det forebyggende arbeidet ([skole.forebygging.no](http://skole.forebygging.no)). Skolens arbeid med læringsmiljø og SIMM er derfor viktig.

## Langsiktig planlegging og involvering av samarbeidspartnere

Den enkelte skole følger opp utfordringsområdene som fremkommer i skolens ungdatarapport. Informasjonen inkorporeres i det løpende arbeidet med trygt og godt læringsmiljø og oppfølging av enkeltelever. Det skal legges til rette for rusforebyggende undervisning på trinnet, og tema kan tas opp i elevsamtaler. For å lykkes med skolens rusforebyggende arbeid er det viktig med overordnet og langsiktig planlegging. Rusforebyggende arbeid skal involvere både elever, ansatte, foresatte, kommunale instanser, helsetjenester og politiet. Arbeidet skal være en del av skolens helhetlige og systematiske forebyggende arbeid. SLT-koordinator og skolens kontakt i politiet kan bistå skolene i sitt arbeid mot rus og kriminelle handlinger. Alle skolene oppfordres derfor til å ha tett kontakt med disse, med tanke på informasjon og veiledning i tjenester.

## Bakgrunnsforståelse

I ungdomstiden er det normalt å være utforskende og teste grenser. Ungdom er særlig risikoutsatt for uønskede og skadelige hendelser når de er beruset. Tidlig debut øker risikoen for bruk av andre rusmidler. Utsatt alkoholdebut er derfor en av de viktigste beskyttelsesfaktorene vi kjenner til (Psykologitidsskriftet.no). Rusbruk blant ungdom er sammensatt. Ungdom forteller at rus kan handle om vennskap og tilhørighet, men kan også handle om vonde følelser, traumer og utenforskap ([Veileder rusforebyggende arbeid Osloskolen](#)).

De fleste som debutterer med cannabis (hasj og marihuana), gjør dette første gang i alkoholpåvirket tilstand. Det pågår en debatt om avkriminalisering (rusreform). Mange oppgir at de har blitt tilbudt cannabis, og flere ungdommer er mindre kritiske til bruk. Det er en klar sammenheng mellom tilgjengelighet og bruk. Cannabis kommer i mange ulike typer, men likt for alle, er at det skadelige innholdet (THC) er betydelig sterkere i dag. THC innholdet har hatt en gjennomsnittlig økning på ca 200 % de siste 10–20 årene. Derfor blir de skadelige effektene betydelig større, særlig hos ungdom og unge voksne der hjernen fortsatt er i utvikling.

Uavhengig av årsaken, trenger ungdommer som har utviklet eller er i fare for å utvikle et rusproblem, å bli lyttet til og bli møtt med varme og kjærlighet. Elever med utfordringer knyttet til rus som blir møtt på en ren konfronterende måte, vil kunne miste tilliten til at skolen og hjelpeapparatet kan hjelpe. Det er derfor nødvendig å møte eleven med respekt og dialog. Målet må være at eleven fortsatt vil ønske hjelp.

## Del 1 – Forebyggende tiltak

Del 1 omhandler rusforebyggende tiltak rettet mot ungdomsskolene, sentrale kriterier for at skolen virker forebyggende og hvordan undervisningen bør legges opp.

### Rusforebyggende tiltak

Dette er rusforebyggende tiltak rettet mot ungdomsskolene i Moss. Tiltakene nevnes kort her. Se vedlegg 1 for beskrivelse av tiltakene.

- Politiet – tilstedeværelse på ungdomsskolene
- Skolebesøk på 8.trinn fra prosjektet Opp til meg, med ung til ung formidling
- Forebyggende ruskonsulent har rusforebyggende foredrag for 9.trinn
- “Utsett!” – Rus som tema på foreldremøter
- “Utsett” – Reflekterende samtaler med elevene
- Ungdomsteam
- SIMM
- Mulighet for å benytte ressurser fra Robust Ungdom
- (Psykologisk førstehjelp på 1. og 5. trinn)

### Undervisning knyttet til læreplanmål

Lærere gjennomfører undervisning om rus knyttet opp til læreplanen. Dette prioriteres på våren 8.trinn og gjennom 9.trinn. Da er elevene interessert i temaet, og vi har mulighet til å påvirke debutalderen. Opplæring gis som del av det tverrfaglige temaet Folkehelse og Livsmestring, og med spesifikke kompetansemål i samfunnsfag og naturfag. Se kompetansemålene i vedlegg 2.

I Livsmestringsfaget skal elevene gis kompetanse som fremmer god psykisk og fysisk helse, og som gir muligheter til å ta ansvarlige livsvalg. Livsmestring dreier seg om å kunne forstå og å kunne påvirke faktorer som har betydning for mestring av eget liv. Å kunne sette grenser og respektere andres, samt å kunne håndtere tanker, følelser og relasjoner. Rusmiddelbruk er et aktuelt tema her. (<https://www.forebygging.no/>)

Skolehelsetjenesten og skolen samarbeider om undervisning i forebyggende temaer. Forebyggende ruskonsulent kan gi råd og veiledning til lærernes undervisning om temaet. Se tips til undervisningen: <http://tidliginnsats.forebygging.no/Aktuelle-innsater/Stottemateriell-Rusmiddelforebyggende-arbeid-i-skolen/> Denne kommer i ny versjon innen 2023.

## Viktige prinsipper for rusundervisningen

Dette oppsummerer forskningsbaserte prinsipper for rusundervisning, og når det har størst effekt å snakke om de ulike rusmidlene.

- **Når?** På ungdomsskolen bør teamet ha særlig fokus på våren i 8.klasse og gjennom 9.klasse. Temaet må inn i ulike fag og repeteres for å oppnå forebyggende effekt. Bør gjentas før overgang til videregående skole.
- Vektlegg aktuelle rusmidler tilpasset trinnet. Alkohol bør få mest plass:
  - Alkohol: 7. til 10. trinn
  - Hasj/cannabis: 8. til 10. Trinn. Andre rusmidler kan tas med, men gis mindre fokus.
  - Snus/røyk: 5. til 9. trinn
- Fokuser på **kortsiktige konsekvenser**: Dette gjør temaet aktuelt for ungdommene, og har størst forebyggende effekten. Vi ser en betydelig økt risiko for ulykker og uønskede hendelser hos ungdom.
- **Øvelse i å sette grenser**: Elevene bør øve på å ta et standpunkt og sette egne grenser. Øvelsen bør gjentas.
- **Flertallsmisforståelsen**: Ungdom tror de fleste andre har drukket alkohol eller hatt sex før dem. Dette kan føre til at de lettere går over egne grenser.

Denne

misforståelsen må belyses. Vis Ungdataresultater lokalt og nasjonalt.

- Få eleven delaktig i undervisningen. Bruk Ungdata til refleksjon.
- **Påvirkning og press**: Hva og hvordan påvirkes våre valg og holdninger?

F.eks.

foreldre, venner, lokalmiljø, samfunn, media og politikk. Skap forståelse for hvordan alkohol og tobakkspolitikk reduserer konsumet, som igjen reduserer relaterte skader. Slik forståelse virker forebyggende (Actis, 2017)

- **18 års grense**: Informer om at: ingen barn kan skaffe alkohol uten at det har skjedd noe ulovlig, ettersom alkoholloven (§ 1–5) sier at salg, servering, utlevering av alkohol til noen som er under 18 år ikke er tillatt i Norge. FN's Barnekonvensjon § 33 slår fast at barn skal beskyttes mot narkotika.
- Ikke snakk om egen alkoholbruk fra før du fylte 18 år. Skill mellom personlig og privat. Som lærer er man en klar rollemodell.

## Ungdata

Ungdata gir god lokal kunnskap om psykisk helse, rus, trivsel, skjermbruk m.m. Undersøkelsen tas hvert tredje år i Moss. Ungdata gir lærerne en unik mulighet til å engasjere elevene i undervisningen, ettersom tallene gjelder dem selv. Med kreativitet, kan Ungdata benyttes i mange fag. Skolene kan lage en strategi for hvordan Ungdata kan brukes systematisk i undervisningen. Ungdata viser at ungdom i Moss i stor grad ønsker å lytte til foreldrenes holdninger til rus heller enn til jevnaldrende. «Utsett!» er derfor innført for å sikre oppdatert kunnskap til foreldrene.

## Sentrale kriterier for at skolen virker forebyggende

- Implementere rusforebyggende plan ved den enkelte skole, basert på Ungdata rapport på skolenivå, og gjøre alle ansatte kjent med planen (rektors ansvar)
- Foreldre og elever skal kjenne til rusforebyggende plan og rutine ved bekymring og ved rusmistanke. Dette gjentas før skoleball og klasseturer.
- Godt skole/hjem samarbeid
- Tett samarbeid med skolehelsetjenesten.
- Samarbeid med ungdomsteam/familieteam, barnevernstjenesten, BUP og PPT.
- Samarbeid med skolens kontakt i politiet.
- Aktiv medvirkning fra skolens elevråd
- Kontaktlærer og faglærere jobber kontinuerlig med relasjonsbygging og har et våkent blikk på elevenes væremåte og trivsel.
- Særskilt fokus på rus i forbindelse med høytid.
- Los på ungdomsskolene: en del av skolens forebyggende arbeid
- Kjentmann: enkelte ungdomsskoler har gjennomgått opplæring i Kjentmann, og implementert dette i skolens rusforebygging.
- Ved bekymring for om det har oppstått et miljø for bruk av illegale rusmidler på skolen, bør internt støttesystem, samt politi, bv.tj. og ungdomsteam innkalles og drøfte saken i sammen med skolen.

## Sentrale kriterier på elevnivå

- Elevsamtaler og utviklingssamtaler
- Fraværsoppfølging
- Rutiner for overganger mellom barneskole–ungdomsskole
- Medelever oppfordres til å ta opp bekymring med en tillitsperson ved skolen
- Internt støttesystem med faste møter
- Elever med foreldre som har utfordringer knytt til rus, får tilbud om oppfølging. Skolehelsetjenesten planlegger å etablere skilsmissegrupper (vil få nytt navn). Og vurderer muligheten for andre forebyggende grupper, fortrinnsvis i samarbeid med familie/ungdomsteam.

## Del 2 – Rutine ved bekymring og samarbeid

### Viktig info om rutinene

“Rutine ved bekymring” kan benyttes ved alle former for bekymring uavhengig av årsak. Dette er i tråd med kjent metodikk som BTI (Bedre tverrfaglig innsats) og URO-metoden. Denne rutinen er lagd i samarbeid med skole, skolehelsetjeneste, elevLOS, politi og barnevern i Moss. Gode rutiner gir kvalitetssikring, og gjør arbeidet enklere. Ved at lærere og ansatte er kjent med rutinen sikrer vi at hjelpen kommer tidligere inn, og det blir lettere for ansatte å ta tak i bekymring. Lærerne møter mange ulike elever, og kan kjenne på bekymring uten å være kjent med årsak. Ved begynnende tegn på utfordringer knytt til rus, er det gjerne generelle tegn på bekymring som vises først.

“Rutine ved mistanke om at en elev er rusa (påvirket) i skoletiden” vil være aktuell i de tilfellene der en ansatt opplever en elev som rusa (påvirket) av rusmidler. Disse situasjonene oppstår sjeldent, men er viktige fordi det gir en mulighet til å ta tak i begynnende rusutfordring. Elever, foreldre og lærere skal være kjent med rutinene.

“Tegn til bekymring” viser signaler hos barn som kan vekke bekymring. Hvordan barn kommuniserer dette vil variere. En liste over barns signaler vil derfor aldri være helt utfyllende. Signalene må sees i forhold til barnets alder og situasjon, og behøver ikke nødvendigvis å bety at det er grunnlag for bekymring. Barns signaler på at det har det vanskelig, bør danne grunnlag for en samtale. Vær oppmerksom på at barn som lever i familier med psykiske vansker, vold og/eller rus, ofte kompenseres ved å være overdrevent ansvarlige og tilpasningsdyktige. Forebygging.no – Bedre tverrfaglig innsats.



## Tegn til bekymring

Barn og unges signaler som kan vekke bekymring:

Faglig	Fysisk	Sosialt	Psykisk
Problemer med konsentrasjon. Problemer med innlæring. Språkvansker (endringer). Synkende skoleprestasjoner.	Anspent, passiv, tilbaketruke. Virker mer sliten og trett. Søvnregulering. Urolig i kroppen og rastløs. Gråter mer enn før. Mange fysiske plager (vondt i hodet, magen osv.). Vansker i forhold til mat, eller endret vekt. Dårlig hygiene, klær, tannhelse eller mat. Viser tegn til fysisk vold, merker, hoven. Selvskading. Endret stil, klesstil m.m.	Endret venner og nettverk. Vansker med regulering av oppmerksomhet ift. omgivelsene. Ukritisk i relasjon med andre. Overdrevent sosial, ansvarlig og tilpasningsdyktig. Påvirkes lett av uro i omgivelsene. Mangler nysgjerrighet og interesse for omgivelsene. Aggressiv i konflikt, ofte gjentakende i konflikt. Søker ikke eller avviser voksenkontakt/hjelp. Mer innesluttet, søker lite kontakt med andre. Går mye alene/ blir holdt utenfor. Ute av stand til å etablere/ opprettholde kontakt. Ekstremt på vakt ift. voksne/ andre. Overdriver/ lyver.	Endret eller påfallende stemningsleie, f.eks. nedstemt, irritabel, stresset, oppstemt. Redd, engstelig, utrygg, sutrete. Selvbilde/ selvtillit (snakker nedsettende om seg selv eller sine). Undertrykt sinne. Vansker med regulering av følelser.  Kilde: forebygging.no, 2017, Bedre tverrfaglig innsats
Generelt: Endringer (fysisk, sosialt, psykisk, faglig) Fravær eller forsentkomminger Holder ikke avtaler Manglende samarbeidsevne Forteller om en vanskelig livssituasjon/hendelse Viser interesse for rus og kriminalitet U hensiktsmessig nettbruk			



## Rutine ved bekymring (uavhengig av årsak)

1. Den som er bekymret, konkretiserer bekymringen. Hva er det som gjør en bekymret? Se "Tegn til bekymring".
2. Del bekymringen med avdelingsleder og kontaktlærer innen tre virkedager, og vurder om dere skal gå videre i rutinen. Som hovedregel bør bekymringer følges opp. Ved bekymringsfullt fravær, følg «Rutine for oppfølging av fravær».
3. Avdelingsleder og kontaktlærer avtaler når kontaktlærer skal snakke med eleven, og vurderer behov for om avdelingsleder.
4. Kontaktlærer snakker med eleven. Tar opp egen bekymring og kartlegger.
5. Avdelingsleder (og kontaktlærer) vurderer:
  - Samarbeid med foresatte. Undersøk foresattes forståelse av situasjonen. Lytt til eleven om det er spesielle hensyn å ta i kontakten med foresatte, før skolen tar kontakt.
  - Om elevLOS eller skolehelsetjeneste skal inn
  - Behov for samarbeidsmøte (se punkt 6)
  - Innhenting av samtykke
  - Om det skal opprettes aktivitetsplan § 9-a
  - Drøfting i internt støttesystem, evt. inkl. eksterne samarbeidspartnere
  - Om skolens opplysningsplikt til bv.tj. er til stede, evt. med samtykke. Ha lav terskel for anonym drøfting med bv.tj. Se info under.
  - Ved mistanke om vold og seksuelle overgrep i nære relasjoner, kontakt barnevern uten å informere foreldrene. Evt. Politi. Husk avvergeplikten. Se kommunens Tiltakskort.
6. Ved behov for samarbeidsmøte anbefales dette tidlig i samarbeidet. Her deltar elev (kan velge), foresatte, kontaktlærer og avdelingsleder, evt. skolehelsetjenesten og elevLOS. Avhold formøte. Under møtet:
  - Vis til skolens «rutine ved bekymring»
  - Felles forståelse: Sett ord på egen bekymringen, og inviter elev og foreldre til å gi forståelse til situasjonen
  - Avtal tiltak: hva skal hver gjøre for å prøve å bedre situasjonen
  - Vurder å anbefale bistand/hjelpetiltak fra ungdomsteam(familieteam), barnevern, politi, PPT eller BUP.
  - Evt. tilby samtaler med skolehelsetjenesten eller elevLOS
  - Fyll ut samtykkeskjema og skriv referat

## Rutine ved mistanke om at en elev er rusa (påvirket) i skoletiden

1. Ansatt som har mistanke om at en elev er påvirket av et rusmiddel, må umiddelbart kommunisere dette til avdelingsleder. Noter raskt ned punkter, på de endringer eller tegn du ser.
2. Elev tas ut av timen. Den som fattet mistanke, snakker med eleven i sammen med avdelingsleder eller kontaktlærer. Man skal alltid være to i samtalen, fordi man ofte blir usikker eller lar seg manipulere. Rus kan vises på mange ulike måter. Det viktigste er å legg merke til endringer fra normalt hos vedkommende.
3. Dersom man etter samtalen fortsatt tror at eleven er påvirket må eleven være under oppsyn. Vurder om lege bør kontaktes. Foreldrene skal kontaktes, og eleven hentes. Lytt til eleven om det er spesielle hensyn å ta i kontakten med foreldrene. Dersom man konkluderer med at eleven ikke var påvirket, skal foreldrene informeres pr. telefon om vurderingen. OBS: Ved mistanke om at en elev er ruset på illegale rusmidler (ikke alkohol), skal politi kontaktes umiddelbart. Ved funn av illegale rusmidler, skal dette overleveres politi. Se info under.
4. Neste dag har skolehelsetj., elevLOS eller kontaktlærer (avhengig av kontakt med elev) en samtale med eleven for å ivareta eleven, og gi eleven mulighet til å åpne seg om sine utfordringer.
5. Gjennomfør samarbeidsmøte innen fem virkedager. Her deltar elev, foresatte, og evt. kontaktlærer, avdelingsleder, skolehelsetj. og elevLOS. Ha formøte.  
Under møtet:
  - Vis til skolens «rutine ved mistanke om at en elev er påvirket av rusmiddel».
  - Snakk om situasjonen, og evt. andre bekymringer eller endringer hos eleven. Nevn også positive sider. Inviter elev og foreldre til å gi forståelse til situasjonen.
  - Avtal tiltak: hva skal hver gjøre for å prøve å hjelpe situasjonen
  - Drøft samarbeid med Ungdomsteam (familieteam), politi, barnevern eller BUP. Se info under.
  - Gjør avtale om at eleven skal ha to samtaler med skolehelsetj., elevLOS eller kontaktlærer i løpet av de neste ukene.
  - Fyll ut samtykkeskjema og skriv referat. Avtal nytt samarbeidsmøte om 3 måneder.
6. Avdelingsleder og kontaktlærer vurderer om skolens opplysningsplikt til bv.tj. er til stede, evt. med samtykke. Se info under.

Mer om rusmidler og tegn og symptomer på [www.rusinfo.no](http://www.rusinfo.no)

## Samarbeid ved bruk av illegale rusmidler

Bruk av illegale rusmidler i ungdomsskolealder er en alvorlig bekymring. Dersom skolen har en mistanke om at en elev bruker illegale rusmidler bør barnevernstjenesten kontaktes for en anonym drøfting av hele elevens situasjon.

Hvis foreldrene og eleven ikke er bekymret for elevens situasjon, og ikke vil ta imot hjelpetiltak, men skolen fortsatt er bekymret, skal skolen vurdere om opplysningsplikten til barnevernstjenesten etter Opplæringslova § 15-3 er til stede. Se "Når bekymring skal meldes til barnevernet".

Ved mistanke om at en elev bruker illegale rusmidler bør skolen samarbeide med skolens kontakt i politiet. Se info om "Når bekymring skal meldes til politiet" under.

Ungdomsteam/familieteam kan kontaktes hvis ungdommen eller foreldrene ønsker oppfølging. Tilbudet er frivillig. Se info om Ungdomsteam i vedlegg 1.

## Når bekymring skal meldes til barnevernet

Anonym drøfting med barnevernstjenesten anbefales dersom man er usikker på om en sak bør meldes. Taushetsplikten er ikke til hinder for å drøfte saker anonymt, og barnevernstjenesten er erfarne på å gi råd og veiledning. Kontakt med barnevernstjenesten kan skje ved at foreldre selv søker bistand, eller om skolen melder bekymring med samtykke fra foresatte (og elev over 15 år), eller ved at skolen vurderer at meldeplikten til bv.tj. etter Opplæringslova § 15-3 er til stede.

Meldeplikten inntreer når det foreligger omstendigheter som gir melder en begrunnet bekymring for barnets situasjon. J.fr. Barnevernsloven § 6-4 og Opplæringslova § 15-3.

Meldeplikten inntreer når du har "grunn til å tro" at et barn blir utsatt for alvorlige mangler:

- Fysisk omsorgssvikt (mat, klær, hygiene, oppfølging av skole eller fravær, helse)
- Psykisk omsorgssvikt (samspille, emosjonell ivaretagelse, foreldrenes helseutfordringer/rus)
- Vold og overgrep

Meldeplikten inntreer når et barn viser alvorlige atferdsvansker:

- i form av misbruk av rusmidler, alvorlig eller gjentatt kriminalitet eller utpreget normløs atferd

Når inntreer meldeplikten? Momenter av betydning er: alvorlighetsgrad, antall forsømmelser/hendelser, sporadiske eller vedvarende, om foreldrene tar råd og veiledning.

## Når bekymring skal meldes til politiet

Ved generell bekymring for elever kan saker drøftes anonymt med politiet eller med navn hvis foresatte gir samtykke. (Eks. Man har hørt rykter om en ungdom og ikke sett noe selv, skolen har merket adferdsendring m.m.) Kontaktpunktet hos politiet skal være forebyggende avsnitt på Moss politistasjon, primært skolekontakten.

Ved konkret mistanke for elever ønsker politiet beskjeden så konkret og detaljert som mulig med navn og annen relevant info. (Eks. Ungdom fremstår tydelig ruset, lukter narkotika, endret adferd, m.m.) Kontaktpunktet hos politiet er politiets operasjonssentral på 02800. Skolekontakten i politiet varsles.

Avvergingsplikt: Dersom forholdet er alvorlig og gjør det sikkert eller mest sannsynlig at eleven vil begå lovbrudd som omfattes av avvergingsplikten i straffeloven § 196, går avvergingsplikten foran taushetsplikten. Det betyr at hvis du har konkrete holdepunkter for at en elev vil begå kriminalitet etter strl. §196, har du plikt til å avverge dette. Kontaktpunktet hos politiet er operasjonssentral på 02800/112.



# Vedlegg 1: Rusforebyggende tiltak

## Politiet – tilstedeværelse på ungdomsskolene

Politiet tilstreber å være til stede på arenaer der ungdommer oppholder seg. Skolen er en viktig arena. Forebyggende politi og patruljeavsnittet kommer til skolen jevnlig for å være i skolemiljøet, være synlige og tilgjengelige for ungdommene, snakke med elevene og bygge tillit i fredstid. Alle skolene har sin kontakt i politiet. Vedkommende har fast møte med skolen hver 6.uke.

## Opp til meg

Ung til ung formidling er en positiv måte å nå ungdom på. Organisasjonen Juvente har frivillige unge som er godt trent i ung-til-ung metodikk. Undervisningsopplegget kalles "Opp til meg", og opplegget er videreutviklet og av høy rusforebyggende kvalitet. De tilbyr gratis skolebesøk med rusforebyggende øvelser. Moss Kommune har avtale med Juvente at de besøker alle 8.klasser i perioden mars-mai, hvert år. To klokketimer pr klasse. I forkant skal alle elevene ha gjennomført 20 minutters e-læring på: <https://opptilmeg.no/>

## Forebyggende ruskonsulent holder foredrag

Forebyggende ruskonsulent fra Skolehelsetjenesten besøker alle ungdomsskolene på 9.trinn i løpet av høstsemesteret, og gir et 90 minutters rusforebyggende foredrag. Fokuset i foredraget er valgt med bakgrunn i kunnskap om hva som virker forebyggende.

## «Utsett!» – Rus som tema på foreldremøter

Foreldrene har en sentral rolle i det rusforebyggende arbeidet. Foreldre som kommuniserer tydelige grenser i forhold til bruk av alkohol kan bidra til utsatt alkoholdebut, redusert forbruk, og mindre risiko for bruk av andre rusmidler. Ungdom i Moss ligger høyere enn landsgjennomsnittet på rusbruk, samtidig som de svarer at de heller lytter til sine foreldre enn til jevnaldrende i synet på rus. Det er inngått samarbeidsavtale mellom Moss kommune og Øst politidistrikt om å satse på «Utsett!» som rusforebyggende, forpliktende samarbeid over tid.

«Utsett!» er et foreldrerettet forebyggende program som er utarbeidet av KoRus (Kompetansesenter Rus), som arbeider på oppdrag fra Helsedirektoratet. «Utsett!» holdes på foreldremøtene i 8., 9. og 10. trinn. Utsett! engasjerer foreldrene, fordi presentasjonen baserer seg på Ungdata fra Moss. «Utsett!» består av to deler. Først 25 minutters presentasjon. Deretter møtes foreldrene klassevis, og samarbeider vedrørende temaer de ønsker felles rammer og regler for. F.eks. fester, innetider, sosiale medier. Presentasjonen holdes av: skolen (lærer/avdelingsleder/los), skolehelsetj. (evt. forebyggende ruskonsulent), og ansatt fra forebyggende avsnitt ved politiet.

## «Utsett!» – reflekterende samtaler med elevene

Skolen bør ta opp rusforebyggende tema med elevene i samme tidsrom som tema tas opp på foreldremøte. Målet er utsatt alkoholdebut ved at foreldre og ungdom får et bedre grunnlag for å snakke om temaet hjemme. Slik kan vi forsterke den forebyggende effekten av «Utsett!». Ved revidering av denne planen bør en arbeidsgruppe komme med konkrete forslag til hvordan dette kan gjennomføres på skolene. Det kan bli nødvendig å se på en samordning av skole og skolehelsetjenesten i denne delen av det rusforebyggende arbeidet. I mellomtiden kan forebyggende ruskonsulent forsøke å besøke 9. trinn i samme tidsrom som "Utsett" på foreldremøtene. På 8. trinn anbefales å benytte Mestringsspillet.





## Ungdomsteam

Ungdomsteam en del av Familieteam i Moss kommune. Målgruppen er 12–23 år. Dette er et lavterskeltilbud. Ungdomsteam har samtaler, oppfølging og koordinering. De samarbeider med skole, BUP, fastlege, foreldre og andre. De kan hjelpe med utfordringer som angst, rus, depresjon, sinnemestring, skolevegring etc. Ungdom skal selv ønske hjelp, men de er gode på motivasjonsarbeid for å komme i gang. Ungdomsteam har gruppetilbud som Sisterhood og Tuning into teens. De koordinerer og henviser til andre tjenester ved behov. Kontaktes via kontaktskjema, se kontakt under.

## SIMM

SIMM Står for Sammen om inkluderende miljø i Moss. Læringsmiljøprosjektet er en satsning for å gi trygge og inkluderende læringsmiljøer i skolene. Lærere og barnehageansatte får på en strukturert måte jobbe med det som kalles kollektiv profesjonsutvikling. Et hovedmål er å styrke de voksnes kompetanse i å støtte hvert enkelt barn i sosial og faglig læring. Et godt og trygt læringsmiljø virker rusforebyggende.

## Mulighet for å benytte ressurser fra Robust ungdom

Robust Ungdom er et program som ligger tilgjengelig på: <https://www.io.kommune.no/tjenester/skole-og-utdanning/robust-ungdom/>.

Opplegget er et gratis, ferdig opplegg, og kan benyttes som en ressurs for ungdomsskolene. Programmet består av en video eller foredrag, praktiske øvelser, lek og samarbeidslæring. Elevene lærer å skape god psykisk helse for seg selv og andre, bli bedre kjent og samtidig bygge et godt klassemiljø. Programmet kan være en måte å ivareta livsmestringsfaget.

## «Psykologisk førstehjelp»

Skolehelsetjenesten har i samarbeid med skolen undervisning i «psykologisk førstehjelp» på 1.trinn i barneskolen som et satsningsområde innenfor psykisk helse og livsmestring. Målet er å gjøre elevene mer robuste og mindre sårbare slik at de lærer å bli gode på å takle vanskelige situasjoner og ubehagelige følelser. Elevene får hjelp til å sortere tanker og aktivt fokusere på det som gir glede, mestring og trygghet, samt sette grenser og motstå press. Dette vil også være forebyggende i forhold til det å utsette debut av rusmidler. Det planlegges for psykologisk førstehjelp også for 5.trinn. Det vurderes etter hvert evt. andre evidensbaserte program som korrelerer.

## Vedlegg 2: Kompetansemål om rus i læreplanen

Kompetansemål i Samfunnsfag og Naturfag, med relevans for rusforebygging:

Fag	Folkehelse og livsmestring	Kompetansemål etter 10. trinn	Kompetansemål etter vg1
Samfunnsfag	Faget skal bidra til at elevene kan gjøre gode livsvalg og håndtere utfordringer knyttet til seksualitet personlig økonomi, rus, utenforskap og digital samhandling.	Reflektere over hvordan identitet, selvbilde og egne grenser blir utviklet og utfordret i ulike fellesskap, og presentere forslag til hvordan man kan håndtere påvirkning og uønskede hendelser.	Gjøre rede for sosialisering og drøfte hvordan identitet og selvfølgelse til ungdom blir påvirket gjennom sosialisering.
Naturfag	Faget skal bidra til å gi elevene kompetanse til å forstå sin egen kropp og ivareta sin egen fysiske og psykiske helse. Elevene skal kunne forholde seg kritisk til og bruke helse relatert informasjon til å ta gode og ansvarlige valg knyttet til helse, sikkerhet og miljø i både hverdags- og arbeidsliv.	Sammenligne nervesystemet og hormonsystemet og beskrive hvordan rusmidler, legemidler, miljøgifter og doping påvirker signalsystemene.	Drøfte aktuelle helse- og livsstilsspørsmål og vurdere pålitelighet i informasjon fra ulike kilder.



## Sammen om utsatt alkoholdebut og oppfølging ved bekymring

- Hovedmål: utsette alkoholdebuten – størst effekt
- Hvordan nå målet? – Tverrfaglig og tverretatlig systematisk arbeid over tid!
- Rusforebyggende plan er todelt:
  - del 1 – forebyggende tiltak,
  - del 2 – rutine for bekymring.
- Hvordan bruke planen? – Forebygge, samtidig som alle skoler vet hva de skal gjøre ved bekymring for rus hos en ungdom.