



FITJAR
Naturlegvis

RUS I SKULEN

Ein rettleiar



INNHALD

| | | |
|------|---|---|
| 1. | INNLEIING | 2 |
| 1. | AKTUELLE SAMARBEIDSPARTNARAR..... | 3 |
| 2. | DØME PÅ AKTUELLE SAKER OG TILTAK | 4 |
| 2.1. | Døme: Me er bekymra for at ein elev er i ferd med å utvikle eit rusproblem..... | 4 |
| 2.2. | Døme: Elev er rusa på skulen eller brukar rusmiddel i skuletida..... | 4 |
| 2.3. | Døme: Funn av gjenstandar knytt til rusbruk..... | 5 |
| 2.4. | Døme: Mistanke om rusmiljø på skulen..... | 5 |
| 2.5. | Døme: Mistanke om sal av rusmidlar på skulen sitt område | 5 |
| 2.6. | Døme: Avdekking av sal av rusmidlar på skulen sitt område | 6 |
| 2.7. | Mistanke om rus på fritida..... | 6 |
| 3. | SAMTALE/KARTLEGGING | 7 |
| 3.1. | Samtalen | 7 |
| 3.2. | Kartlegging | 7 |
| 4. | ULIKE TYPAR RUSMIDDEL | 8 |
| 5. | GENERELLE TEIKN PÅ RUSBRUK | 8 |
| 5.1. | Forandringar i åtferd | 8 |
| 5.2. | Fysiske forandringar | 8 |
| 5.3. | Sosiale problem..... | 9 |
| 5.4. | Funn av gjenstandar i klede og rom..... | 9 |
| 6. | LENKER TIL NYTTIG INFORMASJON | 9 |

1. INNLEIING

Rusførebygging skil seg eigentleg lite frå anna førebygging. Det handlar om å gjere barn og unge robuste, blant anna ved å fremje meistringsfølelse, trivsel, tilhørsle og opplevinga av å vere del av eit fellesskap. For at skulen skal kunne bidra til dette, bør vi ha fokus på desse helsefremjande faktorane frå første kontakt med barn og unge – og vidare gjennom heile skuleløpet.

Sjølv om vi er tidleg ute med å førebygge, vil enkelte elevar vere sårbare. Kva som gir auka sårbarheit for rus er eit svært komplekst tema, men kan vere knytt til alt frå oppvekst- og familieforhold, sosial kontekst, sosioøkonomisk status og kulturelle forskjellar til ulike psykiske påkjenningar.

Denne rettleiaren må sjåast i samanheng med både gjeldande lovverk og skulen sin eigen plan for skulemiljø og trivsel. «Folkehelse og livsmeistring» kan gi rom for meir fokus på rus og psykisk helse på timeplanen.

Frå eit rusfagleg perspektiv veit vi at det å utsetje debutalder har god førebyggande effekt, og at haldningsskapande arbeid er ein god metode. Dette betyr at skulen kan velje å bruke både foreldremøte, personalmøte, elevsamtalar og miljøarbeid som gode høve til å fremje kunnskap og sunne haldningar til rus. UngData-undersøkinga gir òg eit godt bilde av korleis ungdom i kommunen har det, og kan brukast for å bevisstgjere mellom anna foreldre om ulike tema.

Denne rettleiaren er ikkje ein plan for rusførebygging, men tar for seg direkte tiltak og generelle teikn på rus. Rettleiaren er meint som støtte til skulen sitt rusarbeid. Han vektlegg nødvendigheita av eit tverrfagleg og -etatleg samarbeid, og gir eksempel på kva me kan gjere i ulike situasjonar.

Det kjem stadig nye arenaer for kjøp og sal av rusmiddel og narkotiske stoff. Det stiller krav til god samhandling på tvers av fagområde og etatar, slik at me saman kan møte dagens utfordringsbilde. I rettleiaren finn du råd og anbefalingar, og kontaktinformasjon til viktige samarbeidspartnarar og medspelarar i skulen sitt rusførebyggande arbeid.

Rettleiaren nemner i tillegg generelle teikn på dopingbruk (androgene-anabole steroid), sidan dopingbruk førekjem blant enkelte ungdommar.

1. AKTUELLE SAMARBEIDSPARTNARAR

Oversikt over skulen og kommunen sine ressursar er ein føresetnad for godt og effektivt samarbeid. Lista under viser ulike nøkkelroller i arbeid med rusførebygging.

Aktuelle samarbeidsparter

| Funksjon | Namn | Arbeidsoppgåver i rusførebyggjande arbeid |
|------------------------------------|-------------------------------------|---|
| Rektor | Trude Mathiesen | Informere elevar, tilsette og føresette om reglar og rutinar. Sørge for system som er rusførebyggjande gjennom heile skuleåret. Følgje opp enkeltsaker, jamleg kontakt med politiet |
| Los koordinator / miljørettleggjar | Karen Marie Sætre og Lise Grundvold | Gjennomføre trivelstiltak og samtalar med elevar i ulike situasjonar, få kjennskap til miljøet. Ansvar for temakvelder. |
| Kontaktlærar | Alle | Reagere på stort fråvær/endingar i åtferd, elevsamtale. Følgje opp rutinar der ein er uroa for elev/elevar. |
| Skulehelsetenesta | Mari Gregersen Rosseland | Samtale med elevar/delta i det rusførebyggjande arbeidet på skulen og i kommunen. |

Rollebeskriving for nøkkelpersonar i det rusførebyggjande arbeidet

| Funksjon | Namn | Kontaktopplysningar |
|-------------------------------|--|---|
| SLT koordinator | Anders Sætre | andsat@fitjar.kommune.no |
| Ruskonsulentar | Jessica D. Donkersloot/ Vibekke T. Carruthers | Jessica.Daisy.Donkersloot@nav.no Vibekke.T.Carruthers@nav.no |
| Dopingkontakten | Antidoping Norge | Tlf. 80050200 Dopingkontakten@antidoping.no |
| FACT-ung | Kristine Sætrevik | Kristine.saetrevik@stord.kommune.no |
| Mottaksvakt barnevernstenesta | Yvonne Larsen Holme/May-Britt V. Ingvaldsen | Mottakstelefon: 97552163 |
| Politikontakt | Nils Hoplan Blikra | Nils.hopland.blikra@politiet.no |

2. DØME PÅ AKTUELLE SAKER OG TILTAK

Gjer ei individuell vurdering i kvar enkelt sak. Anten det gjeld førebygging eller skaderedusering, bør skulen alltid kontakte miljørettleiar og ruskonsulentar for råd og rettleiing eller individuelle samtalar, i tillegg til skulen sin eigen helsesjukepleiar. Fleire av eksempla under er relevante også ved bekymring for dopingbruk. I eksempla under viser vi til «leiinga på skulen» eller «skuleleiinga». Då tenkjer vi til dømes på rektorar, rådgivarar, avdelingsleiarar og andre i administrasjonen. Eksemplane under er ikkje i ei kronologisk rekkjefølge basert på alvorlighet, og kulepunkta seier ikkje i kva rekkjefølge ein bør agere. Ein vaksenperson med *god relasjon* kan like godt vere ein i det merkantile arbeidet, eller ein i kantina. Det er ikkje profesjonen som avgjer dette. Å kontakte politi kan av og til gå ut over teieplikt. Her må dei ulike profesjonane forhalda seg til egne lovverk. I ulike situasjonar har ein derimot meldeplikt. I denne rettleiaren gjeld dette særleg i situasjonar kor ein veit at sal av narkotika skal skje. Jamfør avvergingsplikta (straffelovens §196).

2.1. Døme: Me er bekymra for at ein elev er i ferd med å utvikle eit rusproblem

Forslag til tiltak:

- Ta bekymringa opp med leiinga på skulen.
- Kontakt føresette.
- Få ein vaksenperson med god relasjon til eleven til å gjennomføre ein samtale. Miljørettleiar/ helsesjukepleiar bør bli kopla på så tidleg som mogleg.
- Kartlegg situasjonen: omfang, type rusmiddel, mogleg årsak.
- Kontakt ruskonsulent for råd, rettleiing eller oppfølging
- Vurder også kontakt med barnevernet.

2.2. Døme: Elev er rusa på skulen eller brukar rusmiddel i skuletida

Forslag til tiltak:

- Eleven blir tatt ut av undervisning og skjerma frå dei andre elevane.
- Ein vaksenperson med god relasjon til ungdommen går i dialog med eleven.
- Pårørande blir informerte og inviterte til samtale same dag. Ein representant frå skuleleiinga og miljørettleiar bør vere med i samtalen.
- Kartlegg situasjonen: omfang, type rusmiddel, mogleg årsak. Informer om konsekvensar av brot på skulen sine reglar.
- Miljørettleiar/helsesjukepleiar bør bli kopla på så tidleg som mogleg i saka.
- Kontakt ruskonsulent for råd, rettleiing eller oppfølging

I etterkant av hendinga

- Vurder å kontakte lokalt politi/politikontakt. Politiet kan til dømes gjennomføre ein bekymringssamtale.
- Miljørettelaier/helsesjukepleiar eller trygg vaksenperson tar kontakt med eleven dagen etter hendinga for å undersøke korleis eleven har det, og informere om moglegheiter for hjelp.
- Vurder også kontakt med barnevernet

2.3. Døme: Funn av gjenstandar knytt til rusbruk

Forslag til tiltak:

- Ta bekymringa opp med leiinga på skulen.
- Kartlegg situasjonen. Dokumenter, for eksempel med foto.
- Miljørettleiar og helsesjukepleiar på skulen må informerast om saka.
- Er det snakk om gjenstandar/brukarutstyr knytt til narkotika bør politiet få informasjon.
- Mulig narkotika skal politiet varsles og dei vil bli opprette sak.
- Husk samtykke ved kontakt med helsesjukepleiar.

2.4. Døme: Mistanke om rusmiljø på skulen

Forslag til tiltak:

- Ta bekymringa opp med leiinga på skulen.
- Kartlegg situasjonen.
- Meld frå om utviklinga til lokalt politi/politikontakt og SLT-koordinator, som kan vere med å konkretisere eventuelle tiltak.
- Kontakt ruskonsulent for råd, rettleiing eller oppfølging

2.5. Døme: Mistanke om sal av rusmidlar på skulen sitt område

Forslag til tiltak:

- Ta bekymringa opp med leiinga på skulen.
- Kartlegg situasjonen, samle informasjon og vurder å ta kontakt med lokalt politi/politikontakt ut ifrå kva informasjon du har.
- Kontakt ruskonsulent for råd, rettleiing eller oppfølging

2.6. Døme: Avdekking av sal av rusmidlar på skulen sitt område

Forslag til tiltak:

- Ta straks kontakt med leiinga.
- Kartlegg situasjonen, samle informasjon og kontakt lokalt politi.
- Anmeld forholdet til politiet
- Kontakt føresette. Informer elev og føresette om konsekvensar av brot på skulen sine reglar. Miljørettelair bør vera med i samtalen med føresette.
- Kontakt ruskonsulent for råd, rettleiing eller oppfølging
- Vurder bekymringsmelding til barnevernet

2.7. Mistanke om rus på fritida

Forslag til tiltak:

- **Viss skulen er bekymra:** Kartlegg kven som er i kontakt med ungdommen. Ta uroa opp i ressursteam og del erfaringar. Har ungdommen ein trygg vaksenperson, kan denne snakke med ungdommen om bekymringa. Kor tid ein skal kontakte foreldre avheng av kvar enkelt situasjon, som hovudregel skal foreldra kontaktast ved mistanke om rus på fritida.
- **Viss medelev er bekymra:** Tilby samtale med eleven som melder bekymring. I denne situasjonen er det viktig å ta vare på eleven og forsøke å frita han eller ho for ansvarsfølelse i saka. Vurder etter samtalen om det er behov for å snakke med eleven bekymringa gjeld.
- **Viss eleven sjølv er bekymra:** Tilby samtale med miljørettelair/helsesjukepleiar. Miljørettelair/helssjukepleiar kartlegg omfang og avgjer tiltak. Miljørettelair/helsesjukepleiar kan be om hjelp frå ruskonsulent i kommunen, både til kartlegging og utforming av tiltak (ruskontrakt/oppfølging). Beste for ungdommen er at foreldra blir involvert i vidare oppfølging.
- **Viss foreldre er bekymra:** Tilby samtale med foreldra. Informer foreldra om ulike instansar som kan hjelpe vidare. Tilby hjelp til å ta kontakt med aktuelle instansar.

2.8. Ressursteam og kontakt med skulehelsetenesta i enkeltsaker

Dersom personalet ved skulen har bekymringar knytt til dei ovanstående eksempla som ikkje krev øyeblikkeleg handling, kan vedkomande ta dette opp som ei sak i skulens ressursteam.

Dersom du skal ta kontakt med skulehelsetenesta, er det viktig at du inntar samtykke før du tar kontakt.

3. SAMTALE/KARTLEGGING

3.1. Samtalen

Å konfrontere ein elev med rusbruk kan vere krevjande. Ofte vil ikkje eleven sjølv innrømme bruk av rusmidlar. Mistanke om rusbruk skal likevel utløyse samtale med eleven, kor du kan stille spørsmål og grunngi bekymringa. Sei det du opplever og ser (ref. 6. - «Generelle teikn på rusbruk»).

- Samtale med eleven bør gjennomførast så snart som mogleg, helst same dag.
- Om mogleg: skjerm eleven frå resten av skulen, til dømes på eit eigna rom kor eleven kan opphalde seg.
- Vurder om eleven er i stand til å ta til seg informasjon. (Er eleven tydeleg påverka, skal ein heller utsetje samtalen til dagen etter).
- Eleven skal få informasjon om konsekvensar (informasjon til føresette, utestenging o.l.), men også om moglegheiter for å få hjelp. Her kan det vere hensiktsmessig å kople på ulike instansar som helsesjukepleiar/miljørettleiar og ruskonsulent.
- Det er viktig at den som gjennomfører samtalen forsøker å etablere ein god relasjon, og i størst mogleg grad legg vekt på å ta vare på eleven.
- Det kan vere litt uklart når ein skal ta kontakt med foreldre/føresette. Men som hovudregel skal foreldra informers
- Det kan vere lurt å la eleven sjølv komme med ønske om kven ein vil ha med i samtalen.
- I sakar der ein skal informere heimen bør ein lytte til elevens ønske om kven av foreldra ein kontaktar.

3.2. Kartlegging

Ei god kartlegging skal innehalde nok informasjon til å gi grunnlag for vidare tiltak. Det er viktig å kartlegge kva erfaring eleven har med ulike rusmidlar. Vurder kven som skal utføre kartlegginga td.

Miljørettleiar/helsesjukepleiar. Hugs å stille opne spørsmål og legg til rette for mest mogleg fri forteljing. Dette sikrar oss mest mogleg sannferdig informasjon. Prøv og unngå ja/nei spørsmål.

Her er eksempel på spørsmål du kan stille:

- Har du sjølv nokon tankar om kvifor eg ynskjer å ha denne samtalen med deg.
- Korleis går det med deg?
- Får du hjelp hos andre? Eventuelt kven?
- Kva er ditt forhold til rusmidlar?
- Kva type rusmiddel har du tatt?
- Har du tatt andre rusmidlar? (Ev. kva?)
- Når brukte du (aktuelt rusmiddel) sist?
- Har du brukt (aktuelt rusmiddel) tidlegare?
- Når var første gong du testa ut (aktuelt rusmiddel)?
- Kor ofte brukar du (aktuelt rusmiddel)?

- Kvifor brukar du (aktuelt rusmiddel)?
- Rusar du deg mest åleine eller saman med andre?
- Kva veit du om (aktuelt rusmiddel)?
- Veit foreldre/føresette at du rusar deg?

4. ULIKE TYPAR RUSMIDDEL

Dersom du treng informasjon om ulike rusmiddel, kan du finne dette på rusinfo.no, der finn du oppdatert informasjon om ulike rusmidlar og verknader

5. GENERELLE TEIKN PÅ RUSBRUK

5.1. Forandringar i åtferd

- Brå forandringar i åtferdsmønster.
- Tap av interesse for skule, arbeid og deltaking i fritidsaktivitetar.
- Mykje skulefråvær.
- Uventa eller påfallande endring i elles faste omgangsvener til meir sporadiske og ubestemmelege miljø som eleven ikkje vil fortelje om.
- Meir hyppig og langvarig fråvær frå heimen, også utover kvelda/natta utan å gi noko god forklaring.
- Generelt inntrykk av at eleven er mindre fortruleg med foreldre/lærarar/venner enn før.
- Eleven er meir oppfarande og irritabel.
- Pratsam utover det normale, hoppar frå emne til emne utan klar samanheng.
- Auka pengebehov.
- Sterke meiningar om, og eventuelt latterleggjering av, media eller «autoritetane» si framstilling av rusmisbrukarar og narkotika (spesielt cannabis).

5.2. Fysiske forandringar

- Vekttap.
- Dårlig matlyst eller uvanleg stor matlyst.
- Kvalme og oppkast.
- Generelt redusert allmenntilstand.
- Kløe i ansikt og hals.
- Sterkt samantrekte eller sterkt utvida pupillar.
- Raude, blodspregde og/ eller tårefylte auge.
- Stadig rennande nase
- Gjer grimasar, skjer tenner og skjelv på hendene.

5.3. Sosiale problem

- Held ikkje avtalar, kan bli tatt i store og små løgner.
- Gløymer mykje.
- Bagatelliserer konflikter med skulen, heime, arbeidsgivar, kameratar, politi og liknande.
- Oppheld seg med kjende misbrukarar.
- Små tjuveri, gjerne av gjenstandar som er lette å selje.
- Aukande «gi blaffen»-mentalitet og negativ innstilling til generelle samfunnsnormer.
- Mindre opptatt av personleg hygiene.

5.4. Funn av gjenstandar i klede og rom

- Ubrukte sigarettfilter eller -papir.
- Samanrulla papirstrimler (blir brukte som filter/munnstykke).
- Ferdigkjøpte sigarettar tømde for tobakk (winner-tip).
- Lynlåspesar, bitar av plastfolie eller aluminiumsfolie.
- Lommespegel og barberblad. Samanrulla pengesetlar eller små gjenstandar som liknar sugerøyr.
- Tablettar med spesielle fargar og logoar.
- Små farga papirbitar med spesielle motiv.
- Små metallboksar, «kinderegg», fyrstikkøskjer eller sigarettpakker. Desse blir ofte brukte til å oppbevare narkotika.
- Sterk søtleg lukt som nokre gonger blir forsøkt maskert med sterk parfyme eller røykelse.
- Har mykje pengar. Skuldar gjerne på at pengane blir oppbevarte for andre.

6. LENKER TIL NYTTIG INFORMASJON

- www.forebygging.no
- www.rusinfo.no (rustelefonen: 915 08 588 og chattefunksjon)
www.ungrus.no
- www.antidoping.no

Denne rettleiaren er utarbeidd av SLT-kordinator (samordning av lokale rus- og kriminalitetsførebyggande tiltak), Anders Sætre, i nært samarbeid med følgjande nøkkelpersonar:

- Ruskonsulentane Vibekke T Carruthers og Jessica D Donkersloot
- Rektor ved Rimbareid skule, Trude Mathiesen
- Miljørettleiar rus, Karen Marie Sætre
- Leiande helsesjukepleiar, Mari Gregersen Rosseland
- Helsesjukepleiar skulehelsetenesta, Marit Irene Grønningen

Rusplanen tek utgangspunkt frå Bjørnafjorden kommune sin rusplan for skulane, men er tilpassa Fitjar kommune gjennom nødvendige endringar

Har du forslag til endringar? Send til: andsat@fitjar.kommune.no

Rettleiaren blir evaluert før skulestart kvart år.