

OPSAMLING

Forebyggelsesindsatsen *Sammen om fællesskabet – ikke alkoholen*

Et samarbejde mellem Region Hovedstaden, Akademiet for Fællesskabende Unge (AFU) og tidligere ambulanceredder i Region Hovedstaden Akutberedskab.

Oktober 2025
Region Hovedstaden

Baggrund, formål og målgruppe

"Sammen om fællesskabet – ikke alkoholen" tager afsæt i erfaringer fra indsatsen "Sammen om festen – ikke alkoholen".

Formålet med indsatsen var at fremme en kultur på STX-gymnasierne i Region Hovedstaden, hvor fællesskab fylder mere end alkohol.

Målgruppen for indsatsen var gymnasieelever og deres forældre.

Indsatsens tre tiltag

1. Fællesskabsambassadører

- Uddannelse af Fællesskabsambassadører, der havde til formål at fremme alkoholfrie sociale fællesskaber
- Workshopforløb faciliteret af AKADEMIET FOR FÆLLESKABENDE UNGE (AUF).

Fællesskabsambassadørerne opnåede viden og forståelse for inkluderende sociale arrangementer for alle elever, og fik redskaber til at tilrettelægge og gennemføre fællesskabsfremmende alkoholfri aktiviteter i skoletiden.

2. Styrket forældreindsats

Oplæg til forældre om de akutte konsekvenser ved unges druk af tidligere ambulanceredder, Kamilla Krattet, der har oplevet bagsiden af unges alkoholkultur på nært hold.

Kamilla delte sine erfaringer fra det virkelige liv på gaden som ambulanceredder og motiverede forældrene til at reflektere over egen adfærd og rolle i forhold til de unges alkoholkultur.

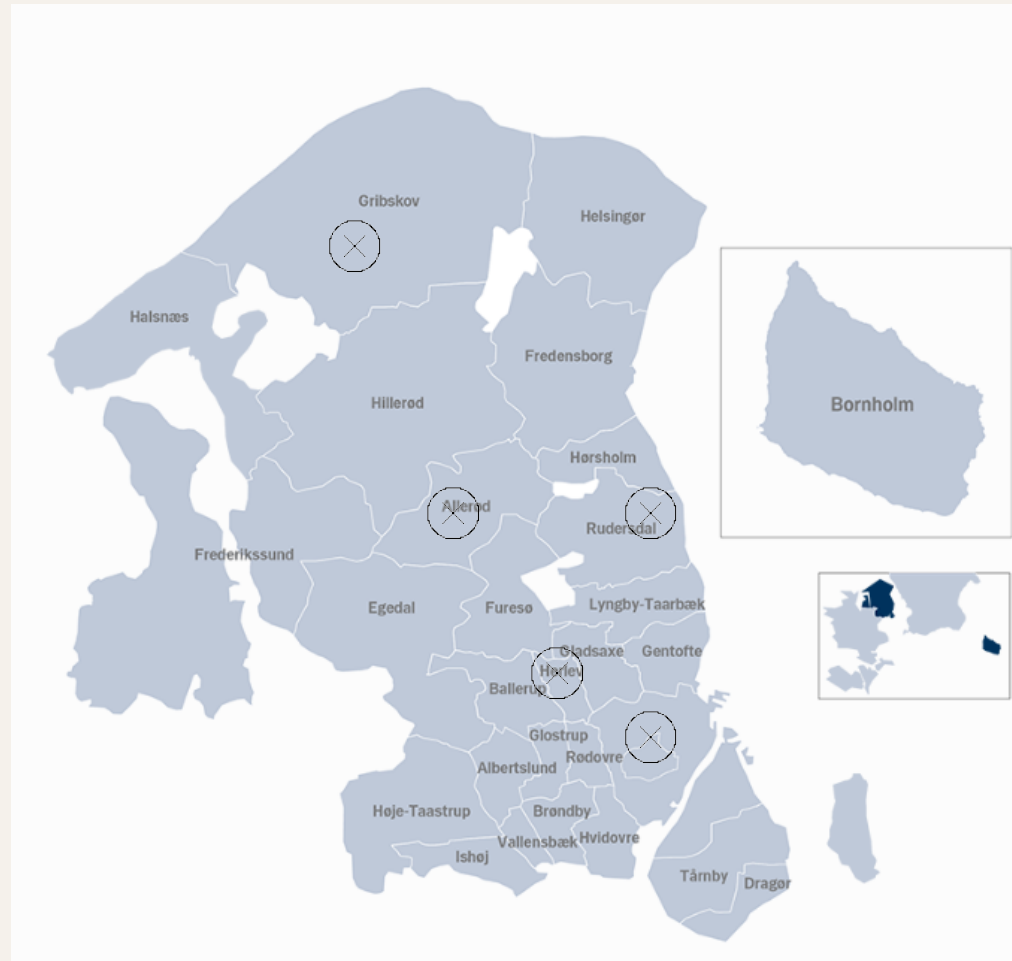
3. Midler til fællesskabsfremmende aktiviteter

Fællesskabsambassadørerne modtog 10.000 kr. til alkoholfri aktiviteter, som blev planlagt af eleverne selv i forbindelse med workshopforløbet med AKADEMIET FOR FÆLLESKABENDE UNGE (AUF).

De deltagende gymnasier

Indsatspakken blev implementeret på fem STX-gymnasier i regionen i skoleåret 2024-2025.

- ⊗ Frederiksberg Gymnasium
- ⊗ Nærum Gymnasium
- ⊗ Gribskov Gymnasium
- ⊗ Allerød gymnasium
- ⊗ Herlev Gymnasium og HF



METODE

Interviews

For at samle op på de deltagende STX-gymnasiers oplevelse af indsatsens tiltag er der gennemført semistruktureret interviews, af ca. 30-60 minutters varighed, med hvert enkelt gymnasium. Gymnasierne har selv udvalgt interviewpersonerne, herunder repræsentanter fra gymnasieledelsen og involverede lærere. Alle interviews blev afholdt digitalt.

Alle interviews er efter tilsagn fra interviewpersonerne blevet optaget og efterfølgende lyttet igennem med henblik på udarbejdelse af uddybende interviewnoter.

Interviewpersonerne er blevet spurgt ind til deres oplevelse af de enkelte tiltag i indsatsen samt deres gode råd og anbefalinger til andre ungdomsuddannelser, der ønsker at arbejde med at skabe alkoholfrie fællesskabsfremmende aktiviteter for elever i skoletiden.



Gymnasiernes oplevelse af tiltag 1

❖ Fællesskabsambassadører

Vigtige erfaringer

- ❖ Styrket kompetence hos eleverne til at ideudvikle, samarbejde og gennemføre fælles aktiviteter på tværs af klasser og elevudvalg
- ❖ Øget bevidsthed om vigtigheden af fællesskaber i skolesammenhæng samt nye måder at tænke fællesskaber på, bl.a. at man kan indgå i fællesskaber på forskellige måder og med forskellige motiver efter behov og interesse
- ❖ Muligheden for at være kreative sammen og planlægge aktiviteter skabte nye fællesskaber på tværs af elever
- ❖ At tilmelding til enkeltstående aktiviteter frem for tilmelding til forpligtigende elevudvalg, der ofte forløber henover et skoleår, tiltræk og motiverede flere af eleverne til at deltage

Oplevede udfordringer

- ❖ Svært at fastholde elevernes motivation og engagement over længere tid i planlægning og afholdelse af aktiviteter
- ❖ Eleverne er afhængige af kontinuerlig hjælp og understøttelse fra gymnasieledelse og lærere for at omsætte deres idéer til virkelighed

Gymnasiernes oplevelse af tiltag 2

❖ Styrket forældreindsats

Vigtige erfaringer

- ❖ Stærke fortællinger fra gadebilledet gav forældrene et tankevækkende og autentisk indblik i de unges alkoholkultur
- ❖ Øget bevidsthed om, at alkohol i store mængder kan virke voldsomt på den unge hjerne, og de unge kan få akut brug for en voksen, hvis det går galt
- ❖ Spot på forældrenes rolle og ansvar, når de unge bevæger sig ud i nattelivet

Oplevede udfordringer

- ❖ Svært at nå ud til forældre med et oplæg med frivillig deltagelse. I gymnasiet versus i folkeskolen forventes det, at eleverne tager mere ansvar for deres skolegang, og kontakten mellem skole og hjem er derfor ofte begrænset til et enkelt introduktionsmøde inden opstart, eller kort tid efter elevernes skolestart i 1.g. På introduktionsmødet skal gymnasieleledelsen nå omkring meget andet end gymnasiets rusmiddelpolitik. Et enkelt af de deltagende gymnasier i indsatsen valgte derfor at takke nej til oplægget med Kamilla Krattet. Et andet gymnasium valgte at afholde oplægget for deres elever i stedet for forældregruppen

Gymnasiernes oplevelse af tiltag 3

❖ Midler til fællesskabsfremmende aktiviteter

Et udpluk af aktiviteter som gymnasierne har anvendt midlerne på og har gode erfaringer med at gennemføre



- ❖ **Metal-event** - Med liveband på scenen og andre aktiviteter såsom brætspil, boldkast og kagebod
- ❖ **Åbent lærerværelse** - Én gang om måneden åbnes dørene til lærerværelset, hvor lærere og elever hygger sig sammen med fri adgang til kakaomaskinen, perlerier, brætspil, garn til strik, bordfodbold og meget mere
- ❖ **Silent-disco** – Trådløse hovedtelefoner, der er forbundet til samme musikkanal
- ❖ **Fodboldturneringer** i frikvartererne
- ❖ **Tøj-bytte dag** – Hvor eleverne købte brugt tøj af hinanden.
- ❖ **Speed-dating** mellem eleverne
- ❖ **Påskejagt** på skolen
- ❖ **Halloween** - arrangement med bål
- ❖ **Basket-turnering** med vandrepokal
- ❖ **Co-lab kunstværk** – Et kunstværk skabt i samarbejde mellem eleverne på gymnasiet, hvor alle der har lyst bidrager til kunstværket
- ❖ **Bæredygtigt strikke event** - med rå uld direkte fra får i Danmark, en fælles aktivitet mellem det etablerede klimaudvalg og strikkeudvalg på den pågældende gymnasium
- ❖ **Mocktail bar** til gallafest
- ❖ **Gospel-arrangement**
- ❖ **Filmklub**

KONKLUSION

Interviewene med de involverede gymnasier indikerer, at indsatsen har bidraget til en styrket bevidsthed om betydningen af mangfoldige fællesskaber i en gymnasie kontekst, samt hvordan disse med fordel kan udvikles og organiseres i et tæt samarbejde mellem elever, lærere og ledelse.

❖ Organisering og struktur

➤ **Lav et lærerudvalg**

- Med fokus på at hjælpe og understøtte elevernes idéer til fællesskabsfremmende aktiviteter i skoletiden. De involverede lærere har, ligesom eleverne, brug for støtte og sparring med hinanden – det skaber en oplevelse af fællesskab, arbejdsglæde og muligheden for et kollegialt heppekor, også når det er svært.

➤ **Lav en forperson loge**

- Hvor alle forpersonerne fra skolens elevudvalg mødes jævnligt og vidensdeler og sammentænker aktiviteter og arrangementer på skolen.

➤ **Lav en udvalgsdag**

- Skab rum for kreativitet og ideudvikling ved at samle alle elevudvalg. Udvalgs eleverne får øje for hinanden og deres fælles interesser og får mulighed for at samarbejde på tværs i udvikling og gennemførelse af aktiviteter og arrangementer på skolen.

➤ **Udpeg fakkelbærere til aktiviteterne**

- For at få flere elever til at deltage på arrangementerne. "Fakkelbærere" er elever der tør at gå forrest, de tør at deltage i skolens aktiviteter på trods af få deltagere. Deres deltagelse kan tiltrække andre elever til at deltage.

❖ Styrk fællesskabet i hverdagen

➤ **Betydningen af fællesskaber**

- Tal med eleverne om betydningen af fællesskaber i skolesammenhæng og at man kan indgå i fællesskaber på forskellige måder og med forskellige motiver efter behov og interesse.

➤ **Småt er også godt**

- Fællesskabsfremmende aktiviteter behøver ikke være et skoleprojekt for samtlige elever på skolen. Det spreder sig ofte som ringe i vandet, og det må derfor gerne starte i det små. Når der fx sidder 20 elever og hygger sig med at strikke sammen, så er det også en stor succes.

❖ Anbefalinger

❖ Aktivitetsdesign og gennemførelse

➤ **Fokus på enkeltstående aktiviteter**

- Forskellige aktiviteter kan tiltrække forskellige elever – gør det muligt at tilmelde sig planlægningen af enkeltstående aktiviteter uden fx at være nødt til at tilmelde sig et elevudvalg, hvor deltagelse ofte er for et helt skoleår. Det kan gøre at flere forskellige elever har lyst til at være med og deltage i skolens fællesskab.

➤ **Elevinddragelse**

- Inddrag alle skolens elever i ideudviklingen af fællesskabsfremmende aktiviteter – det skaber en demokratisk proces, som øger sandsynligheden for at flere elever er motiveret og engageret i at deltage i aktiviteterne.

➤ **Fokuser på gennemførelse**

- Eleverne har brug for hjælp til at realisere og gennemføre deres idéer. Fx med fortrykte guidelines og praktiske fifs. Det kan også være en stor hjælp at få skrevet ideerne ned på papir og efterfølgende at skulle "pitche" ideerne for andre elever, lærere og skoleledelse.

➤ **Afsæt økonomiske midler**

- Selv små beløb gør en forskel for realiseringen af elevernes idéer – prioriter fx midler til materialer, events og evt. eksterne oplægsholdere/undervisere.

❖ Motivation og fastholdelse

➤ **Fastholdelse af motivation og engagement**

- Bør tænkes ind fra start, fx gennem anvendelse af traditioner, opfølgingsmøder og mindre events mellem større arrangementer.

➤ **Opbakning fra ledelse og lærere**

- De fleste elever er afhængige af kontinuerlig hjælp og understøttelse fra ledelse og lærere til at fastholde motivation og engagement over længere tid samt til at omsætte deres idéer til virkelighed.

➤ **Elever som hinandens heppekor**

Der er meget socialt på spil når man planlægger skoleaktiviteter, og eleverne kan være bange for at blive til grin, hvis der ikke kommer andre deltagere end dem selv. Husk derfor at fremme et fokus blandt eleverne på at bakke op om hinandens aktiviteter ved fx at komme med og deltage på arrangementerne.