



## Sammen med eldre ungdommer

**Spørsmål:** Datteren min 13 år og går i 8 klasse. Hun kom tidlig i puberteten og ser eldre ut enn hun er. Derfor er hun ofte sammen med gutter og jenter som er et par klassetrinn over henne. Dette stresser oss som foreldre.

Vi frykter at hun blir tidlig eksponert for alkohol, og at det kan lede til uheldig festing og mindre fokus på skolegang og jevnaldrende venner. Hva kan jeg gjøre for å gjøre henne motstandsdyktig mot drikkepress og andre mulige følger av de eldre vennene?

**Svar:** Du har rett i at unge jenter som kommer tidlig i puberteten ofte drikker alkohol før jevngamle jenter og gutter. Det skyldes at de ikke sjelden er sammen med litt eldre ungdommer. Det kan føre til at jentene begynner å drikke alkohol og noen ganger debuterer seksuelt tidligere enn de ellers ville ha gjort. Jeg foreslår at du snakker med datteren din om dette. Det er fint om hun utsetter alkoholdebut så lenge som mulig og deretter holder forbruket på et lavt nivå. Unge har nytte av å få nøktern og saklig informasjon om virkninger av rusmidler.

Hjernen er bygget opp av en rekke fettstoffer. Alkohol løser opp fett. En rekke studier har vist at de skadelige effektene på hjernens utvikling og funksjon er større desto yngre man er. Dermed virker alkohol mer vanedannende jo tidligere ungdommer begynner å drikke. Dette er noen av grunnene til at alkohol har en aldersgrense 18 år. Det er viktig at man som foreldre går foran som et godt eksempel og har et begrenset alkoholinntak.

Andre rusmidler som for eksempel hasj, ecstasy og GHB innebærer også en risiko. Ungdom bør så tidlig som mulig få vite at disse stoffene blant annet kan utløse varige psykiske problemer

som angst, depresjon eller psykoser. Dessverre har ungdom ofte mest tillit til informasjon som de får fra andre unge. Barn kan feilaktig tenke at mor og far ikke vet hva de snakker om. Ofte blir synspunkter fra unge som faktisk har prøvd rusmidlene tillagt større vekt. Da er det viktig å opplyse om at produktenes innhold varierer mye over tid. Ofte kommer urene stoffer inn på markedet, og selv om det gikk bra en gang kan det gå svært galt hvis de prøver en gang til. Et annet viktig moment er at kjemiske stoffer virker ulikt på oss mennesker. Noe som en person tilsynelatende tåler kan utløse alvorlige fysiske og psykiske symptomer hos andre. I rus, enten den skyldes alkohol eller narkotiske stoffer, er man også svært sårbar for å bli utsatt for vold eller seksuelt misbruk.