

Tidig alkoholdebut - risk- och skyddsfaktorer

Knut Sundell, forskningsledare och docent i psykologi

Det finns stora folkhälsovinster med att försena ungdomars debut med att börja dricka alkohol. Även om de flesta ungdomar som börjar dricka alkohol i berusningssyfte inte får alkoholrelaterade problem så innebär en tidig debut ökade risker. Det finns amerikansk forskning som visar att det är fyra gånger vanligare att de som börjar dricka alkohol vid 14 års ålder blir alkoholberoende än de som börjar vid 20 års ålder. För varje år som debuten skjuts upp minskar risken för alkoholberoende med 14 %. Ett tidigt alkoholdrickande ökar också risken för framtida kriminallitet. I USA är det åtta gånger vanligare än normalt att de som börjar dricka alkohol före 12 års ålder döms för grov kriminalitet längre fram i livet. Alkoholbruk ökar även risken för att råka ut för skador på grund av olyckor, exempelvis trafikolyckor. Alkohol användning ökar också risken för oskyddad sex, vilket kan leda till sexuellt överförbara sjukdomar som HIV/AIDS.

Det finns en rad faktorer som ökar respektive minskar risken för en tidig debut, så kallade risk- och skyddsfaktorer. Enstaka riskfaktorer innebär sällan någon påtagligt ökad risk. Det gör däremot flera parallella riskfaktorer. När man talar om riskfaktor behöver det som är en riskfaktor vid en ålder inte vara det vid en annan. Resultat från Stockholm talar till exempel för att det är vanligare att elever med invandrarbakgrund har varit berusade i årskurs fem medan det motsatta förhållandet råder i årskurs nio.

Exempel på individuella riskfaktorer för en tidig debut är att vara pojke samt att vara bråkig och okoncentrerad. I en studie fann vi till exempel att elever som i årskurs två betraktades som störande och bråkiga av sin lärare i betydligt högre utsträckning hade varit berusade i årskurs fem.

Föräldrar är viktiga modeller för hur barn och unga ska uppträda.

Riskfaktorer som rör familjen är att föräldrar är inkonsekventa i sin uppfostran, att de visar ett litet intresse för sina barn, att de har små förväntningar på barnens skolgång, att föräldrarna själva dricker alkohol och ”uppmuntrar” sina ungdomars alkoholbruk. Många undersökningar visar att ungdomar vars föräldrar inte har insyn i vad ungdomarna företar sig oftare är antisociala och brottsbelastade samt oftare använder droger

Riskfaktorer som kan kopplas till kamratgruppen är att ha kamrater som använder droger och som är asociala samt att ha kamratproblem i låg- och mellanstadiet.

Exempel på riskfaktorer som rör skolan är att elever misslyckas akademiskt och att de inte engagerar sig i skolan.

Det sista området av riskfaktorer rör samhället i stort. Tillgänglighet och pris på droger spelar exempelvis en stor roll för hur hög drogkonsumtionen är. Lagar och förordningar som underlättar tillgänglighet kan därför betraktas som en riskfaktor. Andra riskfaktorer är att växa upp i ett område som kännetecknas av fattigdom, trångboddhet, en omfattande arbetslöshet, fysiskt förfall och hög kriminalitet.

Även om det finns många riskfaktorer går det att minska risken att ungdomar börjar använda alkohol, framför allt om det finns flera samverkande skyddsfaktorer. Skyddsfaktorer innebär inte avsaknad av risk; det går att minska risken men inte utplåna den. Exempel på individuella skyddsfaktorer är att ha social kompetens, tålighet och hög intelligens. Skyddsfaktorer som kan kopplas till familj är att växa upp i en stödjande familj där det finns tydliga regler för vad som förväntas av den unge, där föräldrar visar obetingad kärlek, där föräldrar har insyn i sina barns liv, där föräldrar känner till vad ungas alkoholbruk kan leda till. Vidare visar forskning att medverkan i organiserade fritidsaktiviteter med en klar verksamhetsidé och en stabil personal minskar risken för problem. Skyddsfaktorer som kan kopplas till skolan är att det finns en social ordning, att lärare och föräldrar samarbetar och att undervisningen är inriktad mot basfärdigheter. En väl utbyggt socialstat fungerar också som en skyddsfaktor.

Ett exempel på hur kombinationen av risk- skyddsfaktorer verkar är resultat från en Stockholmsstudie av elever i årskurs fem. Av de som hade många riskfaktorer och inga skyddsfaktor hade hälften varit berusade. Av de som hade något färre riskfaktorer men fortfarande inga skyddsfaktorer hade knappt var femte varit berusad. När det inte fanns några riskfaktorer halverades andelen till knappt var tionde. De elever för vilka det också fanns skyddsfaktorer minskade risken i varje grupp. Exempelvis hade nästan ingen av eleverna med flest riskfaktorer men många skyddsfaktorer varit berusade.