

Webutbildning Cannabis - att veta är att kunna möta

Varför en webutbildning

Det finns en stor utmaning i att öka kunskaperna om cannabis bland alla dem som i sitt arbete eller ideella engagemang möter ungdomar i Borås. Vi har satsat några dagars arbete på att sammanställa sådant som har ett kvalitativt bra innehåll och fogat samman det till ett sammanhängande kursmaterial. En utvecklad och kvalitetssäkrad länksamling med andra ord.

Det här är bara början, om den här utbildningsformen upplevs som värdefull kan den förbättras och utvecklas vidare.

Det finns en mängd olika bra källor till kunskap kring cannabis. Vi lär alla olika, för en del är filmade föredrag ett bra sätt att öka sin kunskap, för andra är det bättre att läsa texter. I den här sammanställningen finns både och och ibland överlappar de varann.

Så här är webutbildningen upplagd

Varje avsnitt startar på en egen sida med text, hänvisning till texter eller filmer. Avsnitten avslutas med några frågor för instudering och reflektion.

Avsnitt:

1. Hur många missbrukar cannabis
2. Så vill vi förebygga cannabismissbruk
3. Vad är cannabis?
4. Cannabis och tonåringar
5. Cannabis och skador
6. Uppslagsverk och fördjupning

Materialet har sammanställts för Drogpolitiska ledningsgruppen i Borås stad av Per Blank, planeringsledare folkhälsoenheten.

Följande personer har bidragit med innehålls- och förbättringsförslag:

Länkar i högerspalt

Materialet är sammanställt som PDF-dokument med länkar. Lay-out-en är avsedd att läsas på skärm.

När man följer en länk i ett .pdf-dokument får man frågan om länken är betrodd - länkar i det här dokumentet är säkra, så man kan följa dem.

När länken är en film krävs ljudåtergivning på datorn och ett tips är att klicka på förstoring till helsida av bilden som i regel finns i filmklippets nedre högra sida.

Vi räknar med att varje avsnitt tar mellan 30 och 45 minuter att arbeta igenom.

Hur många missbrukar cannabis?

En kärnfråga när det gäller förebyggande och behandlande insatser mot substansbruk är att vi har en så sann bild som möjligt om problemets vidd, vilka grupper som är mest utsatta och i vilka geografiska områden problemen är störst. Utan den kunskapen kan man inte fördela resurser på ett effektivt sätt. I det här avsnittet visas hur stort cannabisproblemet är bland ungdomar genom att studera den bästa statistiken på området.

Reflektionsfrågor

I den allmänna samhällsdebatten förekommer många olika uppfattningar om hur vanligt det är att ungdomar och andra använder cannabis.

Hur kan vi använda de kunskaper vi har om omfattning i vårt praktiska arbete när vi möter ungdomar, personal och föräldrar?

Vilken betydelse har det om många uppfattar narkotikaanvändning som vanligare än vad det är?

Missbruk eller ”rekreationsbruk”, hur hänger det här samman och hur tacklar vi det i samhället?

Hur många missbrukar cannabis?



Kriminalitet är mycket nära kopplad till cannabis. Till det bidrar det så kallade partyk-narkandet.

Lyssna på Ann-Sofie Hermansson, kommunalråd i Göteborg hur hon ser på detta.

Film ca 10 min

Webutbildning Cannabis - att veta är att kunna möta



Förebygga och behandla cannabismissbruk

I den här texten kopplas förebyggande och åtgärdande insatser samman till en helhet.

Så vill vi förebygga cannabismissbruk

I första hand riktar sig det här avsnittet till målgruppen gymnasieelever. En mycket stor andel av ungdomar i den gruppen har inte provat cannabis. Den viktigaste insatsen är därför att vårt stöd inriktas på att det förblir så.

Reflektionsfrågor

Lista de huvudargument ungdomar brukar ha mot att prova cannabis. Saknas det några viktiga argument?

Vad kan du i din verksamhet göra för att stödja en negativ inställning till cannabis?

Hur ser du på ”smittorisken” från ungdomar som provat cannabis?

Hur arbetar vi för att uppnå ökad tillit för våra insatser bland ungdomar och föräldrar?

Webutbildning Cannabis - att veta är att kunna möta

Vad är cannabis?

I den texten kan du lära dig mer om cannabis som preparat. Vilka beredningsformer finns det, vad kallas drogen i olika sammanhang.

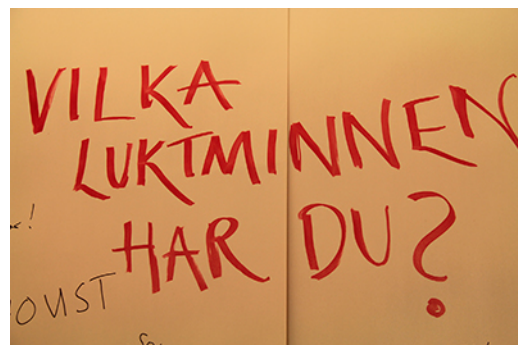
Vill du höra en längre föreläsning i ämnet finns en film med Pelle Olsson, inspelad av SLAN i serien Prevent, dont promote. Pelles föreläsning börjar ca 15 min in i klippet. Pelle Olsson är författare som under en lång rad av år ägnat sig åt att beskriva narkotikafrågan, inte minst ur global synvinkel.

Cannabis påverkar vårt belöningssystem. I en film med Maria Ellgren, forskare i farmakologi vid Uppsala Universitet, förklaras detta översiktligt.

Reflektionsfrågor

Fundera över hur de du möter benämner cannabis

Vilka föreställningar finns om cannabis



En kortfattad sammanfattning om cannabis.

En längre föreläsning med Pelle Olsson om cannabis. Bakgrund, skador och forskningsfronten beskrivs ca 2 tim



Cannabis och belöningssystemet. Maria Ellgren berättar om detta i en film. (Cannabisnätverket) 14 min

Om cannabis och tonåren

Ladda hem Skador av Hasch och marijuana med hjälp av länken till vänster.

I kapitlet del 3, s 66 ff beskrivs hur cannabisrökning påverkar individer, med särskild betydelse för tonåren.

Sammandrag av kapitlet

Cannabisrökning orsakar tillfälliga och permanenta skador på vår tankeförmåga. Förändringar som innebär svårigheter att komma ihåg, lösa olika tankeproblem, organisera sina tankar och så vidare.

Kapitlet tar upp särskilda förmågor som ungdomar i tonåren har stort behov av. När dessa förmågor minskar på grund av cannabisbruk är resultatet särskilt förödande eftersom tonårstiden är ett så viktigt steg för det framtida livet. Det är då vi stakar ut huvudriktningen i livet och skaffar oss de grundläggande kompetenser som t.ex. gymnasieutbildningen ger oss.

Reflektionsfrågor

Att vara flexibel, kunna stå ut med frustration, ha uthållighet och kunna formulera oss verbalt är sådant som cannabismissbruket påverkar negativt.

Hur kan vi förmedla dessa rön till ungdomar? Prova att i tanken formulera ett budskap till en tonåring som aldrig provat cannabis.

Det mesta av dessa brister återgår såvitt vi vet när missbruket avslutas, men skadorna kan då redan vara skedda, genom att mycket av de färdigheter och kunskaper som man får under sena grundskoletiden och gymnasietiden, helt eller delvis förlorats.

Hur kan vi agera för att ungdomar så tidigt som möjligt slutar med ”experimentellt bruk av cannabis?



[Här kan du ladda ned skriften Skador av hasch och marijuana](#)



[I den här filmen från Hälsofrämjande film finns några intervjuer med ungdomar som väl illustrerar det som skrivs om cannabis och tonåren. Intervjuerna blandas med andra inslag om cannabis. Total tid 21 min](#)

Skador av cannabis

I föredraget av Jan Ramström som filmats av utbildningsradion redogörs för det skadepanorama som omger missbruk av cannabis.

En motsvarande sammanställning finns i avsnittet ur boken Skador av Hasch och marijuana som vi länkat till tidigare, men som även finns på denna sida. Läs där sidorna 22 och fram till sidan 65.

Ett sammandrag av hälsoeffekter av cannabis finns på Cannabisnätverkets hemsida. Det är en svenskt sammandrag av WHO-rapporten från 2016 "The health and social effects of nonmedical cannabis use" En direktlänk till hela denna rapport finns under "fördjupning" i det här materialet

Reflektionsfrågor

När man diskuterar skador med unga kan det vara viktigt att få dem att förstå hur skador kan riskgraderas som akuta skador och skador som medför risker och besvär längre fram i livet.

Vilka akuta skador finns med cannabismissbruk

Vilka skador finns på längre sikt, senare i livet.



Skador av hasch och marijuana, föredrag av Jan Ramström, UR samtiden 26 min



Här kan du ladda ned skriften Skador av hasch och marijuana

Sammandrag av WHO-rapporten

"The health and social effects of nonmedical cannabis use", på svenska (Cannabisnätverket)

Webutbildning Cannabis - att veta är att kunna möta

Vill och behöver du fördjupa dig ytterligare?

Världshälsoorganisationen (WHO) har en sammanställning som är relativt ny med det kunskapsläge för cannabis som vi har idag. Rapporten kan användas som ett uppslagsverk.

Här finns hela WHO-rapporten som .pdf-fil

Här finns rapporten som web-sida, varje kapitel för sig.