

LÄRARMANUAL

**ELEVERS RESEARCH OM DROGER
I FILM FOR REAL**

Manualen syftar till att beskriva processen kring ungas researcharbete inom projektet och metoden Film For Real, samt vägleda lärarna, eller andra som arbetar med unga och projektet, i arbetet. Manualen ska endast ses som en vägledning och bör anpassas efter elevernas miljö och lärarens egen professionalitet och erfarenheter.

Manualen är uppdelad i två delar. Den första handlar om projektet, den andra är information vi anser är bra för lärarna att ha med sig. Första delen innehåller en sammanfattning av projektet, en beskrivning av metoden Film For Real, hur elevernas researcharbete ska gå till, lärarnas roll, tips till lärare, eller andra som arbetar med ungdomarna, om hur de kan stötta ungdomarna i processen, hur arbetet kan göras inom ramen för de olika ämnenas kursmål, vilka projektverktyg som kommer att finnas tillgängliga för lärare och elever, samt en beskrivning av de ungdomsgrupper som kommer att arbeta med projektet.

Den andra delen innehåller en statistisk sammanfattning av ungas drogvanor som visar på cannabis och spice som de vanligaste drogerna bland unga. Ett avsnitt ger viktig kunskap om de två drogerna och försöker därefter sätta fingret på var samhället befinner sig när det gäller attityder till droganvändning. För att kunna besvara drogliberala argument följer en faktabaserad sammanställning av argument som ofta används av cannabisförespråkarna. Lärarna kommer att möta en rad argument för cannabis och diskussioner kommer att uppstå bland ungdomarna. Då är det viktigt att lärarna är väl förberedda med svar på tal. Slutligen presenteras metoden Film For Real, hur elevernas researcharbete kommer att se ut, samt en rad tips till lärare, eller andra som arbetar med ungdomarna, om hur de kan stötta ungdomarna i processen.

Manualen behöver inte läsas från pärm till pärm. Välj ut de delar som är intressanta för ditt arbete med unga och projektet, det som passar dina erfarenheter och undervisningsform. Det viktiga är att vi strävar mot samma mål, att förändra ungas attityder mot droger.

INNEHÅLLSFÖRTECKNING

Del I

SAMMANFATTNING AV PROJEKTET.....	s.4
PROJEKTORGANISATIONEN.....	s.6
TIDSPLAN.....	s.7
METODEN FILM FOR REAL.....	s.9
Elevernas Researcharbete.....	s.14
Research Steg 1-4.....	s.18
Lärarens roll.....	s.20
PROJEKTVERKTYG.....	s.22
UNGDOMSGRUPPER.....	s.23

Del II

STATISTIK.....	s.25
CANNABIS.....	s.29
Spice.....	s.35
LEGALISERINGSDEBATTEN.....	s.37
Attitydundersökning.....	s.38
SVAR PÅ TAL TILL ARGUMENT OM CANNABIS.....	s.40

SAMMANFATTNING AV PROJEKTET

Användandet av cannabis bland unga ökar kraftigt! Var tjugonde elev i årskurs 9 och var sjunde elev i årskurs 2 på gymnasiet har använt cannabis under det senaste året enligt Folkhälsoenkäten 2012. Denna ökning, i kombination med legaliseringsdebatten av cannabis, gör att de skånska kommunerna är oroade över utvecklingen i regionen. Tillgängligheten och attityderna identifieras som de huvudsakliga orsakerna till den ökade droganvändningen.

Vårt projekt, Småkommuner mot droger, är ett samverkansprojekt mellan kommunerna Ystad, Simrishamn, Staffanstorp och Landskrona samt organisationerna Ungdomens Nykterhetsförbund, Föräldraföreningen Mot Narkotika, Hassela Helpline och European Cities Against Drugs. Projektet planerar för tre år, med avsikt att starta vårterminen 2014, och ska rikta sig till högstadiungdomar i de fyra kommunerna. Projektets syfte är att; *förändra ungas attityder och inställningar till droger så att de aktivt och av egen vilja bestämmer sig för att avstå från droger.*

Projektet kommer att använda sig av metoden Film For Real, en metod framtagen av filmskaparen Jan Linell. Målet för Film For Real är att ungdomar, med stöd av vuxna, ska producera en informationsfilm om drogproblematiken i spelfilmsformat för målgruppen ungdomar i varje kommun. Till sin hjälp kommer de att ha professionella filmteam och skådespelare. Men det är inte filmen som är det viktiga, utan resan dit. Genom hela filmproduktionsprocessen engageras unga på skolor i medverkande kommuner på ett helt nytt och innovativt sätt. Det är en process där målgruppen unga inhämtar relevant och uppdaterad kunskap om de för projektet aktuella drogerna.

I alla skolor i medverkande kommuner genomförs:

1. Filmmanustävling
2. Tävling i att producera filmmusik till filmerna
3. Auditions till ungdomsroller i filmerna
4. Auditions till att arbeta tillsammans med filmteamet under produktionen

Villkoret och kravet för att få vara med i Film For Real's alla tävlingsmoment är att alla ungdomar som vill delta själva måste söka upp och inhämta grundläggande fakta och relevanta kunskaper om droger samt redovisa dessa inför sin klass enligt elevernas researcharbete som kommer att finnas beskrivet i en lärarmanual. Därigenom lär eleverna av varandra och information kring droger upprepas inom olika ämnen och med olika vinklingar.

Målet med projektet, förutom att bryta den allt mer tillåtande normen mot cannabis, är även att utveckla en metod som kommunerna och skolorna kan använda sig av i arbetet med liknande frågor efter projektets slut. De fyra filmerna kommer dessutom att visas för samtliga föräldrar med ungdomar på högstadiet i de fyra kommunerna. Förstudien, projektplanen,

metoden och filmerna kommer att spridas till andra kommuner i Sverige och i projektets nätverk.

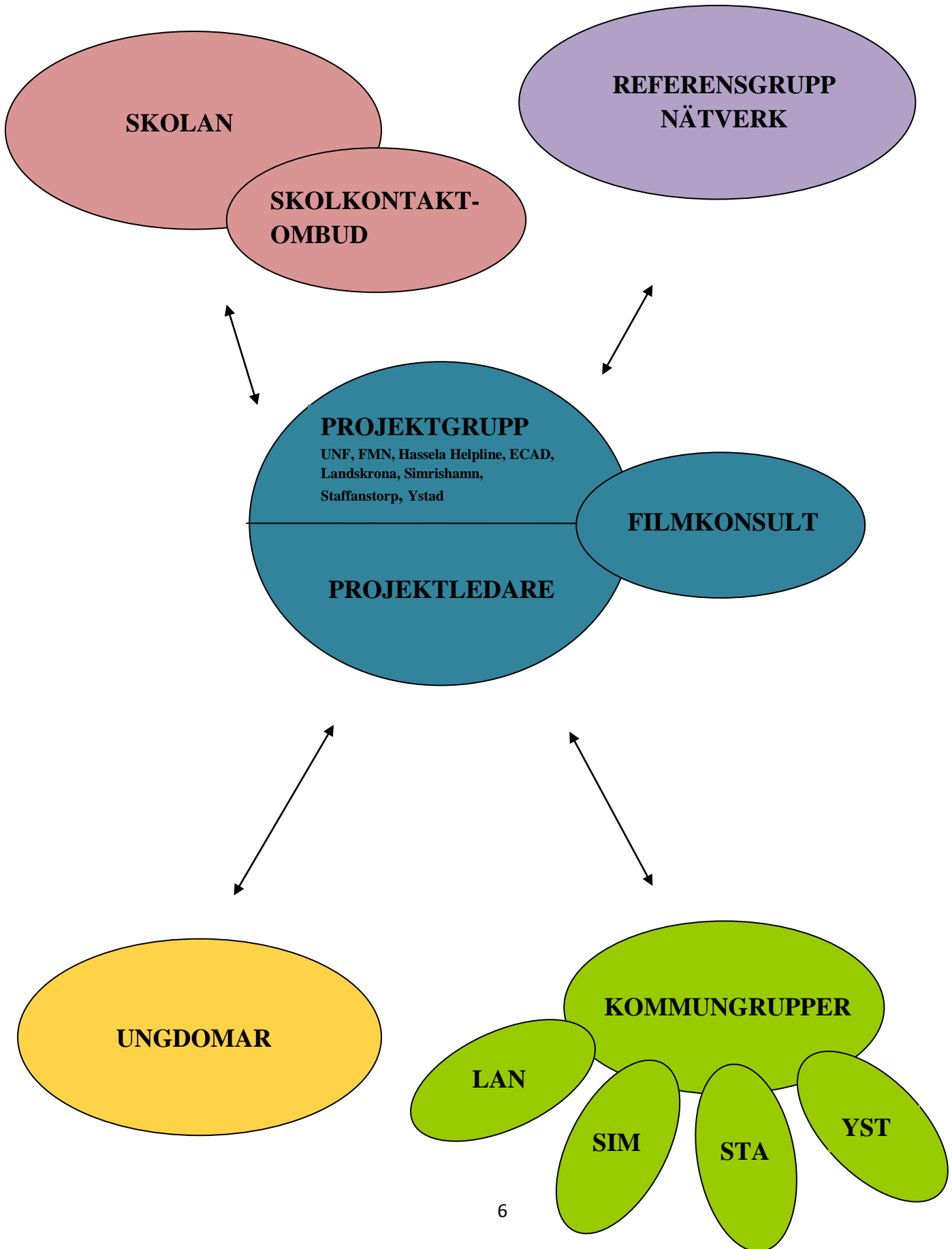
Normer

Enligt Nationalencyklopedin är en norm det ”normala” eller godtagna beteendet i en social grupp. Det är en handlingsregel, ett påbud om hur man bör handla eller om hur något bör vara beskaffat eller organiserat (Nationalencyklopedin). Wester (2004) beskriver det som att normer är skrivna eller oskrivna regler som bidrar till att klargöra vilka beteenden som, i en given kontext, är tillåtna och bör uppmuntras samt vilka beteenden som inte är det och som därför bör förhindras. Dessa normer baserar sig på de värden som finns i samhället kring vad som är ett önskvärt beteende och inte i olika givna situationer. Normerna kommer sedan i sin tur att resultera i specifika handlingar och beteenden då människor handlar utefter dessa. Människor införlivar ofta de normer som existerar i deras sociala sammanhang utan en vidare reflektion, vilket kan resultera i att individer utför handlingar som de egentligen inte finner rätta. Vi tillägnar oss normer bland annat genom social och kulturell påverkan, samt att människor genom sitt deltagande i olika sociala och kulturella aktiviteter och sammanhang konstruerar normer tillsammans (Wester 2004). Normer är kontextbundna, de omvärderas och förändras med tid och rum, genom hela livet (Goode 1960).

Attityder

Enligt Nationalencyklopedin är en attityd en inställning eller ett förhållningssätt. Karlsson (2007) definierar det som att ”tankemässigt och känslomässigt placera människor, händelser och föremål någonstans på en värderingsskala”. Vårt tänkande delas in i tre komponenter; ett objekt, en värdering av objektet samt kunskap eller tro som stödjer den värderingen. Kunskaper eller de övertygelser som stödjer värderingen bidrar till att tänkandet, minnet och beteendet organiseras i enlighet med attityden. En sådan klassificering av informationsmängd blir för oss ett sätt att förenkla tillvaron eftersom det är näst intill omöjligt att ta emot och bearbeta alla sinnesintryck vi utsätts för. Det finns en rad faktorer som påverkar klassificeringen och således attityderna, exempelvis social inlärning – det vill säga påverkan av människor i individens omgivning så som föräldrar, kompisar eller idoler – eller exponeringseffekten – att individens attityd blir mer positivt inställd till något som denne exponeras för ofta.

PROJEKTORGANISATIONEN



TIDSPLAN

Januari – Februari 2014	Ungdomsgruppen The Bridge ¹ ska få utbildning och lanseringen av projektet ska förberedas.
Februari – Mars 2014	Skolkonferens i varje kommun för de lärare, skolpersonal, fältgrupp och fritidsledare som berörs av projektet.
Mars 2014	Lansering av projektet i varje kommun + presskonferenser.
Mars 2014	Lärarna informerar eleverna i samband med lanseringen om hur det praktiskt ska gå till. Fritidsgårdar ska informeras.
Mars – Juni 2014	Steg 1 researcharbete. Tävla om synopsis. Arbetet med att ta fram fyra färdiga filmmanus förväntas pågå fram till oktober 2014 tillsammans med professionella.
Februari 2014 – December 2015	Lansering av kampanj ² för allmänheten.
Augusti – November 2014	Steg 2 researcharbete. Auditions till roller.
Oktober 2014 – Januari 2015	Steg 3 researcharbete. Filmmusiktävling.
Januari – Mars 2015	Steg 4 researcharbete. Auditions till att jobba med filmteamet.
Mars – April 2015	Filmteam och skådespelare träffas i respektive kommun och lägger upp arbetet med inspelningarna.

¹ Se egen rubrik

² I samband med projektstarten kommer en **kampanj** att lanseras, riktad till allmänheten. Tanken bakom är att de flesta vuxna är emot droger men inte uttalar det. Det gör att unga med de starka legaliseringskrafterna som finns inte är medvetna om att det är så många fler som är emot. Alla måste reagera mot den attitydförändring som sker bland unga och den utveckling vi ser kring cannabis i världen. Kampanjen ska vara FÖR (livet, hjärnan, hälsan och liknande) och inte EMOT (droger, missbruk, osv).

April 2015	Rollinnehavare utbildning del I ³ .
April – Juni 2015 alternativt även Augusti – Oktober 2015	Filmproduktion, en film i varje kommun.
Juni – November 2015	Post production.
Augusti – September 2015	Ett FilmUngdomsnätverk (av rollinnehavare) bildas och ska få utbildning del II ⁴ .
November 2015	Filmpremiärer på biograf eller liknande i varje kommun, visas även förslagsvis på SVT/UR.
November 2015	Presskonferens.
Januari – Juni 2016	Filmerna visas av FilmUngdomsnätverket för föräldrar och på alla skolor i kommunerna.
November 2016	Cannabiskonferens med alla medverkande i projektet. Redovisa resultat, visa filmerna. Hur jobbar vi vidare, hur sprider vi vårt arbete, etc.
Mars – December 2016	Spridningskonferenser, filmerna distribueras i hela landet och genom projektets alla nätverk.
2016	Utvärdering och uppföljning av projektet. Utveckla metoden Film For Real till hur skolorna kan jobba vidare med frågorna i sin ANDT-undervisning.

³ I samband med att arbetet med filminspelningarna drar igång ska samtliga rollinnehavare få en grundutbildning (del I) om droger och argumentationsteknik, kommunikation, ledarskap och nödvändig utbildning inför den roll de ska ha i filmen.

⁴ Se egen rubrik

METODEN FILM FOR REAL

Den metod projektet använder sig av för att uppnå projektets syfte – *att förändra ungdomars attityder och inställningar till droger så att de aktivt och av egen vilja bestämmer sig för att avstå från droger* – heter Film For Real. Målet för Film For Real är att en informationsfilm om drogproblematiken ska produceras i spelfilmsformat för målgruppen ungdomar i varje kommun. Men det är inte filmen som är det viktiga, utan resan dit. Genom hela filmproduktionsprocessen engageras unga på skolor i medverkande kommuner på ett helt nytt och innovativt sätt. Det är en process där målgruppen unga inhämtar relevant och uppdaterad kunskap om de för projektet aktuella drogerna cannabis och spice.

Metoden Film For Real har efter hand vidareutvecklats med hjälp av dessa tidigare erfarenheter och andra metoder, och omfattar i projektet mycket mer av primärpreventiva inslag än tidigare, både i kvantitativa och kvalitativa termer. I synnerhet avser det den egna researchen som elever gör om cannabis och droger som är ett villkor för att eleverna ska få delta i Film For Real.

Nyckelord i ”Film For Real”;

- Unga som en resurs för andra unga
- Att lära utan att man inser att man lär sig!
- Innovativa attitydpåverkande faktorer

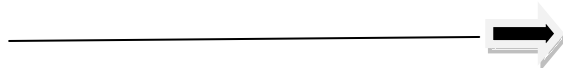
Nyckelverktygen är baserade på;

- Kommunikationsformatet Film For Real
- Spelfilm i kortformat
- Sociala medier och projektets hemsida
- Tävlingar
- Ungas researcharbete

Traditionell informationsfilm

I en traditionell informationskampanj förekommer i normalfallet ett inlärnings- och attitydpåverkanstillfälle på avsedd målgrupp. Dessutom tar det oftast ett år från att informationskampanjen beställs till dess att den kan distribueras. I regel visas filmen av läraren i skolan som följer upp med en diskussion.

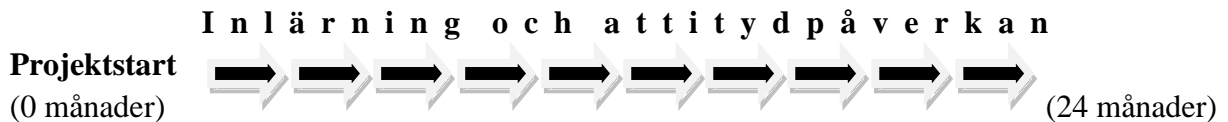
Projektstart
(0 månader)



Inlärnings- och attitydpåverkan
Distribution till skolor
(12-15 månader)

Film For Real

Med metoden Film For Real exponeras målgruppen istället vid minst tio olika tillfällen under projekttiden med inläring och attitydpåverkan. En avgörande vinst med metoden är dessutom att samhällets syn på droger delges målgruppen ungdomar direkt vid projektstart och fortsätter under produktionens gång fram till distributionen där unga får medverka hela vägen.



Nyckelord i ”Film For Real”;

- Unga som en resurs för andra unga
- Att lära utan att man inser att man lär sig!
- Innovativa attitydpåverkande faktorer

Nyckelverktygen är baserade på;

- Kommunikationsformatet Film For Real
- Spelfilm i kortformat
- Sociala medier och projektets hemsida
- Tävlingar
- Ungas researcharbete

I varje medverkande kommun ska en informationsfilm kring drogproblematiken produceras i spelfilmsformat av och för målgruppen unga. Genom hela produktionsprocessen engageras unga på skolor i medverkande kommuner. Fördelarna med den här metoden är inte bara att minst tio inlärnings- och attitydpåverkanstillfällen är bättre än ett, utan också att de är kvalitativa och utspridda över lång tid. Kunskaperna hålls vid liv och attityderna består.

I alla skolor i medverkande kommuner genomförs:

5. Filmmanustävling
6. Tävling i att producera filmmusik till filmen
7. Auditions till ungdomsroller i filmen
8. Auditions till att arbeta tillsammans med filmteamet under produktionen

Villkoret och kravet för att få vara med i Film For Real projektets alla tävlingsmoment är att alla ungdomar som vill delta själva måste söka upp och inhämta grundläggande fakta och relevanta kunskaper om droger samt redovisa dessa inför sin klass enligt den researchmetod som presenteras i lärarmanualen och elevernas researchmanual samt kommer att finnas på projektets hemsida.

1. Filmmanustävling

Alla som ingår i den primära målgruppen erbjuds att delta i en filmmanustävling där vinnande ungdomsfilmmanus i varje kommun blir en professionellt producerad spelfilm i kortformat om olika aspekter av drogproblematiken.

De filmmanus som lämnas in kommer att bedömas av en professionell filmjury – ett moment som genomförs i flera olika tävlingssteg och ett vinnande filmmanus utses. Vinnande manusförfattare från respektive filmmanustävling i de fyra kommunerna får slutföra sina filmmanus tillsammans med professionella filmmanusförfattare för att säkerställa att relevant kunskap om droger återfinns i vinnande filmmanus samt att filmmanuset går att förverkliga inom given budgetram.

2. Tävlning i att producera filmmusik till filmen

Parallellt med filmmanustävlingen arrangeras en tävling i att producera filmmusik till de blivande filmerna. De förslag på filmmusik som lämnas in kommer att bedömas av professionell jury bestående av professionell musikproducent och filmregissör.

3. Auditions till ungdomsroller i filmen

För att upprätthålla inlärnings- och attitydpåverkande effekter om droger även under filmproduktionstiden introduceras ytterligare ett moment där unga får nya möjligheter att engagera sig i projektet genom att delta i auditions till ungdomsrollerna i filmerna. Auditions kommer att genomföras av filmregissören som även kommer att göra urvalet av unga till de större rollerna. Till varje film kommer även ett hundratal statister att behövas, vilket gör att många ungdomar kommer att involveras i produktionen.

4. Auditions till att arbeta tillsammans med filmteamet under produktionen

En film kommer att spelas in i varje medverkande kommun där ett antal ungdomar kommer att få arbeta tillsammans med det professionella filmteamet under produktionen. Det handlar om allt ifrån arbetet bakom kameran till att iordningställa inspelningsplatser och vara en hjälpare hand i teamet, så kallade ”runners”.

Vi tror på att bäst inläringseffekter uppnås när unga upplever att undervisningen är ”på riktigt”, och genom de två inlärningsmetoderna ”peer learning” och ”experimental learning” (se beskrivning av metoderna nedan). Då skapas den rätta motivationen, de lär av varandra, de lär av sina misstag och eleverna söker aktivt själv upp och tar till sig ny och relevant kunskap.

→ TV

Efter att fyra filmer producerats i de olika kommunerna kommer kontakt tas med UR/Kunskapskanalen (alternativt privat filmdistributör) med förslag till televiseringen av projektets drogförebyggande filmer. När filmerna visas i TV åstadkommer vi massiva informations- och inläringseffekter samt attitydpåverkan som kommer att nå och attrahera många TV-tittare på riksnivå.

Metoden Film For Real har arbetats fram under en tioårsperiod genom praktiska erfarenheter av liknande projekt, men vilar även på en evidensbaserad grund i metoderna Peer learning och Experimental learning som finns beskrivna nedan. I första hand motiverar de metoden Film For Real, men är även mycket användbara i upplägget av ungdomarnas kunskapssökning, deras redovisningar, lärarnas handledning, projektets olika utbildningsdelar, föräldrainformation samt distribution och spridningen av filmerna.

Av unga, med unga, för unga – ”peer learning”

Det engelska begreppet peer learning står för en pedagogisk modell och metod som lägger tonvikt på ett studentaktiverande arbetssätt. Peer learning definieras bland annat av David Boud m.fl. (1999) som ett ”tillägnande av kunskap och färdigheter genom aktivt hjälpande och stödjande mellan jämbördiga”. Keith Topping (2005) har en liknande definition som lyder ”att utnyttja undervisning och lärande strategier där studerande lär med och av varandra utan omedelbar intervention av lärare och handledare”.

Grundtanken med peer learning är att eleverna på ett såväl strukturerat som flexibelt sätt stimuleras till att utnyttja varandra som resurser för att utveckla kompetens inom såväl teoretisk som verksamhetsinriktad och praktisk utbildning. Nyckelord i peer learning är samverkan, stöd, reflektion, kritiskt tänkande och feedback (Martin 2010).

För att förstå hur lärandet går till behöver fokus flyttas från enbart mentala processer eller det som, enkelt uttryckt, pågår i huvudet på individen till själva deltagandet i dialog och reflektion mellan individer i givna situationer. Social inlärningsteori, sociokulturellt lärande och social kognition är namn på några av de teorier idag som har en gemensam och grundläggande social syn på lärande. Dagens lärteorier gör ingen uppdelning mellan det kognitiva och det sociala, det hänger ihop. Kort sagt – vad människor gör tillsammans i en situation blir till byggstenar i något större som skall läras bortom den aktuella situationen och får således konsekvenser för hur resultatet blir. Lärandet blir kopplat till dialog, argumenterande, förhandlande och kommunikativ träning (Martin 2010).

Peer learning har mycket gemensamt med andra pedagogiska metoder som stimulerar till ett självstyrt lärande. Den bygger på teorier om lärande som alltmer kommit att påverka vår syn på lärande som ett socialt och situerat fenomen, det vill säga att erfarenheter, förståelse och kunskapsbyggande är något som formas och utvecklas i samspel mellan människor.

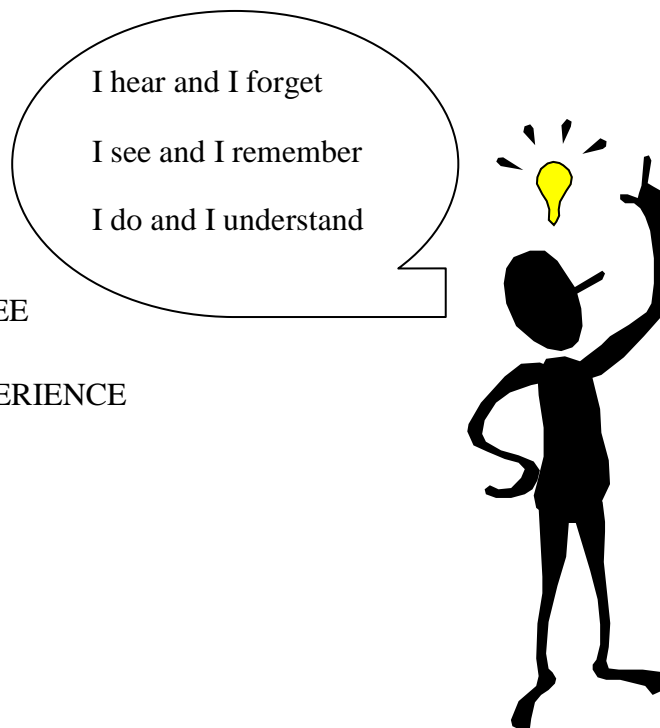
Begreppet ’situerat lärande’ antyder att man inser eller söker efter situationens betydelse för lärande och att sammanhang och miljö för lärandet är betydelsefullt för vad individen lär sig och tar med sig till nya liknande situationer. Med miljö menas inte bara det som omger situationen utan också hur samspelet formas och skapas ”här och nu”. Vad människor gör tillsammans i en situation blir till byggstenar i något större som skall läras bortom den aktuella situationen och får således konsekvenser för hur resultatet blir (Martin 2010).

Experimental Learning “Learning by Doing”

People generally remember:

- 10% of what they READ
- 20% of what they HEAR
- 30% of what they SEE
- 50% of what they HEAR AND SEE
- 70% of what they DO
- 90% of what they DO AND EXPERIENCE

/Dale’s cone of experience



Upplevelsebaserat lärande bygger precis som det låter på att lära sig genom upplevelser och erfarenheter, snarare än genom att läsa böcker eller lyssna på föreläsningar. Det är en metod som ger ett livslångt lärande och gör avtryck i människors liv. John Dewey ser erfarenheterna och reflektionerna kring demokrati och utbildning som grunden till all kunskap. Han menar att individer endast tillgodoser sig den kunskap de har ett behov av och kan koppla samman med sin vardag samt ha möjlighet att tillämpa och relatera till (Dewey 2005).

”Ett gram erfarenhet är bättre än ett ton teori, helt enkelt för att det bara är i erfarenheten som teorin har en bestämd och kontrollerbar betydelse. En erfarenhet, även en mycket blygsam erfarenhet kan generera och bära hur mycket teori som helst, men en teori utan erfarenhet kan inte begripas fullt ut ens som teori.” /John Dewey

När Dewey skriver om erfarenheter syftar han till den aktivitet som sker i relation till den omgivande miljön där individen tillägnar sig de nya kunskaperna. Dewey menar att man lär sig genom att utföra en handling. Aktiviteten eller handlingen utgör centrum för lärandet. Eleverna lär sig därigenom vad de måste prestera för att nå ett visst mål. Vidare anser Dewey att det måste finnas såväl aktivitet som interlekt för att tillägnandet av kunskap skall vara möjligt. Konsekvenserna av den utförda handlingen lär oss något och det är lärdomen som är erfarenheten och som i sin tur leder till lärande. Dewey menar vidare att lära sig av de erfarenheter man får är ett sätt att dra kopplingar från det förflutna till nutid och framtid. Man kopplar samman sina tidigare erfarenheter med det man skall göra och till detta kopplas känslor som glädje, sorg och ilska utifrån vilka förväntningar vi får. Ingen erfarenhet blir meningsfull utan tänkande och reflektion. Deweys sätt att se på lärande speglas i stor utsträckning av hans välkända uttryck 'learning by doing'. Det betyder att elevernas intresse

och erfarenheter står i centrum, liksom att eleverna är aktiva och deltagande i det som sker (Larsson 2012).

Elevernas Researcharbete

Elevernas researcharbete är det moment som särskiljer Film For Real metoden från alla tidigare informationsinsatser om droger. För deltagande skolor i kommunerna innebär detta att det drogförebyggande arbetet kan integreras i ett flertal olika skolämnen. Ämnesintegrationen gör att undervisningen blir mer relevant för ungdomars egna tankar och erfarenheter och kommer därmed bort från den traditionella preparatkunskapen som till och med kan vara kontraproduktiv för en del unga.

För att vara med i de olika deltävlingarna i Film For Real måste eleverna medverka i ett researcharbete om droger och redovisa detta inför sin klass. Eftersom projektet innehåller fyra olika deltävlingar – filmmanus, filmroller, filmmusik och filmteam – finns även fyra olika Steg (1-4) för vad deras research ska innehålla. Elever som är med för första gången i någon tävling genomför research Steg 1, medan elever som är med i flera olika tävlingsmoment går vidare till nästa Steg efter det att man genomfört det föregående och blivit godkänd. Under varje Steg finns en ram för vad deras research ska innehålla, men som även kan anpassas efter elevens eget intresse och det ämne som eleven valt att göra sin research inom. Genom redovisningarna av sin research inför klassen säkras att de elever som väljer att inte aktivt medverka i projektet ändå kommer att ta del av relevanta fakta om droger och dess hälsorisker. De olika stegen finns beskrivna längre ner.

Projektet kommer att utveckla en rad projektverktyg, däribland en hemsida där eleverna kan hitta information och länkar för sin research samt tips för hur man skriver filmmanus, hur de förbereder sig för auditions, med mera. Det är viktigt att eleverna så långt det går begränsas till att söka sin information via föreslagna länkar på hemsidan.

Internet har blivit en stor marknadsplats för en mängd olika produkter. Det finns en enorm mängd sidor med information av olika slag om droger, alltifrån medicinska effekter och kemiska egenskaper till hur man själv tillverkar olika preparat eller legalt/illegalt importerar olika droger. Mycket information kan vara användbar för såväl lärare som elever, men kräver en utvecklad källkritisk förmåga. Elever kommer med stor sannolikhet att söka information även på andra ställen och det är här lärare och andra vuxna måste vara beredda att gå in med källkritik och faktabaserade argument. Därför finns en argumentationsguide längst bak i denna manual.

De aktuella ämnena för eleverna att göra research inom är främst biologi, svenska och de samhällsvetenskapliga ämnena. Nedan finns kopplingen till Läroplanen för de olika ämnena. Även musik kan inkluderas inom deltävling tre som handlar om filmmusik.

Biologi

I samband med att eleverna läser om människokroppen kan läraren ta upp hur droger påverkar signalsystemet och kroppens naturliga sätt att uppleva glädje. Inom ramen för biologi finns även en rad argument för cannabis på legaliseringssajter som kan faktagranskas.

Utdrag ur kursplanen för biologi

Syfte:

Genom undervisningen i ämnet biologi ska eleverna ges förutsättningar att utveckla förmågan att använda kunskaper i biologi för att granska information, kommunicera och ta ställning i frågor som rör hälsa, naturbruk och ekologisk hållbarhet.

Centralt innehåll i åk 7-9:

- Aktuella samhällsfrågor som rör biologi.
- Hur den fysiska och psykiska hälsan påverkas av sömn, kost, motion, sociala relationer och beroendeframkallande medel.
- Källkritisk granskning av information och argument som eleven möter i olika källor och samhällsdiskussioner med koppling till biologi.

Historia

Historiskt kan eleverna exempelvis titta på utvecklingen av alkoholkonsumtionen i Sverige under 1800-talets första hälft och de olika insatser som samhället satte in för att komma till rätta med problemet. Det kan ge en förståelse för den restriktiva alkoholpolicy och nolltolerans kring droger som Sverige har.

Utdrag ur kursplanen för historia

Syfte:

Undervisningen ska ge eleverna förutsättningar att tillägna sig en historisk referensram och en fördjupad förståelse för nutiden.

Centralt innehåll i åk 7-9:

- Vad historiska källor kan berätta om människors och grupper strävan att påverka och förbättra sina egna och andras levnadsvillkor.
- Framväxten av det svenska välfärdssamhället.
- Den europeiska dominansen, imperialism och kolonialism.

Geografi

Vid undersökning av drogers väg från odling till konsument kan elever hitta kopplingar till allt från ekonomisk makt och storpolitik till miljöfrågor, solidaritet, etik och mänskliga rättigheter.

Utdrag ur kursplanen för geografi

Syfte:

Genom undervisningen i ämnet geografi ska eleverna ges förutsättningar att utveckla sin förmåga att;

- utforska och analysera samspel mellan människa, samhälle och natur i olika delar av världen.
- värdera lösningar på olika miljö- och utvecklingsfrågor utifrån överväganden kring etik och hållbar utveckling.

Centralt innehåll i åk 7-9:

- Var olika varor och tjänster produceras och konsumeras, samt hur varor transporteras.
- Förekomst av och orsaker till fattigdom och ohälsa i olika delar av världen.
- Samband mellan fattigdom, ohälsa och faktorer som befolkningstäthet, klimat och naturresurser.

Musik

I projektets tredje tävling om filmmusik blir musik som ämne involverat i allra högsta grad. Det finns många exempel på låtar som handlar om allt ifrån abstinens till antidrogbudskap.

Utdrag ur kursplanen för musik

Syfte:

Genom undervisningen i ämnet musik ska eleverna ges förutsättningar att utveckla sin förmåga att analysera och samtala om musikens uttryck i olika sociala, kulturella och historiska sammanhang.

Centralt innehåll i åk 7-9:

- Ljudets och musikens fysiska, tanke- och känslomässiga påverkan på människan.
- Musikens funktion för att markera identitet och grupptillhörighet i olika kulturer med fokus på etnicitet och kön.

Samhällskunskap

Det finns många reportage om ungdomar som av godtrogenhet eller brist på kunskap om lagstiftningen har åkt fast för olika drogrelaterade brott i Sverige och utomlands. Eleverna kan undersöka olika straffpåföljder för drogrelaterade brott för att skapa förståelse för de lagar som rör smuggling av droger, langning och annan hantering av illegala droger. De kan även undersöka samhällskostnaderna för droger eller den ökande socioekonomiska ojämlikheten och dess kopplingar till missbruk, både i Sverige och internationellt.

Utdrag ur kursplanen för samhällskunskap

Syfte:

Genom undervisningen i ämnet samhällskunskap ska eleverna ges förutsättningar att utveckla sin förmåga att;

- analysera och kritiskt granska lokala, nationella och globala samhällsfrågor ur olika perspektiv.
- uttrycka och värdera olika ståndpunkter i till exempel aktuella samhällsfrågor och argumentera utifrån fakta, värderingar och olika perspektiv.
- söka information om samhället från medier, internet och andra källor och värdera deras relevans och trovärdighet.

Centralt innehåll i åk 7-9:

- Ungdomars identitet, livsstilar och välbefinnande och hur dessa påverkas, till exempel av socioekonomisk bakgrund, kön och sexuell läggning.
- Mediernas roll som informationsspridare, opinionsbildare, underhållare och granskare av samhällets maktstrukturer.
- Rättssystemet i Sverige och principer för rättssäkerhet. Hur normuppfattning och lagstiftning påverkar varandra. Kriminalitet, våld och organiserad brottslighet.
- Hur länders och regioners ekonomier hänger samman och hur olika regioners ekonomier förändras i en globaliserad värld.

Svenska

Inom ämnet svenska kan en mängd olika vinklingar på elevernas research finnas. Eleverna kan använda sig av litteratur i sin research och under den första deltävlingen om synopsis/filmmanus kan läraren i svenska vara en bra resurs exempelvis.

Utdrag ur kursplanen för svenska

Syfte:

Genom undervisningen ska eleverna ges möjlighet att utveckla kunskaper om hur man formulerar egna åsikter och tankar i olika slags texter och genom skilda medier. Genom undervisningen i ämnet svenska ska eleverna ges förutsättningar att utveckla förmågan att;

- läsa och analysera skönlitteratur och andra texter för olika syften.

Centralt innehåll i åk 7-9:

- Skönlitteratur som belyser människors villkor, identitets- och livsfrågor.
- Beskrivande, förklarande, utredande, instruerande och argumenterande texter.
- Informationssökning på bibliotek och internet, i böcker och massmedier, samt genom intervjuer.
- Hur man sovrar i en stor informationsmängd och prövar källors tillförlitlighet med ett källkritiskt förhållningssätt.

Research Steg 1-4

Det är långt ifrån alla elever som vill vara med i Film For Real. Den stora vinsten med metoden är dock att många fler än de som frivilligt ingår i projektet berörs av information kring droger av sina jämnåriga, samtidigt som metoden också tror på idén om att information lättare når ungdomar när den kommer från andra unga.

Innehållet i elevernas research i de olika stegen bör fokusera på;

- myter och missförstånd om narkotika.
- att ge unga fakta och verktyg att fatta beslut för ett hälsosamt liv.

Oavsett hur många Steg som en enskild elev genomgår är förhoppningen att alla elever i den primära målgruppen ska;

- reflektera över sina attityder till droger så att de aktivt och av egen vilja bestämmer sig för att avstå från droger.
- öka kunskapen kring drogers konsekvenser och risker för individen och samhället.
- förbättra sina sociala och personliga färdigheter att stå emot gruppsyck och liberala attityder till droger.

Elevernas researcharbete ska godkännas av läraren eller skolkontaktombudet innan redovisning inför klassen. Det är viktigt att informationen är riktig och inte innehåller felaktigheter. Det ger även läraren en chans att förbereda sig på den diskussion och eventuella argument som kommer upp i samband med presentationen.

Elevernas researcharbete och presentation inför klassen ska sedan godkännas av läraren för att eleven ska bli kvalificerad till att delta i Film For Real och filmproduktionens olika faser. I slutet av varje tävlingsmoment ska en lista över godkända elevers presentationer lämnas till projektledaren. Vinnare i de olika deltävlingarna kommer att utses i samråd med professionella manusförfattare, musiker och skådespelare.

Tid till förfogande

Eleverna får arbeta enskilt eller i grupp som de önskar. För att uppnå godkänt bör eleven redovisa cirka 10 minuter inför sin klass om sin research. Väljer de att arbeta i grupp bör redovisningen vara något längre. Redovisningsform är valfri, det viktiga är att relevant information och fakta når ut till klassen.

Steg 1

Alla ungdomar som ska vara med i någon deltävling inför filmen börjar med sin research på Steg 1. Researcharbetet ska handla om *cannabis*, men är fritt för eleverna att vinkla som de vill utifrån intresseområde eller ämne som researchen görs inom. Exempelvis kan de studera cannabis påverkan på hjärnan i biologi, eller missbruks påverkan på samhället i samhällsvetenskap. På så sätt blir elevernas presentationer i klassen inte heller någon upprepning, utan de får med sig många vinklingar på problematiken.

Målet för Steg 1 är att eleverna ska inhämta kunskap kring cannabis och börja reflektera över sina attityder till droger och hur de påverkar människor och samhället.

Steg 2

Elever som gjort research Steg 1 och vill vara med i fler deltävlingar i projektet går vidare till Steg 2. Här ska eleverna studera *spice* eller andra *nättdroger*. Vinklingen kan vara allt ifrån nätpropaganda, sociala mediers inverkan, den fysiska och psykiska påverkan på människan, ur ett rättsligt perspektiv eller samhällsperspektiv.

Målet för Steg 2 kan beroende på vinkling av elevernas research beröra samtliga mål med elevernas researcharbete, att; reflektera över sina attityder till droger så att de aktivt och av egen vilja bestämmer sig för att avstå från droger; öka kunskapen kring drogers konsekvenser och risker för individen och samhället; eller förbättra sina sociala och personliga färdigheter att stå emot grupstryck och liberala attityder till droger.

Steg 3

Elever som gjort research Steg 2 och vill vara med i fler deltagningar i projektet går vidare till Steg 3. Här ska eleverna göra valfri research kring droger. Ämnet ska diskuteras fram tillsammans med läraren och ska leda till att uppnå något av målen för researcharbetet, att; reflektera över sina attityder till droger så att de aktivt och av egen vilja bestämmer sig för att avstå från droger; öka kunskapen kring drogers konsekvenser och risker för individen och samhället; eller förbättra sina sociala och personliga färdigheter att stå emot grupstryck och liberala attityder till droger.

Steg 4

Elever som gjort research Steg 3 och vill vara med i fler deltagningar i projektet går vidare till Steg 4. Här ska eleverna studera *majoritetsmissförståndet*. Detta innebär att många tror att betydligt fler jämnåriga använder droger än vad som verkligen är fallet. Eftersom man vill vara som alla andra kan den här missuppfattningen göra att man känner sig pressad till att själv prova.

Målet för Steg 4 är att eleverna ska förbättra sina sociala och personliga färdigheter att stå emot grupstryck och liberala attityder till droger.

Lärarens roll

Unga vill veta vad vuxna tycker i olika frågor som rör droger. Som lärare och samtalsledare är det ett absolut krav att man ställer sig bakom de lagar och grundläggande normer som finns kring åldersgränser, tobaksförbud inom skolans område, nolltolerans mot narkotika med mera.

Lärarna har i metoden Film For Real en avgörande betydelse för att elevers researcharbete om cannabis genomförs på rätt sätt och projektet därmed uppnår avsedda målsättningar. Lärarnas engagemang, färdigheter och attityder spelar en stor roll för om man ska lyckas påverka elevernas attityder och inte bara förmedla kunskap. Grundläggande kunskap om droger, att vara lyhörd för elevernas åsikter och våga argumentera med ungdomarna är viktiga ingredienser i undervisningen kring droger. Det är viktigt att varje lärare anpassar denna manual efter sina egna kunskaper, erfarenheter och sitt sätt att arbeta. Läraren måste känna sig bekväm med undervisningen och elevernas presentationer. Det går även att få stöd från kommungrupp, skolkontaktombud eller andra insatta i projektet.

Tips till lärare som vill göra något av och spinna vidare på elevernas redovisningar:

- Ställ öppna frågor som inspirerar till vidare samtal. Undvik frågor där svaret bara är ja eller nej.
- Lyssna aktivt och visa ditt intresse, till exempel genom en kort reflektion kring vad eleven berättat eller genom att helt enkelt bara upprepa något som sagts.
- Ta fram nya infallsvinklar på ett problem genom att ställa ”skillnadsfrågor”. Till exempel ”är det någon skillnad om en äldre kompis eller en okänd langare köper ut alkohol till en 16-åring?”
- Istället för att ge ett färdigt svar på hur man bör göra i en viss situation, kan man måla upp en händelse och fråga eleverna hur de själva skulle göra.

Om man ska uppfattas som trovärdig av eleverna bör man undvika att ge en alltför schabloniserad bild av droger. Man måste till exempel kunna bekräfta att droger kan upplevas positivt av dem som använder dem. Man kan också visa att man vet att en del unga använder droger, men man bör inte utgå från att just de ungdomar som deltar i samtalet använder droger. De elever som tror att det är riskfritt att röka eller dricka sig berusade grundar troligen sin bedömning på egna iakttagelser. Ingen av deras kompisar som röker eller berusar sig varje helg tycks ju ha fått några skador. Riskbedömning ur olika aspekter bör tas upp på ett sakligt sätt med redovisning och statistik men undvika skrämselfpropaganda. För unga är det lättare att ta till sig de omedelbara följderna av droger, än de skador som inträffar efter lång tid.

Det är viktigt att som lärare vara medveten om att undervisningen kan väcka starka känslor hos en del elever. Vart femte barn i Sverige växer upp med minst en förälder som missbrukar. Kommer känsliga saker upp i klassen är det bättre att läraren tar det enskilt med eleven efteråt.

CAN har listat sju viktiga budskap till barn med missbrukande föräldrar:

1. Det är inte ditt fel att din mamma eller pappa missbrukar
2. Du är inte ensam om att ha en förälder som missbrukar
3. Det är tillåtet att prata om missbruket
4. Du kan inte bota din mamma eller pappa
5. Din mamma eller pappa kan bli bra igen
6. Du kan själv behöva hjälp
7. Du har rätt att må bra

CAN:s hemsida innehåller också information om vart man som barn kan vända sig för att få råd och stöd.

PROJEKTVERKTYG

I projektet kommer en hemsida att produceras, både för elever och för lärare. På elevernas hemsida ska bland annat en egen researchmanual där eleverna får praktiska tips om hur de ska finna och ta del av relevanta fakta om droger, fakta som är evidensbaserade. På elevernas hemsida ska även en cool och lärorik "Filmskola" finnas där de får praktiska tips om hur de ska gå till väga med filmmanus, auditions, vad som krävs av ett filmteam eller hur filmmusik produceras.

På lärarnas hemsida ska all information som finns i denna lärarmanual hittas, projektplanen, förstudien och annat användbart material.

Föreslagna länkar för elever att söka information på:

www.drugsmart.se (CAN)

www.drogportalen.se (har även ett stort länkbibliotek)

www.lektion.se (endast för lärare, innehåller länkbibliotek)

www.can.se

www.fhi.se

www.drugnews.nu

www.unf.se

www.unodc.org

www.espad.org

UNGDOMSGRUPPER

Ungdomsteamet ”The Bridge”

Ungdomsteamet The Bridge kommer att bestå av cirka 7-8 ungdomar från varje kommun. Deras främsta uppgift är att vara de Unga Röster som presenterar Film For Real metoden för de ungdomar som projektet riktar sig mot. Introduktionen av projektet kommer att vara avgörande för projektets fortsättning, utifrån principen ”unga som resurs för andra unga” (peer learning). The Bridge-ungdomarna ska vara 16-20 år, det vill säga äldre än projektets primära målgrupp, och ha hög ’coolhetsfaktor’ inom denna.

The Bridge-gruppen ska rekryteras under vintern 2013-2014 med hjälp av lärare, fältgrupp och fritidsledare i de olika kommunerna för att påbörja sitt arbete med lanseringen som ska ske under våren 2014 i samtliga kommuner. De kommer även att få en kortare utbildning i kommunikation, om projektet, framträdande och annat nödvändigt för sitt uppdrag. De ska med hjälp av professionella skriva manus till lanseringen av Film For Real som helst ska ske på biograf (åtminstone inte i skolans lokaler) där Ungdomsteamet The Bridge med stöd av korta filmtrailers, musik och andra impactverktyg lanserar Film For Real till den primära målgruppen ungdomar. Med andra ord är en lansering med hög impact nödvändig för att eleverna ska ta till sig projektet.

The Bridge gruppen kommer utåt att vara den grupp som äger Film For Real gentemot målgruppen ungdomar, men ska under resten av tiden endast finnas med i bakgrunden och i mån av tid vara behjälpliga vid behov under elevernas researcharbete, särskilt inledningsvis. Alla inblandade i projektet måste närvara vid lanseringen och därefter ska lärarna ta över en stor del av det arbete som sen ska göras i klasserna. Varje kommun väljer om de vill involvera sin fältgrupp eller andra i arbetet på skolorna med projektet.

Att vara med i The Bridge-gruppen innebär att:

- under sitt uppdrag hålla sig drogfri och vara en förebild.
- argumentera och inspirera andra till ett drogfritt ställningstagande.
- arbeta med lanseringen av projektet.
- vara med i bakgrunden av projektet och elevernas researcharbete på skolorna.

FilmUngdomsnätverk

En grupp på 5-10 unga utvalda från rollinnehavarna i varje kommun kommer att bilda ett FilmUngdomsnätverk. Syftet med FilmUngdomsnätverket är att de efter filminspelning ska vara med och visa filmerna för elever, föräldrar, skolor och i projektets hela nätverk och vara behjälpliga där de behövs för distribution av filmer och spridning av projektets metod och resultat. Dessa ungdomar kommer att få ytterligare utbildning (del II) i media, i föreläsningsteknik, med mera för att kunna utföra sitt uppdrag.

Erfarenheter från tidigare ungdomsfilmprojekt, där de ungdomar som är skådespelare i filmen också är de som visar filmen för andra ungdomar, är att ungdomarna i FilmUngdomsnätverket blir lyssnade på, kan starta upp bra och effektiv dialog om cannabis och drogproblematiken med eleverna i klassen och kan därigenom verka primärpreventivt. Skälet är att dessa unga skådisar som eleverna i klassen precis sett i filmen, står i deras eget klassrum och leder en diskussion om droger. FilmUngdomsnätverket har i dessa elevers ögon hög ”kändisfaktor”, är ”coola” och är värda att ta på allvar!

Att vara med i FilmUngdomsnätverket innebär att:

- under sitt uppdrag hålla sig drogfri och vara en förebild.
- argumentera och inspirera andra till ett drogfritt ställningstagande.
- genomgå utbildning del I och II.

STATISTIK

I Folkhälsoenkäten Barn och Unga i Skåne 2012 kring skolelevs hälsa i årskurs 6, 9 och andra året på gymnasiet undersöktes bland annat elevernas drogvanor. Undersökningen visar att 3,1 procent av eleverna i Skåne redan i årskurs 6 har haft möjlighet att prova på droger. Denna siffra ökar kraftigt under högstadiet och vidare i årskurs 2 på gymnasiet till 44,8 procent totalt bland både flickor och pojkar.

Möjlighet att prova narkotika.

	Årskurs 6	Årskurs 9	Riksgenomsnitt årskurs 9	Årskurs 2 gymnasiet	Riksgenomsnitt åk 2 gymnasiet
Pojkar	3,7%	24,2%	18%	49,4%	33%
Flickor	2,5%	21,2%	18%	40,2%	30%

Högstadiet och gymnasiet är en tid då antalet elever som blivit erbjudna och som provat droger ökar kraftigt.

Erbjuden att prova narkotika, genomsnitt för Skåne.

	Årskurs 9	Årskurs 2 gymnasiet
Pojkar	20,1%	40,8%
Flickor	17,1%	29,1%

Erbjuden att prova narkotika, årskurs 9 för de fyra kommunerna.

	Landskrona	Simrishamn	Staffanstorp	Ystad
Pojkar	15,6%	18,6%	23,2%	20,0%
Flickor	16,0%	26,7%	11,4%	13,1%

Antal elever som blivit erbjudna att prova droger i de skånska kommunerna ligger genomsnittligen högt över riksgenomsnittet. Däremot ligger de endast marginellt över genomsnittet för hur många som verkligen använt droger någon gång. Men för de fyra kommuner som valt att genomföra projektet – Landskrona, Staffanstorp, Ystad och Simrishamn – ligger både flickor och pojkar i samtliga medverkande kommuner över genomsnittet för både Skåne och resten av landet, med undantag för pojkarna i årskurs 2 på gymnasiet i Ystad.

Använt narkotika någonsin.

	Årskurs 9	Riksgenomsnitt årskurs 9	Årskurs 2 gymnasiet	Riksgenomsnitt åk 2 gymnasiet
Pojkar	8,5%	9%	21,9%	20%
Flickor	6,1%	6%	15,3%	14%

Använt narkotika någonsin, årskurs 2 gymnasiet.

	Landskrona	Simrishamn	Staffanstorp	Ystad
Pojkar	24,6%	24,2%	27,5%	15,9%
Flickor	16,1%	17,4%	18,8%	16,4%

Det finns ett samband mellan alkohol, rökning och cannabis bland unga. Av de elever som röker regelbundet har 64 procent testat cannabis. Motsvarande siffra för elever som aldrig har rökt vanlig tobak är fyra procent. Av eleverna som regelbundet dricker sig berusade har 51 procent testat cannabis. Av dem som aldrig dricker sig berusade har en procent testat cannabis.

Av de som använt narkotika har en betydande del använt cannabis och spice. Vi kan också se en tendens att unga som provat cannabis i större utsträckning även provat spice.

Använt cannabis de senaste 12 månaderna, årskurs 9

	Landskrona	Simrishamn	Staffanstorp	Ystad
Pojkar	4,7%	4,2%	13,0%	4,6%
Flickor	6,7%	8,1%	0,9%	3,1%

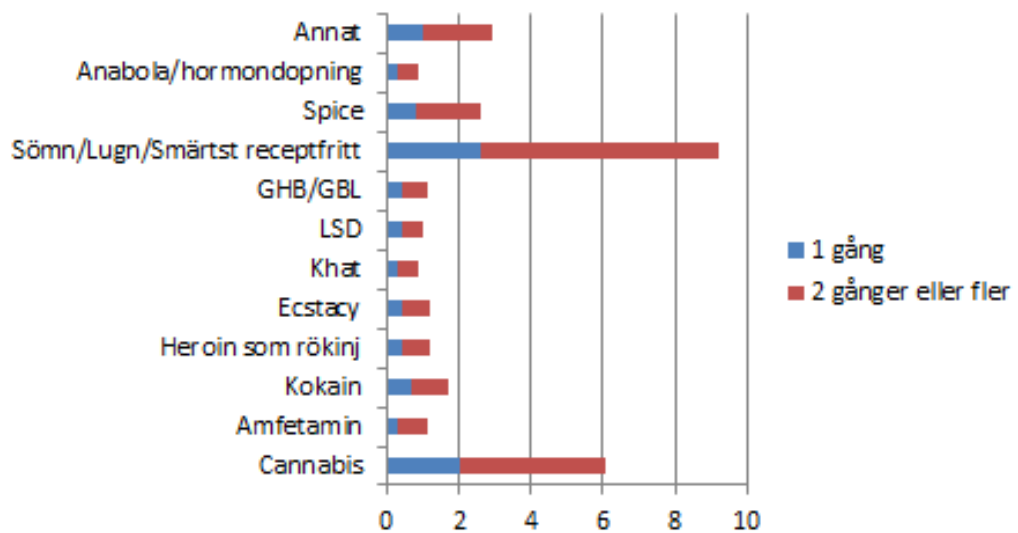
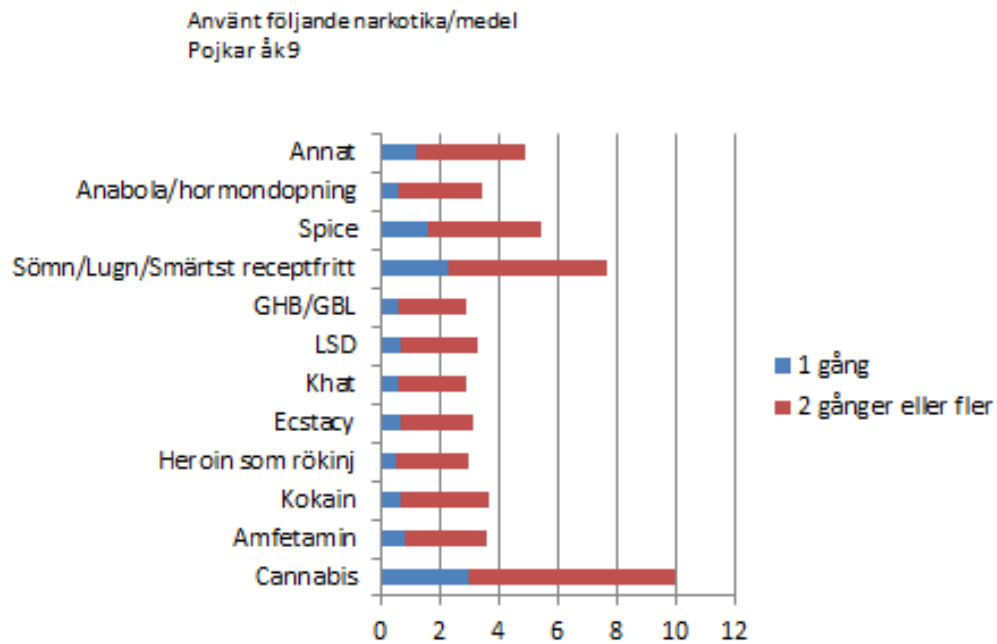
Använt cannabis de senaste 12 månaderna, årskurs 2 gymnasiet

	Landskrona	Simrishamn	Staffanstorp	Ystad
Pojkar	15,2%	19,7%	18,9%	11,5%
Flickor	9,2%	10,0%	12,7%	8,4%

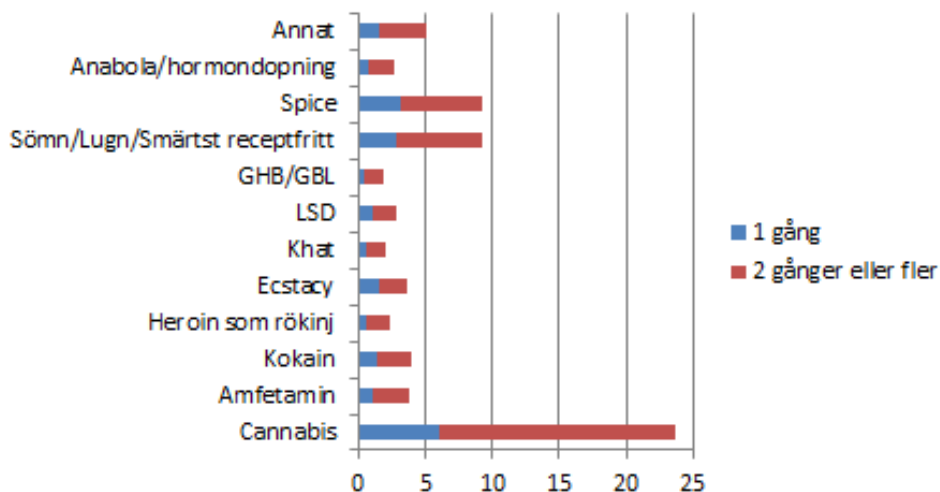
Gymnasiet årskurs 2, pojkar och flickor

Har provat cannabis	Har provat spice	Procent
Nej	Nej	81,4
Nej	Ja, en gång	0,3
Nej	Ja, flera gånger	0,1
Ja, en gång	Nej	4,6
Ja, en gång	Ja, en gång	0,4
Ja, en gång	Ja, flera gånger	0,1
Ja, flera gånger	Nej	7,5
Ja, flera gånger	Ja, en gång	1,5
Ja, flera gånger	Ja, flera gånger	3,9

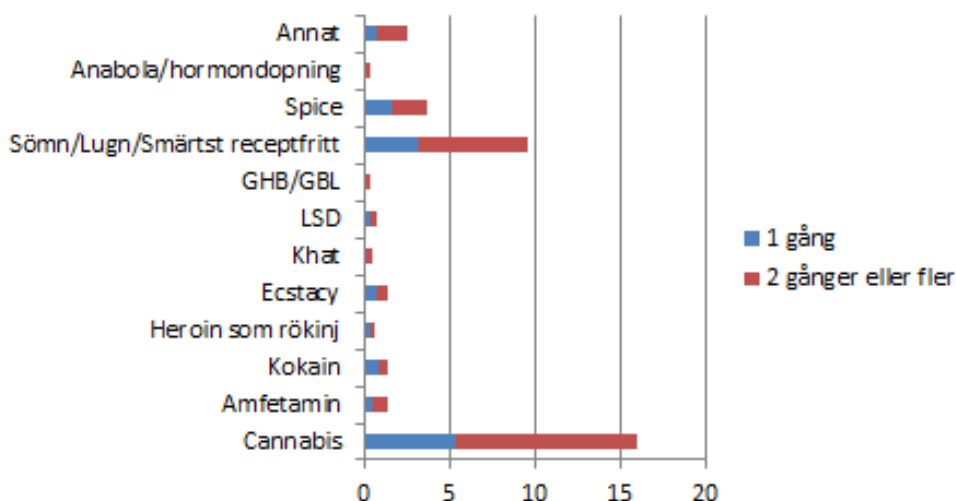
Nedan finns diagram över vilka droger som används mest bland flickor och pojkar i årskurs 9 och årskurs 2 på gymnasiet.



Använt följande narkotika/medel
Pojkar Gy åk 2



Använt följande narkotika/medel
Flickor Gy åk 2



En förklaring till ökningen av spice bland unga kan vara att spice fortfarande är mycket svår att upptäcka via provtagning. En annan förklaring är att spice reklamförs på nätet som en laglig och ofarlig drog. Olika substanser i drogen ändras ständigt för att förbli laglig och så fort en form av spice förklaras illegal reas den ut i stora partier på nätet, vilket ökar tillgängligheten till drogen.

CANNABIS

Cannabis är den gemensamma termen för hasch och marijuana, ett samlingsnamn för olika beredningar som utvinns ur hampväxten *Cannabis sativa*. Marijuana är torkade växt- och blomdelar, medan huvudbeståndsdelen i hasch är den kåda som utsöndras från de körtelhår som finns på hela plantan, mest koncentrerat till blommorna (Statens Folkhälsoinstitut 2009).

Ur ett missbruksperspektiv är cannabis den mest använda narkotikan i världen. Bland brukarna finns en stor mängd unga personer, och den utgör debutpreparatet för den stora majoriteten som använder narkotika. Samtidigt visar forskning allt mer tydligt att just ungdomsgruppen är särskilt känslig för skadeverkningarna. Riskerna med drogen har sannolikt också ökat i takt med att vissa preparat blivit betydligt starkare. Cannabis är samtidigt omgärdad av en mängd myter och inlemmas i en drogkultur som på olika sätt förstärker benägenheten att prova genom att förminska riskerna och tillhandahålla värderingar och ”sanningar” som avser att nedtona forskningsrön och i övrigt romantisera droganvändningen (Statens Folkhälsoinstitut 2009).

Nedan beskrivs cannabis påverkan på samhället, skadepanoramata och cannabis påverkan på unga. Dessutom en beskrivning av den cannabisliknande drogen spice som vi sett i statistiken ökar i allt snabbare takt bland unga.

Cannabis i samhället

Cannabis är en drog som har fått stor uppmärksamhet genom århundradena och därmed finns en lång historia kring cannabis som använd drog och forskningsobjekt. Det finns rapporter som sträcker sig till för 3000 år sedan, då den i det dåvarande assyriska riket uppfattades som ’drogen som tog bort själen’. Cannabis har också använts som medicin i flera tusen år. I Sverige blev cannabis först riktigt aktuellt under sent 1960-tal och sedan dess verkar den ha fått starkt fäste i ungdomskulturen. Det är dock många fler som har testat cannabis än de som röker regelbundet, vilket har mynnat ut i ett stort antal åsikter om vad cannabisrökning medför. De som röker cannabis kan mycket väl vara en välintegrerad del av vårt samhälle och utföra sina arbetsuppgifter tillfredsställande, speciellt under den tidigare fasen av sitt missbruk innan de kroniska effekterna har hunnit påverka dem. Detta innebär att en stor del av cannabismissbrukarna inte är synliga för myndigheterna (Petrell, Blomqvist & Lundqvist 2005).

Inom narkotikapolitiken görs av många en uppdelning av de narkotiska substanserna i tunga droger, *hard drugs*, och lätta droger, *soft drugs*, där cannabispreparaten är den viktigaste gruppen bland de lättare drogerna. Denna uppdelning finns det anledning att ifrågasätta av flera skäl, bland annat då cannabis i verkligheten orsakar en rad allvarliga, men för allmänheten inte lika uppenbara, skador. Under de senaste årtiondena har allt mer forskning gjorts om den påverkan på hjärnan som cannabis har och de psykologiska, sociala och beteendemässiga följder detta får. Man har bland annat intresserat sig för skador som kan

medföra bestående men i form av kognitiv nedsättning och svåra psykiatriska tillstånd, utöver fysiska sjukdomstillstånd. Denna forskning har inneburit att cannabisdrogens status ”lätt” drog har omvärderats. Frånsett detta förefaller därtill cannabis fungera som en viktig ingång till en upptrappad drogkarriär, varför det finns mer strategiska skäl att agera mer beslutsamt även mot cannabis. I en jämförelse med de tidigare 15 medlemsländerna i EU står dock den dominerande normen sig fortfarande stark i Sverige. År 2004 svarade 44 procent av de intervjuade 15-24-åringarna i Sverige att de betraktar cannabis som en mycket farlig drog, jämfört med 24 procent av samtliga intervjuade i de tidigare 15 medlemsländerna i EU. I Nederländerna var motsvarande andel 7 procent. Allt talar för att skillnaderna är liknande, eller till och med större, mellan Sverige och övriga länder i de äldre åldersgrupperna (Länsstyrelsen Rapport 2013:04, Lundqvist 2012).

Samhällets uppfattning om bruk av droger baseras inte enbart på sociala och kulturella attityder, utan påverkas också av vilken sorts berusning drogen ger. Ett samhälle tycks vara mer tolerant mot droger som inte omedelbart förorsakar allvarliga symptom, det vill säga som har en mildare berusningseffekt, ingen iakttagbar korttidseffekt och som inte skapar kronisk sjuklighet eller har en relaterad dödlighet. Ett exempel på detta är den sociala attityden till tobak och i någon mindre mån till cannabis. Båda dessa droger visar sällan omedelbara synliga skador (Petrell, Blomqvist & Lundqvist 2005).

Senare års forskning har visat att drogen har mer långtgående och skadliga verkningar än vad man tidigare trott. Denna forskning måste omsättas i praktiken. Internationellt har FN:s narkotikakommission haft som mål att minska den illegala produktionen av, handeln med och missbruket av narkotika i syfte att skydda allas hälsa och välfärd. Målet var satt till 2008. Idag ser vi förändringar inom policy och synsätt på cannabis i riktning mot en mindre restriktiv syn och praktik runt om i världen. Under senare år har också den inhemska produktionen genom fabriksliknande inomhusodlingar av marijuana i Sverige blivit betydande. Det finns därför all anledning att samla aktuell kunskap om drogen för att på så sätt stärka arbetet mot att unga lockas in i ett cannabisbruk (Statens Folkhälsoinstitut 2009).

Skadepanoramata

Antalet vetenskapliga studier under 2000-talet har ökat kraftigt och publiceringen fortsätter i samma takt. Skälen som framförs är att kartläggningen av det endocannabinoida systemet har medfört en stimulans till ökad förståelse för hur de exogena cannabinoiderna fungerar. Ett annat skäl är det växande intresset för cannabinoiderna som farmaka och det är viktigt att kartlägga eventuella bieffekter som det kan medföra. Ett tredje skäl som författaren framför är att intressegrupper och politiker i flera länder har fört fram tankar om legalisering av cannabis vilket oroar forskare med kunskap om kända och misstänkta skadeverkningar av cannabisanvändning (Statens Folkhälsoinstitut 2009).

Cannabis innehåller mer än 400 kemiska substanser. Av dessa är 60-70 psykoaktiva och påverkar vårt psykiska tillstånd. Ämnet delta-9-tetrahydrocannabinol (THC) är det mest

psykoaktiva ämnet som har störst betydelse för både de euforiska och negativa ruseffekterna. Cannabis anses av de som använder droger kunna stimulera självkänedom och introspektion samt förståelse av både den egna och andras livssituation. Vetenskapliga studier har dock visat att kronisk marijuanarökning har en motsatt effekt. Den psykoaktiva substansen finns oavsett intagningsätt, och påverkar tankar och känslor, framförallt genom påverkan av hjärnan. Alla cannabinoider, även syntetiska, liknar fettrika ämnen som endast löses upp i olja eller andra fettlösliga ämnen, vilket innebär att det har en lång elimineringsstid. Detta förhållande innebär att de tas upp i kroppens fettvävnad inklusive hjärnan, där de stannar kvar under lång tid. I hjärnan binder THC sig till cannabisreceptorer och utlöser en rad kemiska reaktioner med ett flertal negativa kort- och långsiktiga effekter (Länsstyrelsen Rapport 2013:04).

Personer med kroniskt missbruk eller beroende av cannabis uppvisar försämrade funktioner på flera områden: verbalt, logisk-analytiskt, flexibilitet i tänkande, samt korttids-, arbets- och långtidsminne. De vanligaste negativa reaktionerna är ångest och panikkänslor där sömnsvårigheter, känsla att tappa kontroll, panikkänslor och rädsla för att dö kan vara utmärkande. Ibland förekommer ”återtrippa”, vilket beror på att frigivandet av THC kan ske diskontinuerligt (med större eller mindre frigivande) under längre tid. Personer med missbruk eller beroende av cannabis löper fyra gånger större risk att utveckla allvarlig depression senare i livet, speciellt användare under tonåren. Cannabis kan också utlösa akuta psykosor med delirium, syn- och hallucinationer, mani och akuta paranoida tillstånd. Det finns även bevis för att cannabis kan påskynda eller framkalla schizofreni hos vissa individer (Länsstyrelsen Rapport 2013:04).

Forskning tyder också på att koncentrationen av THC blivit högre. En jämförelse över en tjugoförårsperiod visade att marijuana vars THC-halt tidigare varierat mellan 0,1 och 4 procent, hasch mellan 3 och 8 procent och hascholjan i koncentrationer mellan 20 och 50 procent, vid år 2000 ökat väsentligt: marijuanacigaretter hade då mellan 6 och 20 procent THC och haschkakor 12-20 procent THC. Slutsatsen är att skillnaden i THC-halt mellan hasch och marijuana har försvunnit. Numera finns också syntetiska beredningar av olika doser av THC, eventuellt med tillägg av ytterligare cannabinoid. Koncentrationen av THC har betydelse för både rusets intensitet och skadeverkan. Påverkan från THC hänger dock inte enbart samman med koncentrationen i preparatet, utan också med rörtekniken och förändrade mönster så som att förstagångsanvändare är yngre och intensiteten av bruket högre (Statens Folkhälsoinstitut 2009).

En orsak till att cannabis är attraktivt som berusningsmedel är att den ger en kvalitativ förstärkning av normala upplevelser. Aktiviteten förstärks i det limbiska systemet, det vill säga det system som ger våra upplevelser en känslomässig värde. Allt man ser och upplever blir lite mer än det ursprungliga. Ruset gör det lättare att fly in i en värld som upplevs som bättre. Därför innebär beroende av cannabis att man trots alla negativa beteendemässiga, kognitiva, perceptuella och emotionella konsekvenser fortsätter att missbruka cannabis. En australiensisk forskargrupp har funnit att omkring tio procent av de som någon gång rökt

cannabis löper risk att under någon period i livet utveckla beroende (Petrell, Blomqvist & Lundqvist 2005).

Cannabis verkar genom att THC aktiverar receptorer i hjärnan. Dessa finns i en rad olika områden i hjärnan, dels de som styr motorisk kontroll och rörelse, dels i hippocampus som bland annat styr korttidsminnet och det kognitiva tänkandet. Genom att det också finns cannabisreceptorer i hjärnbarken förstärks effekterna på hippocampus och därmed försämras omdömet, det långsiktiga tänkandet och slutledningsförmågan. Man har också funnit cannabisreceptorer i hypothalamus som styr aptit och hormonella funktioner och i de områden som styr sömn, temperatur och illamående och områden som reglerar smärta (Lundqvist 2012).

Vissa experter har beräknat att akut förvirringstillstånd eller cannabispsykos uppträder någon gång hos 10 procent av cannabismissbrukarna. Resultatet efter en längre tids cannabisrökning blir ett mentalt tillstånd som benämns som ”amotivationssyndromet”, vilket karaktäriseras av mer eller mindre uttalad apati, förlust av effektivitet samt minskad kapacitet att utföra komplexa, långsiktiga planer, klara längre tids koncentration, följa rutiner eller framgångsrikt hantera nya förutsättningar. Cannabinoiderna har även en negativ inverkan på minnet för självkänedom, vilket gör att det inte sker någon normal mognadsutveckling. Ungdomar som haft ett massivt cannabismissbruk kommer efter i mognadstillväxten och kommer att behöva hjälp med den fortsatta individuationsprocessen; att bli en individ i förhållande till samhället, då de blivit drogfria (Petrell, Blomqvist & Lundqvist 2005).

Sammanfattningsvis har Thomas Lundqvist beskrivit de skador som uppstår vid långvarigt cannabismissbruk. Han delar in de kognitiva funktioner som försämras i verbal förmåga, logisk-analytisk förmåga, psykisk rörlighet, minne (korttidsminne/arbetsminne i form av att minnas nyss inträffade händelser och långtidsminne i form av episodiskt minne att minnas händelser och dess tidsmässiga sammanhang samt semantiskt minne som innebär kunskaper och fenomenens inbördes förhållanden), förmåga till analys och syntes, psykopatial förmåga (att orientera sig i tid och rum) samt gestaltminne (förståelse att förstå och forma mönster). Alla dessa funktioner var mer eller mindre störda hos personer med cannabismissbruk under behandling. Vid uppföljning som pågick två till 48 månader efter avslutat missbruk, ansåg alla att deras tankesätt, omvärldsuppfattning, verbala förmåga, logisk-analytiska förmåga och den psykiska rörligheten hade förbättrats. Lundqvist fann vid sina kliniska bedömningar av 400 personer med cannabismissbruk en typisk personlighetsprofil (Lundqvist 2012):

- Har svårt att finna ord för att uttrycka vad han eller hon egentligen menar
- Har begränsad förmåga att roas/njuta av exempelvis litteratur, film, teater
- Har känslor av tristess och tomhet i det dagliga livet, liksom känslor av ensamhet och av att inte vara förstådd
- Externaliserar problem och tål inte kritik
- Är övertygad om att han eller hon fungerar adekvat
- Är oförmögen att se självkritiskt på sitt eget beteende

- Har känslor av att ha låg kapacitet och inte vara framgångsrik
- Är oförmögen att föra en dialog
- Har svårt med koncentration och uppmärksamhet
- Har bestämda (låsta) åsikter och svar på frågor
- Gör uttalanden av typen ”jag är annorlunda, andra förstår mig inte, jag tillhör inte samhället”
- Planerar inte sin dag
- Tror sig vara aktiv eftersom han eller hon har många pågående projekt – som sällan avslutas
- Saknar en rutin för dagen eller veckan

Cannabis bland unga

En undersökning av cannabismissbrukare i Sverige visar att 50 procent av de som söker behandling för missbruk av cannabis som primär drog är 20 år och yngre. Av hjälpsökande narkotikamissbrukare som är 20 år och äldre uppger 27 procent cannabis som primär drog. Risken att utveckla ett beroende av cannabis är större ju tidigare debuten sker. Risken är särskilt stor för ungdomar som debuterar mellan 11 och 13 år, men fortfarande hög vid debut upp till 15 års ålder. Vi vet också att många ungdomar debuterar i missbruk under sommarlovet mellan 8:an och 9:an (Petrell, Blomqvist & Lundqvist 2005).

Cannabis binder till cannabisreceptorer i hjärnan. Till dessa binder också de kroppsegna cannabinoiderna, som finjusterar effekten av andra signalsubstanser. Cannabisreceptorerna är mycket vanliga i hjärnan och högst koncentration finns i hjärnområden som har hand om minne, inlärning, problemlösning, rörelser, sinnesintryck, självreflektion, belöningskänslor, ångest och rädsla (Rönnlid & Hübinette 2011). Den omogna hjärnans utveckling tar skada när tonåringar röker cannabis. Identitetsutvecklingen utgör ett centralt moment i ungdomars psykologiska utveckling. Identitetsutvecklingen är i sin tur på ett avgörande sätt beroende av bland annat vissa aspekter av den kognitiva utvecklingen, som äventyras av långvarig rökning av cannabis. Särskilt tidig, hög konsumtion av cannabis orsakar en rad psykosociala och psykiatriska problem hos tonåringar (Statens Folkhälsoinstitut 2009).

Den fullt utvecklade vuxna hjärnan påverkas av att upprepade gånger utsätts för droger, men när hjärnan utvecklas kan effekterna bli ännu större. I tonåren utvecklas hjärnan kraftigt och en finslipning av de olika signalsubstanssystemens funktioner sker (Narkokoll). Mer än tillfällig cannabisrökning utgör ett hot mot den unges utveckling på grund av det sätt som THC interagerar med det inre psykologiska skeende som karakteriserar tonårstiden. Tonåringar är mer benägna att reagera med psykiatriska symtom än vuxna, bland annat på grund av den inre psykiska obalansen under denna utvecklingsperiod. Även på grund av att organismen fortfarande utvecklas under tonårstiden löper den unge större risk för psykiatriska och – tror forskarna – kroppsliga skador. Mycket tyder på att skadebenägenheten är större ju tidigare debuten sker. Under tonåren växer nya hjärnceller till och andra tas bort, en del

nervbanor blir starkare och andra försvinner. Om hjärnan vänjer sig vid en drog anpassar den sig efter drogen och hela utvecklingen av hjärnan blir på fel preferenser. Dessutom påverkar alla beroendeframkallande droger belöningssystemet i hjärnan, vilket ökar risken för att en drog förbereder för en annan. Men frågan är fortfarande oklar för forskarna om på vilket sätt cannabissmissbruket är orsak till senare tyngre missbruk. Cannabis är en av de faktorer som tycks bidra till övergången, men en rad andra negativa sociala och psykologiska bakgrundsfaktorer har också stor betydelse. Studier från Centre on Addiction and Substance Abuse at Columbia University har visat att 60 procent av de amerikanska ungdomar som använder marijuana vid 15 års ålder senare kommer att använda kokain. Man har också visat att amerikanska ungdomar mellan 12 och 17 år som använder cannabis löper 85 gånger så stor risk att använda kokain jämfört med de som inte röker cannabis (Statens Folkhälsoinstitut 2009).

Det sammanfattande intrycket av tonåringar som använder cannabis är att de ”sover bort” sina tonår. Ofta utvecklas de inte i samma takt som sina jämnåriga, utan förblir barnsliga och osjälvständiga (Statens Folkhälsoinstitut 2009). Cannabis skapar en konstgjord pubertetsutveckling som hjälper tonåringen att skärma av så att denne upplever en känsla av makt, oberoende och uppmärksamhet. Det blir en konstgjord mognadsutveckling som blir en ond cirkel. Man har kommit bort från det obehagliga men cannabiseffekten på de psykiska funktionerna medför att den naturliga mognadsutvecklingen stannar upp (Lundqvist 2012).

Risken för försämrad mental funktion, störning av de organiserade kognitiva funktionerna, ökad oreda i tankarna, självmordstankar, fler studieavbrott eller försämrade resultat i skolan, svårigheter med att behålla ett arbete, högre tendens att misslyckas i äktenskapet, psykotiska symtom och ett sämre socialt nätverk är alla faktorer som påverkar samhället både socialt och ekonomiskt. Missbruk under tonårstiden gör tonåringen sämre rustad att integreras i vuxenvärlden (Statens Folkhälsoinstitut 2009). Dessutom visar en forskningsstudie som pågått sedan början av 1970-talet på Nya Zeeland att effekter på IQ är begränsad till personer som debuterar i användandet av cannabis innan de fyllt 18 år. Studien har följt ett tusental personer och framför allt fokuserat på effekter av långvarig cannabisanvändning på neuropsykologiska funktioner som exempelvis intelligens, exekutiva funktioner och minne. Hypotesen är att det beror på att tonårshjärnan fortfarande utvecklas och när cannabis introduceras så störs kritiska moment i hjärnans utvecklingsprocess (Meier 2012).

Cannabis sätter en person i ett psykiskt fängelse utan att personen är medveten om det. Det finns fyra fallor som cannabis sammanfattningsvis skapar (Lundqvist 2012):

1. a: I början finns bara det akuta ruset och det fungerar i förhållande till ens naturliga normaltillstånd.
 b: När det kroniska ruset växer fram blir detta långsamt det nya normaltillståndet, där man är seg, slö, passiv och oreflekterande. Då upplevs cannabis som ett energitillskott, man blir tydlig för sig själv. Man känner sig normal och kan uträtta saker. I början röker man för ruset, sen röker man för att

- känna sig normal samt för att få känslan av att vara påtänd eftersom det är en skön känsla.
2. Cannabis påverkar de kognitiva funktionerna (förmågan att tänka) så att cannabisrökaren inte kan ifrågasätta det han eller hon gör på ett sådant sätt att han eller hon förändrar sitt beteende. På detta sätt skapas Cannabismönstret, den nya identiteten, som blir ett filter som effektivt sorterar bort allt negativt som sägs om cannabis.
 3. Cannabis skapar känslor som är negativa och som därmed skapar ångest. Röker man cannabis igen så tar detta bort det negativa, men å andra sidan kommer dessa känslor tillbaka och då måste man röka igen. Det negativa upplever man först när cannabis lugnande effekt inte längre är verksamt (ca 10 dagar efter sista röktilfället).
 4. Cannabis hjälper tonåringen ur en svår pubertetskris genom att det skapar en pseudo-utveckling, en konstgjord mognadsutveckling. Den naturliga utvecklingen uteblir på grund av cannabis påverkan på de psykiska funktionerna.

Spice

Texten nedan är hämtad från två artiklar skrivna av Thomas Lundquist, leg. Psykolog och docent i psykologi (2012 & 2013).

Syntetiska cannabinoider är en psykoaktiv substans och kemisk produkt som när den konsumeras liknar effekten av cannabis. De är mest kända under namn som K2 och spice, som får vara samlingsnamn för olika varianter. Forskningsstudier på preparaten börjar komma men är inte på långa vägar där att man kan säga något om nivån på riskerna. Spice betyder på svenska ”krydda” och är ett preparat som lanserades år 2000 som en kryddblandning från Asien som ger en marijuana liknande effekt. Enligt “Psychonaut Web Mapping Research Project” så började syntetiska cannabinoider säljas 2004 i Europa under märket spice. Spice gav till en början, enligt historiska rapporter, ett lätt rus som liknar både lösningsmedelsrus och ett marijuana rus. Därefter har syntetiska cannabinoider tillförts som framförallt liknar den mest psykoaktiva cannabinoiden delta-9-tetrahydrocannabinol, THC. De har använts dels i forskning men också som en ingrediens i en medicin mot illamående vid kemoterapi, smärta och viktminskning hos människor som är diagnostiserade som Obesa. Effekten blir densamma som vid odlad cannabis och den har en fettlöslig eliminationsprocess, precis som vid cannabis. Problemet är att graden och längden av påverkan samt hur lång tid det tar innan allt är borta ur kroppen inte går att fastställa. Dels därför att beredningarna skiftar och dels för att processen inte är utforskad.

Spice har fått fäste hos unga i Sverige. En del städer anger att det är den vanligast använda drogen bland ungdomar. I exempelvis Malmö har spicekonsumtionen ökat från 4,9 procent till 10,2 procent mellan 2009 och 2012 medan cannabisrökningen marginellt ökat från 22,6

procent till 26,3 procent. De flesta spicerökarna i undersökningen var även cannabisrökare. Spice har funnit en målgrupp i unga människor under utveckling samt hos de som vill droga sig men som måste lämna urinprov för att bekräfta sin drogfrihet. Det är dock en tidsfråga innan det går att spåra spice i urinen mer än bara timmarna efter intag.

Det finns framför allt två faktorer som bidrar till ökningen av spice bland unga. Dels beskrivs det som en följd av att samhället ser cannabis som en olaglig drog, men där spice ständigt bytt ut några substanser som gör att former av drogen fortsatt varit laglig. Så länge preparatet är lagligt är det enkelt att få tag på via nätet, och när de blir olagliga efter hand reas stora partier ut till låga priser, vilket även det ökar tillgängligheten. Dels är det svårt att mäta om en individ har det i kroppen vilket har gjort att det blivit ett alternativ till cannabis inom vissa grupper.

Professor John W Huffman säger i en intervju angående tillfälligt användande eller som ett regelbundet användande att "Individer som använder dessa är idioter". "Du vet inte vad substansen kommer att göra med dig". "Det är som att spela rysk roulette eftersom vi inte har några data på giftighet. Vi vet inte vilka metaboliterna är och hur de fungerar och vi känner inte till hur drogen uppför sig i kroppen".

Det har av naturliga skäl inte heller utförts någon studie avseende spice' effekt på människan, så effekterna kan enbart beskrivas utifrån användares rapporter. Dessa effekter är inte väldokumenterade, men det är tillsammans med den kunskap som finns om hur dessa substanser är menade att fungera inte så svårt att räkna ut att stora doser kommer att förorsaka negativa effekter som inte marijuanan skapar, som till exempel ökad agitation och kräkningar, ångest, panikanfall, oro, rastlöshet, psykotiska upplevelser och återfall i psykos hos tidigare välkontrollerade missbrukare, i sällsynta fall (framförallt hos icke vaneanvändare) kramper och epileptiska anfall (även hos de som inte har denna neurologiska störning).

I rapporter från vana cannabisrökare beskrivs spice som skrämmande på grund av sin styrka. Utan att ange vilken syntetisk cannabinoid som har ingått så rapporteras det, precis som vid naturligt cannabis, att negativa effekter som uppstår omedelbart är uttorkning, röda ögon, att hjärtat slår fortare, stark överklighetskänsla. Eftersom en del av substanserna har en längre ruseffekt jämfört med naturligt THC, rapporteras även negativa effekter som ofta uppstår dagen efter konsumtionen, som allmän bakfullhet liknande den vid alkoholbakfylla, fast utan illamående, mentalt långsam, förvirrad, tankspridd, försämring av lång- och korttidsminne. Andra rapporter nämner den kvalitativa nedsättningen av tankefunktioner och känslfunktioner, som att allt syre lämnar hjärnan. Även negativa effekter vid långvarigt bruk, upp till sju dagar efter avslutat användande, rapporteras framförallt kopplat till associationskapacitet. Andra rapporter nämner hjärtattacker vid användande av K2.

Med tanke på spice likheter med och att det blivit en alternativ drog till framför allt cannabis tas den upp här och kommer att finnas med som en del av elevernas researcharbete i projektet. Life For Real är ett projekt som tar avstånd från alla droger och stödjer normen om nolltolerans.

LEGALISERINGSDEBATTEN

Under 2000-talet har politiker och intressegrupper i flera länder flyttat fram positionerna för legalisering av cannabis. Närmast i Köpenhamn ligger förslag på att öppna butiker som lagligt ska sälja cannabis, en utveckling som de skånska politikerna inte välkomnar. Några av argumenten för legalisering i Köpenhamn är att ”folkhälsan förbättras om vi kontrollerar kvaliteten på haschet”, ”det behövs ett varierat utbud för att konkurrera ut den kriminella marknaden” och ”staten förväntas göra en förtjänst på uppemot 800 miljoner dollar under det första året”. De kommunala ”haschapoteken” ska ha expediter som kontrollerar ålder, att köparen har ett danskt socialförsäkringsnummer och sedan erbjuda en väl varierad butikshylla med allt ifrån vilt odlad marijuana till genetiskt manipulerad cannabis med högsta styrka. Det ska inte kosta mer än max 50 kronor grammet för att dumpa marknaden för de kriminella, och den största delen går till statskassan. Köpenhamns socialborgmästare förklarar att argumenten för en laglig haschförsäljning är att slå ut de kriminella gängens verksamhet, få bättre kontakt med unga på väg in i missbruk och att polisen kan satsa krafterna på att jaga gängmedlemmar istället för haschrökare (Sydsvenskan 2013-03-14, Drugnews 2013-03-15).

Ett av argumenten till legalisering av cannabis i Nederländerna var att bryta det samband som fanns mellan cannabishantering och försäljning och hantering av andra illegala droger. Detta har varit framgångsrikt på så sätt att missbrukare av cannabis inte löper lika stor risk att hamna i tyngre beroende av andra droger som i länder där cannabis är förbjudet, men kriminaliteten har inte minskat (Legaliseringsguiden). Kriminella gäng hittar alltid nya marknader. Alkohol och cigaretter utgör en stor del av den svarta marknaden även om de är lagliga produkter.

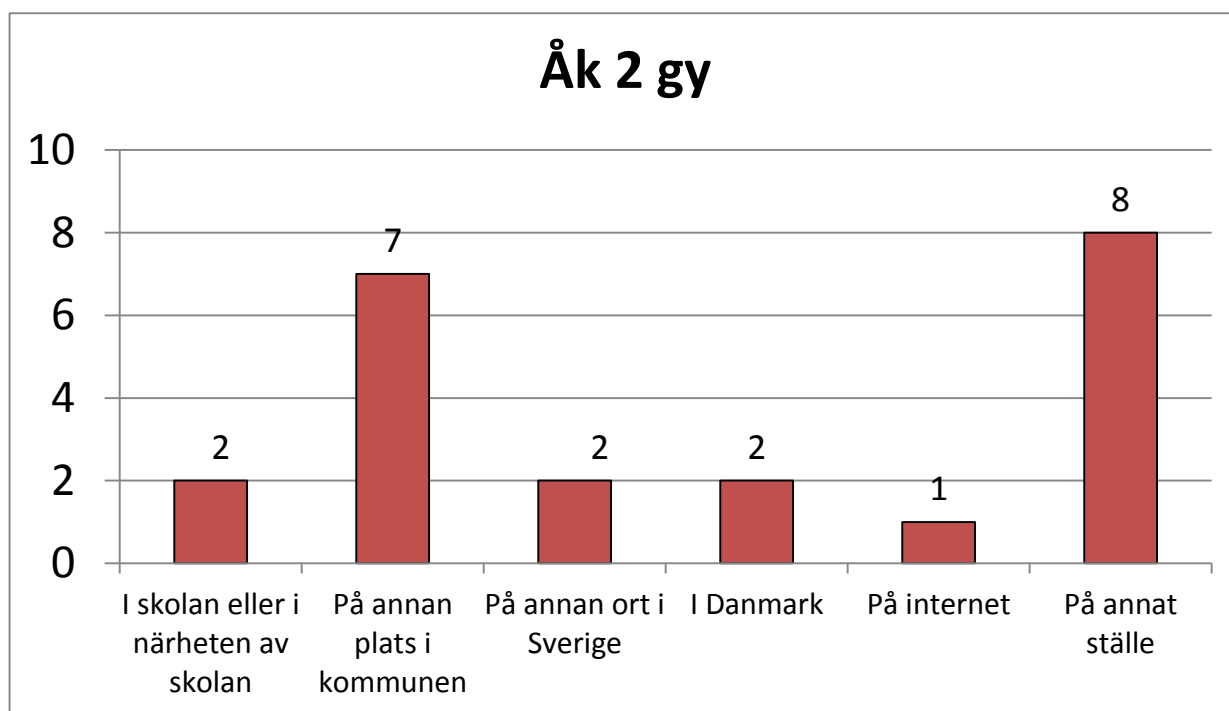
Även i Sverige finns enskilda politiker som argumenterar för en legalisering av cannabis. Längst i den debatten har Centerns Ungdomsförbund kommit som även röstat igenom förslaget med majoritetsbeslut om legalisering av cannabis. Systembolaget eller liknande ska stå för försäljningen och åldersgränsen ska vara 20 år (Skånskan 2013-05-10).

Förespråkarna för att legalisera cannabis hävdar ofta att alkohol är farligare både för den som dricker och för omgivningen. Det är svårt att jämföra två så olika droger men det faktum att en drog som alkohol är tillåten kan knappast motivera att ytterligare en drog med ett annat skadepanorama släpps fri. Argumenten för en legalisering är ofta lätta att bemöta med forskning. Hittills har förslaget i Köpenhamn fått nej av regeringen och i Sverige får debatten inte stöd i något av moderpartierna. Men förespråkarna i Köpenhamn tror att det bara är en tidsfråga och med tåg var tjugonde minut över sundet är det en utveckling som oroar politikerna i Skåne. En legalisering skulle inte bara öka tillgången på cannabis i Skåne utan dessutom innebära att om polisen griper en påverkad person och den hävdar att den varit i Danmark och rökt, kan polisen inte lagföra den för eget bruk. Detta är något ungdomar kommer att lära sig fort. Att debatten om legalisering fått fart i Sverige förstärker de liberala

värderingar kring droger som får allt större inverkan på ungas attityder till droger (Skånskan 2013-03-22).

Redan idag kan vi se att ett par procent av ungdomarna i årskurs två på gymnasiet köper narkotika i Danmark. Hur många som i andra hand köper från personer som inhandlat narkotika i Danmark är ovisst.

Var har du fått tag på narkotikan?



Källa: Folkhälsoenkäten Barn och Unga i Skåne 2012

Attitydundersökning

Hösten 2012 gjorde Fältgruppen i Ystad en enkätundersökning kring attityder till droger bland ett hundra ungdomar på gymnasiet. Enkäten bestod av tre frågor;

1. Hur farligt är det, på en skala från 1-10, att använda cannabis ibland?
2. Vilket tror du är mest skadligt – att dricka alkohol eller använda cannabis?
3. Vad skulle du göra om någon av dina vänner började röka cannabis eller använda annan narkotika?

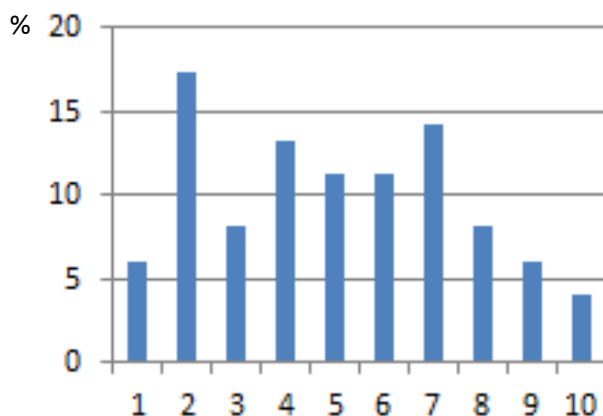
Svaren som presenteras i diagrammen nedan stödjer den uppfattning och känsla politiker, socialtjänst och fältgrupper i kommunerna har kring ungdomars attityder till droger, och som även kommer fram via tull, polis, skolor, föräldrar och unga. Utöver sina svar på frågorna lämnade ungdomarna även kommentarer såsom ”light drog, inget farligt”, ”röker lite då och då utan problem”, ”röker för att stressa ner”, ”många fler dör av sprit”, ”uppmuntrar gärna

andra att röka”, ”finns tyngre droger”, ”vill man ha roligt så är detta bra”, ”det finns mycket som är farligt”, ”röker regelbundet”, och så vidare.

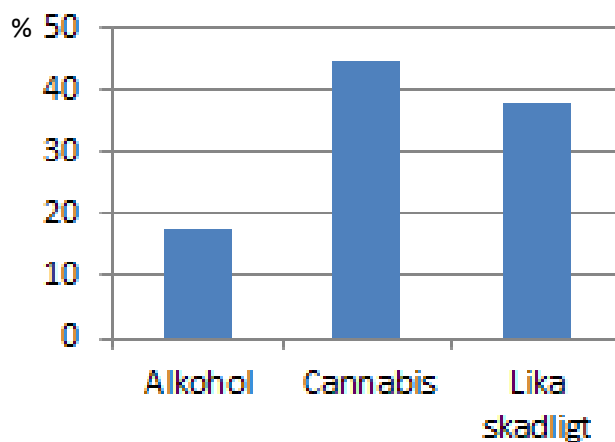
Liknande enkätundersökning kommer att göras i samtliga medverkande kommuner vid projektstart och i samband med årsrapporterna för att se förändringar i attityder bland ungdomarna i den primära målgruppen.

Hur farligt är det, på en skala 1-10, att använda cannabis ibland?

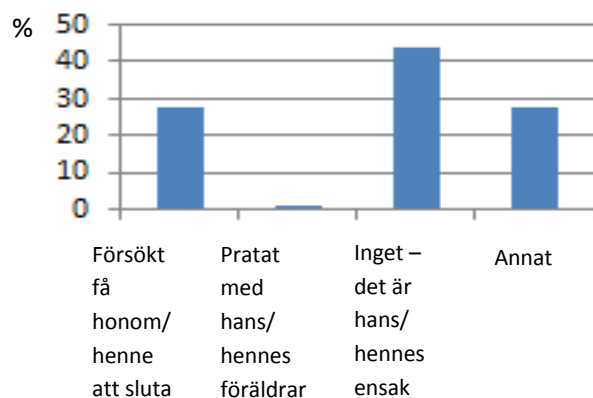
1 = ofarligt 10 = mycket farligt



Vilket tror du är mest skadligt - att dricka alkohol eller använda cannabis?



Vad skulle du göra om någon av dina vänner började röka cannabis eller använda annan narkotika?



SVAR PÅ TAL TILL ARGUMENT OM CANNABIS

Under elevernas researcharbete, på raster, i korridorerna och under elevernas presentationer i klassrummet – överallt kommer diskussioner kring cannabis och droger att uppstå. Därför är det viktigt att lärare, skolpersonal och alla involverade i projektet har kunskap och argument att bemöta ungdomarna med. Nedan finns en argumentationskatalog, skriven av Thomas Lundqvist (leg psykolog) och Amelie Andersson (socionom) på Rådgivningsbyrån i narkotikafrågor i Lund.

Cannabis är en medicin.

1. Du upplever att du får hjälp av cannabis så som en medicin. Är det stressrelaterat och smärtrelaterat? Det lindrar för stunden men dock bara kort, därefter förvärras upplevelsen av symtomen. Det innebär att då måste man börja om med rökandet som sen i sin tur lindrar, men efter en kort period släpper effekten och symtomen återkommer. Cannabis tar inte bort grunden till symtomen utan bara lindrar för stunden.

2. När det gäller begreppet medicin som läkemedel så måste ett antal villkor uppfyllas för att det ska bli ett läkemedel. Det gör inte cannabis som helhet, däremot används substanser ingående i cannabis som medicin för extremt överviktiga och svårighet att hålla balansen vid multipel skleros. Dessa substanser fungerar enbart när kroppen signalerar alarm.

Det finns inga studier som visar att cannabis är farligt.

- *Kroppsligt*

1. Cannabis påverkan på andningsorganen

De viktigaste kända långsiktiga skadeverkningarna inom andningssystemet är kronisk bronkit och cellförändringar i luftvägarna. Det föreligger ett orsakssamband mellan långvarig cannabisrökning och kronisk bronkit. Det finns indikationer att enbart cannabisrökning inte ökar risken för fullt utvecklad KOL. Kombinationen av cannabis och tobaksrökning ger däremot en synergistisk riskökning för sjukdomen KOL.

Cannabisrökens dokumenterade innehåll av cancerogena substanser och fynd av förstadium till cancer som påvisats vid undersökning av stora grupper cannabisrökare, utgör indicier för cannabis cancerframkallande effekter. När dessa undersökningsresultat kombineras med de många rapporterna om sambandet mellan tidig debut av cancer i övre luftvägarna och cannabisrökning, får cannabisrökens cancerframkallande egenskaper anses vara bevisade.

2. Cannabis och hjärt-kärlsystemet

För personer med kranskärlssjukdom eller högt blodtryck utgör rökning av cannabis en uppenbar risk för symtomförsämring, det vill säga gamla, hjärtsjuka eller personer med högt blodtryck har ytterligare skäl att avstå. Fallpresentationer och översikter över två decenniers fallrapporter visar en helt ny bild när det gäller ungas risk att i anslutning till cannabisrökning få akuta hjärtkärlsjukdomar. En serie hjärtinfarkter har rapporterats, 6 dödsfall, 12 fall med stroke och 4 allvarliga TIA-attacker. TIA innebär att en mindre del av hjärnan drabbats av övergående syrebrist. Symtomen har avklingat under ett dygn. Vidare har ett ökat antal av den sällsynta cannabisarteriten rapporterats. Det är en inflammation i pulsåderväggen som är kronisk.

3. Cannabis och fertilitet

Cannabisrökning stör hormonbalansen hos både män och kvinnor. Forskningen kring denna effekts betydelse för mäns och kvinnors fertilitet har givit motsägelsefulla resultat. Det kvarstår dock en misstanke att cannabisrökning ger en relativ fertilitetsminskning hos båda

könen, en fertilitetssänkning som får betydelse framför allt om andra tendenser till låg fertilitet föreligger.

4. Cannabis effekter på immunsystemet

Trots nästan tre decenniers forskning måste frågan om cannabisrökens effekt på människans immunsystem fortfarande betraktas som obesvarad.

- *Psykiskt*

Under senare år har ett antal studier visat att hjärnan automatiskt kompenserar för de specifika områden som cannabinoiderna påverkar. När områden som är specifikt designade för att utföra en tankeoperation inte längre fungerar optimalt, söker sig processen alternativa vägar. Effekten blir en felprogrammering som har en viss tröghet när man slutar använda cannabis och ska återställa de ursprungliga funktionerna. Neuropsykologiska tester har svårt att fånga denna nedsatta funktion. Vissa cannabisrökande individer kan trots en kliniskt synlig kognitiv funktionsnedsättning visa bra resultat på begåvningsstest, framförallt beroende på att de har en hög begåvning.

1. Följande förmågor har visat sig försämrade då man vaneanvänder cannabis i ungdomsåren.
 - Försämrade förmåga till långsiktig strategisk planering
 - Sämre koncentrationsförmåga
 - Korttidsminnet försämrade
 - Ökad tankemässig rigiditet
 - Svårare att kunna lära av erfarenhet
 - Minskad förmåga till att kunna hålla uppmärksamheten uppe
 - Sämre förmåga att kunna bearbeta information
 - Sämre på att kunna genomföra tankeoperationer av komplex natur
2. Om man slutar använda cannabis finns en möjlighet att de kognitiva funktionerna återställer sig.

Denna något försiktiga ansats beror på att forskningsunderlaget för långtidseffekter av cannabis på kognitiva funktioner är svårsorterat och att det i praktiken är omöjligt att dra några säkra slutsatser. Det finns åtminstone tre aspekter på detta. Den första är att cannabiseffekten släpper inom en kort period efter avslutat användande. Den andra aspekten är att mätinstrumenten inte är tillräckligt precisa för att mäta nyanser. Den tredje aspekten är att hjärnan skapar nya vägar för att sträva mot en normalisering. Problemet i det sist nämnda fallet är att processen blir oprecis eftersom informationshanteringen äger rum i fel områden. Långvarigt cannabisanvändande ger också en tröghet i systemet som innebär att om man inte är medveten om att man måste anstränga sig så händer det inget. Kunskapen om dessa förutsättningar kommer framför allt från en

kombination av kliniska observationer och fynd från studier på hjärnans förmåga att utföra tankeprocesser.

Studier på eliminationsprocessen visar en fortsatt påverkan. Efter 7 – 21 dagars avhållsamhet har följande symtom iakttagits:

- Uppmärksamhetsförmåga och koncentration är fortsatt sämre hos vaneanvändare av cannabis under aktuell tidsperiod jämfört med kontroller som inte tidigare använt cannabis.
 - Det finns visst stöd för att beslutsfattande är fortsatt försämrat samt att benägenheten att ta risker är fortsatt högre bland vaneanvändare av cannabis under aktuell tidsperiod jämfört med någon som aldrig använt cannabis.
 - De allra flesta studier visar ett tydligt samband med fortsatt högre impulsivitet bland vaneanvändare av cannabis i aktuell tidsperiod jämfört med personer som aldrig använt cannabis.
 - För språklig förmåga är forskningsfynden något oklara men det verkar som att vaneanvändande ger kvarstående försämringar i språklig förmåga jämfört med dem som aldrig använt cannabis inom angivet tidsfönster.
-
- *Socialt*

Cannabis avskärmande effekt gör det svårare för vanerökaren att relatera till sin sociala omgivning. Till detta kommer en nedsatt förmåga till att relatera till sin historia och sin framtid. Mognadsutvecklingen i ett socialt sammanhang påverkas eftersom individen dels inte har utvecklat sina egna åsikter och krav och dels inte bryr sig om omgivningens åsikter och krav.

Cannabis är mindre skadligt än alkohol.

Cannabis och alkohol är två helt olika droger som båda på olika sätt påverkar kortsiktigt och långsiktigt fungerande. En jämförelse mellan alkohol och cannabis negativa effekter utifrån vetenskapliga studier (Kalant, 1999) visar följande:

Alkoholen påverkar människors upplevelser generellt och ger därför liknande rus som cannabis, men inte de förstärkningar av inre och yttre upplevelser och den utdragna eftereffekten på flera dagar som är typiskt för cannabis.

- *Akuta effekter*

De huvudsakliga riskerna med cannabis har vissa likheter med de akuta riskerna vid alkoholintoxikation.

1. Båda drogerna producerar psykomotoriska och kognitiva försämringar, speciellt i minne och planering. Försämringen som alkohol producerar ökar risken att råka ut för

olyckor. Det kan också öka sannolikheten att blir involverad i ett riskbeteende, såsom farlig bilkörning och osäkert sex. Emedan cannabisruset ökar riskerna för olycksfall i riskfyllda situationer, kvarstår det dock att fastställa i vilken grad den ökar sannolikheten att bli involverad i riskbeteende.

Alkohol- och cannabisruset tycks skilja sig åt vad det gäller relationen till avsiktligt och oavsiktligt olycksfall. Alkohol är starkt associerat med aggressivt och våldsamt beteende.

Orsakssambandet mellan dryckesmönster och till vilken grad man blir berusad förblir en kontroversiell fråga när man kommer till enskilda individer, sambandet är komplext. Det finns goda orsakssamband som visar att förändringar i dryckesnivån påverkar olycksförekomst av våldsamma brott, åtminstone inom vissa grupper. Det finns också en ökande bevisnivå för att alkohol kan spela en roll vid självmord. Det finns väldigt lite som tyder på ett orsakssamband mellan cannabis och aggression/våld, åtminstone i de nuvarande utvecklade samhällena.

2. Det finns en stor hälsorisk vid akut alkoholrus som inte delas med cannabis. I stora doser kan alkohol vara dödligt, medan det inte finns några rapporter om dödlighet vid höga doser av cannabis.
3. Kroniska effekter

Det finns ett stort antal olika risker med tungt kroniskt alkoholmissbruk, som antagligen delas med tungt regelbundet cannabismissbruk.

- a) Allt tungt missbruk ökar risken för utveckling av ett beroendesyndrom i vilket missbrukaren upplever svårigheter att sluta eller att ha det under kontroll. Det finns starka bevis för att alkohol skapar ett beroende och tillräckligt bra bevis när det gäller cannabis. En stor skillnad är att abstinenssymptomen hos cannabis är ringa och milda på grund av cannabis karaktär som fettlöslig drog och förmåga att vara aktiv långt efter det man intagit det.
- b) Det finns rimliga kliniska bevis för att tungt missbruk av både cannabis och alkohol kan skapa psykotiska symptom och psykoser hos vissa personer, antingen under båda drogernas akuta rus eller under abstinensprocessen hos alkoholmissbrukare. Det finns ett antal kliniska studier som visar att tungt kroniskt cannabismissbruk producerar en toxisk psykos. Det finns studier som ger bevis att tungt kroniskt cannabismissbruk kan påskynda schizofreniutveckling hos personer med ärftlighetsbelastning, och än starkare bevis att fortsatt cannabisbruk förvärrar schizofreniutvecklingen.
- c) Det finns bra bevis att kroniskt alkoholbruk indirekt kan skapa hjärnskador (Wernicke-Korsakov syndrom) med kraftiga minnesstörningar och försämrad förmåga till planering och organisering. Med fortsatt tungt alkoholmissbruk och i frånvaro av

vitamintillförsel, kan dessa skador skapa icke-reversibla skador. Det finns goda bevis för att cannabis inte skapar denna allvarlighetsgrad av kognitiv försämring. Det finns tecken på att cannabis skapar diskreta brister i kognitiv funktion, vilket både kan eller inte kan vara reversibla efter abstinensen.

- d) Det finns starka bevis för att tungt kroniskt alkoholmissbruk negativt påverkar yrkesskickligheten och prestationen hos vuxna, samt utbildningsprestationen hos unga vuxna. Det finns indikationer på att cannabis skapar, dock mer diskreta, försämringar i yrkes- och utbildningsbeteenden hos unga vuxna och vuxna. Inom forskning kallar man funktionsnedsättningarna diskreta, men i kliniska situationer observerar vi stora problem för individen med att hantera inlärning och utbildning.
- e) Det finns starka bevis på att kroniskt tungt alkoholmissbruk ökar risken av för tidig död på grund av olyckor, självmord och våld. Det finns inga jämförbara bevis för kroniskt cannabismissbruk. Det är dock sannolikt att beroende cannabismissbrukare, som kör bil ofta och under cannabispåverkan, ökar risken för oavsiktlig skada eller död.
- f) Alkoholbruk anses vara orsaken till cancer i olika vävnader, i matsmältningsorgan och vid bröstcancer hos kvinnor. Det finns kliniska indikationer på att cannabisrökning också är en bidragande orsak till cancer i lungsystemet.
- g) Alkohol är den största faktorn för levercirrhosis, även inblandat vid gastritis, högt blodtryck, stroke, hjärtarytmi, kardiomyopati, pancreatitis och poly neuropati. Å andra sidan, regelbundet lätt drickande är associerat med en reduktion av risk för hjärtsjukdomar. Inga liknande skadliga eller beskyddande effekter har rapporterats för cannabis.
- h) Det finns bra bevis för att en anseelig mängd alkoholintag under graviditeten kan producera fosterskador. Det finns indikationer men långt ifrån bindande bevis att cannabis kan orsaka utvecklingskador på fostret. En motsvarighet till alkoholsyndrom hos fostret har inte kunnat fastställas hos cannabis.

Eftersom det är kriminellt att röka cannabis blir jag stämplad av samhället som kriminell. Det är alltså hur samhället ser på en person som röker cannabis som är ett problem och därför borde det vara lagligt.

Orsaken till att det är kriminellt är att myndigheter med ansvar för medborgarnas hälsa, på vetenskaplig grund anser att cannabis är hälsoskadligt. Detta är också formulerat i FN:s drogkonvention 1961 och FN:s psykotropa konvention 1971.

Det är ett naturpreparat.

Att cannabis är en del av naturen är inte synonymt med att det är oskadligt för människan. Många växter i naturen är skadliga för människan att inta.

Man dör inte av att röka cannabis.

Nej man dör inte av att röka cannabis eftersom man inte kan överdosera. Det beror på att det inte finns cannabinoidreceptorer i hjärnstammen. Dessa mottagare finns i stor täthet enbart i de områden som är ansvariga för intellektuella funktioner. Om de hade funnits även i livsuppehållande områden så hade man med stor sannolikhet kunnat dö eftersom cannabinoiderna har en hindrande effekt på systemets processer.

Jag blir lugn/glad/kreativ/...av cannabis.

Cannabis förstärker upplevelser och välbefinnande under det akuta ruset, men samtidigt minskar förmågan till inre kontroll, kritisk granskning, planering och att fatta beslut. Det finns hela tiden två aspekter på det akuta ruset som man får beakta. I det kroniska ruset får man svårare att reflektera och man blir avskärmd från sin inre och yttre värld. Så rubriken beskriver en effekt av det akuta ruset, samtidigt som individen behöver bli medveten om att det finns en kronisk påverkan som också kan göra den nedstämd, ge humörsvängningar och att man inte kan använda sin kreativa förmåga. Det kroniska tillståndet utvecklas till ett nytt normaltillstånd, vilket innebär en lägre allmän funktionsnivå men också sinnestämningen.

Röker man bara var sjätte vecka så är det inte farligt eftersom det på den tiden hinner gå ur kroppen.

Cannabis har en eliminationsprocess som längst tar cirka sex veckor, men detta beror på hur mycket som finns lagrat i kroppen. Om man är ung så pågår eliminationen under en kortare tid. Det finns en klinisk erfarenhet att uppbyggnaden tar cirka två år av regelbundet användande. Så efter det kan man säga att det tar cirka sex veckor. Du kan också få den här pålagringen genom att röka tre gånger i veckan eller mer under en sex månaders period. Vi har idag inga siffror som ger mer exakt information än detta. Det är viktigt att påpeka att om du röker så sällan så får du ändå en nedsatt funktionsförmåga dagarna efter. Se ovan på psykisk påverkan. Däremot har cannabis den effekten att man är olämplig att handha maskiner och vara pilot i ett flygplan.

Det finns så många andra problem i världen som är värre än att jag röker cannabis.

Ja, det finns många svåra problem i världen men det utesluter inte att det också är ett problem att röka cannabis. Av de som fastnar i ett regelbundet användande är övervägande delen innan debuten redan präglade av ångest och depression och andra psykiatriska symtom. Så därför bör varje cannabisrökande individs problembild belysas. Någon annans problem gäller inte som jämförelse.

Jag kan sluta röka när jag vill men jag vill inte just nu.

Cannabis kan först ge en känsla av förälskelse och sedan en känsla av kärleksrelation, där allt negativt om substansen effektivt sorteras bort. Därför bör diskussionen fokusera på varför du inte vill sluta just nu och hur det ska se ut om du ska sluta.

Jag kommer inte att bli beroende.

Ingen som börjar röka tänker på att de kan bli beroende, men ändå uppnår cirka 10 procent av dem som testar kriterierna för beroende. Ca 20 procent av dem som testar blir psykiskt beroende på en sådan nivå att det allvarligt påverkar deras vardagsfunktion. Naturligtvis vet man inte i vilken kategori man är innan man har hamnat där.

Det är ju legalt i Holland, där får man röka cannabis utan att det ses som ett problem.

Cannabis har naturligtvis samma effekt oavsett vilken laglig status det har. Det man har gjort i Holland och i några andra länder är att man har tillåtet innehav för eget bruk.

Alla röker cannabis.

Fakta är att cirka 90 procent av befolkningen i Sverige inte har någon erfarenhet av cannabis och av de 10 procent som har erfarenhet har den största andelen bara testat och sedan inte rökt mer.

Jag fungerar bättre när jag är lagom stenad. Jag har en brist som måste kompenseras med cannabis.

Initialt kan vissa personer uppleva att de mår och fungerar bättre med hjälp av cannabis, till exempel med koncentration, men ganska snart kommer den förbättringen att vändas så att man mår och fungerar sämre än innan man började röka. Vill man må och fungera bättre

långsiktigt behöver man hitta andra lösningar. När man har rökt så pass länge att den kroniska eftereffekten blir ett nytt normaltillstånd så upplevs det akuta ruset som ett energitillskott. Dock har man fortsatt en nedsatt funktionsnivå.

Jag känner många som blir negativt påverkade av cannabis men jag påverkas inte så.

Hur cannabis påverkar människor är mycket individuellt och därför är det bara intressant att se till hur det har påverkat en själv och inte jämföra sig med andra. Att använda det här argumentet gör bara att man låter bli att fokusera på hur man själv påverkas, vilket lättar ens egen oro över att det inte skulle vara bra för en.

Cannabisförbudet inskränker individens frihet.

För att svara på den frågan bör vi först definiera frihet. Det finns ett samhälleligt ansvar att se till medborgarnas hälsa. Om en substans är negativt påverkande så bedöms det som att den inte ska användas. Det ansvaret kan inte läggas på den enskilda individens förnuft.

Cannabis är ingen inkörsport till tyngre droger.

De flesta missbrukare i Sverige är cannabisrökare och inget annat. Däremot så finns det forskningsresultat som visar att belöningssystemet reagerar mer känsligt för andra droger. Men det är inget stabilt orsakssammanhang att man automatiskt går vidare till andra droger.

Vi har cannabisreceptorer, därför är det meningen att man ska röka cannabis.

Cannabisreceptorerna tar emot kemiska signaler från kroppen för att agera i ett sammanhang. Denna kontakt sker i millisekunder. Om du tillför cannabis utifrån så blockeras kroppens egna mekanismer, vilket sker efter en viss periods användande. Det kroppsegna systemet har många uppgifter, till exempel:

- motoriskt beteende
- kognitiva funktioner, subjektiv perception och självkänedom
- smärtupplevelse
- aptit och matintag
- drog- och alkoholberoende
- hormonutsöndring
- reproduktion
- immunrespons
- gastrointestinal och cardiovascular funktion

Det är min kropp så jag bestämmer själv vad jag gör med den.

Vi bestämmer till en viss gräns, men om vi utsätter oss själva för fara så tar samhället över, exempelvis Lagen om vård av missbrukare (Lvm) och Lagen om vård av unga (Lvu). En orsak till att cannabis är olagligt i Sverige är att den är skadlig för kroppen. Är man under 18 år så är man omyndig och då bestämmer föräldrarna. Det finns alltså många begränsningar.

Cannabis är inte alls farligt eftersom jag känner många cannabisrökare som fungerar alldeles utmärkt med jobb, familj och villa.

Hur vet vi hur dessa individer kvalitativt fungerar när de röker cannabis jämfört med när de är drogfria? Har du ställt frågor som belyser dennes språkliga förmåga, förmåga att dra korrekta slutsatser, flexibilitet i tanken och närminnesfunktionen? Hur är relationen till deras närstående? Det finns för oss ingen möjlighet att kontrollera påståendet. Naturligtvis är det olika hur olika personer anpassar sig till de förutsättningar som cannabinoiderna ger oss. Om man till exempel har lyckats anpassa sig så kan man leva länge i sin haschbubbla. Det kan till synes se ut som ett välfungerande liv där det dock krävs ett antal externa kontrollfunktioner, såsom familj, vänner och arbete, för att cannabisanvändaren inte ska dra iväg i ett förlamande missbruk. Individens inre kontroll försvinner i det akuta ruset och är sedan försämrat under cannabinoidernas utsöndringsperiod. Denna utsöndringseffekt blir mer markant ju oftare man röker.