

MANU

Hash



Oqaloqatigiinnissamut ilitsersuut
Samtalevejledning

MANU Hash - Oqaloqatigiinnissamut ilitsersuut
MANU Hash 2017-imi Namminersorlutik Oqartussanut suliarineqarpoq God Barndom S/I-imit.

MANU Hash - Samtalevejledning
MANU Hash er udviklet for Selvstyret i Grønland af S/I God Barndom i 2017.

© God Barndom S/I

Najoqqutassiamik inerisaasut, allattut aqqissuisullu | Konzeptudviklere, tekst og redaktion:
John Andersen, cand.psych.
Camilla Brandi Anshøj, cand.pæd.
Else Guldager, sundhedsplejerske, ph.d.

Suliniummik aqutsisut | Projektlejelse:
Kasper Brix Bærndt, peqqinnissamut tunngasunik siunnersorti | sundhedsfaglig konsulent
Lisa Christiansen, seqqissutsimut siunnersorti | sundhedsfaglig konsulent
Rikke Louise Kuhn, inerisaanermut siunnersorti | udviklingskonsulent

Suleqatigiissita | Arbejdsgruppe:
Nivé Heilmann, Suliniummik aqutsisoq | projektleder, Blå Kors
Helga Andersen Iversen, Imigassaq ikiaroorartullu pillugit Siunnersuisoqatigiinni siulittaasup tullia | næstformand i Alkohol- og Narkotikarådet
Britta Nielsen Johansen, Kalaallit Nunaanni Politiini pinerlutaaletsinermik ataqqatigiissaarisooq | kriminalpræventiv koordinator, Grønlands Politi
Grethe Kramer Berthelsen, pisortaq, Katsorsaavik Nuuk | direktør, Katsorsaavik Nuuk
Joori Lundblad, katsorsaanermi pisortaq, Katsorsaavik Nuuk | behandlingsleder, Katsorsaavik Nuuk

Assitaliussat | Illustration: Christian F. Rex, Deluxus Studio
Ilusilersornera | Layout: Maria Motzfeldt, Marivik
Nutsernera | Oversættelse: Kunuunnguaq Fleischer
Naqinneqarfia | Tryk: Eks-Skolens Grafisk Design & Tryk. www.eks-skolens.dk

MANU Hash – Oqaloqatigiinnissamut ilitsersuut pillugu paasisutissat annertunerusut uaniipput |
For yderligere oplysninger om MANU Hash – Samtalevejledning:
www.peqqik.gl
www.god-barndom.dk

MANU Hash Namminersorlutik Oqartussanit atorqeersinnaavoq.
Atortussianik allatut atuineq allakkatigut akuerineqaaarluni aatsaat pisinnaavoq.

MANU Hash må anvendes af Selvstyret i Grønland.
Al anden brug af materialet eller dele heraf kræver skriftlig tilladelse.

MANU

Hash

Oqaloqatigiinnissamut ilitsersuut
Samtalevejledning



Peqqissutimut Pitsaaliuinemullu Aqutsisoqarfik
Styrelsen for Sundhed og Forebyggelse



NAALAKKERSUISUT
GOVERNMENT OF GREENLAND



Imai | Indhold

Siulequt

1. Aallaqqaasiut	6
2. Oqaloqatigiinnerup siunertaa	6
3. Oqaloqatigiinneq sioqqullugu	8
Oqaloqatigiinnissaq pilersaarusiorlugulu eqqarsaatigiuk	9
Ajornartorsiutit hashimik pujortarnerup tunuliaqutarisai	10
Naapeqatigiinneq siulleq	10
4. Oqaloqatigiinneq	12
Oqaloqatigiinnerup aallartinnera	12
Qulaajaaneq kajumilersitsinerlu	12
Allanngorneq	16
Allannguissamut pilersaarut	18
Allannguneq aalajangiussimajuk	18
5. Oqaloqatigiinnerup naggaserneru	20
6. Oqaloqatigiinnerup kingorna	20
Malitseqartitsineq	20
Katsorsartinnermut ikaarsarneq	20
Innersuussutit	22

Forord

1. Indledning	7
2. Formål med samtalen	7
3. Før samtalen	9
Planlæg og overvej samtalen	9
Problemer bag hashrygningen	11
Det første møde	11
4. Samtalen	13
Starten på samtalen	13
Afklaring og motivation	13
Forandringen	17
Planer for forandringen	19
Fasthold forandringen	19
5. Afrunding af samtalen	21
6. Efter samtalen	21
Opfølgning	21
Overgang til behandling	21
Referencer	22

Siulequt

Naalackersuisut angajoqqaajuneq patajaallisarniarlugu suliniuteqarput, angajoqqaanngortussallu ta-
maasa angajoqqaanngornissamut piareersarlutik pikkorissarnissaannik neqeroorfigalugit. MANU-mi
– Angajoqqaanngortussanik piareersaalluni pikkorissartitsinerup nanginneratut Peqqissutsimut Naalak-
kersuisoqarfiup Peqqinnissaqarfik suleqatigalugu angajoqqaanngortussanut sulisunullu saaffiginnilluni
atortussiat suliaraat, naartunerup milutsitsinerullu nalaani hashimik atuinisseq pinaveersaarumallugu.

MANU Hash – Oqaloqatigiinnissamut iltersuut sulisunut angajoqqaanngortussanik angajoqqaangor-
laanillu hashimik pujortartartunik naapitaqartartunut saaffiginnippoq. Mappersakkap qanoq iliorlutit
angajoqqaanngortussat hashimik pujortartarunnaarnissaannik imaluunniit katsorsartinnissaannik kaju-
milersissinnaaneritit paasissutissiisutigivaa.

Agathe Fontain



Peqqissutsimut
Nunat Avannarliit
Suleqatigiinnerannullu
Naalackersuisoq

Doris J. Jensen



Ilinniartitaanermut,
Kultureqarnermut, Ilisimatu-
sarnermut, Ilageeqarnermullu
Naalackersuisoq

Sara Olsvig



Isumaginninnermut, Ilaquta-
riinnermut, Naligiissitaanermut
Inatsisinillu Atuutsitsinermut
Naalackersuisoq

Forord

Naalackersuisut arbejder med at styrke forældreskabet og tilbyder alle kommende forældre MANU for-
ældreforberedelseskursus. I forlængelse af MANU forældreforberedelseskursus har Departementet for
Sundhed i samarbejde med Det Grønlandske Sundhedsvæsen udarbejdet materiale henvendt til kom-
mende og ny forældre og til fagpersonalet for at forebygge brug af hash under graviditet og amning.

MANU Hash – Samtalevejledning er henvendt til alt fagpersonale, som møder kommende og nye foræl-
dre, der ryger hash. Pjecen giver viden om, hvordan du kan motivere de kommende forældre til at stoppe
eller gå i misbrugsbehandling.

Agathe Fontain



Naalackersuisoq for Sundhed
og Nordisk samarbejde

Doris J. Jensen



Naalackersuisoq for Uddannel-
se, Kultur, Forskning og Kirke

Sara Olsvig



Naalackersuisoq for Sociale
Anliggender, Familie, Ligestilling
og Justitsvæsen

1. Aallaqqaasiut

Inuuneritta II-mi, 2013-imiit 2019-imut innuttaasut peqqissusaannut naleqqiullugu politikikkut anguniakkanik pe-riusissianillu allaaserinniffiusumi, qitiutinneqarput imigassaq aamma hash, tupatorneq, timip atornissaa nerisallu.

Inuuneritta II-mi imigassamut hashimullu tunngatillugu anguniagassatut aalajangiussat tassaapput meeqqat inuusuttullu atornerluilernissaannik pinaveersaartinnissaat. Anguniagaq tamanna piviusunnigortinneqassap-pat pisariaqarpoq ataatsimut isiginnilluni ataqatigiissaakkamillu suliniuteqarnissaq. MANU Hash suliniutip tamatumaa ilagivaa.

Hashimik atornerluineq ajornartorsiutit meeqqat, inuusuttu ilaqutariillu aqqusaartagaasa ilarpassuisa aallaavi-givaat. Tamatumani naartusut immikkut ulorianartorsiorput.

Naalakkersuisut Hashi akiorniarlugu nuna tamakkerlugu iliuusissatut pilersaarummi 2017-imeersumi anguniak-kat piffissallu ilaani anguniagassat makku tikkuarpaat:

- Naartusut hashimik pujortannginnissaat.
- Meeraq sulii inunngunngitsaq hashimik pujortarnermut illersorneqassasoq.
- Meeqqat inersimasunik hashimik sunnigaasimasunik misigisaqartassanngitsut.

MANU Hash isiginiarneqassaaq angajoqqaajuneq tapersorsorniarlugu suliniutinut atatillugu. Pingaartuuvoq oqaloqatigiinnissamut ilitersuutip matuma atortussiat sinnerinut attuumatillugu isiginiarnissaa.

MANU Hashimut atortussiat ukuupput:

1. Hashimik pujortarnerup kinguneri pillugit sulisunut paasissutissiilluni qppersagaliaq.
2. Angajoqqaanngortussanut angajoqqaanngorlaanullu hashimik pujortartartunut paasissutissiilluni qup-persagaliaq.
3. Angajoqqaanngortussanut angajoqqaanngorlaanullu hashimik pujortartartunut titartakkanik filmilaaq.
4. MANU Hash – Oqaloqatigiinnissamut ilitersuummi allaaserineqarput, illit sulisutut qanoq iliorlutit angajoqqaanngortussat angajoqqaanngorlaallu hashimik pujortartarnermikkut unitsitsiniaanerannik killi-liiniarnerannilluunniit ikiuussinnaanersutit.
5. Titartakkanik filmilaaqqat pingasut 30 sekuntikkaat, innuttaasunut tamanut saaffiginnittut.

2. Oqaloqatigiinnerup siunertaa

Pingaarnertut siunertaavoq angajoqqaajunerup tapersorsornissaa, meeqqavit timikkut tarnikkullu peqqissusaa isumannaarneqaaqullugu. Oqaloqatigiinnerup aammattaq qularnaassavaa, angajoqqaanngortussat hashimik pujortartarnerup meeqqamut sulii inunngunngitsimut ilaqutariinnullu kingunerisinnaasaanik ilisimasaqarnissaat.

Ataatannngortussamik anaanngortussamillu oqaloqateqarnermi anguniagaassaaq:

- Hashimik pujortartarnermik unitsivinnissaat,
- hashimik atuinerup meeqqamut sulii inunngunngitsumut meeraaqamullu kingunerinik paasinnilluarnissaat,
- pisariaqarfatiqut katsorsartinnissamut kajumilersinnissaat,
- attaveqarfigisartakkani qanoq tapersorneqarsinnaanerup paasinissaa, soorlu ilaqtutanit ikinngutinilluunniit, annermik angajoqqaat katsorsartinnissamut sulii piareeqqanngippata.

Oqaloqatigiinnerup ataatsip ikittunnguilluunniit ingerlaneranni anguneqarsinnaasut assigiinngitsuuapput. Taamaammat Siusissumik Suliniummut peqataaqusilluni innersuussinissaq pingaartuuvoq, qulaani anguniak-kat taaneqartut angunissaannut annertunerusumik suliniuteqarnissaq pisariaqarpat.

1. Indledning

Folkesundhedsprogrammet Inuuneritta II, som beskriver de politiske målsætninger og strategier for folkesund-heden i perioden 2013-2019, har fokus på alkohol og hash, rygning, fysisk aktivitet og kost.

De vedtagne målsætninger på alkohol- og hashområdet i Folkesundhedsprogrammet Inuuneritta II er at fore-bygge, at børn og unge starter et misbrug. For at indfri denne målsætning er der behov for en helhedsorienteret og koordineret indsats. MANU Hash er en del af denne indsats.

Misbrug af hash ligger bag en betydelig del af de problemer, som børn, unge og familier konfronteres med. Gra-vide er en særlig udsat gruppe.

Naalakkersuisut peger i National indsatsplan mod hash fra 2016 på følgende mål og delmål:

- At gravide ikke ryger hash.
- At det ufødte barn skal beskyttes mod hashrygning.
- At ingen børn oplever voksne, som er påvirkede af hash.

MANU Hash skal ses i sammenhæng med de bestræbelser, der gøres for at understøtte forældreskabet. Det er vigtigt, at denne samtalevejledning ses i sammenhæng med de øvrige materialer.

Materialet til MANU Hash består af:

1. Informationspjece til fagpersoner om konsekvenserne af at ryge hash.
2. Informationspjece til kommende og nye forældre som ryger hash.
3. Animationsfilm til kommende og nye forældre som ryger hash.
4. MANU Hash – Samtalevejledning beskriver, hvordan du som fagperson kan hjælpe med til at stoppe eller begrænse hashrygning hos kommende og nye forældre.
5. Tre spots (animationsfilm på 30 sekunder) målrettet alle borgere.

2. Formål med samtalen

Det overordnede formål er at støtte op om forældreskabet, så barnets fysiske og mentale sundhed sikres. Sam-talen skal også sikre, at de kommende forældre kender konsekvenserne for det ufødte barn, spædbarnet og familien ved rygning af hash.

Målene for samtalen er, at den kommende far og mor:

- Helt stopper med at ryge hash,
- Får afklaret forbrugets betydning for det ufødte barn og for spædbarnet,
- Bliver motiveret til at deltage i et behandlingsforløb, hvis det er nød-vendigt,
- Afklarer, hvilken støtte der kan mobiliseres i netværket, fx hos familie eller venner, særligt hvis forældrene ikke er parat til behandling.

Det vil være meget forskelligt, hvad der kan opnås i løbet af en eller nogle få samtaler. Derfor er det vigtigt at henvise til deltagelse i Tidlig indsats, når der kræves en større indsats for at opnå målene, som er beskrevet ovenfor.



3. Oqaloqatigiinneq sioqqullugu

Oqaloqatigiinnissaq pilersarusiorlugulu eqqarsaatigiuk

Hashimik pujortararnej assigiinnisitaartorujussuuvuq. Tassaasinnaavoq qaammammut ataasiarluni annikinneru-sumilluunniit ataasiarluni pujortarnermiit, sapaatip-akunnerisa naanerini pujortarnermut – ilutigisaanillu ulluinnar-ni ajunngitsumik ingerlalluni, kiisalu tassaasinnaalluni ulluinnarisap annertuumik sunnerneqarfisigaanik atuineq.

Soorunami immikkut maluginiagassaavoq hashimik pujortartartoq naartuppat, qanorluunniit pisoqaraluarpat hash meeqqamut ulorianarmat.

Akulikitsumik qaqutiginnarluunniit hashimik pujortararnej pisaraluarpalluunniit, pissutsit eqqarsaatigisassat oqaloqatigiinnerullu pilersarusiorneranut ilaatittariaqartut arlaqarput.

Tatigeqatigiinneq qanimullu paaseqatigiinneq oqaloqatigiilluarnissamut pingaartuupput. Ilaanni naartusoq ilisa-risimareertassavat, immaqalu ilisimasaqarputit illit pingaartut isigisannik, angajoqqaanngortussalli eqqartoru-sunngisaannik. Imaluunniit imaassinnaavoq naartusoq aappaaluunniit nammineq inuttut ilisarimalluarit. Ima-luunniit naartusoq aappaalu pillugit ataatsimiinneq sioqqullugu tusatsiagaaqarsimasutit. Imaluunniit ... Matumani aalajangiussimajuartariaqarpoq oqaloqatigiinnerup siunertarimmaqu hashimik pujortararnej unitsinnissaa. Pisariaqarfatiqullu katsorsartinnissamut kajumilersitsinissaq.

Imminnut ilisarimareernej pissuserissaarnissamut naleqqiullugu unaminartuuvuq, nipangiussisussaatitaa-neq pillugu erseqqiffaarissumik isumaqatigiissuteqarnissamik piumasaqaatitaqartoq. Aamma assigiinnigitsunik pisoqarnera pissutigalugu, suleqativit ajornanngippat oqaloqatiginninnermik ingerlatsinissaa qinnuiginissaa pitsaanerussaavoq.

Hash pillugu oqaloqateqarnej sulisutut oqaloqatiginninneruvoq. Sulisutut oqaloqatiginninnermi illit sulisutut, inuttut pissutsit atorsinnaavat, illiullutillu. Kisianni illit inuunniit misilittakkatit oqaloqatigiinnermut akuutissanngilatit. Oqaloqatigiinneq tassaalinngisaannassaaq inuit imminnut ilisarimasat akornanni oqa-loqatigiinneq. Ilutigisaanik sulisutut annertuumik isumagissavat, oqaloqatigiinnerup ima avatangiiseqarnissaa, angajoqqaanngortussat misigalugu isumassuineq ataqinninnerlu pingaartinneqarlunartut.

Pingaartuuvuq meeqqamik isumassuineq aamma angajoqqaanngortussat meeqqamik pitsaanerpaamik inuu-neranik aallartitsinissaat qitiutittuassallugit. Oqaloqatigiinneq meeqqamut attuumassuteqarnerup qitiuneranik imaqartinneqarsinnaappat, arlalitsigut tamanna pilersitsiffiusumik atorsinnaasarpoq, angajoqqaat hashimik pujortararnermikkut unitsitsinissamut kajungilissutigisaannik.

Piffissaq oqaloqatigiinnermut atornerqartoq aamma pingaaruteqarpoq. Qanoq annertutigisumik angusaqar-sinnaanissinnut aamma qanoq oqimaatsigisutut oqaloqatigiinnerup misigineqarneranut. Oqaloqatigiinnerni arlalinni immikkoortut ilitersuummi taaneqartut tamakkerneqarsinnaanngillat. Taamaattoqartillugu aallaavigi-sariaqarpatit nukissaqarfunerpaat, hashimillu pujortararunnaarnissamut periarfissanik siuarsaanerpaasut.

(U-turn isumassarsiffiuvuq)



3. Før samtalen

Planlæg og overvej samtalen

Rygning af hash er noget meget forskelligt. Det kan variere lige fra, at man tager en joint en gang om måneden eller mindre, over rygning i weekenderne, hvor man samtidigt fungerer i hverdagen, og til forbrug som påvirker hverdagslivet i alvorlig grad.

Det har selvfølgelig en særlig betydning, hvis hashrygeren er gravid, fordi hash under alle omstændigheder er en risiko for barnet.

Uanset om der ryges hash ofte eller kun en gang imellem, er der en række forhold, som skal overvejes og indgå i planlægningen af samtalen.

Gensidig tillid og fortrolighed er afgørende for den gode samtale. Nogle gange kender du den gravide og hendes familie i forvejen, og du har måske en viden, som du finder vigtig, men som de kommende forældre ikke vil tale om. Eller det kan være, at du kender den gravide eller hendes kæreste privat. Eller at du har hørt rygter om den gravide og kæresten inden mødet. Her gælder det om at holde fast på, at det er samtaleformål at motivere til at stoppe rygning af hash. Og at motivere til behandling, hvis der er behov for det.

Det at have forhåndskendskab til hinanden er en etisk udfordring, som kræver en meget klar aftale om tavshedspligt. Og der kan opstå situationer, hvor det er bedre at bede en kollega om at tage samtalen, hvis det er muligt.

Samtalen om hash er en professionel samtale. I en professionel samtale kan du som fagperson bruge din personlighed, og være den du er. Men du skal ikke inddrage erfaringer fra dit privatliv i samtalen. Samtalen må aldrig blive en samtale mellem to privatpersoner. Samtidig skal du som fagperson gøre meget for, at samtalen bliver gennemført i en atmosfære, som de kommende forældre oplever, er gennemsyret af omsorg og respekt.

Det er vigtigt at holde fokus på omsorgen for barnet og på, at de kommende forældre skal give barnet den bedst mulige start på livet. Hvis det er muligt at give samtalen et indhold, hvor relationen til barnet bliver central, kan det ofte lade sig gøre at bruge dette på en konstruktiv måde, der motiverer til at stoppe hashrygningen.

Tiden, der er til rådighed for samtalen, har også betydning. Både for, hvor meget I kan nå at komme ind på i samtalen, og for hvor presset den kan opleves. I mange samtaler vil det ikke være muligt at komme igennem alle de punkter, der er nævnt i vejledningen. Så må dit udgangspunkt være det, der er mest energi i, og som fremmer muligheden for, at hashrygningen stopper.

(Inspireret af U-Turn)



Siunnersuut

Sissuerit! Piffissaalatsilluni oqaloqatigiittoqartillugu oqaaqqissaarinissaq piviusunngorsinnaanngitsunillu siunnersuinissaq qaninnerusarpoq. Ilutigisaanik pingaartuuvoq, naartuneq pillugu oqaloqatigiissutissassinnut allanut naleq-qjullugu, hashimut atassusiinissaq immaqalu oqaloqatigiinneq hashimut tunngasunngorlugu killiliinissaq.

Oqaloqatigiinneq naartusoqalerani sapinngisamik piaarnerpaamik ingerlattariaqarpoq. Meeraq sulii inunngunngitsoq utaqqisnaannigilaq. Appaatigulli immaq pisariaqarsinnaavoq, angajoqqaanngortussat hashimik pujortartarnermik unitsinnissaanut piareernissaat. Tamanna sulisutut inissiffigissallugu ajornakusoortuuvoq. Isumassarsialsalaasinnaavoq akunnattoorfiit naapitatit pillugit suleqativit oqaloqatiginissaat. Immaq Skype aqqutigalugu. Aamma imaassinnaavoq oqaloqatigiinneq ingerlalluarumallugu siunnersorneqaatigalutit oqaloqatigineqarnissat (supervision) pisariaqartillugu misigisutit.

Ajornartorsiutit hashimik pujortarnerup tunuliaqutarisai

Hashimik pujortartarnerup arlalitsigut tassaavoq angajoqqaat hashiinnaanngitsumik ajornartorsiuteqarnerannik ersiutaasoq. Assiliannngorlugu ilulissatut takutinneqarsinnaavoq, hashimik pujortarnerup immap qulaaniilluni, ajornartorsiutillu arlaqartut toqqortarineqarsinnaasut immap ataaniillutik. Immaq tamakku oqaloqatigiinnermi siullermi saqqummissanngillat.

Oqaloqatigiinnermut aallaaviussaaq hashimik pujortartarnerup. Ima annertutigippat, pinngitsuuisinnaajunnaar-simaneq pineqarluni, amerlanertigut katsorsartinnissaaq pisariaqassaaq. Katsorsaanerup ingerlanerani atornerluinerup tunuliaqutarisai tamarmik suliarineqarsinnaapput. Ilulissami takuneqarsinnaasut pineqartut tassaasinnaapput ajornartorsiutit hashimik pujortartarnerup unitsinneqaraluarpalluunniit tammarnaviannngitsut. Tamatumani ikiorsiisoqassappat, annertunerusumik suliniuteqarnissaq pisariaqarsinnaavoq.

Naapeqatigiinneq siulleq

Angajoqqaanngortussanik hash pillugu oqaloqateqarnissamut periarfissaq siulleq tassaagajuttarpoq naartulernermi oqaloqatiginninneq siulleq. Imaappoq angajoqqaanngortussanik naapeqateqaaqqaartup, tamatigut eqqarsaatigisariaqaraa hashimik pujortartarnerup pillugu oqaloqatiginnissanerluni. Aamma ingerlaannaq nalilerneqanngikkaluarpalluunniit, angajoqqaanngortussat Siusissumik Suliniummut innersuunneqartariaqartut.

Naartulernermi oqaloqatigiinneq siulleq sioqqullugu, sulisup angajoqqaanngortussat hash pillugu oqaloqatigisimappagit, naartulernermut atatillugu oqaloqatigiinnermi siullermi malitseqartitsisoqartariaqarpoq. Sapinngisamik piaarnerpaamik periarfissaq atorluarniartariaqarpoq. Kia oqaloqatigiinneq siulleq ingerlanerana apeq-qutaatinnagu, oqaloqatigiinnermut ilisarnaataasariaqarput angajoqqaanngortussanik isumassuineq maannalu inissisimanerannik ataqqinninneq.

Oqaloqatigiinnerit ilaanni hash pissusissamisuuginnartumik oqaloqatigiinnermut ilaalersarpoq, sulisumit tamanna apeqqutigineqaraangat. Oqaloqatigiinnerni allani hash aatsaat eqqaaneqartarpoq, sulisup meeqqap inunngornerata kingorna screeningip inernerit takusimagaangagit. Tamatumani pingaartuuvoq, meeqqap angajoqqaavisa hashimik pujortarniarunnaartoq isertorniarneraat, imaluunniit tamanna aallaqqaataaniilli ammaffigineqarnerisooq. Angajoqqaat hash pillugu oqaaseqarumangikkaluarpataluunniit, qulequtaq saqqummiuttariaqarpat, sumiginnaaneq nalunaaruteqartussaataanerlu pillugit malittarisassat aallaavigalugit.

Naartulernermi oqaloqatigiinnerup ingerlanerani piffissaasorerukku aperisinnaavutit, angajoqqaanngortussat arlaat tamarmilluunniit hashimik pujortartarnerisut. Angertoqarpat, oqarsinnaavutit tamanna pillugu oqaloqatigiumallugit, meerartaassaannut pingaaruteqarmat.

Tip

Pas på! Ved en tidspresst samtale kan man have en tendens til at være mere moraliserende og komme med forslag, der ikke kan gennemføres. Det er samtidig vigtigt at se sammenhængen med og eventuelt afgrænse samtalen om hash fra de øvrige emner, I også skal tale om i graviditetssamtalen.

Samtalen skal helst finde sted så tidligt som muligt i graviditeten. Det ufødte barn kan ikke vente. Men på den anden side, er det måske nødvendigt at vente på, at de kommende forældre bliver klar til at stoppe. Det er et svært dilemma, du som professionel står i. Det kan være en god ide at tale med kollegaer om de dilemmaer, du oplever. Eventuelt via Skype. Det kan også være du føler, du har behov for supervision for at kunne have samtalen bedst muligt.

Problemer bag hashrygningen

Det at ryge hash vil ofte være et tegn på, at forældrene har andre problemer end netop hash. Det kan billedligt vises som et isbjerg, hvor hashrygningen ses over vandet og en række problemer, der kan gemme sig, ses under vandoverfladen. De kommer måske ikke frem i den første samtale.

Udgangspunktet for samtalen er hashrygning. Har den et omfang, så der er tale om afhængighed, vil der oftest være behov for misbrugsbehandling. I behandlingen kan der arbejdes med alt det, der ligger bag misbruget. Som det fremgår af isbjerget kan der være tale om problemer, der ikke forsvinder, selv om rygningen af hash ophører. Det kan kræve en yderligere indsats, hvis de skal afhjælpes.

Det første møde

Ofte vil den første mulighed for at tale med de kommende forældre om hash være ved den første graviditetssamtale. Det vil sige, at den første, der møder de kommende forældre, altid skal overveje muligheden for at tale om hashrygning. Også selv om du umiddelbart ikke vurderer, at de kommende forældre skal henvises til Tidlig indsats.

Hvis en fagperson har talt med de kommende forældre om hash før den første graviditetssamtale, skal der under alle omstændigheder følges op på det ved graviditetssamtalen. Det gælder om at gribe muligheden, så tidligt som muligt. Uanset hvem der har den første samtale, så bør samtalen være gennemsyret af omsorg og respekt for de kommende forældre og den situation, de står i.

Ved nogle samtaler kommer hash naturligt ind i samtalen, når fagpersonen spørger til det. Ved andre samtaler kommer hash først på banen, når fagpersonen har set resultatet af screeningen efter barnets fødsel. Her er det væsentligt, om barnets forældre ønsker at skjule en eventuel hashrygning, eller om der er åbenhed omkring det på forhånd. Selv hvis forældrene ikke ønsker at tale om hash, skal du tage emnet op og handle på det, med udgangspunkt i de regler, der er om omsorgssvigt og underretning.

På et passende tidspunkt i graviditetssamtalen kan du spørge, om en af eller begge de kommende forældre ryger hash. Hvis svaret er ja, kan du sige, at det vil du gerne tale med dem om, fordi det har betydning for det barn, de venter.



4. Oqaloqatigiinneq

Sunnersuut

Pingaartuuvoq illit sulisutut eqqissimanissat, aamma angajoqqaangortussanik oqaloqateqarnerup pingaaruteqartup salliutittuarnissaa. Oqaloqatigiinneq minutsinik 15-20-nik sioqqullugu eqqissilluarniarsarigit, suliasatit allat unitsikkat, taavalu inuk oqaloqatigisassat imaluunniit inuit oqaloqatigisassatit kisiisa isiginialerlugit.

Oqaloqatigiinnerup aallartinnera

Oqaloqatigiinnerup ilaa pingaaruteqartoq, tassaavoq hashimik pujortarneq tamannalu pillugu eqqarsaataannik oqaloqatigiinnissaq. Assersuutigalugu oqarsinnaavutit: "Hashimik pujortarnerit qanoq isumaqarfigiviuk?" Ajornanngippat ataatsimoorluni paaseqatigiinnissaq pilersinniarneqassaaq, erseqqissunik itisilerissutinillu aperisarluni - sumi, qanga qanorlu hashimik pujortarneq aallartissimanersoq paasiniallugu. Assuarinninngikkaluarlutit alapernaagit soqutiginnillutillu. Misissueralpaartumik qanillattuinerup angajoqqaat paasinnilersissavai qanoq pisoqarneranik qanorlu imminnut kinguneqarneranik. Tamatumalu pisup qanoq imaannaanngitsigineranik illit sulisutut paasinnilersissavaatit.

Angajoqqaangortussat hashimik pujortarneq eqqartorumanngippassuk ataqqisariaqarpoq. Tamanna imaannigilaq anaanaasup ataataasullu hashimik pujortarnerat iliuuseqarfigineqassanngitsaq – akuersaanngikkaluarpataluunniit. Kisianni pingaartuuvoq ammaffigissallugu kingusinnerusukku oqallisigineqarsinnaanera. Tamanna assersuutigalugu pisinnaavoq, pineqartup saqqummiuteqqinnissaa pillugu isumaqatigiissuteqarfiginerisigut, ilutigisaanillu isumassueralpaartumik oqaluttuullugit, angajoqqaangortussat pingaarutilimmik meerartaassaminnut akisussaaffeqarnerannik. Aamma kaammattorsinnaavutit angerlarunik hashimik pujortarnerit oqaloqatigiissutigeqqullugu. Tamannalu immikkut oqaloqatigiinnissamut piaarnerpaamik aggersarniarnerannut patsisaatillugu.

Aamma angajoqqaanut quppersagaliaq aallaavigisinnaavat, taassumanga angajoqqaat qupperaasillugit imarisaa oqallisigalugit, kiisalu apeqqutigalugu eqqarsaatit suut pikialartilerneraat. Angajoqqaangortussat quppersagaq atuareersimappassuk, kaammattorsinnaavutit oqaluttuareqqullugu qanoq atuarnerani misigisaqarsimanersut. Imaluunniit titartakkanik filmilaaq innersuussinnaavat, taannalu oqaloqatigiinnermut aallaavigalugu.

Sunnersuut

Annertunerusutigut paasisaqarumalluni oqaloqatigiinnermi arlalitsigut iluaqutaasinnaavoq makku apeqqutigigaanni: Atuinerup annertussusia. Hash qanoq annertutisigut pujortarneqartarpa, qanoq akulikitsigisumik kikkullu ilagalugit? Aappartillu angerlarsimaffimminni qaammammut ataasiarlutik pujortarpat imaluunniit ikinngutitillu sapaatip-akunneranut arlaleriarlutik. Minnerunngitsumillu hashimik pujortarnerup meeqqamut sunniutai pillugit eqqarsaataat. Tamakku naartusoq hashimik pujortararunnaassappat suut oqallisigisariaqarnerannik tikkuusisusinnaapput.

Qulaajaaneq kajumilersitsinerlu

Atuineq katsorsarneqarnissamillu pisariaqartitsineq pillugit qulaajaaneq ilaqutariit apersupilunneqartutut – imaluunniit sulii ajornermik: killisiorneqartutut – misigitinngikkaluarlugit ingerlattariaqarpoq. Akuersaartumik oqaloqatigiinnerussaaq, inooriaasiannik ataqqinnittumik. Taamaaliorneq imaannigilaq oqartoqartoq inooriaasiat pitsaasuusooq, imaluunniit meeqqamut soqutaanngitsooq!

Tulliullugu pingaartuuvoq qulaajassallugu, hashimik pujortarnerit qanoq pissuseqarfigineraat. Ernummateqarunillu suut ernummatigineraat. Aamma taamaaliorneqassaaq naartusoq imaluunniit aappaa hashimik pujortarnerup unitsinnissaanut kajumilereersimagaluarpalluunniit.

Oqaloqatigiinnerup immikkoortuani tamatumani qulequttat qaqissinnaasatit makkuupput:

- Screeningip takutippaa hashimik pujortarsimasutit. Tamanna pillugu qanoq isumaqarpit?
- Hashimik pujortaraangavit iluaqutaasutut ajoqutaasutullu suut misigisarpigit? Angajoqqaat tamaasa aperikit. Assiginnigitsunik misigisaqarsimasinnaapput.
- Hashimik pujortarnermut atatillugu qanoq misigisarpit?

4. Samtalen

Tip

Det er vigtigt, at du som fagperson er rolig, og fokuseret på den vigtige samtale med de kommende forældre. Prøv at tage 15-20 minutter, inden du har en samtale, til at få ro på dig selv, læg dine andre opgaver fra dig, og fokuser på den eller de personer, du snart skal tale med.

Starten på samtalen

En vigtig del af samtalen er at tale om deres hashrygning og deres tanker om hashrygningen. Du kan fx sige: "Hvad tænker du om det, at du ryger hash?" Og hvis det er muligt at skabe fælles billeder af det, der sker, ved at stille meget konkrete og uddybende spørgsmål til hvor, hvornår og hvordan hashrygningen foregår, så er det en god idé. Vær nysgerrig og interesseret uden at være fordømmende. Den undersøgende tilgang vil gøre forældrene mere bevidst om, hvad det er, der sker, og hvad det gør ved dem. Og det vil give dig som fagperson en viden om, hvor alvorlig situationen er.

Ønsker de kommende forældre ikke at tale om hashrygning, må det respekteres. Det betyder selvfølgelig ikke, at der ikke skal handles på både morens og farens hashrygning, selv om hun ikke er indforstået med det. Men det er vigtigt at være åben for, at det er noget, der også kan tales om på et senere tidspunkt. Det kan fx ske ved, at du aftaler at tage emnet op igen, og samtidig på en omsorgsfuld måde fortæller, at de som kommende forældre har et meget vigtigt ansvar for det barn, de venter. Du kan også opfordre dem til at tale om deres hashrygning, når de kommer hjem. Og bruge det som en begrundelse for at indkalde til en ekstra samtale hurtigst muligt.

Du kan også tage udgangspunkt i forældrepjecen, lade forældrene bladre lidt i den og tale om, hvad den indeholder, og spørge til, hvilke tanker det sætter i gang. Hvis de kommende forældre har læst pjecen i forvejen, kan du opfordre dem til at fortælle, hvilket indtryk det har gjort. Eller du kan vise animationsfilmen og bruge den som udgangspunkt for samtalen.

Tip

I samtalen kan det ofte være godt at få et overblik ved at spørge ind til: Forbrugets omfang. Hvor meget hash ryges, hvor ofte og sammen med hvem? Er det en gang om måneden sammen med kæresten hjemme eller flere gange om ugen sammen med vennerne. Og ikke mindst tanker om, hvad det gør ved barnet. Det kan give et fingerpeg om, hvad der senere skal tales om, for at den gravide kan stoppe med at ryge hash.

Afklaring og motivation

Afklaringen af forbrug og behov for behandling skal foregå på en måde, så familien ikke oplever det som en udspørgen eller i værste fald et forhør. Det skal være en anerkendende samtale, hvor deres måde at leve på respekteres. Hvad der jo ikke er det samme som at sige, at det er en god måde at leve på, eller at det er i orden for barnet!

Derefter er det vigtigt at afklare, hvordan de har det med den hashrygning, der er. Og hvad de eventuelt bekymrer sig over. Det gælder også, hvis den gravide/hendes partner allerede er motiveret til at stoppe.

Temaer og spørgsmål du kan komme ind på i denne del af samtalen er:

- Screeningen viste, at du har røget hash. Hvad tænker du om det?
- Hvilke fordele og ulemper oplever du selv ved at ryge hash? Spørg begge forældre. De kan godt have forskellige oplevelser.
- Hvad føler du i forbindelse med, at du ryger hash? Fx afslapning, glemmer hverdagen, nyder at være sammen med de andre, der ryger hash, oplever ikke, hun er ensom, eller fjendskab fra familien osv. Hvorfor er det dejligt? Hvad gør det ved dig?
- Hvilke fordele har barnet ved, at du stopper med at ryge hash?
- Oplever du stress i forbindelse med det at skaffe hash? Det er kriminelt, og der er risiko for at blive straffet. Det kan i sig selv være et pres. Og det koster mange penge.

- Assersuutugalugu timip qasukkarnera, ulluinnarni inuunerup puigornera, hashimik pujortartunik allanik peqateqarnerup nuannersui, kiserliorneq imaluunniit ilaqqut akeqqersimaartut misiginikuugit? Soq iluarpa? Tamatuma qanoq sunnertarpaatit?
- Hashimik pujortartarunnaaruit meeqqavit tamanna sutigut iluaqutigissavaa?
- Hashimik pissarsiniartillutit stressertutut misigisarpit?
- Inatsisinik unioqqutitsineruvoq, pillarneqaataasinnaavorlu. Tamanna imminermi nanertuutaasinnaavoq. Aamma akisoqaaq.
- Hashimik pujortartarunnaarnerup ajoqutigisnaasai eqqartukkit. Sukkut akerliusoqarpa. Akerliuneq qanoq mi-sinnarpa? Hashimik pujortarneq sukkut iluaqutigisarpiuk? Unitsitsiniaanermut suut ajornakusoorutaassappat?
- Hashimik atuinermut attaveqaatigisat (ikinngutit ilaqqutallu) pingaarutaat paasiniauk. Hashimik pujortar-tanngitsunik ikinnguteqarpit? Ikinngutitit hashimik pujortartartut ilinnut qanoq pingaartigippat? Ikinngutin-ni kikkut hashimik pujortartarunnaarnissannik ikiorsinnaavaatsit?
- Alapernaallutit paasiniauk hashimik pujortartarunnaarnissaq pillugu qanoq eqqarsarlutillu misiginersut.
- Hashimik pujortartarunnaaruit qanoq pisoqassava? Avatangiiserisatit qanoq qisuariassappat? Suna oqilia-llaataanerpaassava?
- Alloriaqqaassaguit qanoq pisoqartariaqarpa? Kia ikiorsinnaassavaatit?

Hashimik pujortartarneq pujortartarunnaarnerlu tamarmik iluaqutissartaqarlutillu ajoqutissartaqarput – soorlu ataani takutinneqartoq.

	Iluaqutissartai	Ajoqutissartai
Maanna hashimik atuinermi	Soorlu: Qasukkartarneq, assortuunerit puigorneri, ataatsimooqatigiiffimmu ilaasutut misigineq, ersiornerit kiserliornerillu misigisannginnerat	Soorlu: Meeraq ajoquserneqar-sinnaavoq, sorusussuseqan-ningineq uninngaannarnerlu, stresserneq, ajornartorsiutit aaqqiiviginissaannik kinguartite-rinerit, aningaasaqarnerliorneq
Hashimik atuiunnaarnermi	Soorlu: Erseqqissunik eqqarsar-sinnaaneq eqqaamallaqqin-nerunerlu, atukkakka iliuuse-qarfigisinnaavakka, meerara pitsaanusumik inuuneqartis-sinnaavara, meerara qanimut ilagisinnaavara, ilinniarnera sulinerlu paarilluarnersin-naavakka, meeraq peqqissoq, iliuuseqarsinnaaneruneq	Soorlu: Ataatsimooqatigiit ava-taanniilersinnaaneq, kiserliorneq, ajornartorsiutit toqqarlugit pis-suseqarfigisariaqarnerat

U-turn isumassarsiffiuvoq

Akunnattorfiit ilaqutariit nutaat naapitaat aallaavigisnaajumallugit, pingaartuuvoq naalaarnissaq aamma anaanaasup/ataataasup nammineq oqaasiinik eqqarsaataannillu aallaaveqarnissaq – tassanngaanniillu ingerlariaqqinnissaq.

Oqaloqatigiinneq assigiinngitsorpasuarunik ingerlasinnaavoq, arlalitsigullu piffissarisap qaangerlugu quleqqut naapertuuttut oqallisigineqarsinnaagaluarlutik. Tamanna sulisumut – taamaallunilu aamma angajoqqaanngortussanut - unaminartuuvoq, taakkumi eqqartorusutaqarsinnaapput, piffissarisap iluani angumerisnaanngisassinnik.

Hashimik pujortartarnerup oqallisiginissaanut akerliuneq imaattariaqanngilaq aamma hashimik pujortartar-nerup unitsinnissaanut akerliunerusoq, kisianni tikkuussisuusinnaavoq, hashimik pujortartarneq pillugu ila-qu-tariinnik oqaloqatiginneriaatsivit allannngortittariaqarneranik. Tamatumani nalorniguit siunnersorneqaatigalutit oqaloqatigineqarnissaat kissaatigisnaavat.

- Tal om, hvilke ulemper der er ved at stoppe. Hvor er modstanden. Hvordan opleves modstanden? Hvad får du ud af at ryge hash? Hvad vil gøre det svært at stoppe?
- Undersøg netværkets (venner og familie) betydning for brugen af hash. Har du venner, der ikke ryger hash? Hvad betyder dine venner, der ryger hash, for dig? Hvem af dine venner kan hjælpe dig med at stoppe hashrygningen?
- Spørg ind til og undersøg nysgerrigt, hvad de tænker og føler om det at stoppe hashrygning.
- Hvad vil der ske hvis du stopper? Hvordan vil dine omgivelser reagere? Hvad vil være den største lettelse?
- Hvad skal der til, for at du kan tage det første skridt? Hvem kan eventuelt hjælpe dig?

Både brugen af og det at stoppe med at ryge hash har fordele og ulemper, som det ses af oversigten nedenfor.

	Fordele	Ulemper
Ved nuværende brug af Hash	Fx: Afslapning, glemmer kon-flikter, føler sig som en del af et fællesskab, oplever ikke angst og ensomhed	Fx: Kan skade barnet, sløvhed og manglende aktivitet, giver stress, udskyder løsning af problemer, dårlig økonomi
Efter stop af brug af hash	Fx: Tænker klarere og husker bedre, kan gøre noget ved min situation, kan give mit barn et bedre liv, mere nærvær sammen med mit barn, kan passe uddan-nelse og arbejde bedre, et sundt og rask barn, mere handlekraft	Fx: Risiko for at blive sat uden for fællesskabet, ensomhed, må se problemerne i øjnene

Inspireret af U-Turn

For at kunne tage udgangspunkt i de dilemmaer, den nye familie står i, er det vigtigt at lytte og tage udgangs-punkt i morens/farens egne ord og tanker og bygge videre herfra.

En samtale kan forløbe på mange måder, og der vil ofte være flere muligheder for at tale om relevante emner, end der er tid til. Det er en stor udfordring for den professionelle, og dermed også for de kommende forældre, der også kan have noget, de gerne vil tale om, og som I ikke kan nå i den tid, der er til rådighed.

Modstand mod at tale om hashrygningen behøver ikke at være en modstand mod at stoppe rygningen, men det kan også være et fingerpeg om, at du måske skal ændre din måde at tale med familien om hashrygningen på. Her kan det være godt at bede om supervision, hvis du er i tvivl om, hvad du skal gøre.



Siunnersuut

Pisariaqarpoq naartusup aappaatalu misigisaannik akunnattoorfinillu aallaaveqarnissaq, tulleriarlugit sammissassatut isigalugit allattoriikkatit aallaaviginagit. Tamanna annermik aallaqqaataani pingaartuuvoq – tatigeqatigiinnerup pilersinniarneqarnerata nalaani. Akunnattoorfiusartut oqallisiginerisigut hashimik pujortartarnerup unitsinnissaanut kajumissuseqarneq siuarsarneqartarpoq periarfissinneqarlunilu! Ilutigisaanillu tassuunakkut illit takutissavat hashimik pujortartarnermut tunngatillugu sulluunniit oqallisigineqarsinnaasut.

Eqqaamajuk oqaloqatigiinnerup siunertarinngimmagu katsorsaanissaq, kisiannili hashimik pujortartarnerup annikillisinnissaa pitsaanerpaappallu unitsinnissaa aamma naartusup katsorsartinnermut peqataanissaminut kajumissuseqalersinnissaa – tamanna pisariaqarpat. Aamma angajoqqaanngortussat oqaloqatigiinnerup siulliup kinguninnguaniillu iliuuseqalereernissaat!

Allanngorneq

Angajoqqaat hashimik pujortartarnerminnik unitsinnissamut annikillisitsinissamulluunniit periarfissaat aqqu-tissiuukkumallugit, pingaaruteqarsinnaavoq makku pillugit oqaloqatigiinnissaq:

- Hashimik pujortartarnerpit unitsinnissaanik piumassuseqarnerit qanoq annertutigiva? 1-imiit 10-mut nalilisagukku sumiissava? Kisitsit akissutigisat pillugu qanoq eqqarsarpit?
- Hashimik pujortartarunnaarniarneq siornatigut misilinnikuuiuk? Iluatsitsivit?
- Ataasiakkaat hashimik pujortartarunnaarnissamut ingerlatsiinnarnissamulluunniit tunngavilersuutaat qu-laajakkit. Sooq pujortartarunnaarnissat kissaatigiviuk? Hashimik pujortartarnerpit unitsinnissaa annikillisinnissaaluunniit qanoq piumassuseqarfigitigiviuk?
- Hashimik pujortartarnerpit unitsinnissaata piviusunngortinnissaanut qanoq nukissaqartigisorivit? Pingaartuuvoq nammineq periarfissat upperinerisa misissornissaat, pisariaqarfiatigullu tapersersuinissaq – arlalitsigullumi tamanna pisariaqassaaq!
- Hashimik pujortartarunnaarnermi inuttut iluaqutaassusut misissukkit – taakkunaniippoq unitsinnissamut kajungilersitsisusussat. Pujortartarunnaaruit suut iluaqutaassappat?

Hashimik pujortarnerup iluaqutigisartagaasa ilai pujortanngikkaluarlutit angusinnaavigit? Illit isummat malillugu atorsinnaasannik allanik periarfissaqarpa?

Oqaloqatigiinneq sapinngisamik akuersaarnerpaamik ingerlaguk. Akissutaasut naalaakkit, illugiimmillu oqaloqatigiileritsi, ataatsimoorlusi atugarisaasut periarfissallu paasinialrugit. Angajoqqaanngortussat isummorsorneri misigissusaallu ataqkikit. Pissusilersornikkut isumassuilluaruit pitsaassaaq.

Aamma oqaluttuarisnaavat hashimik pujortartarunnaarniarlutik annikillisaaniarlutilluunniit misiliisut ilarpassui utersaartartut. Tamatumani iluaqutaasnaavoq eqqarsaatigissallugu unitsiniarluni misiliinerit amerliartortillugit naggataatigut iluatsitsilluarnissaq ilimanarneruleriartortarmat.

Pingaartuuvoq oqaloqatigiinnerup nukissarisanut sammisuunissaa. Tamanna pisinnaavoq makku eqqartornerisigut:

- Angajoqqaanngortussat nukissarisaat, kajumissusiat, iliuutsiminnut patsisigisaat akunnattoorfigisartagaallu.
- Inuuneq pitsaasoq imaluunniit pitsaanerusoq pillugu takorluukkat kissaatillu.
- Meeraq pillugu takorluukkat. Meeraq naarmioq piviusuovoq.
- Suut imminut tatiginermik imminullu naleqartinnermik annertusaataasnaappat.

Arlalitsigut pitsaasarpoq oqaloqatigiinnerup ingerlanerani unikaallalaarnissaq, angajoqqaanngortussat oqaloqatigiissinnaaqullugit, oqaluuserineqartunillu eqqarsaatiginnilaarsinnaaqullugit. Unikaallanneq pisariaqarfiatigut titartakkanik filmilaaqqap takutinneranik ilaneqarsinnaavoq, taannami aamma oqaloqatigiinnerup tullianut aallaavusinnaavoq.

Tip

Det er nødvendigt at tage udgangspunkt i den gravide og hendes partners oplevelser og dilemmaer, ikke en tjekliste du føler skal gennemgås. Det gælder særligt i starten, hvor tilliden skal etableres. Ved at tale om dilemmaerne fremmes motivationen til og muligheden for at stoppe! Og du signalerer samtidigt, at det er muligt at tale om alt i forbindelse med hashrygningen.

Husk at formålet med samtalen ikke er behandling, men at reducere og helst stoppe hashrygning og at sikre, at den gravide bliver motiveret til at deltage i et behandlingsforløb, hvis det er relevant. Og at de kommende forældre allerede efter den første samtale begynder at handle!

Forandringen

For at fremme muligheden for at forældrene stopper eller reducerer deres hashrygning, kan det være vigtigt at have en dialog om:

- Hvor stærk er din lyst til at stoppe din rygning? På en skala fra 1 – 10. Hvad tænker du om det tal du har svaret?
- Har du tidligere prøvet at holde op med noget? Havde du succes med det?
- Afklar både den enkeltes motiver for at stoppe eller fortsætte hashrygning. Hvorfor vil du gerne stoppe med at ryge hash? Hvor stor er din lyst til at holde op eller nedsætte din hashrygning?
- I hvor høj grad tror du, du er stærk nok til at gennemføre at stoppe? Det er væsentligt at undersøge troen på egne muligheder og vigtigt at støtte, hvis det er nødvendigt – og det vil det ofte være!
- Undersøg den personlige belønning ved at stoppe – det er her motivationen ligger. Hvad vil være godt for dig, hvis du stopper?
- Er der noget, du kan gøre for at opnå nogle af fordelene ved hashrygning, uden at du ryger hash? Er der alternativer, du selv synes, du kan bruge?

Gennemfør samtalen på en så anerkendende måde som muligt. Lyt til de svar du får og gør det til en dialog, hvor I i fællesskab udforsker situationen og de muligheder, der er. Respekter de kommende forældres holdninger og følelser. Det er godt, at du er omsorgsfuld i din måde at være på.

Du kan også fortælle, at mange, som forsøger at stoppe eller nedtrappe, falder i igen. Så kan det hjælpe at tænke på, at jo flere gange de prøver, jo større er sandsynligheden for, at det lykkes til sidst.

Det er vigtigt at lægge et ressourceorienteret perspektiv ind over samtalen. Det kan ske ved at I taler om:

- De kommende forældres ressourcer, motiver og dilemmaer.
- Drømme og ønsker. Drømme om det gode liv eller et bedre liv.
- Fantasier om barnet. Barnet er en realitet i maven.
- Hvad der kan styrke selvtilliden og selvværdet.

Ofte vil det være godt med en kort pause i samtalen, hvor de kommende forældre kan tale sammen og lige overveje det, der er talt om. Pausen kan eventuelt kombineres med visning af animationsfilmen, som så kan bruges som afsæt til næste del af samtalen.

Allannguissamat pilersaarut

Angajoqqaanngortussat hashimik pujortartarunnaassagunik kajumissuseqarlutillu piumassuseqartariaqarput. Aammattaaq iliuutsit allannguinermik pilersitsillutillu ingerlaavartitsissussat, eqqarsaaterluagassaapput siumoor-tumillu pilersaarusiorneqarsimassallutik. Taamaaliornep iluatsitsinissamat periarfissat annertunerulersittarpai. Tulliupput qulequttat ilaqutariit peqatigalugit misissorsinnaasatit.

- Pivisorpalaartunik pilersaarusiorit/anguniagassaliorit angajoqqaanngortussat kissaataat aamma pivisorpa-laartumik/timitalerneqarsinnaasumik periarfissaat aallaavigalugit.
- Angajoqqaanngortussat anguniakkanik piviusunngortitsissappata qanoq iliortoqartariaqarnersoq misissoruk.
- Pivisorpalaartumik alloriarnissaq siulleq suussanersoq isumaqatigiissutigisiuk. Siulleq iluatsippat tullissaa sunaassava?
- Akimmiffiusinnaasut misissukkit – taakkulu qanoq pitsaanerpaamik avaqqunneqarsinnaanersut anigorne-qarlutilluunniit.
- Iliuussatit nutaat misissukkit, suullu pinaveersaartariaqarnerlugit hashimik pujortartarneq unitsinniarukku.
- Misissoruk ilaqutariit kimit ikiorneqarlutillu tapersorsorneqarnissaminik takorluinersut – taakkulu pitsaa-nerpaamik qanoq ikiuussinnaanersut.
- Allannngortikkusutanat naleqqiullugu pivisorpalaartumik ilimagineqarsinnaasut allattukkit.
- Angajoqqaanngortussat qanoq iliorsinnaappat, kiserliulerumanatik isumaqartitaminnillu ataatsimoorfeeruk-kumanatik? Inuit ilaasa hashimik pujortartarunnaarnerminni imaqqanngitsutut misigisarnerat sunik taarser-niarneqarsinnaava?

Angajoqqaanngortussat katsorsartikkumagunik oqaloqatigiinnerup naammassinnginnerani namminneerlutik sianersinnaapput sulisorluunniit sianertillugu, piffissamik isumaqatigiissuteqarniarlutik. Taava tamanna isuman-naariisaaq, hashimillu pujortartarneq unitsinniarlugu siullermik alloriartoqarluni!

Ilaquttanit ikinngutinillu tapersorsorneqarneq tamatigut pingaartuuvoq, angajoqqaanngortussallu ilaasa taman-na pinngitsoorsinnaanngilaat. Alapernaallutit soqutiginnillutillu apersuutigiuq kikkut qanorlu tapersorsuisinnaa-nersut. Aamma misissunngitsuusangilat, kikkut killup tungaanut noqitsisinnaanersut. Taamalu pisoqanngin-nissaa anguniarlugu qanoq iliortoqarsinnaanersoq. Apeqqutigiuq ilaquttaminut ikinngutiminnillu sulit hashimik pujortartartunut – immaqalu hashimik pujortartaleqqeqqullugit kaammattuisinnaasunut - qanoq pissuseqar-niarnersut. Tamanna sapinngisamik tigussaasumik eqqartorsiuk, paasiniarlugulu angajoqqaanngortussat nam-minneq qanoq iliorsinnaanersut, pisariaqarfatiqullu sumit ikiorneqarsinnaanersut.

Allanngueq aalajangiussimajuk

Arlalinnut ajornakusoortarpoq hashimik pujortarunnaarnerup ingerlatiinnarnissaa. Taamaammat pingaa-ruteqarsinnaavoq oqalligissallugu, pujortarunnaarneq qanoq ingerlatiinnarneqarsinnaanersoq – aamma angajoqqaanngortussat hashimik pujortartaqqilerusullisagaluarpata. Qanoq iliortarumappat pujortaguummer-pallaaleraangamik? Pisuttuarlutik, arpallutik – ikinngut sianerfigalugu – meeraaqqap alersissaanik nuersaallutik imaluunniit?

- Alapernaallutit paasiniaruk angajoqqaanngortussat ileqqutik nutaat attatiinnassagunikkitt qanoq iliortar-niarnersut.
- Paasiniaruk allannguutit attatiinnarnissaannik kikkut ikiuussinnaanersut.
- Angajoqqaat aappaanaa hashimik pujortartarpat, aammattaaq pingaartuuvoq paasiniassallugu anga-joqqaq hashimik pujortartartoq aapparmitt qanoq ikioqqusarumaanersoq.

Angajoqqaanngortussat hashimik pujortartaqqilersuussagaluarunik ilisimassavaat unitsinnissaanut sulit ikiorne-qarsinnaallutik. Imaanngilaq suut tamarmik allanngussasut, sapinngisamillu annertunerpaamik allannguissaq pineqarluni. Eqqaajuk nakkaattooraanni qaqqeqinniarnissaq pingaartuuvoq. Hashimik pujortarunnaarneq unam-inartuuvoq, tamatigullu misiliinermit siullermi iluatsittanngilaq.

Planer for forandringen

Hvis de kommende forældre skal stoppe med at ryge hash, vil det både kræve motivation og vilje. Desuden skal de handlinger, der skal til for at skabe forandringer og fastholde dem, være bevidste og planlagte på forhånd. Det er en fremgangsmåde, der øger muligheden for succes. Her er nogle af de punkter, du kan undersøge sam-men med familien.

- Lav realistiske planer/mål med afsæt i de kommende forældres ønsker og realistiske/håndterbare muligheder.
- Undersøg, hvad der skal til for, at de kommende forældre kan realisere målene?
- Aftal, hvad der er det første realistiske skridt. Hvad er det andet, når det første lykkes?
- Undersøg, hvad der kan være en hindring – og hvordan den bedst kan undgås eller overvindes.
- Undersøg, hvad det nye er, du skal gøre, og hvad du skal lade være med at gøre for at stoppe med at ryge hash.
- Undersøg, hvem familien oplever kan hjælpe og støtte – og hvordan de bedst hjælper.
- Opstil realistiske forventninger til det, som de gerne vil ændre.
- Hvad kan de kommende forældre gøre, så de ikke bliver ensomme og uden meningsfulde fællesskaber?
- Hvad kan udfylde det tomrum, nogle kan opleve, efter at de er holdt om med at ryge hash?

Er de kommende forældre indstillet på at gå i behandling, kan de eventuelt selv eller fagpersonen ringe og afta-le tid inden samtalen afsluttes. Så er det gjort, og det første skridt mod at stoppe hashrygning er taget!

Støtten fra familie og venner er altid vigtig, og for nogle kommende forældre er den helt uundværlig. Spørg nysgerrigt og interesseret ind til, hvem der kan støtte, og hvordan de kan støtte. Og undlad ikke at undersøge, hvem der kan trække i den forkerte retning. Og hvad der kan gøres for, at det ikke sker. Spørg ind til, hvordan de vil forholde sig til familie og venner, der stadig ryger hash – og som måske inviterer dem til at deltage i hashryg-ning igen. Tal om det så konkret som muligt, og find ud af, hvad de kommende forældre kan gøre selv, og hvor de kan få hjælp, hvis der er behov for det.

Fasthold forandringen

Det er svært for mange at holde fast i at stoppe med at ryge hash. Derfor kan det være vigtigt at tale om, hvor-dan det fastholdes – også når de kommende forældre får lyst til at ryge hash igen. Hvad vil de gøre, når trangen er ved at overmande dem? Gå en tur, løbe en tur – ringe til en ven – strikke på babysokker eller?

- Undersøg nysgerrigt, hvad der skal til for, at de kommende forældre kan vedligeholde/holde fast i de nye vaner.
- Undersøg, hvem kan hjælpe med at fastholde ændringen?
- Hvis det kun er den ene forælder, som ryger hash, så er det også en god ide at undersøge, hvordan forælde-ren som ryger hash, ønsker støtte fra den anden forælder.

Og hvis de kommende forældre falder i igen, skal de vide, at der stadig er hjælp at hente for at forsøge at stoppe igen. Det er ikke alt eller intet, men mest mulig ændring. Nævn, at man skal op på hesten igen efter evt. tilbagefald. At hol-de op med at ryge hash kan være en kamp, og det er ikke altid, at det lykkes i første forsøg.



5. Oqaloqatigiinnerup naggasernerera

Isumassarsiatsialaavoq oqaloqatigiinnerup suut oqaloqatigiissutigisimanerisa suullu isumaqatigiissuteqarsimanerisa eqikkaanerannik naggasernissaa. Tamatuma saniatigut oqaloqatigiinneq ajorisimannginneraat qularnaar-sinnaavat toqqartumik aperalugit: "Oqaloqatigiinneq ilinnut qanoq misinnarpa?"

Pingaartuuvoq erseqqissassallugu qanoq pisoqarnissaa, oqaluuserisimasanullu tamanut qujanissaq. Aamma angajoqqaanngortussat nersortariaqarput, ajornartorsiut iliuuseqarfigiumammassuk, aalajangiussaminnillu iluatsitsilluarnissaannik kissaallugit.

Aamma erseqqissaruk qaqugukkulluunniit ilinnut attaveqarnissamut tikilluaqusaammata – tamanna pisariaqartilissagunikku.

6. Oqaloqatigiinnerup kingorna

Malitseqartitsineq

Arlallit pisariaqartittarpaat oqaloqatigiinnerup ataasiarluni arlaleriarluniluunniit malitseqartinnissaa. Sulisup oqaloqatigiinnermik siullermik ingerlatsisup hashimik pujortartartoqartillugu tamatigut malitseqartitsinissaq isumaqatigiissutigisassavaa. Isumassarsiatsialaavoq malitseqartitsilluni oqaloqatigiinnerup naatsumik killiffis-siulluni aallartinnissaa – kingullermik susoqarsimaneramik, tassani eqikkaanerit isumaqatigiissutillu ilanngullu-git.

Pisariaqartitsisoqartillugu pingaartorujussuuvoq oqaloqatigiinnermik malitseqartitsinissap tamatigut isumaqa-tigiissutigineqartarnissaa. Tassuunakkut takutinneqartarpoq angajoqqaanngortussat malugilluarneqarsimasut pingaaruteqartuullutillu.

Ataatsimiinnissap isumaqatigiissutiginnissaa ajornarpat, ilaanni periarfissaasarpoq Skype aqutigalugu ma-litseqartitsinissaq, imalluunniit sms-it, Face Time, Messenger assigisaaluunniit atorlugit attaveqatigiinnissaq. Taamaaliornikkut angajoqqaanngortussat nuukulasut imaluunniit sulisumiit ungasissumi najugallit attavigilluar-neqarsinnaapput.

Katsorsartinnermut ikaarsarneq

Oqaloqatigiinnerit ilaasa kingunerissavaat, angajoqqaanngortussat katsorsartinnissamik neqeroorummik akuer-saaqqullugit inanneqarnerat. Katsorsartinnerup aallartivinnissaata tungaanut, angajoqqaq kaammattuutaasumik oqaloqatigiinnermut orniguttarsinnaavoq, ikiorneqarnissaminik piumanini annaannginniassammagu.

Tamatumunnga atatillugu pingaartuuvoq isumaqatigiissutigissallugu peqataaniarluni nalunaarneq qanoq pissa-nersoq. Illit sulisutut katsorsartinnissamut innersuussineq allassavat. Tamatuma kingorna katsorsaavik attavi-gineqassaaq, erseqqissumik isumaqatigiissuteqarnissaq siunertaralugu. Ilaqutariit imaluunniit illit taamaalius-sappat? Arlalitsigut kajumilersitsinerusarpoq angajoqqaanngortussat namminneerlutik attaveqartuugaangata. Taamaattoq malitseqartitsisariaqarputit, ilumut taama pisoqarsimanagera qularnaarumallugu.

Pitsaanerpaavoq katsorsaaneq ingerlaannaq aallartissinnaappat. Meeraq suli inunngunngitsoq pillugu aammali kajumissutsip attatiinnarnissaa pissutigalugu. Utaqqineq sivisuallaarpat, nalinginnaavoq kajuminnerup annikilli-sarnera, angajoqqaanngortussallu hashimik pujortartarnerminnik ingerlatsiinnalernerat.

Qanorluunniit pisoqaralarpat pingaartuuvoq malitseqartitsinissat. Angajoqqaanngortussat malugisariaqarpaat ilumut taakkununga pitsaanerpaaq illit angorusukkit. Angajoqqaanngortussat ilaat immaqa misilittagaqarput, isumaqatigiissutit malinngikkaangamikkit sulisut soqutiginnikkunnaartarnerinik. Angajoqqaanngortussanut arlalinnut iluaqutaassaqaq, illit uteriiseraruit.

Toqqaannartumik attaveqarneq ajornarpat, Skype, sms, Face time, Messenger assigisaalu aqutigalugit attave-qarnissaq periarfissaavoq sunniuteqarluarsinnaaqalunilu.

5. Afrunding af samtalen

Det er en god ide at slutte samtalen med at opsummere, hvad der er talt om, og hvad der er aftalt. Derudover kan du sikre dig, at de har det OK med samtalen ved at spørge direkte "hvordan var samtalen for dig?"

Det er vigtigt at præcisere, hvad der skal ske, og at sige tak for alt det, der er blevet talt om. Og rose de kom-mende forældre for, at de har taget fat på at gøre noget ved et problem, samt ønske held og lykke med det, de har besluttet at gøre.

Og understreg, at de altid er velkomne til at kontakte dig, hvis der er brug for det.

6. Efter samtalen

Opfølgning

Mange har brug for en eller flere opfølgende samtaler. Den fagperson, der havde den første samtale, aftaler altid en opfølgning, hvis der ryges hash. Det er en god ide at starte den opfølgende samtale med en kort status af, hvad der skete sidst, herunder, konklusioner og aftaler.

Det er helt centralt, at der aftales en opfølgning på samtalen, hvis der er behov for det. Det viser, at de kom-mende forældre er set, og at de har betydning.

Er det ikke muligt at aftale et møde, vil det nogle gange være muligt, at opfølgningen foregår via Skype eller ved, at man kommunikerer gennem sms, Skype, Face time, Messenger eller lignende. På den måde er det muligt at have kontakt med kommende forældre, der flytter meget omkring eller bor langt væk fra den professionelle.

Overgang til behandling

Nogle samtaler vil munde ud i, at de kommende forældre anbefales at tage imod tilbud om et behandlingsfor-løb. Indtil der er et behandlingsforløb klar, kan forælderen komme til motiverende samtaler for, at de ikke mister lysten til at få hjælp.

I den sammenhæng er det vigtigt, at I aftaler, hvordan tilmeldingen skal foregå. Det vil være dig som fagperson, der skriver en henvisning til behandling. Derefter skal der tages kontakt til behandlingsstedet for at indgå en konkret aftale. Er det familien eller dig, der gør det? Oftest virker det mest motiverende, hvis det er de kommen-de forældre selv, der tager kontakten. Det kræver dog en opfølgning, hvor du sikrer dig, at det sker.

Det er absolut bedst, hvis behandlingen kan starte straks. Både af hensyn til det ufødte barn og af hensyn til motivationen. Går der for lang tid, er det almindeligt, at motivationen daler, og de kommende forældre fortsæt-ter med at ryge hash.

Uanset hvad der er sket, er det vigtigt, at du følger op. De kommende forældre skal mærke, at du virkelig vil dem det bedste. Nogle af de kommende forældre har måske erfaringer med, at fagfolk mister interessen, hvis de ikke gør, hvad der er aftalt. For mange kommende forældre vil det være en god hjælp, at du er vedholdende.

Kan det ikke gøres gennem personlig kontakt, er kontakt via Skype, sms, Face time, Messenger eller lignende også en mulighed, der kan have stor positiv effekt.

Innersuusstutit I Referencer

Bacher D. m.fl. (2014) Samtaler med Unge om Rusmidler. Center for Unge og Misbrug, U-turn, Socialforvaltningen Københavns Kommune.

Rubak S. (2005) Den motiverende samtale. Institute of Public Health, Department of General Practice, University of Aarhus.

Jensen T. og Johnsen T. (2000) Sundhedsfremme i teori og praksis. En lære-, debat- og brugsbog på grundlag af teori og praksisbeskrivelser. Ringkøbing Amt.

Antonovsky A. (1979) Health, Stress and Coping. New Perspectives on Mental and Physical Well-Being. San Francisco: Jossey Bass.

Antonovsky A. (1991) Hälsans Mysterium. Natur og Kultur.



'MANU Hash – Oqaloqatigiinnissamut ilitsersuut'-mi atuarsinnaavat sulisutut qanoq iliorlutit angajoqqaanngortussat angajoqqaanngorlaallu hashimik pujortartarneq pillugu oqaloqatigisinnaanerlugit. Oqaloqatigiinnissamut ilitsersuummi qitiutinneqarpoq qanoq iliorlutit angajoqqaat pissusilersuutiminnik allannguinsaannut kaammattorsinnaaneritit. Oqaloqatigiinnissamut ilitsersuummi allaasrineqarpoq oqaloqatigiinneq sioqqullugu oqaloqatigiinnerullu ingerlanerani qanoq iliorsinnaanersutit, oqaloqatigiinnerullu kingorna qanoq pisoqarsinnaanersoq.

Oqaloqatigiinnissamut ilitsersuutip saniatigut aamma hash pillugu sulisunut paasissutissiissutinik, kiisalu angajoqqaanngortussanut angajoqqaanngorlaanullu atortussanik suliaqartartoqarpoq – oqaatsit, titartakkat titartakkanillu filmeeraliat atorlugit hashimik pujortarnerup tamatumalu ajoqusiisarneri pillugit paasissutisitsutaasunik.

I 'MANU Hash – Samtalevejledning' kan du læse om, hvordan du som fagperson kan tale med kommende og nye forældre om hashrygning. Samtalevejledningen har fokus på, hvordan du kan motivere forældre til at ændre adfærd. I samtalevejledningen beskrives, hvad du kan gøre før samtalen, hvordan du kan gennemføre samtalen, og hvad der kan ske efter samtalen.

Ud over samtalevejledningen er der udarbejdet information til fagpersoner om hash samt materiale til kommende og nye forældre, som med ord, illustrationer og animationsfilm fortæller om hashrygning og de skadelige følger.



Peqqissutsimut Pitsaaliuinernullu Aqutsisoqarfik
Styrelsen for Sundhed og Forebyggelse



NAALAKKERSUISUT
GOVERNMENT OF GREENLAND

