

Scenariokort:

Verkliga situationer unga kan hamna i

Droger, grupptryck, ansvar och svåra val

Ett diskussionsmaterial för skolor,
föreningar och vuxna som möter unga



För reflektion, samtal och stärkta
beslut – tillsammans bygger vi trygga
miljöer där unga kan göra kloka val.



Lag & Ordning

Så använder du scenariokorten

Materialet är gjort för samtal, inte prov. Det finns inte alltid ett enda rätt svar. Poängen är att få unga att tänka högt, se risker tidigare och förstå att små beslut ibland kan få större konsekvenser.

Grundupplägg

1. Välj ett scenario. 2. Läs upp situationen. 3. Låt deltagarna fundera enskilt i 1-2 minuter. 4. Diskutera i par eller smågrupper. 5. Samla tankar gemensamt. 6. Avsluta med: Vad hade varit en trygg väg vidare?

Materialet kan användas i klassrum, på temadagar, vid föreningsträffar, på ledarutbildningar, vid föräldramöten eller i mindre gruppsamtal.

Viktigt

Pressa inte fram personliga berättelser. Låt deltagarna prata om situationen, inte om sig själva. Det gör samtalet tryggare och mer användbart.

Välj gärna ett scenario som passar gruppens ålder och sammanhang. Vissa scenarier passar bäst i mindre grupper, andra fungerar bra i helklass eller på en föreningsträff.

Viktigt för dig som leder samtalet

Din roll är att hålla samtalet tryggt, sakligt och konkret. Du behöver inte ha svar på allt. Det viktigaste är att hjälpa gruppen att förstå risker, se handlingsalternativ och veta när man bör ta hjälp.

Håll fast vid detta

- Håll samtalet lugnt och sakligt.
- Ställ öppna frågor.
- Bekräfta kloka resonemang.
- Var tydlig med att vissa situationer behöver tas vidare till vuxna.
- Följ verksamhetens rutiner vid oro.

Undvik detta

- Skäm inte ut någon.
- Pressa inte fram erkännanden.
- Använd inte skrämsel eller överdrifter.
- Lova inte tystnad om något allvarligt kommer fram.
- Gör inte egna utredningar.

Samtalsfraser som kan hjälpa

- Vi pratar om situationen, inte om någon här i rummet.
- Det viktiga är inte att någon erkänner något, utan att vi förstår riskerna.
- Vad hade kunnat vara ett bättre val i den här situationen?
- Vem hade man kunnat prata med om detta hände på riktigt?
- Vad är skillnaden mellan att skvallra och att söka hjälp?

Trygg ram

Berätta gärna innan ni börjar att ingen behöver dela egna erfarenheter. Gruppen ska prata om scenariot och möjliga val, inte om vem som har gjort vad.

Scenario 1

Kan du hålla den här åt mig?

Tema: Förvaring, innehav, grupstryck och lojalitet

Vad händer?

En ungdom blir ombedd att hålla en liten påse, vape eller tablettkarta åt någon annan. Personen säger att det bara är "en liten grej" och att det bara gäller i tio minuter.

Diskutera

- Varför kan det vara svårt att säga nej i den här situationen?
- Spelar det någon roll att saken inte är "din"?
- Vad skulle kunna hända om en vuxen hittar saken?
- Vad kan man säga utan att skapa bråk?
- Vem kan man prata med efteråt?

Tänk på

Unga kan hamna i ansvar utan att själva uppfatta situationen som allvarlig. Att förvara något åt någon annan kan ändå få konsekvenser.

Trygg väg vidare

Säg nej så tidigt som möjligt. Lämna situationen om den känns fel. Prata med en vuxen du litar på om du känner dig pressad.

Scenario 2

Ta en, det är lugnt

Tema: Tabletter, fest, osäker substans och att våga säga nej

Vad händer?

På en fest erbjuder någon en tablett och säger att den bara hjälper personen att slappna av. Flera runt omkring säger att det inte är någon fara.

Diskutera

- Varför kan orden "det är lugnt" kännas övertygande?
- Vad vet man egentligen om tabletten?
- Hur kan man säga nej utan att tappa ansiktet?
- Vad gör man om någon redan har tagit något?
- När bör en vuxen kontaktas?

Tänk på

När det gäller tabletter vet man ofta inte vad substansen innehåller, hur stark den är eller hur den påverkar tillsammans med alkohol eller andra preparat.

Trygg väg vidare

Ta inte tabletter från andra. Hämta hjälp om någon verkar påverkad, förvirrad, svår att väcka eller har svårt att andas.

Scenario 3

Det är bara vape

Tema: Vape, THC, normalisering och vuxnas oro

Vad händer?

Någon säljer eller delar vapeprodukter nära skolan eller träningen. Några säger att vissa innehåller "något starkare", men andra säger att det bara är vanlig vape.

Diskutera

- Varför kan vape kännas mindre allvarligt än andra droger?
- Hur kan man veta vad en vape faktiskt innehåller?
- Vad bör vuxna reagera på?
- Vad gör man om någon säljer till yngre?
- Hur kan man prata om detta utan att skapa panik?

Tänk på

En vape kan se ofarlig ut men innehållet är inte alltid självklart. Det är viktigt att inte automatiskt utgå från att det bara handlar om nikotin.

Trygg väg vidare

Undvik produkter där innehållet är oklart. Berätta för en vuxen om vapeprodukter säljs eller delas i skolans eller föreningens miljö.

Scenario 4

Han verkar helt borta efter lunch

Tema: Påverkan, tidiga tecken och vuxenansvar

Vad händer?

En elev eller ungdom kommer tillbaka efter lunch eller träning och verkar trött, långsam, frånvarande eller påverkad. Personen säger att allt är okej och vill vara ifred.

Diskutera

- Vad kan vuxna observera utan att anklaga?
- Vad bör man göra direkt?
- När kan situationen vara akut?
- Varför ska personen inte bara skickas hem ensam?
- Vem behöver informeras?

Tänk på

Ett tecken är inte bevis. Men om en ung person verkar påverkad är trygghet viktigare än att direkt fastställa exakt vad som hänt.

Trygg väg vidare

Ta personen åt sidan på ett lugnt sätt. Koppla in ansvarig vuxen. Vid allvarlig påverkan eller medicinsk oro: agera akut.

Scenario 5

Filma inte - eller?

Tema: Filmning, spridning, ansvar och nätet

Vad händer?

Någon filmar när andra tar droger, bråkar eller hamnar i en utsatt situation. Filmen skickas vidare i en gruppchatt och börjar spridas.

Diskutera

- Varför filmar folk sådana situationer?
- Kan filmning göra skadan värre?
- Vad kan hända med den som syns i filmen?
- Vad kan hända med den som delar filmen?
- Vad kan man göra istället för att filma?

Tänk på

Att filma eller sprida en utsatt situation kan göra skadan större. Det kan också skapa rädsla, skam och nya konflikter.

Trygg väg vidare

Sluta filma. Dela inte vidare. Sök hjälp från en vuxen om någon är utsatt, påverkad eller i fara.

Scenario 6

Swisha mig så löser jag det

Tema: Pengar, droger, skulder och delaktighet

Vad händer?

En ungdom blir ombedd att swisha pengar till någon annan för något som inte sägs rakt ut. Personen säger att det inte är någon stor grej och att det inte syns vad pengarna gäller.

Diskutera

- Varför kan pengar vara en risk i sådana situationer?
- Vad betyder det att inte vilja veta vad pengarna gäller?
- Kan man bli indragen utan att förstå det?
- Hur kan man säga nej?
- Vad gör man om man redan har swishat?

Tänk på

Pengar kan vara en väg in i ansvar, skulder eller press. Att "bara swisha" kan vara mer allvarligt än det verkar.

Trygg väg vidare

Swisha inte för något som känns oklart. Spara meddelanden. Prata med en vuxen om du känner dig pressad eller orolig.

Scenario 7

Göm väskan i omklädningsrummet

Tema: Förvaring, föreningsmiljö och ansvar

Vad händer?

Någon ber en annan person gömma en väska eller jacka i skolans eller föreningens lokaler. Personen säger att ingen kommer märka något.

Diskutera

- Varför kan det kännas oskyldigt?
- Vad skulle kunna finnas i väskan?
- Vem får problem om något hittas?
- Vad bör man göra om man redan sagt ja?
- Hur kan en förening skapa tydliga rutiner?

Tänk på

Skolor, omklädningsrum och föreningslokaler kan användas för att gömma saker. Den som hjälper till kan hamna i en svår situation.

Trygg väg vidare

Säg nej. Rör inte okända saker i onödan. Kontakta ansvarig vuxen om något verkar misstänkt.

Scenario 8

Alla vet vem som säljer

Tema: Tystnadskultur, rädsla och trygghet

Vad händer?

Flera unga vet vem som säljer droger, men ingen vågar säga något eftersom det kan bli bråk. Några säger att vuxna ändå inte kan göra något.

Diskutera

- Varför kan det vara svårt att berätta?
- Vad är skillnaden mellan att skvallra och att söka hjälp?
- Vad kan vuxna göra för att skapa trygghet?
- Hur kan man lämna information utan att känna sig ensam?
- Vad kan hända om alla fortsätter vara tysta?

Tänk på

Tystnad kan bero på rädsla, lojalitet eller att unga inte tror att vuxna kan hjälpa. Därför behöver vuxna skapa trygga vägar in.

Trygg väg vidare

Prata med en vuxen du litar på. Be om att få berätta utan att stå ensam. Vuxna behöver ta informationen lugnt och seriöst.

Scenario 9

En äldre person skriver på Snapchat

Tema: Påverkan, rekrytering och utnyttjande

Vad händer?

En äldre person kontaktar yngre via Snapchat och erbjuder skjuts, pengar, tabletter eller "möjligheter". Personen verkar snäll men vill träffas utan vuxnas insyn.

Diskutera

- Varför kan äldre personer kännas lockande eller farliga?
- Vilka varningssignaler finns?
- Vad kan personen vilja få ut?
- Varför sker kontakten ofta digitalt?
- Vem bör man prata med?

Tänk på

Äldre personer kan ibland använda uppmärksamhet, pengar, skjuts eller status för att påverka yngre. Det kan börja vänligt men bli svårt att lämna.

Trygg väg vidare

Spara meddelanden. Träffa inte personen ensam. Prata med en vuxen direkt om kontakten känns konstig, hemlig eller pressande.

Scenario 10

Han säger att han bara testade en gång

Tema: Första gången, bagatellisering och vuxenreaktion

Vad händer?

En ungdom berättar att hen testat cannabis eller tabletter "bara en gång" och vill att vuxna inte ska göra en stor grej av det.

Diskutera

- Hur bör vuxna reagera utan att överreagera?
- Varför kan "bara en gång" ändå vara viktigt?
- Vad behöver man förstå mer om?
- När bör oron tas vidare?
- Hur kan man fortsätta samtalet utan att ungdomen stänger ner?

Tänk på

Att någon testat en gång betyder inte att allt är kört. Men det är fortfarande en signal om att vuxna behöver förstå sammanhanget.

Trygg väg vidare

Prata lugnt. Fråga vad som hände, vilka som var där och om det finns mer oro. Ta stöd enligt verksamhetens rutiner vid behov.

Scenario 11

Någon mår dåligt efteråt

Tema: Eftereffekter, psykisk hälsa och skam

Vad händer?

Efter en fest eller helg verkar en ungdom kraftigt nedstämd, orolig eller skamsen. Personen vill inte berätta vad som hänt.

Diskutera

- Vad kan ligga bakom en sådan förändring?
- Hur kan en vuxen fråga på ett bra sätt?
- Varför kan skam hindra någon från att berätta?
- När behöver man ta hjälp?
- Vad ska man undvika att säga?

Tänk på

Efter droger, alkohol, hot, grupptryck eller utsatthet kan skam och oro göra att en ung person drar sig undan.

Trygg väg vidare

Möt personen lugnt. Visa att du bryr dig. Ställ öppna frågor och koppla in stöd om oron kvarstår eller situationen verkar allvarlig.

Scenario 12

Ledaren hittar något

Tema: Vuxenansvar, rutiner och dokumentation

Vad händer?

En lärare, tränare eller ledare hittar tabletter, små påsar, patroner eller vapeprodukter i en lokal. Det är oklart vem sakerna tillhör.

Diskutera

- Vad bör vuxna göra först?
- Vad bör man undvika?
- Vem ska informeras?
- Hur dokumenterar man sakligt?
- När kan polis eller socialtjänst bli aktuellt?

Tänk på

Vuxna ska inte leka polis, men de ska agera ansvarsfullt. Okända substanser och misstänkta föremål ska hanteras enligt rutiner.

Trygg väg vidare

Säkra situationen, rör så lite som möjligt, dokumentera sakligt och kontakta ansvarig person. Följ verksamhetens rutiner.

Samtalsstöd och avslutning

Efter ett scenario är det bra att avsluta med vad gruppen faktiskt tar med sig. Målet är inte att alla ska säga samma sak. Målet är att unga ska känna igen risker tidigare och se fler handlingsalternativ.

Avslutande frågor

- Vad var den första varningssignalen?
- Vilket val gjorde situationen mer riskabel?
- Var fanns en chans att stoppa det?
- Vad hade varit ett tryggare alternativ?
- Vem hade man kunnat prata med?
- Vad vill vi att unga ska komma ihåg?

Fyra enkla principer

Stanna upp. Tänk ett steg längre. Lämna situationen om den känns fel. Prata med en vuxen innan det blir värre.

Till dig som vuxen

Vuxna ska inte kräva perfekta svar. Målet är att unga ska öva på att känna igen risker innan de står mitt i dem. Var tydlig, men behåll lugnet.

Om ett samtal väcker konkret oro kring en ung person ska verksamhetens rutiner följas. Vid akut fara för liv, hälsa eller säkerhet: ring 112.