

# MANU

Hash



Oqaloqatigiinnissamut iltsersuut  
Samtalevejledning

# MANU Hash

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 aaqqissuisullu | Konceptudviklere, tekst og redaktion:

John Andersen, cand.psych.

Camilla Brandi Anshøj, cand.pæd.

Else Guldager, sundhedsplejerske, ph.d.

Sulinummik aqutsisut | Projektledelse:

Kasper Brix Bærndt, peqqinnissamut tunngasunik siunnersorti | sundhedsfaglig konsulent

Lisa Christiansen, seqqissutsumt siunnersorti | sundhedsfaglig konsulent

Rikke Louise Kuhn, inerisaanermut siunnersorti | udviklingskonsulent

Suleqatigiissita | Arbejdsgruppe:

Nivé Heilmann, Sulinummik aqutsisoq | projektleder, Blå Kors

Helga Andersen Iversen, Imigassaq ikiaornartullu pillugit Siunnersuisoqatigiinni siulittaasup tullia |

næstformand i Alkohol- og Narkotikarådet

Britta Nielsen Johansen, Kalaallit Nunaanni Politiini pinerluttaalitsinermik ataqtigissaarisoq |

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

Ilusilersonera | Layout: Maria Motzfeldt, Marivik

Nutsernera | Oversættelse: Kununnguaq Fleischer

Naqinneqarfia | Tryk: Eks-Skolens Grafisk Design & Tryk. www.eks-skolens.dk

MANU Hash – Oqaloqatigiinnissamut ilitsersuut pillugu paassisuttisat annertunerusut uaniippuit |

For yderligere oplysninger om MANU Hash – Samtalevejledning:

[www.peqqik.gl](http://www.peqqik.gl)

[www.god-barndom.dk](http://www.god-barndom.dk)

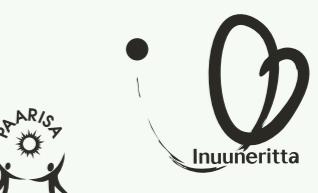
MANU Hash Namminersorlutik Oqartussanit atorneqarsinnaavoq.

Atortussianik allatut atuineq allakkatigut akuerineqaaqlarluni aatsaat pisinnaavoq.

MANU Hash må anvendes af Selvstyret i Grønland.

Al anden brug af materialet eller dele heraf kræver skriftlig tilladelse.

## Oqaloqatigiinnissamut ilitsersuut Samtalevejledning



Peqqissutsumt Pitsaaliuinermullu Aqutsisoqarfik  
Styrelsen for Sundhed og Forebyggelse



# Imai | Indhold

Siulequt	Forord
<b>1. Aallaqqaasiut .....</b>	<b>1. Indledning .....</b>
<b>2. Oqaloqtiginnerup siunertaa .....</b>	<b>2. Formål med samtalen .....</b>
<b>3. Oqaloqtiginneq sioqqullugu .....</b>	<b>3. Før samtalen .....</b>
Oqaloqtiginnissaq pilersaarsiorlugulu eqqarsaatiqik .....	Planlæg og overvej samtalen .....
Ajornartorsiutit hashimik pujortarnerup tunuliaqtarisai .....	Problemer bag hashrygningen .....
Naapeqatiginneq siulleq .....	Det første møde .....
<b>4. Oqaloqtiginneq .....</b>	<b>4. Samtalen .....</b>
Oqaloqtiginnerup aallartinnera .....	Starten på samtalen .....
Qulaajaaneq kajumilersitsinerlu .....	Afklaring og motivation .....
Allanngorneq .....	Forandringen .....
Allannguinissamut pilersaarut .....	Planer for forandringen .....
Allannguineq aalajangiussimajuk .....	Fasthold forandringen .....
<b>5. Oqaloqtiginnerup naggasernera .....</b>	<b>5. Afrunding af samtalen .....</b>
<b>6. Oqaloqtiginnerup kingorna .....</b>	<b>6. Efter samtalen .....</b>
Malitseqartitsineq .....	Opfølgning .....
Katsorsartinnermut ikaarsaerneq .....	Overgang til behandling .....
Innersuussutit .....	Referencer .....

# Siulequt

Naalakkersuisut angajoqqaajuneq patajaallisarniarlugu suliniuteqarput, angajoqqaanngortussallu ta-  
maasa angajoqqaanngornissamut piareersarlutik pikkorissarnissaannik neqeroorfigalugit. MANU-mi  
– Angajoqqaanngortussanik piareersaalluni pikkorissartitsinerup nanginneratut Peqqissutsimut Naalak-  
kersuisoqarfup Peqqinnissaqarfik suleqatigalugu angajoqqaanngortussanut sulisunullu saaffginnilluni  
atortussiat suliaarat, naartunerup milutsitsinerullu nalaani hashimik atuinissaq pinaveersaarumallugu.

MANU Hash – Oqaloqtigiinnissamut ilitsersuut sulisunut angajoqqaanngortussanik angajoqqaangor-  
laanillu hashimik pujortartartunik naapitaqartartunut saaffginnippoq. Mappersakkap qanoq iliorlutit  
angajoqqaanngortussat hashimik pujortartarunnaarnissaannik imaluunniit katsorsartinnissaannik kaju-  
milersissinnaaneritit paassisutissiissutigavaa.

# Forord

Naalakkersuisut 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 Sundhedsrådet 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 foræ-  
dre, der ryger hash. Pjecen giver viden om, hvordan du kan motivere de kommende forældre til at stoppe  
eller gå i misbrugsbehandling.

Agathe Fontain

Peqqissutsimut  
Nunat Avannarliit  
Suleqatigiinnerannullu  
Naalakkersuisoq

Doris J. Jensen

Ilinniartitaanermut,  
Kultureqarnermut, Ilisimatun-  
sarnermut, Ilageeqarnermullu  
Naalakkersuisoq

Sara Olsvig

Isumaginninnermut, Ilaquta-  
riinnermut, Naligiissitaanermut  
Inatsisinillu Atuutsitsinermut  
Naalakkersuisoq

Agathe Fontain

Naalakkersuisoq for Sundhed  
og Nordisk samarbejde

Doris J. Jensen

Naalakkersuisoq for Uddannel-  
se, Kultur, Forskning og Kirke

Sara Olsvig

Naalakkersuisoq for Sociale  
Anliggender, Familie, Ligestilling  
og Justitsvæsen

## 1. Aallaqqasiut

Inuuneritta II-mi, 2013-imut innuttaasut peqqissusaannut naleqqiullugu politikkikut anguniakkanik periusissanillu allaaserinniffiusumi, qitiutinneqarput imigassaq aamma hash, tupatorneq, timip atornissaq nerisallu.

Inuuneritta II-mi imigassamut hashimullu tunngatillugu anguniagassat tassaapput meeqqat inuuusuttullu atornerluilernissaannik pinaveersaartinnissaat. Anguniagaq tamanna piviusungortinneqassap- pat pisariaqarpoq ataatsimut isiginnilluni ataqatigiissaakkamillu suliniuteqarnissaq. MANU Hash suliniutip tamatuma ilagivaa.

Hashimik atornerluineq ajornartorsiutit meeqqat, inuuusuttuilaqtariillu aqusaartagaasa ilarpassuisa aallaavi- givaa. Tamatumani naartusut immikkulorianartorsiutit.

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

- Naartusut hashimik pujortangninnissaat.
- Meeraq suli inunngungitsoq hashimik pujortarnermut illorsorneqassasoq.
- Meeqqat inersimasunik hashimik sunnigasimasunik misigisaqtassanngitsut.

MANU Hash isiginiarneqassaaq angajoqqaajuneq tapersorsorniarlugu suliniutinut atatillugu.

Pingaartuuvoq oqaloqatigiinnissamut ilitsersuutit matuma atortussiat sinnerinut attuumatillugu isiginiarnissaq.

MANU Hashimut atortussiat ukuupput:

1. Hashimik pujortarnerup kinguneri pillugit sulisunut paassisutissiilluni quppersagaliaq.
2. Angajoqqaannortussanut angajoqqaanngorlaanullu hashimik pujortartartunut paassisutissiilluni qu- persagaliaq.
3. Angajoqqaannortussanut angajoqqaanngorlaanullu hashimik pujortartartunut titartakanik filmiliaraq.
4. MANU Hash – Oqaloqatigiinnissamut ilitsersuummi allaaserineqarput, illit sulisutut qanoq iliorlutit angajoqqaannortussat angajoqqaanngorlaallu hashimik pujortarnerminnik unitsitsiniaanerannik killi- liiniarnerannilluuni ikuuussinnaanersutit.
5. Titartakanik filmiliaaqat pingasut 30 sekundikkaat, innuttaasunut tamanut saaffiginnittut.

## 2. Oqaloqatigiinnerup siunertaa

Pingaarnertut siunertaavoq angajoqqaajunerup tapersorsornissa, meeqqavit timikkut tarnikkullu peqqissusa isumannaarneqaqquillugu. Oqaloqatigiinnerup aammattaaq qularnaassavaa, angajoqqaanngortussat hashimik pujortarnerup meeqqamut suli inunngungitsimut ilaqtariinnullu kingunerisinhaasanik ilisimasaqarnissaat.

Ataatangortussamik anaananngortussamillu oqaloqateqarnermi anguniagaassaaq:

- Hashimik pujortartarnermik unitsitsivinnissaat,
- hashimik atuinerup meeqqamut suli inunngungitsimut meeraaqqamullu kingunerinik paasinnilluarnissaat,
- pisariaqarfatigut katsorsartinnissamut kajumilersinnissaat,
- attaveqarfigisartakkani qanoq taperserneqarsinnaanerup paasinissa, soorlu ilaqtanit ikinngutinilluunni, annermik angajoqqaat katsorsartinnissamut suli piareeqqanngippata.

Oqaloqatigiinnerup ataatsip ikittunnguilluunni ingerlaneranni anguneqarsinnaasut assigiingngitsuussapput. Taamaammat Siusissumik Suliniuummut peqataaqqusilluni innersuussinissaq pingaartuuvoq, qulaani anguniak- kat taaneqartut angunissaannut annertunerusumik suliniuteqarnissaq pisariaqarpat.

## 1. Indledning

Folkesundhedsprogrammet Inuuneritta II, som beskriver de politiske målsætninger og strategier for folkesundheden 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 forebygge, 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. Gravide er en særlig utsat 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. Informationspjace til fagpersoner om konsekvenserne af at ryge hash.
2. Informationspjace 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 samtalens

Det overordnede formål er at støtte op om forældreskabet, så barnets fysiske og mentale sundhed sikres. Samtalen 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 nødvendigt,
- 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 samtalere. 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 pujortartarneq assigiingisitaartorjussuuvog. Tassaasinaavoq qaammammut ataasiarluni annikinnerusumilluunniit ataasiarluni pujortarnermiit, sapaatip-akunnerisa naanerini pujortarnermut – ilutigisaanillu ulluinnarni ajunngitsumik ingerlalluni, kiisalu tassaasinaalluni ulluinnarisap annertuumik sunnerneqarfqisaanik atuineq.

Soorunami immikkut maluginagassaavoq hashimik pujortartartoq naartuppat, qanorluunniit pisoqaraluarpat hash meeqqamat ulorianarmat.

Akulikitsumik qaqtiguinnarluunniit hashimik pujortartarneq pisaraluarpalluunniit, pissutsit eqqarsaatigisassat oqaloqatigiinnerullu pilersarusiorneranut ilaattariaqartut arlaqarpit.

Tatigeqatigiinneq qanimullu paaseqatigiinneq oqaloqatigiilluarnissamut pingartuuupput. Ilaanni naartusoq ilisarismareertassavat, immaqalu ilisimasqaqrputit illit pingaartutut isigisannik, angajoqqaanngortussalli eqqartorusunngisaannik. Imaluunniit imaassinaavoq naartusoq aappaaluunniit nammineq inuttut ilisarisimalluarit. Ima-luunniit naartusoq aappaalu pillugit ataatsimiinneq sioqqullugu tusatsiagaqarsimasutit. Imaluunniit ... Matumani alajangiussimajuartariaqarpooq oqaloqatigiinnerup siunertarimmagu hashimik pujortartarnerup unitsinnissaa. Pisariaqarfatiqallu katsorsartinnissamut kajumilersitsinissaq.

Imminnuit ilisarisimareerneq pissuserissaarnissamut naleqqiullugu unamminartuuvog, nipangiussisussaatiaaneq pillugu erseqqiffaarissumik isumaqatigiissuteqarnissamik piumasaqaatitaqartoq. Aamma assigiingitsunik pisoqarnera pissutigalugu, suleqativit ajornanngippat oqaloqatigininnermik ingerlatsinissaanik qinnuiginissaa pitsaanerusinnaavoq.

Hash pillugu oqaloqateqarneq sulisutut oqaloqatigininneruuvog. Sulisutut oqaloqatigininnermi illit sulisutut, inuttut pissutsit atorsinnaavat, illiullutillu. Kisianni illit inuttut inuuninnit misilitakkatit oqaloqatiginnermut akuutissanggilatit. Oqaloqatigiinneq tassaalinngisaannassaaq inuit imminnuit ilisarisimasut akornanni oqaloqatigiinneq. Ilutigisaanik sulisutut annertuumik isumagissavat, oqaloqatigiinnerup ima avatangiiseqarnissaa, angajoqqaanngortussat misigalugu isumassuineq ataqqinninnerlu pingartinneqarluinnartut.

Pingartuuvoq meeqqamik isumassuineq aamma angajoqqaanngortussat meeqqamik pitsaanerpaaamik inuuneranik aallartitsinissaat qitiutittuussallugit. Oqaloqatigiinneq meeqqamut attuumassuteqarnerup qitiunieranik imaqartinneqarsinnaappat, aralitsigut tamanna pilersitsifsumik atorsinnaasarpooq, angajoqqaat hashimik pujortartarnerminnik unitsitsinissamut kajungilissutigisaannik.

Piffissaq oqaloqatigiinnermut atorneqartoq aamma pingaruteqarpooq. Qanoq annertutigisumik angusaqr-sinnaanissinnut aamma qanoq oqimaatsigisutut oqaloqatigiinnerup misigineqarneranut. Oqaloqatigiinnerni aralinni immikkoortut ilitsersummi taaneqartut tamakkerneqarsinnaanngillat. Taamaattoqartillugu aallaavigisariaqarpatis nukissaqarfinuerpaat, hashimillu pujortartarunnaarnissamut periarfissanik siuarsanerpaasut.

(U-turn isumassarsijjuvoq)



(Inspireret af U-Turn)

### 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 hverdagsslivet 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 samtalens formål at motiverer til at stoppe rygning af hash. Og at motiverer 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 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.



## Siunnersuut

Sissuerit! Piffissaalatsilluni oqaloqatigiittoqartillugu oqaqqisaarinissaq piviusunngorsinnaangitsunillu siunnersuutniq qaninnerusarpoq. Ilutigisaanik pingartuuvoq, naartuneq pillugu oqaloqatigiitssassinnut allanut naleq-qullugu, hashimut atassusiinissaq immaqalu oqaloqatiginneq hashimut tunngasunngorlugu killiliinissaq.

Oqaloqatiginneq naartusoqalernerani sapinngisamik piaarnerpaamik ingerlattariaqarpooq. Meeraq suli inunnungitsqoq utaqqisinnaangilaq. Aappaatigulli immaqa pisariaqarsinnaavoq, angajoqqaangortussat hashimik pujortartarnermik unitsinnissaanut piareernissaat. Tamanna sulisutut inissiffigissallugu ajornakusoortuuvoq. Isumassarsialaasinaavoq akunnattoorfitt naapitatis pillugit suleqativit oqaloqatiginissaat. Immaqa Skype aqqutigalugu. Aamma imaassinaavoq oqaloqatiginneq ingerlalluarumallugu siunnersorneqaatigalutit oqaloqatigineqarnissat (supervision) pisariaqartillugu misigisutit.

### Ajornartorsiutit hashimik pujortarnerup tunuliaqtutarisai

Hashimik pujortartarneq arlalitsigut tassaavoq angajoqqaat hashiinnaangitsumik ajornartorsiuteqarnerannik ersiutaasoq. Assiliangorlugu ilulissatut takutinneqarsinnaavoq, hashimik pujortarneq immap qulaaniilluni, ajornartorsiutillu arlaqartut toqqortarineqarsinnaasut immap ataaniillutik. Immaqa tamakk oqaloqatiginnermi siullermi saqqummissanngillat.

Oqaloqatiginnermut aallaaviussaaq hashimik pujortartarneq. Ima annertutigippat, pinngitsuisinnaajunnaarsimaneq pineqarluni, amerlanertigut katsorsartinnissaq pisariaqassaaq. Katsorsaanerup ingerlanerani atornerluinerup tunuliaqtutarisai tamarmik suliarineqarsinnaapput. Ilulissami takuneqarsinnaasutut pineqartut tassaasinnaapput ajornartorsiutit hashimik pujortartarneq unitsinnejqaraluarpualluunniit tammarnavianngitsut. Tamatumani ikiorsisoqassappat, annertunerusumik suliniuteqarnissaq pisariaqarsinnaavoq.

### Naapeqatiginniq siulleq

Angajoqqaanngortussanik hash pillugu oqaloqateqarnissamut periarfissaq siulleq tassaagajuttarpoq naartulernermeri oqaloqatiginninnek siulleq. Imaappoq angajoqqaanngortussanik naapeqateqqaartup, tamatigut eqqarsaatigisariaqaraa hashimik pujortartarneq pillugu oqaloqatiginnissanerluni. Aamma ingerlaannaq naliler-neqanngikaluarpualluunniit, angajoqqaanngortussat Siusissumik Suliniummut innersunneqartariaqartut.

Naartulernermeri oqaloqatiginniq siulleq sioqquillugu, sulisup angajoqqaanngortussat hash pillugu oqaloqatigis-mappagit, naartulernermerut atatillugu oqaloqatiginnermeri siullermi malitseqartitsisoqartariaqarpooq. Sapinngisamik piaarnerpaamik periarfissaq atorluarniartariaqarpooq. Kia oqaloqatiginniq siulleq ingerlanneraa apeq-qutaatinnagu, oqaloqatiginnermerut ilisarnaataasariaqarput angajoqqaanngortussanik isumassuineq maannalu inissisimanerannik ataaqqinninnek.

Oqaloqatiginnerit ilaanni hash pissusissamisuuginnartumik oqaloqatiginnermerut ilaalersarpoq, sulisumit tamanna apequtigineqaraangat. Oqaloqatiginneri allani hash aatsaat eqqaaneqartarpooq, sulisup meeqqap inunngornerata kingorna screeningip inernerter takusimagaangagit. Tamatumani pingartuuvoq, meeqqap angajoqqaavisa hashimik pujortarniarunnaartoq isertorniarneraat, imaluunniit tamanna aallaqqataaniilli ammaffigineqarnersoq. Angajoqqaat hash pillugu oqaaseqarumangikkaluarpatluunniit, queleuttaq saqqummiuttariaqarpat, sumiginnaaneq nalunaaruteqartussaatitaanerlu pillugit malittarisassat aallaavigalugit.

Naartulernermeri oqaloqatiginnerup ingerlanerani piffissaasorilerukku aperisinnaavutit, angajoqqaanngortussat arlaat tamarmilluunniit hashimik pujortartarnersut. Angertoqarpat, oqarsinnaavutit tamanna pillugu oqaloqatigiumallugit, meerartaassaannut pingaruteqarmat.

## Tip

Pas på! Ved en tidspresset 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 billedevises 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 graviditets-samtale. 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 give 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

### Siunnersuut

Pingaartuuvoq illit sulisutut eqqisisimanissat, aamma angajoqqaanngortussanik oqaloqateqarnerup pingaa-  
ruteqartup salliuittuarnissaa. Oqaloqatigiinneq minutsinik 15-20-nik sioqqullugu eqqissilluarniarsarigit, sulia-  
satit allat unitsikkit, taavalu inuk oqaloqatigisassat imaluunniit inuit oqaloqatigisassat kisiisa isiginialerlugin.

#### Oqaloqatigiinnerup aallartinnera

Oqaloqatigiinnerup ilaa pingaaruteqartoq, tassaavoq hashimik pujortarneq tamannalu pillugu eqqarsaataannik oqaloqatigiinnissaq. Assersutigalugu oqarsinnaavutit: "Hashimik pujortartarerit qanoq isumaqarfiviu?" Ajornannigippat ataatsimoirluni paaseqatigiinnissaq pilersinniarneqassaaq, erseqqissunik itisilerissutinillu ape-  
risarluni - sumi, qanga qanorlu hashimik pujortartarneq aallartissimanersoq paasiniarlugu. Assuarinninngikka-  
luarlutit alapernaagit soqutiginnillutillu. Misissuerpalaartumik qanillattuinerup angajoqqaat paasinnilersissavai qanoq pisoqarneranik qanorlu imminnut kinguneqarneranik. Tamatumalu pisup qanoq imaannaanngitsigner-  
nik illit sulisutut paasinnilersissavaatit.

Angajoqqaanngortussat hashimik pujortartarneq eqqartorumanngippassuk ataqqisariaqarpoq. Tamanna imaangilaq anaanaasup ataataasullu hashimik pujortartarerat iliuuseqarfingineqassanngitssoq – akuersaan-  
ngikkaluarpataluunniit. Kisianni pingaartuuvoq ammafigissallugu kingusinnerusukkut oqallisigineqarsinnaane-  
ra. Tamanna assersutigalugu pisinnaavoq, pineqartup saqqummiuteqqinnissaa pillugu isumaqatigiissuteqarfifi-  
gnerisugt, ilutigisaanillu isumassuerpalaartumik oqaluttuullugit, angajoqqaanngortussatut pingaarutilimmik  
meerartaassaminnut akisussaaffeqarnerannik. Aamma kaammattorsinnaavatit angerlarunik hashimik pujortar-  
tarnertik oqaloqatigiissutigeqquillugu. Tamannalu immikkut oqaloqatigiinnissamut piaarnerpaamik aggersarniar-  
nerannut patsisaatillugu.

Aamma angajoqqaanut quppersagaliaq aallaavigisinhaavat, taassumannga angajoqqaat qupperaasillugit ima-  
risaalu oqallisigalugit, kiisalu apeqqutigalugu eqqarsaatit suut pikialtilerneraat. Angajoqqaanngortussat  
quppersaqq atuareersimappassuk, kaammattorsinnaavatit oqaluttuareqqullugu qanoq atuarnerani misigisaqr-  
simanersut. Imaluunniit titartakanik filmiliaaraq innersuussinnaavat, taannalu oqaloqatigiinnermut aallaaviga-  
lugu.

### Siunnersuut

Annertunerusutigut paasisaqarumalluni oqaloqatigiinnermi arlalitsigut iluaqutaasinnaavoq makku apeqqutigigaanni:  
Atuinerup annertussusia. Hash qanoq annertutigisoq pujortarneqartarpa, qanoq akulikitsigisumik kikkullu ila-  
galugit? Aappatillu angerlarsimaffimminni qaammammut ataasiarlutik pujortartarpat imaluunniit ikinngutillu  
sapaatip-akunneranerut arlaleriarlutik. Minnerungitsumillu hashimik pujortarnerup meeqqamat sunniutai pillu-  
git eqqarsaataat. Tamakkut naartusoq hashimik pujortartarunnaassappat suut oqallisigisariaqarnerannik tikkuus-  
sisuusinnaapput.

#### Qulaajaaneq kajumilersitsinerlu

Atuineq katsorsarneqarnissamillu pisariaqartitsineq pillugit qulaajaaneq ilaqtariit apersupilunneqartutut –  
imaluunniit suli ajorermik: killisornejartutut – misigitinngikkaluarlugin ingerlattariaqarpoq. Akuersartumik oqaloqatigiinnerussaaq, inooriaasiannik ataqqinnittumik. Taamaaliorneq imaangilaq oqartoqartoq inooriaasiat pitsaasusoq, imaluunniit meeqqamat soqtaanngitsoq!

Tulliullugu pingaartuuvoq qulaajassallugu, hashimik pujortartarnertik qanoq pissuseqarfingeraat. Ernummate-  
qarunillu suut ernummatisginaeraat. Aamma taamaaliorqassaaq naartusoq imaluunniit aappaq hashimik pujor-  
tarnerup unitsinnsiananut kajumilereersimagaluarpalluunniit.

Oqaloqatigiinnerup immikkoortuani tamatumani qulequttat qaqqissinnaasatit makkuupput:

- Screeningip takutippaa hashimik pujortarsimasutit. Tamanna pillugu qanoq isumaqarpit?
- Hashimik pujortaraangavit iluaqutasutut ajoqutaasutullu suut misigisarpigit? Angajoqqaat tamaasa aperik-  
kit. Assiginnngitsunik misigisaqarsimasinnaapput.
- Hashimik pujortarnermut atatillugu qanoq misigisarpit?

## 4. Samtalens

### 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 billede 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 hurtigt 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 kriminel, og der er risiko for at blive straf-  
tet. Det kan i sig selv være et pres. Og det koster mange penge.

- Assersuutigalugu timip qasukkarnera, ulluinnarni inuunerup puigornera, hashimik pujortartunik allanik peqatecarnerup nuannersui, kiserlorneq imaluunniit ilaqtuttat akeqqersimaartut misiginikuugit? Sooq iluarpa? Tamatuma qanoq sunnertarpaatit?
- Hashimik pujortartarunnaaruit meeqqavit tamanna sutigut iluaqtigissavaa?
- Hashimik pissarsiniartillutit stressertutut misigisarpit?
- Inatsisnik unioqqutitsineruvoq, pillarneqaataasinnaavorlu. Tamanna imminermini nanertuutaasinnaavoq. Aamma akisoqaaq.
- Hashimik pujortartarunnaarnerup ajoqutigisinaasai eqqartukkit. Sukkut akerliusqarpa. Akerliuneq qanoq misinarpa? Hashimik pujortarneq sukkut iluaqtigisarpik? Unitsitsiniaanermut suut ajornakusoorutaassappat?
- Hashimik atuinermut attaveqaatigisat (ikinngutit ilaqtallu) pingaarataat paasiniaruk. Hashimik pujortartannigtsunik ikingngutteqarpit? Ikinnguttit hashimik pujortartartut ilinnut qanoq pingaaqtigippat? Ikinngutini kikkut hashimik pujortartarunnaarnissannik ikorsinnaavaatsit?
- Alapernaallutit paasiniaruk hashimik pujortartarunnaarnissaq pillugu qanoq eqqarsarlutillu misiginersut.
- Hashimik pujortartarunnaaruit qanoq pisoqassava? Avatangiiserisatit qanoq qisuarriassappat? Suna oqilia-llaataanerpaassava?
- Alloriaqqaassaguit qanoq pisoqartariaqarpa? Kia ikorsinnaassavaatit?

Hashimik pujortartarneq pujortartarunnaarnerlu tamarmik iluaqtissartaqarlutillu ajoqutissartaqarput – soorlu ataani takutinneqartoq.

	<b>Iluaqtissartai</b>	<b>Ajoqutissartai</b>
<b>Maanna hashimik atuinermi</b>	Soorlu: Qasukkartaneq, assortuunnerit puigorneri, ataatsimooqatigifffimmuit ilaasutut misigineq, ersionerit kiserlierillu misigisanginnerat	Soorlu: Meeraq ajoquserneqarsinnaavoq, sorussussuseqanngineq uninngaannarnerlu, stresserneq, ajornartorsiutit aaqqiviginissaannik kinguartiterinerit, aningasaqarnerlorneq
<b>Hashimik atuiunnaarnermi</b>	Soorlu: Erseqqissunik eqqarsarsinnaaneq eqqaamallaqqin-nerunerlu, atukkakka iliuuse-qarfisinnavaakk, meerara pitsaunerusumik inuuneqartissinnaavara, meerara qanumit ilagisinnavaara, ilinniarnera sulinerulu paarilluarnerusin-naavakk, meeraq peqqissoq, iliuuseqarsinnaaneruneq	Soorlu: Ataatsimooqatigijit avataanniilersinnaaneq, kiserlorneq, ajornartorsiutit toqqruglit pis-suseqarfigisariaqnerat

U-turn isumassarsiffuvvoq

Akunnattorfiit ilaqtariit nutaat naapitaat aallaavigisinnajumallugit, pingartuuvoq naalaarnissaq aamma anaanaasup/ataataasup nammineq oqaasiinik eqqarsaataannillu aallaaveqarnissaq – tassanngaanniillu ingerlariaqqinnissaq.

Oqaloqatiginneq assigiinngitsorpassuarnik ingerlasinnaavoq, arlalitsigullu piffissarisaq qaangerlugu qulequttat naapertuuttut oqallisigineqarsinnaagaluarluti. Tamanna sulisumut – taamaalillunilu aamma angajoqqaanngortussa-nut - unamminartuuvoq, taakkumi eqqartorusutaqarsinnaapput, piffissarisap iluani angumerisinnaanngisassinnik.

Hashimik pujortartarnerup oqallisiginissaanut akerliuneq imaattariaqanngilaq aamma hashimik pujortartarnerup unitsinnissaanut akerliunerusoq, kisianni tikkuussisuusinnaavoq, hashimik pujortartarneq pillugu ilaqtariinnik oqaloqatiginneriaatsivit allanngortittariaqarneranik. Tamatumani nalorniguit siunnersorneqaatigalutit oqaloqatigineqarnissaat kissatigisinnaavat.

- 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.

	<b>Fordele</b>	<b>Ulemper</b>
<b>Ved nuværende brug af Hash</b>	Fx: Afslapning, glemmer konflikter, 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
<b>Efter stop af brug af hash</b>	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 uddannelse 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 udgangspunkt 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

Pisariaqarpooq naartusup aappaatalu misigisaannik akunnattoorfinillu aallaaveqarnissaq, tulleriaarlugit sammisassatut isigalugit allattoriikkatit aallaaviginagit. Tamanna annermik aallaqqataani pingaartuuvoq – tatigeqtiginnerup pilersinniarneqarnerata nalaani. Akunnattoorfiusartut oqallisiginerisigut hashimik pujortartarnerup unitsinissaanut kajumissuseqarneq siuarsarneqartarpooq periarfissinneqarlnilu! Ilutigisaanillu tassuunakkut illit takutissavat hashimik pujortartarnermut tunngatillugu suulluunniit oqallisigneqarsinnaasut.

Eqqaamajuk oqaloqatigiinnerup siunertarinngimmagu katsorsaanissaq, kisiannili hashimik pujortartarnerup annikillisinnissaa pitsaanerpaappallu unitsinissa aamma naartusup katsorsartinnermut peqataanissaminut kajumissuseqalersinnissaa – tamanna pisariaqpat. Aamma angajoqqaanngortussat oqaloqatigiinnerup siulliup kinguninnguanillu iliuuseqalereernissaat!

## Allanngorneq

Angajoqqaat hashimik pujortartarnerminnik unitsitsinissamut annikillisinsamulluunniit periarfissaat aqqu-tissiuukkumallugit, pingaartueqarsinnaavoq makku pillugit oqaloqatigiinnissaq:

- Hashimik pujortartarnerpit unitsinissaanik piumassuseqarnerit qanoq annertutigiva? 1-imuit 10-mut nalilis-sagukku sumiissava? Kisitsit akissutigisat pillugu qanoq eqqarsarpit?
- Hashimik pujortartarunnaarniarneq siornatigut misilinnikuuiuk? Illuatsitsivit?
- Ataasiakkat hashimik pujortartarunnaarnissamut ingerlatsiinnarnissamulluunniit tunngavilersuataat qu-laajakkit. Sooq pujortartarunnaarnissat kissaatigiviuk? Hashimik pujortartarnerpit unitsivinnissa annikilli-sinissaaluunniit qanoq piumassuseqarfigitigiviuk?
- Hashimik pujortartarnerpit unitsinissaataa piviusungortinnissaanut qanoq nukissaqartigisorivit? Pingaartuuvoq nammineq periarfissat upperinerisa misissornissaat, pisariaqarfatiqullu tapersersuinissaq – arlalitsi-gullumi tamanna pisariaqassaaq!
- Hashimik pujortartarunnaarnermi inuttut iluaqutaasussat misissukkit – taakkunaniippoq unitsitsinissamut kajungilersisiusussat. Pujortartarunnaaruit suut iluaqutaassappat?

Hashimik pujortarnerup iluaqutigisartagaasa ilai pujortangikkaluarlutit angusinnaavigit? Illit isummat malillugu atorsinnaasannik allanik periarfissaqarp?

Oqaloqatigiinneq sabinngisamik akuersarnerpaamik ingerlaguk. Akissutaasut naalaakkit, illugiimmillu oqaloqatigiileritsi, ataatsimoorlus iatugarisaasut periarfissallu paasiniarlugit. Angajoqqaanngortussat isummersorneri misigissusaallu ataqqikkit. Pissuilersornikkut isumassuilluaruit pitsaassaaq.

Aamma oqalutuarisinnaavat hashimik pujorttarunnaarniarlutik annikillisaaniarlutiluunniit misiliisut ilarpasui utersaartartut. Tamatumani iluaqutaasinnavaoq eqqarsaatigissallugu unitsitsiniarluni misiliinerit amerliartorti-llugit naggataatigut iluatsitsilluarnissaq ilimanarneruleriartortarmat.

Pingaartuuvoq oqaloqatigiinnerup nukissarisanut sammisuunissa. 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 annertusaataasinjaappat.

Arlalitsigut pitsasarpooq oqaloqatigiinnerup ingerlanerani unikaallalaarnissaq, angajoqqaanngortussat oqaloqatigiissinnaaqquillugit, oqaluuserineqartunillu eqqarsaatiginnilaarsinnaaqquillugit. Unikaallanneq pisariaqarfati-gut titartakkanik filmliaaqgap takutinneranik ilaneqarsinnaavoq, taannami aamma oqaloqatigiinnerup tullianut aallaaviusinnaavoq.

## 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.

Oftest 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.

## Allannguinissamut pilersaarut

Angajoqqaangortussat hashimik pujortartarunnaassagunik kajumissuseqarlutillu piumassuseqartariaqarput. Ammattaaq iliuutsit allannguinermit pilersillsillutillu ingerlaavartitsisussat, eqqarsaaterluagassaapput siumoor-tumillu pilersaarusiorneqarsimassallutik. Taamaaliornerup iluatsitsinissamut periarfissat annertunerulersittarpai. Tulliupput qulequttat ilaqtariit peqatigalugit misissorsinnaasatit.

- Piviusorpalaartunik pilersausrusorit/anguニアガッサルトスサット kissaataat aamma piviusorpa-laartumik/timalernejarsinnaasumik periarfissaat aallaavigalugit.
- Angajoqqaangortussat anguniakkanik piviusunngortsissappata qanoq iliortoqartariaqarnersoq misissoruk.
- Piviusorpalaartumik alloriarnissaq siulleg suussanersoq isumaqatigiissutigisiuk. Siulleg iluatsippat tullissaa sunaassava?
- Akimmifusinnaasut misissukkit – taakkulu qanoq pitsaanerpaamik avaqqunneqarsinnaanersut anigorne-qarlutilluunniit.
- Iliuusissatit nutaat misissukkit, suullu pinaveersaartariaqarnerlugit hashimik pujortartarneq unitsinniarukku.
- Misissoruk ilaqtariit kimit ikiorneqarlutillu tapersorsorneqarnissaminnik takorluinersut – taakkulu pitsaa-nerpaamik qanoq ikuussinnaanersut.
- Allanngortikkusutanut naleqqiullugu piviusorpalaartumik ilimagineqarsinnaasut allattukkit.
- Angajoqqaangortussat qanoq iliorsinnaappat, kiserlulerumanatik isumaqartitaminnillu ataatsimoorfeeruk-kumanatik? Inuit ilaasa hashimik pujortartarunnaarnerminni imaqanngitsutut misigisarnerat sunik taarser-niarnejarsinnaava?

Angajoqqaangortussat katsorsartikkumagunik oqaloqatigiinnerup naammassinginnerani namminneerlutik sianersinnaapput sulisorluunniit sianertillugu, piffissamik isumaqatigiissuteqarniarlutik. Taava tamanna isuman-naariissaq, hashimillu pujortartarneq unitsinniarlugu siullermik alloriartoqarluni!

Ilaqtanit ikinngutinillu tapersorsorneq tamatigut pingartuuvoq, angajoqqaangortussallu ilaasa tamanna pinngitsoorsinnaangilaat. Alapernaallutit soqutiginnillutillu apersuutigjuk kikkut qanorlu tapersersuisinna-nersut. Aamma misissunngitsuussanngilat, kikkut killup tungaanut noqtsisinnaanersut. Taamalu pisqoqanngin-nissaa anguniarlugu qanoq iliortoqarsinnaanersoq. Apeqqutigjuk ilaqtaminnut ikinngutiminnullu suli hashimik pujortartartunut – immaqalu hashimik pujortartaleqeqqullugit kaammattuisinnaasunut - qanoq pissuseqar-niersut. Tamanna sapinngisamik tigussaasumik eqqartorsiuk, paasiniarlugulu angajoqqaangortussat nam-minneq qanoq iliorsinnaanersut, pisariaqarfatiqallu sumit ikiorneqarsinnaanersut.

## Allannguineq aalajangiussimajuk

Arlalinut ajornakusoortarpq hashimik pujortarunnaarnerup ingerlatiinnarnissaa. Taamaammat pingaa-ruteqarsinnaavoq oqallisigissallugu, pujortarunnaeq qanoq ingerlatiinnarnejarsinnaanersoq – aamma angajoqqaangortussat hashimik pujortartaqqilerusillissagaluarpata. Qanoq iliortarumappat pujortaguummer-pallaaleraangamik? Pisuttuarlutik, arpallutik – ikinngut sianerfigalugu – meeraaqqap alersissaanik nuersaallutik imaluunniit?

- Alapernaallutit paasiniaruk angajoqqaangortussat ileqqutik nutaat attatiinnassagunikkit qanoq iliortar-niersut.
- Paasiniaruk allannguutit attatiinnarnissaannik kikkut ikuussinnaanersut.
- Angajoqqaat aappaannaq hashimik pujortartarpat, ammattaaq pingartuuvoq paasiniaassallugu angajokkaq hashimik pujortartartoq aapparminit qanoq ikoqqusarumaarnersoq.

Angajoqqaangortussat hashimik pujortartaqqilersuussagaluarunik ilisimassavaat unitsinnissaanut suli ikiorneqarsinnaallutik. Imaanngilaq suut tamarmik allanngussasut, sapinngisamillu annertunerpaamik allannguinnissaq pineqarluni. Eqqaajuk nakkaattooraanni qaqqeqqinniarnissaq pingartuuusoq. Hashimik pujortarunnaarneq unam-minartuuvoq, tamatigallu misiliinermi siullermi iluatsittangilaq.

## 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 sammen 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 aftale 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 hashrygning 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, hvordan 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 forælderen 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 holde op med at ryge hash kan være en kamp, og det er ikke altid, at det lykkes i første forsøg.



## 5. Oqaloqatigiinnerup naggasernera

Isumassarsialavoq oqaloqatigiinnerup suut oqaloqatigiissutigisimancerisa suullu isumaqtigiissuteqarsimancerisa eqikkaanerannik naggasernissa. Tamatumma saniatigut oqaloqatigiinneq ajorisimanginneraat qularnaarsinnaavat toqqartumik aperalugit: "Oqaloqatigiinneq ilinnut qanoq misinnarpa?"

Pingaartuuvoq erseqqissassallugu qanoq pisoqarnissa, oqaluuserisimasanullu tamanut qujanissaq. Aamma angajoqqaanngortussat nersortariaqarput, ajornartorsut iliuuseqarfijumammasuk, aalajangiussaminillu iluatsitsilluarnissaannik kissaallugit.

Aamma erseqqissaruk qaqugukkulluunniit ilinnut attaveqarnissamut tikilluaqquaammata – tamanna pisiaqartilissagunikku.

## 6. Oqaloqatigiinnerup kingorna

### Malitseqartitsineq

Arlallit pisariaqartittapaat oqaloqatigiinnerup ataasiarluni arlaleriarluniluunniit malitseqartinnissa. Sulisup oqaloqatigiinnermik siullermik ingerlatsisup hashimik pujortartartoqartillugu tamatigut malitseqartitsinissaq isumaqtigiissutigisassavaa. Isumassarsialavoq malitseqartitsilluni oqaloqatigiinnerup naatsumik killifissiuilluni aallartinnissa – kingullermik susoqarsimaneranik, tassani eqikkaanerit isumaqtigiissutillu ilangullugit.

Pisariaqartitsisoqartillugu pingaartorujussuuvoq oqaloqatigiinnermik malitseqartitsinissap tamatigut isumaqtigiissutigineqartarnissa. Tassunakkut takutinnejartarpooq angajoqqaanngortussat malugilluarneqarsimasut pingaaruteqartuullutilu.

Ataatsimiinnissap isumaqtigiissutiginissaajornarpat, ilaanni periarfissaasarpooq Skype aqutigalugu malitseqartitsinissaq, imalluunniit sms-it, Face Time, Messenger assigisaaluunniit atorlugit attaveqatigiinnissaq. Taamaaliorikkut angajoqqaanngortussat nuukulasut imaluunniit sulisumiit ungassisum Najugallit attavigilluarneqarsinnaapput.

### Katsorsartinnermut ikaarsaerneq

Oqaloqatigiinnerit ilaasa kingunerissaavaat, angajoqqaanngortussat katsorsartinnissamik neqeroorummik akuer-saaqqulligit inanneqarnerat. Katsorsartinnerup aallartivinnissaata tungaanut, angajoqqaaq kaammattuutasumik oqaloqatigiinnernut orniguttarsinnaavoq, ikiorneqarnissaminik piumanini annaangniniassammagu.

Tamatumunnga atatillugu pingaartuuvoq isumaqtigiissutigissallugu peqataanialuni nalunaarneq qanoq pissannersoq. Illit sulisutut katsorsartinnissamut innersuussineq allassavat. Tamatumma kingorna katsorsaavik attavigineqassaaq, erseqqissumik isumaqtigiissuteqarnissaq siunertaralugu. Ilaqutarit imaluunniit illit taamaaliussapat? Aralitsigut kajumilersitsinerusarpooq angajoqqaanngortussat namminneerutik attaveqartuugaangata. Taamaattoq malitseqartitsariaqarputit, ilumut taama pisoqarsimanera qularnaarumallugu.

Pitsaanerpaavoq katsorsaaneq ingerlaannaq aallartissinnaappat. Meeraq suli uninngungnitsoq pillugu aammali kajumissutsip attatiinnarnissa pissutigalugu. Utaqqineq sivisualaarpat, nalinginnaavoq kajuminnerup annikillistarnera, angajoqqaanngortussallu hashimik pujortartarnerminnik ingerlatsiinnalernerat.

Qanorluunniit pisoqaraluarpat pingaartuuvoq malitseqartitsinissat. Angajoqqaanngortussat malugisariaqarpaat ilumut taakkununnga pitsaanerpaaq illit angorusukkit. Angajoqqaanngortussat ilaat immaqa misilittagaqrarput, isumaqtigiissut malinngikkaangamikkit sulisut soqutiginnikkunnaartarnerinik. Angajoqqaanngortussanut arlalinnt iluaqutaassaqaq, illit uteriisertaruit.

Toqqaannartumik attaveqarneq ajornarpat, Skype, sms, Face time, Messenger assigisaalu aqutigalugit attaveqarnissaq 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 kommende 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 samtalere. 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 kommende 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 samtalere vil munde ud i, at de kommende forældre anbefales at tage imod tilbud om et behandlingsforløb. Indtil der er et behandlingsforløb klar, kan forælderen komme til motiverende samtalere 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 kommende 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 fortsætter 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.

## Innersuussutit 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 angajoqqaangortussat angajoqqaanngorlaallu hashimik pujortarneq pillugu oqaloqatigisinnaanerlugit. Oqaloqatigiinnissamut ilitsersuummi qitiutinneqarpoq qanoq iliorlutit angajoqqaat pissusilersuutimiinnik allanguinis-saannut kaammattorsinnaaneritit. Oqaloqatigiinnissamut ilitsersuummi allaaserineqarpoq oqaloqatigiinneq siqqullugu oqaloqatiginnerullu 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 ajoquisisarneri pillugit paasissutisiis-sutaasunik.

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.



Peqqissutsumut Pitsaliuinerellu Aqutsisoqarfik

Styrelsen for Sundhed og Forebyggelse



NAALAKKERSUISUT

GOVERNMENT OF GREENLAND

