

Nordic
Healthcare
Group

MIDTVEJSEVALUERING AF 'PULJE TIL UDVIKLING AF RYGE- OG NIKOTINSTOPTILBUD TIL BØRN OG UNGE 2024-2027'



Indholdsfortegnelse

1	Resumé.....	4
2	Summary.....	7
3	Indledning og baggrund	9
3.1	<i>Formål med midtvejsevalueringen</i>	10
3.2	<i>Læsevejledning</i>	10
4	Kortlægning af eksisterende indsatser og viden.....	12
4.1	<i>Nikotinformbrug blandt børn og unge i Danmark</i>	12
4.2	<i>Erfaringer fra stopforløb målrettet unge</i>	13
5	Datagrundlag og metode	16
5.1	<i>Metodiske opmærksomhedspunkter for STOPbasens data</i>	17
5.2	<i>Oversigt over de 17 kommunale puljeprojekter</i>	18
6	Målgrupper.....	20
6.1	<i>Afsnittets konklusioner</i>	20
6.2	<i>Puljeprojekternes målgrupper</i>	20
6.3	<i>Målgruppens karakteristika</i>	21
7	Organisering, samarbejde og forankring	24
	<i>Afsnittets konklusioner</i>	24
7.1	<i>Organisering og samarbejder.....</i>	25
7.2	<i>Forankring</i>	36
8	Rekruttering	41
	<i>Afsnittets konklusioner</i>	41
8.1	<i>Rekrutteringsstrategier.....</i>	42
8.2	<i>Rekrutteringsudfordringer og virkningsfulde tilgange</i>	57
9	Rammerne for stopforløb	62
9.1	<i>Afsnittets konklusioner</i>	62
9.2	<i>Der er behov for at tilbyde både individuelle og gruppeforløb</i>	63
9.3	<i>Stopforløb skal foregå i skoletiden med lovligt fravær</i>	66
9.4	<i>Kortere forløb fastholder de unge</i>	68
9.5	<i>Erfaring med at arbejde med unge er en vigtig kompetence</i>	69
10	Kerneelementer i stopforløbene	72

10.1	Afsnittets konklusioner	72
10.2	Fokus på reduktion frem for stop af nikotinformbrug	73
10.3	Stopforløbenes indhold	78
10.4	Medicin til nikotinafvænning bidrager til nikotinstop.....	83
10.5	Forældreinddragelse kan være en støtte og barriere for deltagelse.....	84
10.6	Opfølgning har stor betydning for fastholdelse	86
11	Konklusion	88
	Litteraturliste	90
	Bilag 93	
	Bilag A: Begrebsdefinitioner.....	93
	Bilag B: Metodebeskrivelse.....	94

1 Resumé

I 2023 blev der indgået en bred politisk aftale om en national forebyggelsesplan målrettet børn og unges¹ forbrug af tobak, nikotin og alkohol. Antallet af unge, der bruger nikotinprodukter², er stigende, og næsten hver tredje i alderen 15-29 år anvender mindst ét nikotinprodukt. For at bremse den stigende udvikling er det nødvendigt at udvikle og opbygge kommunernes stopforløb³ til børn og unge. Som en del af forebyggelsesplanen er der derfor afsat 58,5 mio. kr. til 17 projekter⁴ under "Pulje til udvikling af ryge- og nikotinstoptilbud til børn og unge 2024-2027" (udviklingspuljen) til at udvikle og afprøve stoptilbud målrettet børn og unge i perioden 2024-2027.

Nordic Healthcare Group har gennemført denne midtvejsevaluering, som er første del af en tværgående evaluering på tværs af de 17 puljeprojekter⁵. Midtvejsevalueringen har til formål at bidrage med viden om de foreløbige resultater og erfaringer på tværs af puljeprojekterne samt inspiration til landets øvrige kommuner, der ønsker at igangsætte stopindsatser⁶ til børn og unge.

Evalueringen er baseret på casebesøg på projekterne, hvor der er gennemført kvalitative interviews med projektmedarbejdere, samarbejdspartnere og unge der har deltaget i forløb. Dertil gennemførte vi observation af rekrutteringsaktiviteter og/eller stopsessioner. Evalueringen inddrager ligeledes kvantitative data fra STOPbasen om deltagerne. Sammenfattende viser midtvejsevalueringen, at der allerede er opnået vigtige erfaringer på tværs af de 17 puljeprojekter ift. at udvikle og gennemføre stopindsatser målrettet børn og unge, som skaber et værdifuldt grundlag til inspiration og videreudvikling af kommunale nikotinstopindsatser. I det følgende fremgår hovedresultaterne i midtvejsevalueringen.

Organisering og samarbejde

Evalueringen viser, at de 17 puljeprojekter er organiseret forskelligt bl.a. afhængigt af om det er tværkommunale projekter samt kommunernes størrelse. Fælles på tværs af projekterne er, at tværfaglige samarbejder - både internt i projektgruppen⁷ og med eksterne samarbejdspartnere styrker ejerskab og forankring. Derudover kan tværkommunale projektgrupper styrke kvaliteten i indsatsen ved at bringe en bredere skare af kompetencer i spil. Særligt projekternes samarbejde med skoler og uddannelsesinstitutioner har været afgørende for at nå de unge, men det kræver tid og resourcer at opbygge relationer og etablere disse lokale samarbejder. Et fokus på

¹ Se definition på begreb i Bilag A

² Se definition på begreb i Bilag A

³ Se definition på begreb i Bilag A

⁴ Se definition på begreb i Bilag A

⁵ Se definition på begreb i Bilag A

⁶ Se definition på begreb i Bilag A

⁷ Se definition på begreb i Bilag A

forankring af indsatserne tidligt i projektet øger sandsynligheden for, at indsatserne vil fortsætte efter projektperioden. Det kan fx være gennem samspil med eksisterende indsatser i kommunen eller kompetenceudvikling af eksterne samarbejdspartnere.

Rekruttering

Evalueringen viser, at rekruttering af unge til stopforløb er ressourcekrævende og kan være udfordrende. De unge opsøger sjældent tilbuddene selv, hvorfor det kræver en massiv indsats fra projekternes side. Projekterne har afprøvet forskellige rekrutteringsstrategier, og det mest virksomme er, når de er synlige og til stede i de unges arenaer, særligt på skoler og ungdomsuddannelser. Generelt viser evalueringen, at rekrutteringsindsatsen kan styrkes gennem samarbejde med fagpersoner som tandpleje, lærere og sundhedspleje, ligesom uddannelse af rekrutteringsambasadorer har vist gode resultater. Mulighed for anonym tilmelding og afholdelse af forløb i skoletiden uden fravær har haft stor betydning for de unges deltagelse. Derudover viser evalueringen at inddragelse af forældre og fagpersoner omkring de unge er vigtigt for at nå de yngste målgrupper i grundskolen. Dog er muligheden for at deltage i et stopforløb, uden forældrenes viden, afgørende for mange af de unge.

Antallet af rekrutterede deltagere hos de enkelte puljeprojekter afhænger både af valg af rekrutteringsstrategi og om projektet bygger på eksisterende stopindsatser. Puljeprojekter, der har en eksisterende stopindsats i kommunen, opnår typisk et højere antal rekrutterede ved midtvejsevalueringen, da de bruger kortere tid på udviklingsfasen og hurtigere når til implementeringsfasen og afprøvning af indsatsen.

Format for stopforløb

De fleste projekter tilbyder både individuelle og gruppeforløb, hvilket styrker rekruttering og fastholdelse af de unge, da de har forskellige behov og præferencer. Det er mere ressourcekrævende for projekterne at gennemføre individuelle forløb, men særligt for sårbare unge egner individuelle forløb sig bedst. Gruppeforløbene kan bidrage med en positiv spejling, støtte og erfaringsudveksling internt i gruppen, der har en positiv indvirkning på de unge. Det har stor betydning, at det er nemt for de unge at deltage i stopforløbene, hvorfor det er at foretrække, at stopforløbene afholdes på skoler og ungdomsuddannelser i skoletiden med lovligt fravær. De unges motivation og fokus kan være udfordrende at fastholde i længere tid, derfor bør stopforløbenes varighed ikke være for lang. For både individuelle- og gruppeforløb viser evalueringen, at en varighed på 5-6 sessioner over 6-8 uger med stor fleksibilitet, er mest fordelagtigt for at fastholde de unge igennem hele forløbet.

Indhold og udbytte af stopforløb

I alt har 508 unge deltagere besvaret spørgeskemaundersøgelse fra STOPbasen. 90 % af respondenterne⁸ er tilfredse med deres stopforløb, hvor indholdet generelt fokuserer på de unges motivation og viden om nikotin og afhængighed understøttet af konkrete værktøjer til at håndtere abstinenser og gennemføre vaneændringer.

⁸ Se definition på begreb i Bilag A

Særligt er viden og konkrete værktøjer virksomme indsatslementer ift. de unges udbytte af stopforløbene.

49 % af respondenterne har gennemført forløbet, og 42 % af respondenterne er nikotinfrie efter endt forløb. Ved 6 måneders opfølgning er 19 % af de 229 respondenter, der har besvaret spørgeskemaet, nikotinfrie. Evalueringen peger på, at mange unge reducerer deres nikotinformbrug gennem stopforløbene, hvilket betyder, at udbyttet af stopforløbene er større, end de ovenstående tal antyder. Særligt unge med et højt nikotinformbrug eller et kombinationsforbrug har vanskeligt ved at forholde sig til et fuldstændigt nikotinstop. Det afspejles i evalueringen, der viser en lavere stoprate blandt respondenter med kombinationsforbrug. Flere projekter arbejder med reduktion af nikotinformbrug som et skridt på vejen frem for fuldt stop, da det er mere overskueligt for de unge og bidrager til at fastholde deres motivation.

For at hjælpe de unge i stopprocessen tilbyder puljeprojekterne desuden medicin til nikotinafvænning⁹ til at mindske abstinenser og skabe overskud til adfærdssændringer. Evalueringen viser, at det har en positiv indvirkning på de unges stopproces.

Desuden viser evalueringen, at stoprådgivernes¹⁰ tilgang til de unge i stopforløbet har stor betydning for de unges motivation og fastholdelse. De to essentielle kompetencer for stoprådgiveren er faglig viden om nikotin- og rygestop samt erfaring med at arbejde med unge. Hvor den faglige viden kan opnås gennem kurser, tager det tid at opbygge forståelse for målgruppen. Erfaring med at arbejde med unge vurderes som vigtigere end faglig viden alene, fordi det har stor betydning, at de unge føler sig set og forstået.

Endelig viser evalueringen, at løbende opfølgning i stopforløbet, især via SMS, er vigtigt for at fastholde de unge i stopforløbene, fordi det hjælper dem med at huske aftaler, og samtidig skaber det en åbning for, at de unge henvender sig, når de står i udfordrende situationer og har brug for rådgivning. Erfaringerne med systematisk opfølgning efter endt forløb er endnu begrænsede blandt puljeprojekterne, men stopraten for de unge 6 måneder efter endt forløb vidner om, at der er et behov for implementering af mere systematisk opfølgning med de unge i puljeprojekterne.

⁹ Se definition på begreb i Bilag A

¹⁰ Se definition på begreb i Bilag A

2 Summary

In 2023, a broad political agreement was reached on a national prevention plan aimed at reducing tobacco, nicotine, and alcohol consumption among children and adolescents. The number of young people using nicotine products is increasing, and nearly one in three aged 15–29 uses at least one nicotine product. To curb this growing trend, it is necessary to strengthen municipalities' nicotine cessation programs for children and adolescents. As part of the prevention plan, DKK 58.5 million has been allocated to 17 projects under the programme *National Grant for Municipalities to Develop Smoking and Nicotine Cessation Programs for Children and Youth (2024–2027)*. The funding supports to the development and testing of cessation programs targeted at children and adolescents during the period 2024–2027.

Nordic Healthcare Group has carried out this mid-term evaluation, which is the first part of a cross-sectional evaluation of the 17 program-funded projects. The purpose of the mid-term evaluation is to provide insights into preliminary results and experiences across the projects, as well as inspiration for other municipalities wishing to initiate nicotine cessation efforts for children and adolescents.

The evaluation is based on case visits to the projects, during which qualitative interviews were conducted with project staff, collaboration partners, and young people who have participated in the program. In addition, we carried out observations of recruitment activities and/or STOP sessions. The evaluation also incorporates quantitative data on the participants from STOPbasen.

In summary, the mid-term evaluation shows that important experiences and insights have already been gained across the 17 projects in developing and implementing cessation initiatives targeted at children and adolescents, creating a valuable foundation for inspiration and further development of municipal nicotine cessation efforts. The following section presents the main findings of the mid-term evaluation.

Organization and collaboration

The evaluation shows that the 17 projects are organised differently, depending on whether they are inter-municipal projects and the size of the municipalities. Common across the projects is that interdisciplinary collaboration – both internally within the project group and with external partners – strengthens ownership and anchoring of the projects. Furthermore, inter-municipal project groups can improve the quality of the cessation effort by bringing a broader range of competencies into play. Collaboration with schools and educational institutions has been crucial for reaching adolescents, but building relationships and establishing these local partnerships requires both time and resources. Early focus on anchoring the initiatives through collaboration increases the likelihood that they will continue after the project period, for example through integration with existing municipal efforts or competence development of external partners.

Recruitment

Recruitment of adolescents for nicotine cessation programs proves to be both resource-heavy and difficult to sustain. Adolescents rarely seek out these programs

themselves, requiring significant effort from the projects to make the programs visible and palatable to the young people. Various recruitment strategies have been tested, and the most effective approach is being visible and present in the adolescents' environments, especially schools and educational institutions. Generally, recruitment can be strengthened through collaboration with professionals such as dental care, teachers, and health services, and training recruitment ambassadors has shown positive results. Options for anonymous registration and arranging cessation sessions during school hours without absence have greatly influenced participation. Involving parents and professionals around younger students is important for reaching the youngest target groups, though the option to participate without parental knowledge is crucial for many adolescents.

The number of recruited participants in each project depends on the recruitment strategies and whether the project builds on existing programs. Projects with existing municipal cessation programs typically recruit more participants by the mid-term evaluation, as they spend less time on development and move faster to implementation.

Format of cessation programs

Most projects offer both individual and group sessions, which strengthens recruitment and retention since adolescents have different needs and preferences. Individual sessions are more resource-intensive but are particularly suitable for vulnerable youth. Group sessions provide positive peer reflection, support, and experience sharing, which positively impacts participants. It is important that participation is easy, so holding sessions at schools during school hours with authorised absence is preferable. Maintaining motivation and cessation efforts over time can be challenging for the young participants, so program duration should not be too long. For both individual and group sessions, the evaluation shows that 5–6 sessions over 6–8 weeks with high flexibility is most effective for retention.

Content and outcomes of cessation programs

Questionnaire data from STOPbasen, shows that 90 % of respondents are satisfied with their program overall, which generally focuses on motivation and knowledge about nicotine and addiction, supported by practical tools for managing withdrawal and developing new habits. Knowledge and practical tools are particularly effective elements for achieving positive outcomes.

In total, 508 respondents answered the questionnaire from the STOPbasen. 90 % of the respondents were satisfied with their program which generally focuses on adolescents' motivation and knowledge about nicotine and addiction, supported by concrete tools to manage withdrawal symptoms and implement behavior change. The evaluation shows that, particular knowledge and practical tools are effective components of the intervention in terms of adolescents' outcomes of the programs.

49 % of the respondents completed the program, and 42 percent of the respondents were nicotine-free after completing the program. At the 6-month follow-up, 19 % of the 229 respondents, who completed the questionnaire, were nicotine-free.

The evaluation indicates that many adolescents markedly reduce their nicotine use through these programs, meaning the benefits are greater than the numbers suggest. Adolescents with high or combined nicotine use find complete cessation difficult, reflected in lower cessation rates among these respondents. Several projects focus on reducing nicotine use rather than full cessation, as it is more manageable and helps maintain the participants' motivation. Reduction can be a first step toward cessation.

To support the cessation process, projects offer nicotine replacement therapy to reduce withdrawal symptoms and support behavioural changes, which has a positive impact. The evaluation shows that the counsellor's approach significantly affects motivation and retention. Two essential competencies for counsellors are professional knowledge of nicotine cessation and experience working with adolescents. While professional knowledge can be gained through courses, understanding the target group takes time. Experience with youth is considered more important than knowledge alone, as feeling seen and understood matters greatly to the young people.

Finally, ongoing follow-up during the program, especially via SMS, is important for retention, as it helps the participants remember appointments and provides an opening for them to seek advice in challenging situations. Systematic follow-up after program completion is still limited among the projects, but the cessation rates six months later indicate a need for more structured follow-up.

3 Indledning og baggrund

Antallet af unge, der bruger nikotinprodukter, er stigende og knap hver tredje af de 15-29-årige bruger mindst ét nikotinprodukt (Statens Institut for Folkesundhed, 2025). Samtidig sker der en hastig udvikling af nye nikotinprodukter, hvor flere af dem indeholder høje koncentrationer af nikotin, som er sundhedsskadeligt og stærkt afhængighedsskabende. Børn og unge er særligt følsomme over for nikotin og bliver hurtigere afhængige end voksne. Nikotin påvirker hjernen negativt og kan have konsekvenser for indlæring og koncentration samt psykisk helbred (Vidensråd for Forebyggelse, 2022)

Det er en kommunal opgave at tilbyde rådgivning om nikotinafvænning til borgere, der ønsker hjælp til at stoppe deres nikotinformbrug (jf. Sundhedslovens §119). Samtidig er de eksisterende kommunale stoptilbud primært udviklet til voksne, og kun få unge benytter sig af dem, selvom mange har et ønske om at stoppe. På nationalt plan er der ligeledes forskel i kommunernes udbud af og erfaring med stopindsatser målrettet børn og unge, og mange kommuner oplever, at det er udfordrende at arbejde med børn og unges nikotinformbrug.

Derfor blev der i 2023 indgået en bred politisk aftale om en national forebyggelsesplan målrettet børn og unges forbrug af tobak, nikotin og alkohol, hvor der er afsat 58,5 mio. kr. til 17 projekter til at udvikle og afprøve stoptilbud målrettet børn og unge i perioden 2024-2027. De 17 projekter omfatter 38 kommuner i hele landet.

Puljen har til formål at styrke kommunernes stoptilbud til børn og unge igennem:

- Etablering af tilbud til børn og unge, der ønsker hjælp til at komme af med deres nikotinafhængighed
- Oparbejdelse af kompetencer i kommunerne til at arbejde med nikotinafvænnings målrettet børn og unge
- Udvikling af en eller flere bæredygtige modeller for kommunale ryge- og nikotinstoptilbud målrettet børn og unge, som kan sættes i drift i alle kommuner.

Puljen skal således sikre, at der udvikles stoptilbud, som tilpasses børn og unges behov, og at der opbygges kompetencer i kommunerne til at arbejde med nikotinafvænnings i denne målgruppe. Målet er at styrke kommunernes arbejde med ryge- og nikotinstoptilbud målrettet børn og unge og udvikle en bæredygtig model, der kan implementeres i alle landets kommuner.

3.1 *Formål med midtvejsevalueringen*

Nordic Healthcare Group fået til opgave at evaluere "Puljen til udvikling af ryge- og nikotinstoptilbud til børn og unge 2024-2027".

Der gennemføres en tværgående evaluering af udviklingspuljens samlede indsats på tværs af de 17 puljeprojekter for at opnå konkret viden om, hvad der virker ift. stoptilbud til børn og unge samt udbrede erfaringer på tværs af kommuner. På den baggrund skal der, som en del af evalueringen, udvikles bæredygtige modeller for kommunale stoptilbud målrettet børn og unge, der kan sættes i drift i alle kommuner.

Den samlede tværgående evaluering består af en midtvejsevaluering og en slutevaluering. Denne midtvejsevaluering er således første delrapport i den samlede tværgående evaluering. Midtvejsevalueringen bidrager med viden om gode erfaringer og forbedringspotentialer i puljeprojekternes indsatslementer bl.a. i forhold til rekruttering, organisering, indhold i stopforløbene, kompetenceudvikling af personale, brug af medicin til nikotinafvænnings, forældreinddragelse og forankring af indsatserne. Således bidrager midtvejsevalueringen med forbedringsmuligheder til puljeprojekterne samt inspiration til landets øvrige kommuner, der ønsker at igangsætte stopindsatser til børn og unge.

3.2 *Læsevejledning*

I denne rapport præsenteres de foreløbige resultater af puljeprojekternes arbejde med nikotinstoptilbud målrettet børn og unge.

Kapitel 4 og 5 er redegørende kapitler, der præsenterer eksisterende viden og evalueringens datagrundlag og metode. **Kapitel 4** præsenterer en kortlægning af eksisterende indsatser, videnskabelig litteratur og øvrig relevant viden om ryge- og nikotinstoptilbud målrettet børn og unge i Danmark og internationalt. **Kapitel 5** beskriver rapportens datagrundlag og metode.

Evalueringens resultater præsenteres i kapitel 6–10. **Kapitel 6** belyser puljeprojekternes målgrupper og deltagernes karakteristika. **Kapitel 7** præsenterer erfaringer med organisering og forankring af indsatserne, herunder samarbejde på tværs af kommuner, med skoler, ungdomsuddannelser og øvrige aktører. **Kapitel 8** omhandler

rekruttering af unge til stopforløbene og beskriver rekrutteringsstrategier. Derudover beskrives rekrutteringsudfordringer og virkningsfulde tilgange. **Kapitel 9 og 10** giver viden om virksomme indsatslementer i stopforløbene, herunder rammer, indhold, metoder, medicin til nikotinafvænning, forældreinvolvering, kompetenceudvikling samt betydningen af opfølgning.

Midtvejsevalueringens resultater sammenfattes i rapportens overordnede konklusion i **Kapitel 11**.

Til sidst i rapporten findes litteraturlisten samt bilag. Bilag A omfatter en liste med begrebsdefinitioner på begreber, der anvendes i rapporten. Bilag B omfatter en uddybende metodebeskrivelse, herunder beskrivelser af STOPbasens dataindsamling og interviewmaterialet.

4 Kortlægning af eksisterende indsatser og viden

Dette kapitel beskriver den eksisterende viden og evidens om sundhedsindsatser målrettet børn og unge, der bruger nikotinprodukter. Kortlægningen samler viden fra eksisterende indsatser samt relevant videnskabeligt litteratur om nikotinstoptilbud til børn og unge i Danmark og internationalt. Afsnittet er struktureret efter typer af indsatser og stoptilbud, som har en effekt hos enten børn og unge eller voksne samt øvrige indsatser, der potentielt kan have betydning for nikotinstop hos børn og unge. Således bidrager dette kapitel med et overblik over den eksisterende viden, der findes om nikotinstoptilbud til børn og unge i Danmark såvel som internationalt.

4.1 Nikotinforbrug blandt børn og unge i Danmark

Antallet af unge, der bruger nikotinprodukter, er stigende, og knap hver tredje 15-29-årige dansker bruger mindst ét nikotinprodukt. I 2024 røg 21 % af de 15-29-årige dagligt eller lejlighedsvis, og knap 13 % anvendte røgfrie nikotinprodukter dagligt eller lejlighedsvist (Statens Institut for Folkesundhed 2025, Sundhedsstyrelsen 2025). De nyeste tal fra undersøgelsen §RØG viser at hver tiende 15-29-årige bruger e-cigaretter dagligt eller lejlighedsvist (10,4 %), men med den største hyppighed blandt de 15-17-årige. Undersøgelsen viser desuden, at omkring 13 % af unge mellem 15-29 år benytter sig af røgfrie nikotinprodukter enten dagligt eller lejlighedsvist, og at brugen af denne type produkter er mest hyppig blandt unge mellem 18 og 24 år. Dernæst viser undersøgelsen, at omkring hver tiende unge bruger mere end ét produkt (Statens Institut for Folkesundhed, 2025).

Børn og unges nikotinforbrug påvirkes bl.a. af forældre og venner, omgivelser og psykologiske faktorer, hvilket betyder, at der er forskel på, hvilke unge, der begynder at bruge nikotinprodukter. Fx har unge, der har en forælder som ryger, større risiko for selv at begynde at ryge (Vidensråd for Forebyggelse, 2022).

Unge og stoptilbud

Der findes i dag en del litteratur om effekten af stopforløb til voksne, og mange lande har udviklet stoptilbud til voksne, der bruger nikotinprodukter. Der er kun sparsom viden om effekten af stoptilbud målrettet unge. Selvom flere forskere peger på, at stoptilbud til voksne kan anvendes til unge, bør der være en opmærksomhed på at forbrugsmønstre i forhold til tobak og nikotin, livsstil og holdninger til nikotinprodukter kan være forskellige i forskellige aldersgrupper (Fanshawe et al., 2017; Villanti et al., 2020). Der er særligt behov for mere viden om effektfulde stoptilbud målrettet børn, unge og unge voksne, der bruger nikotinprodukter eller e-cigaretter, samt til unge, der bruger flere produkter samtidig (Rasmussen & Pisinger, 2023).

I 2023 estimerede Center for Klinisk Forskning og Forebyggelse, at 80 % af de 15-29-årige, der dagligt eller lejlighedsvist ryger, ønskede hjælp til rygestop (Lau et al., 2022), og 70 %, der brugte nikotinprodukter, havde overvejet at stoppe inden for den seneste måned (Jarlstrup et al., 2023). Ifølge den nyeste rapport fra STOPbasen for 2024 havde 62 % af unge under 25 år gennemført et stopforløb og 49 % var nikotinfrie efter endt forløb. Selvom mange unge deltager i stopforløb, er andelen af unge,

som holder fast i et stop lav. Ved 6 måneders opfølgning var stopraten 37 %, hvilket svarer til et fald på 7 %-point fra 2023 (STOPbasen, 2025).

Ifølge en større dansk national spørgeskemaundersøgelse fra 2022 angiver 80% af de adspurgte stoprådgivere i kommunerne, at de finder det udfordrende at arbejde med nikotinstop målrettet børn og unge. Dette gælder særligt rekruttering og fastholdelse af de unge. Mere end halvdelen af kommunerne angiver et større frafald på stoptilbud blandt unge sammenholdt med stoptilbud rettet mod voksne. Der er således stor efterspørgsel på viden og materiale målrettet de unge fra stoprådgivere i kommunerne (Rasmussen & Pisinger, 2023).

Undersøgelsen viser ligeledes, at kommunerne har begrænsede erfaringer med stoptilbud til børn og unge. Kommuner, der aktivt arbejder med nikotinstop til unge, samarbejder ofte med kommunens skoler med henblik på at rekruttere de unge til stoptilbud. Blandt de kommuner, der har et samarbejde med skolerne, svarede mere end syv ud af ti, at skolerne og kommunerne deler ansvaret om rekruttering mellem sig. I hver femte kommune har skolerne det fulde ansvar for rekruttering af unge til kommunal tobak og/eller nikotinstop (Rasmussen & Pisinger, 2023). I Sundhedsstyrelsens forebyggelsespakke, *Tobak*, anbefales det ligeledes at samarbejde om henvisning for at sikre, at unge systematisk tilbydes henvisning til stoptilbud (Sundhedsstyrelsen, 2018). Samarbejdet kan fx være med sundhedsplejersken og skoletandplejen/tandlæger. I forebyggelsespakken samt behandlingsguiden kommer Sundhedsstyrelsen ligeledes med en række yderligere anbefalinger til kommunernes arbejde med at forebygge rygning og anden brug af tobak og nikotinholdige produkter (Sundhedsstyrelsen, 2018, Sundhedsstyrelsen 2024b).

4.2 *Erfaringer fra stopforløb målrettet unge*

Indenfor de seneste år er der gennemført flere projekter og studier, der har undersøgt, hvad der virker i forhold til at forebygge og stoppe unges brug af nikotinprodukter. I nedenstående afsnit vil vi præsentere fund og resultater fra nogle af disse projekter og studier.

Da mange af studierne er gennemført i lande uden for Europa, bør overførbareheden af studierne resultater til danske forhold tages med et vis forbehold. Herudover fokuserer størstedelen af studierne på unges tobaksvaner og i mindre grad på unges brug af andre nikotin produkter såsom e-cigaretter, snus, nikotinposer, m.m.

4.2.1 *Stopindsatser med individuelle- og gruppeforløb*

Studier viser, at både gruppebaserede og individuelle rådgivningsforløb kan have en effekt på nikotinstop. Ifølge to større reviews har stopforløb med gruppeforløb over flere sessioner positive effekter på nikotinstop både på kort- og lang sigt (mere eller mindre end seks måneder) hos unge sammenlignet med unge, der ikke modtager hjælp til deres nikotinstop (Fanshawe et al., 2017; Villanti et al., 2020). Det ene review finder en øget sandsynlighed for nikotinstop på 35 % blandt unge, der deltager i et gruppebaseret rådgivningsforløb sammenholdt med unge, der har modtaget standard behandling eller ingen behandling. Effekten ses ved opfølgning 6-12 måneder efter endt forløb (Fanshawe et al., 2017). Det andet review angiver en stoprate på

næsten 20 % ved en 30 dages opfølgning, og 10 % ved tre måneders opfølgning, hvis de unge har deltaget i et individuelt stopforløb (Villanti et al., 2020).

Et dansk studie viser, at de sociale elementer er vigtige for unge, hvorfor gruppeforløb kan være særligt virkningsfulde i forhold til et positivt gruppepres, ligesom peer-to-peer vurderes at have en positiv virkning (Rasmussen & Pisinger, 2023). De to reviews peger på forskellige effekter af stoptilbud med individuelle forløb. Hvor Villanti et al. viser en positiv effekt på nikotinstop blandt unge på kort sigt, viser studierne i Fanshawe et al., at individuelle forløb ikke har en effekt på langsigtede rygestop (Fanshawe et al., 2017; Villanti et al., 2020). Den manglende effekt i relation til det langsigtede nikotinstop kan dog ifølge Fanshawe et al. være påvirket af, at mange unge ofte dropper ud af studiet i follow-up perioden, hvorved der ikke er tilstrækkelige data til at påvise en effekt (Fanshawe et al., 2017).

4.2.2 SMS-baserede stopindsatser

En anden stopindsats til unge, som flere studier undersøger, er SMS-rådgivning, hvorfra de unge kan få motivation og læring om adfærdssændring. Disse interventioner tyder på at være et lovende alternativ til nikotinstop blandt voksne, mens effekten blandt unge er mere blandet (Zhou et al., 2023).

Et review har vist, at der på tværs af en række interventioner er fundet en positiv effekt af SMS-baseret nikotinstop rettet mod unge med en øget sandsynlighed for nikotinstop på 51 % (Zhou et al., 2023). Det samme blev fundet i et andet studie, hvor unge i interventionsgruppen havde en dobbelt så stor sandsynlighed for langvarigt nikotinstop sammenholdt med unge, der ikke modtager interventionen (Bendtsen, 2020). Ligeledes har denne type interventioner vist sig effektfulde overfor unge, der anvender e-cigaretter. Et studie har vist, at 24 % af unge, der deltog i en SMS-baseret intervention, var afholdende syv måneder efter interventionen (Graham et al., 2021). Modsat finder andre studier ingen signifikante effekter af SMS-baserede stopindsatser til unge (Bendtsen et al., 2021; Müssener et al. 2020; Bendtsen et al., 2020; Park et al., 2023).

Sidst peger studier på, at SMS-baserede interventioner til unge kan være mere effektfulde, hvis de kobles med andre typer af stopforløb. Det kan fx være gruppe- eller individuelle rådgivningsforløb eller interventioner med fokus på peer/mentor-støtte (Fanshawe et al., 2017; Villanti et al. 2020; Rasmussen & Pisinger, 2024). Det tyder således på, at interventioner med flere aktiviteter samtidig i højere grad kan sikre, at unge stopper med deres nikotinforbrug. Samtidig er det ikke sikkert, at interventionen i sig selv vil være mere effektfuld i kombination med andre interventioner. Dette skyldes en formodning om, at effekten vil stige i takt med mængden af interventioner, som den unge tilbydes.

4.2.3 Andre digitale stopindsatser

Studier har undersøgt brugen af digitale platforme, værktøjer eller apps. Et studie har undersøgt effekten af brugen af en digital Avatar som stoprådgiver i et stopforløb rettet mod unge voksne, som viste sig effektfuld ift. at engagere unge og unge voksne i nikotinstop med en positiv, men ikke signifikant effekt på stoprater (Karekta et al., 2020).

Et andet studie har undersøgt effekten af videospil koblet til rygeadfærd, hvor der i videospillet blev motiveret til nikotinstop og videregivet information om positive effekter ved nikotinstop. Gennem interventionen oplevede man et større fald i ugentlig tobaksrygning, særligt blandt unge mænd, ligesom unge med henholdsvis højere uddannelser og højere motivation havde en større effekt af interventionen i relation til nikotinstop (Scholten et al., 2019).

Brugen af digitale platforme eller værktøjer er ligeledes blevet anvendt i Danmark. Kræftens Bekæmpelse har udviklet programmet Kvit-appen, som er et digitalt program til alle, der ønsker at blive røgfri, nikotinfri eller ønsker mere viden om rygning og dets konsekvenser (Kræftens Bekæmpelse, 2023). I programmet modtager de dagligt rådgivning, hvor rådgivere gennemgår deres nikotinstop og skaber et overblik over besparelser og udvikling over tid for den unge (Kræftens Bekæmpelse, 2023).

4.2.4 Erfaringer med forældreinddragelse

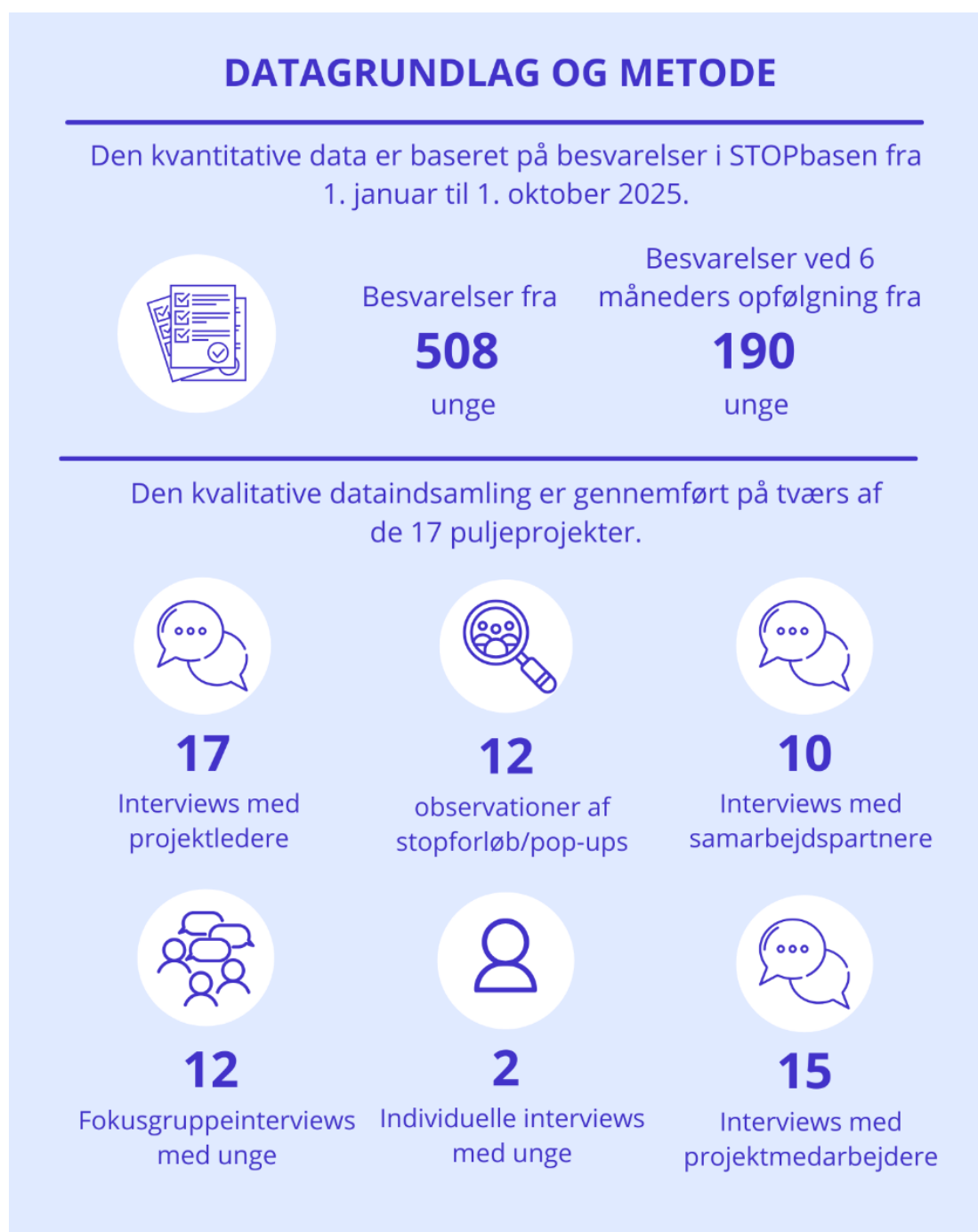
Der findes ikke på nuværende tidspunkt litteratur, der særskilt undersøger betydningen af forældreinddragelse i interventioner rettet mod nikotinstop til børn og unge. Nogle studier har dog undersøgt hvilke faktorer, der har betydning for børn og unges nikotinstop, hvor især støtte fra venner og familie viser at have en afgørende betydning for de unges nikotinstop og fastholdelse af nikotinstoppet (Graham et al, 2021; Bitar et al., 2023). Et studie har undersøgt betydningen af miljømæssige faktorer på børn og unges nikotinstop, hvor flere unge rapporterer, at det at bo sammen med andre, der ryger, har en negativ betydning for deres nikotinstop (Bitar et al., 2023).

Andre undersøgelser har vist, at forældrene har en stor betydning for børn og unges brug af rusmidler. Når forældre bruger tid sammen med deres børn, har en tæt relation, kender barnets venner, udviser tydelige holdninger og indgår aftaler om indtag af rusmidler, er de unge tilbøjelige til at bruge rusmidler senere og mindre (Kjeld, Lund & Andersen, 2021). Derfor kan det formodes, at forældrenes indflydelse og inddragelse også kan have en betydning for de unges vaner i relation til nikotinprodukter. Andre undersøgelser viser, at risikoen for, at børn og unge begynder at bruge nikotinprodukter øges, hvis deres forældre selv bruger nikotinprodukter. Hos forældre med klare holdninger til nikotinprodukternes skadelige virkning og strenge regler for brugen af nikotinprodukter, har børn derimod en mindsket risiko for at anvende nikotinprodukter (Vidensråd for forebyggelse, 2022).

5 Datagrundlag og metode

I dette afsnit beskriver vi datagrundlag samt de anvendte dataindsamlingsmetoder for evalueringen. Evalueringen er gennemført på tværs af de 17 puljeprojekter (Bilag A, begrebsdefinitioner). Nedenstående viser dataindsamlingsmetoder og datagrundlag for midtvejsevalueringen (for flere detaljer, se Bilag B Metodebeskrivelse).

Figur 1: Oversigt over datagrundlag og metode



5.1 Metodiske opmærksomhedspunkter for STOPbasens data

Nedenstående afsnit beskriver de metodiske opmærksomhedspunkter, der er nødvendige at holde sig for øje i læsningen af STOPbasens kvantitative data, idet de har betydning for validiteten af data.

Respondenter og antal deltagere på stopforløbene er forskelligt

Det har været frivilligt for deltagere på stopforløbene at deltage i STOPbasens dataindsamling, derfor indgår alle deltagere ikke i data. Vi ved, at der er projekter, der har haft udfordringer med at få deltagerne til at registrere sig i STOPbasen. Det betyder, at det samlede antal respondenter, der fremgår af STOPbasen for det enkelte projekt ikke nødvendigvis afspejler det faktiske antal unge, som er rekrutteret til og har deltaget i et stopforløb. Vi anvender derfor betegnelsen respondenter frem for deltagere, når data fra STOPbasen præsenteres i rapporten.

Nogle projekter har henvist unge til Stopliniens forløb i stedet for til egne forløb. Der er forskellige årsager til hertil, men skyldes bl.a. at nogle af projekterne har haft svært ved at rekruttere nok deltagere til selv at kunne afholde forløb. Dette har således været en bevist rekrutteringsstrategi, men som betyder, at de har få deltagere i egne forløb, hvilket afspejles i data fra STOPbasen.

Dataindsamlingstidspunktet

Dataindsamlingen af de kvantitative data har fundet sted mellem den 1. januar 2024 og 1. oktober 2025. På evalueringstidspunktet er der ikke opgjort data til STOPbasen fra tre af puljeprojekterne, hvilket enten skyldes, at projekterne ikke er langt nok til at have gennemført stopforløb, eller at de unge ikke har ønsket at blive registreret med data i STOPbasen. Tidspunktet for indsamlingen har betydning for, hvor mange respondenter, data omfatter. Fx er flere af de efterårsforløb, som projekterne har igangsat efter sommerferien ikke nødvendigvis omfattet af midtvejsevalueringen. Antallet af respondenter i STOPbasen kan hermed underestimere det aktuelle antal deltagere, en projektkommune har haft i forløb i efteråret.

Gennemførte stopforløb og stoprater

Oplysning om, hvor mange deltagere, der har gennemført et stopforløb registreres af stoprådgiveren efter forløbets afslutning, hvorefter STOPbasen beregner, om respondenter har deltaget i mindst 75 % af de planlagte mødegange på stopforløbet og dermed kategoriseres som "Gennemført".

Antallet af respondenter, der har gennemført et forløb, er uafhængigt af antallet af respondenter, der er nikotinfri ved forløbets afslutning. En respondent kan godt være nikotinfri uden nødvendigvis at have deltaget i hele det planlagte forløb, som det er registreret i STOPbasen. Når antallet af nikotinfri respondenter opgøres, er det derfor sat i forhold til det samlede antal respondenter, der er registreret som opstartet i et forløb og ikke kun ud fra dem, der har gennemført mindst 75 % af mødegangene.

Det er desuden værd at være opmærksom på, at svarprocenten ved seks måneders opfølgning kun er 65 % på evalueringstidspunktet (med 190 respondenter ud af de 291 unge, som har givet samtykke til seks måneders opfølgning og har afsluttet deres forløb 6 måneder forinden), hvilket medfører en vis usikkerhed og potentiel selektion i de senere besvarelser. Vi er derfor påpasselige med hensyn til at fortolke på, hvad der karakteriserer nikotinfri respondenter efter seks måneder, idet de unge, der har valgt at besvare opfølgningsspørgeskemaet, muligvis adskiller sig fra de unge, der har undladt at svare.

5.2 Oversigt over de 17 kommunale puljeprojekter

Nedenstående skema giver et samlet overblik over de 17 kommunale puljeprojekter, der indgår i evalueringen, fordelt på kommune.

Tabel 1: Oversigt over puljeprojekter

Puljeprojekter
Assens Kommune
Bornholm Kommune
Frederiksberg og Københavns Kommune
Frederikssund Kommune
Gentofte, Ballerup, Rudersdal og Gladsaxe Kommune
Guldborgsund, Næstved, Faxe, Holbæk og Vordingborg Kommune
Hedensted Kommune
Helsingør Kommune
Horsens Kommune
Kolding Kommune
Nyborg Kommune
Rebild Kommune
Roskilde Kommune
Skanderborg og Odder Kommune
Lemvig og Struer Kommune

Vallensbæk, Albertslund, Brøndby, Dragør, Glostrup, Hvidovre, Høje-Taastrup,
Ishøj, Rødovre og Tårnby Kommune

Viborg, Skive og Silkeborg Kommune

6 Målgrupper

Dette kapitel beskriver, hvilke målgrupper, som puljeprojekterne henvender sig til samt karakteristika for de deltagere, der har deltaget i stopforløb.

6.1 Afsnittets konklusioner

Størstedelen af puljeprojekterne gennemfører stopindsatser på ungdomsuddannelserne

Målgrupper: Puljeprojekterne arbejder med flere målgrupper, og størstedelen retter sig mod mere end én målgruppe. Indsatserne er målrettet børn og unge under 25 år med et særligt fokus på aldersgruppen 15–25 år.

Fokus på ungdomsuddannelser: Elever på ungdomsuddannelser udgør den primære målgruppe for størstedelen af projekternes indsatser. Det skyldes bl.a., at en stor andel i puljeprojekternes definerede målgruppe går på ungdomsuddannelser og når en alder og refleksionsniveau, hvor de i højere grad erkender og taler om deres nikotinbrug, og hvor motivationen for at stoppe er større.

Indsatser rettet mod grundskolen: Flere projekter vurderer, at der er et behov for at udvikle indsatser målrettet børn og unge i grundskolen. Arbejdet med denne målgruppe er mere udfordrende, bl.a. fordi de unge befinder sig tidligt i deres udvikling og ofte har begrænset motivation for egentlige stop.

Målgruppens karakteristika: De unge, der deltager i stopforløbene, er overvejende under 19 år, befinder sig tidligt i deres uddannelsesforløb og har et kombinationsforbrug af flere nikotinprodukter.

6.2 Puljeprojekternes målgrupper

På tværs af puljeprojekterne arbejdes der med flere målgrupper, og langt de fleste projekter retter sig mod mere end én målgruppe. Udviklingspuljen har som overordnet målgruppe børn og unge under 25 år, og størstedelen af indsatserne fokuserer på aldersgruppen 15–25 år. Derudover er målgrupperne ofte knyttet til uddannelsessystemets struktur, hvilket betyder, at vi på tværs af projekterne ser fire hovedmålgrupper:

- Grundskoleelever
- Efterskoleelever
- Elever på ungdomsuddannelser
- Unge uden for uddannelse

Valget af målgrupper afspejler både puljens overordnede rammer og projektkommunernes vurderinger af, hvor behovet for indsatser er størst, og hvor de unge færdes til

dagligt. Flere projekter arbejder supplerende med differentierede indsatser på tværs af målgrupperne, eksempelvis ved at kombinere tidlige forebyggende indsatser i grundskolen med mere målrettede stopforløb for ældre unge. Dette peger på en forståelse af, at behovet for indsats kan variere afhængigt af alder, uddannelsessituation og nikotinforbrug.

De fleste kommuner gennemfører indsatser på ungdomsuddannelser. Dette hænger bl.a. sammen med, at en stor andel af de unge i puljeprojekternes definerede målgruppe er tilknyttet en ungdomsuddannelse. Det gør uddannelsesinstitutionerne til et oplagt udgangspunkt for at gennemføre stopindsatser. Flere projekter peger samtidig på, at unge på ungdomsuddannelserne begynder at nå en alder og et refleksionsniveau, hvor de i højere grad erkender og italesætter deres nikotinbrug, og hvor motivationen for at stoppe er større.

Samtidig fremhæver flere projekter et behov for at udvikle indsatser, der retter sig mod børn og unge i grundskolen. Projekterne peger på, at denne målgruppe kan være særligt udfordrende at arbejde med, da de unge befinder sig tidligt i deres udvikling og kan have begrænset motivation for stop. I den sammenhæng nævnes læreres og skolars bekymring for de unges nikotinbrug samt efterspørgslen efter indsatser målrettet børn og unge i grundskolen.

“Vi arbejder med unge i grundskolen fra 7.-9. klasse i det ene spor. Der er et behov for at arbejde med de helt unge, fordi de er tidligt i deres udvikling og derfor bliver meget påvirket af nikotin. Vi er lidt i undersøgelsesmode ift. om de unge overhovedet har lyst til at stoppe, (...) men både skolerne og lærerne er bekymrede, og vi kan tydeligt mærke, at der er et stort behov for at udvikle et tilbud.”

Projektleder, Bornholms Kommune

Elever på ungdomsuddannelser udgør således den primære målgruppe for størstedelen af puljeprojekternes indsatser, mens færre projekter retter sig mod efterskoleelever og unge udenfor uddannelse. Samtidig er der også fokus på unge i grundskolen, om end arbejdet med denne målgruppe opleves som mere udfordrende.

6.3 Målgruppens karakteristika

I dette afsnit beskrives, hvilke karakteristika, der er gældende for de unge, som deltager i puljeprojekternes stopforløb.

Tabel 2: Målgruppens karakteristika viser en oversigt over karakteristika ved de unge, der fra 1. april 2024 til 1. oktober 2025 er registreret som værende i eller har gennemført et stopforløb på baggrund af data fra STOPbasen.

Tabel 2: Målgruppens karakteristika

Baggrundskarakteristika	Respondenter i alt
Antal respondenter ved opstart af stopforløbet	508
Køn	
Kvinde	232 (46 %)
Mand	276 (54 %)

Alder	
15-18 år	358 (70 %)
19-21 år	104 (20 %)
22-25 år	46 (9 %)
Højest gennemførte uddannelse	
Kort/mellemlang uddannelse	7 (1 %)
Gymnasium/HF	32 (6 %)
Anden faglig uddannelse	15 (3 %)
Grundskole	364 (72 %)
Endnu ikke afsluttet folkeskolen	70 (14 %)
Ikke oplyst	20 (4 %)
Nikotin- og tobaksprofil	
Cigaretter/pibe el. lignende	26 (5 %)
E-cigaret/vapes	35 (7 %)
Snus/nikotinposer/tyggetobak	142 (28 %)
Vandpibe eller opvarmet tobak	< 5
Andet	< 5
Kombinationsforbrug (flere produkter samtidig)	303 (60 %)
Samboende med ryger	
Ja	197 (39 %)
Nej	300 (59 %)
Ikke oplyst	11 (2 %)
Kommunetype	
Landkommune	272 (54 %)
Bykommune	236 (46 %)

Note: Kategoriseringen af land- og bykommuner er baseret på Danmarks Statistiks inddeling efter indbyggertal og tilgængelighed til arbejdspladser. Bykommuner omfatter kommuner med mindst 30.000 indbyggere i den største by (dette omfatter kategorierne hovedstadskommuner, storbykommuner og provinsbykommuner). Landkommuner omfatter kommuner med under 30.000 indbyggere og færre end 40.000 tilgængelige arbejdspladser (dette omfatter kategorierne oplandskommuner og landkommuner). Kilde: Data fra STOPbasen i perioden 01.04.2024-01.10.2025

Tabellen viser, at der er en lille overvægt af mænd (54 %), der har været i et stopforløb ved midtvejsevalueringen, holdt op imod 46 % kvinder. Aldersmæssigt er størstedelen 18 år eller yngre (70 %), mens en femtedel er mellem 19-21 år (20 %), og en mindre andel på 9 % er mellem 22-25 år. I forlængelse heraf har 72 % af respondenterne grundskolen som deres højest fuldførte uddannelse. Kun en mindre gruppe (6 %) har afsluttet gymnasium/HF, og et fåtal har gennemført en kort eller mellemlang videregående uddannelse ved besvarestidspunktet (1 %). Samlet peger alders- og

uddannelsesprofilen på, at stopforløbene i høj grad når unge, som befinder sig tidligt i deres uddannelsesforløb. Dette stemmer overens med, at de fleste puljeprojekter har målrettet indsatserne mod unge, der fortsat er tilknyttet grundskolen eller ungdomsuddannelser, hvilket også er arenaer, der anvendes som central ramme for rekruttering og gennemførelse af indsatserne.

59 % af deltagerne bor ikke sammen med en ryger, mens 39 % rapporterer at være samboende med en ryger. Der er således en stor andel af målgruppen, der er eksponeret for rygning i hjemmet, hvilket kan have betydning for de unges gennemførelse af et stopforløb og for behovet for støtte undervejs.

Lidt over halvdelen af de unge, svarende til 54 %, kommer fra en landkommune. Der er således tale om en næsten ligelig fordeling mellem land- og bykommuner, hvilket bidrager til en bred repræsentation på tværs af kommunetyper. Denne fordeling understøtter puljeopslagets intention om at sikre erfaringsopsamling fra både land- og bykommuner samt variation i kommunernes socioøkonomiske forudsætninger.

Flere unge har et kombinationsforbrug inden stopforløbets start

Ser vi på de unges nikotin- og tobaksprofil ved forløbets start, har 60 % et kombinationsforbrug af flere typer nikotinprodukter. Herudover angiver 28 %, at de udelukkende bruger snus, nikotinposer eller tyggetobak, mens henholdsvis 7 % og 5 % udelukkende benytter e-cigaretter eller vapes og cigaretter. At størstedelen af de unge i STOPbasen har et kombinationsforbrug adskiller sig fra tendenserne i de nyeste tal fra undersøgelsen §RØG samt Sundhedsstyrelsens rapport over danskernes rygevaner, hvor omtrent en tredjedel af de unge nikotinbrugere benytter mere end ét nikotinprodukt (Statens Institut for Folkesundhed, 2025). Dette vidner om, at deltagere registreret i STOPbasen overordnet har et tungere og mere komplekst nikotinforbrug end unge nikotinbrugere på landsplan. Den store andel af unge med kombinationsforbrug er derfor væsentlig at have for øje, da den kan have betydning for, hvordan stopforløb målrettet unge tilrettelægges og gennemføres.

Samlet set peger målgruppens karakteristika på, at puljeprojekternes stopforløb i høj grad når unge, som befinder sig tidligt i deres uddannelsesforløb og ofte har et relativt komplekst nikotinforbrug. Dette understreger vigtigheden af, at indsatser og stopforløb tilrettelægges fleksibelt, så de matcher de forskellige målgruppers behov og forudsætninger.

7 Organisering, samarbejde og forankring

I dette kapitel beskriver vi puljeprojekternes organisering samt samarbejder med forskellige aktører. Derefter uddyber vi, hvordan projekterne arbejder med forankring af deres indsats.

Afsnittets konklusioner

Størstedelen af puljeprojekterne er kommet godt i gang med rekrutteringsindsatser og gennemførelse af stopforløb for unge

Tværfaglige styre-, arbejds- og projektgrupper: En tværfaglig sammensætning af projektgruppen styrker ejerskabet og forankringen i kommunen, fordi flere perspektiver og kompetencer bringes i spil. Omvendt kan det blive sårbart og svække forankringen, hvis projektets fremdrift og videreførelse hviler på få nøglepersoner. En simpel organisering giver dog mulighed for, at beslutningsprocesserne og implementeringen går hurtigere.

Tværkommunale projekter tilfører projekterne en bred vifte af kompetencer, erfaringer og perspektiver, hvilket højner kvaliteten. Faste mødestrukturer og klar rollefordeling er dog en forudsætning for fremdrift og god koordinering, ligesom en tovholder eller koordinator i hver kommune, kan sikre tilpasning af aktiviteter til de lokale ressourcer og fælles fremdrift

Samarbejder: Det kan være tidskrævende at etablere et samarbejde med eksterne samarbejdspartnere, derfor er det vigtigt, at der afsættes tid og ressourcer til denne opgave. Det har været en fordel for de projekter, der allerede havde et etableret samarbejde med fx uddannelsesinstitutioner, da de kunne bygge videre på det eksisterende samarbejde og hurtigere komme i gang med indsatsen.

Samarbejde med ungdomsuddannelser: Puljeprojekterne har generelt et godt samarbejde med ungdomsuddannelserne. Dette samarbejde er essentielt for at projekterne kan nå de unge, hvor de er. Samarbejdet kan være vanskeliggjort af ungdomsuddannelsernes engagement i puljeprojektets dagsorden, eller hvor skoleforløbets struktur vanskeliggør afholdelse af stopforløb på uddannelsesinstitutionen, f.eks. på erhvervsskoler, hvor eleverne hyppigt er i praktik.

Forankring. Det er vigtigt at indtænke forankring af projektet tidligt, hvis indsatsen skal leve videre efter endt projektperiode. Evalueringen viser, at forankringen kan styrkes ved at udnytte synergier mellem nikotinindsatsen og andre indsatser rettet mod unge i kommunen. Kompetenceudvikling af samarbejdspartnere kan bidrage til, at de kan varetage elementer af indsatsen fremadrettet. Dermed kan ressourcerne fordeles blandt flere instanser, hvilket øger sandsynligheden for indsatsens fortsættelse.

7.1 Organisering og samarbejder

I det følgende afsnit beskriver vi, hvordan puljeprojekterne har organiseret deres indsats, samt hvilke erfaringer de har gjort sig i forhold til forskellige måder at tilrettelægge arbejdet på.

7.1.1 Styre-, arbejds- og projektgrupper

Puljeprojekterne har organiseret projektgrupperne forskelligt afhængigt af kommunernes lokale strukturer og ressourcer. Nogle har etableret både styre- og arbejdsgrupper med bred deltagelse af samarbejdspartnere, mens andre har valgt en enklere model med én projektleder og en mindre medarbejdergruppe. Flere projekter har oprettet flere arbejdsgrupper, der håndterer forskellige dele af indsatsen. Arbejdsgrupperne kan omfatte repræsentanter fra forskellige forvaltninger samt eksterne aktører som lærere, SSP-medarbejdere, sundhedsplejen og tandplejen. Den tværfaglige sammensætning opleves som en styrke, da den skaber bredt ejerskab og sikrer bedre forankring i kommunen. Styregruppen fungerer typisk som strategisk forum for retning og prioritering, mens arbejdsgruppen varetager de praktiske opgaver.

”Styregruppen står for de større beslutninger, økonomi og generelt retning. Et mere strategisk sigte. Arbejdsgruppen er mere praktisk og handler om fordeling af opgaver, hvor vi er i projektet og generel sparring på tværs af fagligheder. Det er godt med tværfagligheden, da det frembringer flere gode perspektiver og er med til at skabe ansvar på tværs.”

Projektleder, Helsingør Kommune

I de puljeprojekter, hvor der ikke er styre- eller arbejdsgrupper, er organiseringen typisk samlet om projektgruppen, som varetager både planlægning og gennemførelse af projektet. Dette giver ifølge flere projektgrupper stor frihed til at tage beslutninger og hurtig igangsættelse af aktiviteter. Dog kan det også gøre projektet mere sårbart samt svække forankringen, hvis fremdrift og forankring i højere grad afhænger af få nøglepersoner i selve projektgruppen.

Evalueringen viser således, at der er fordele og ulemper ved forskellige organiseringer. Organiseringen er bl.a. påvirket af kommunernes størrelse, og hvorvidt der er tale om tværkommunale projekter, hvor det er nødvendigt med en mere kompleks organisering for at sikre forankring i alle involverede kommuner. Uafhængigt af kompleksitet kan det være en fordel, at projektet ikke afhænger af få nøglepersoner, da det kan blive sårbart.

7.1.2 Inddragelse af unge

Flere af puljeprojekterne har samarbejdet med unge i kommunen om udviklingen af deres stopforløb. Ambitionen har været at sikre, at de nye stopforløb er relevante for den unge målgruppe. De unge har bidraget via workshops, hvor projektet har inviteret dem til at deltage i udvikling af indsatsen. De er enten inviteret bredt på uddannelsesinstitutioner eller via ungepaneler, som allerede eksisterer i kommunen. Ungeinddragelsen har bidraget med inputs, som projektgrupperne ikke nødvendigvis selv

havde øje for. Flere projektgrupper har fx erfaret, at unge foretrækker, at navnet og kommunikationen om indsatsen fokuserer på reduktion af nikotinformbrug fremfor fuldt stop, da de unge vurderer, at et stopfokus kan gøre rekruttering sværere, fordi mange ikke ser sig selv stoppe helt.

Det varierer på tværs af projekterne hvordan og i hvilken grad, de har inddraget unge. I Gentofte Kommune har de et ungepanel, som de bl.a. har brugt til at få feedback på opbygningen af stopforløbet. Inddragelsen af de unge har givet projektgruppen indsigter i de unges præferencer samt tydeliggjort hvor, det adskiller sig fra den måde de bedriver stopforløb på til voksne.

I Struer og Lemvig Kommune benytter de en arbejdsgruppe af unge, der agerer som ambassadører til forskellige arrangementer og giver regelmæssigt feedback således, at kommunerne kan udvikle og tilpasse forløbets indhold og rekrutteringen ud fra de unges ønsker og behov, og i Assens Kommune deltager to unge i stopforløbet ved at sidde med til gruppeforløbene. De unge er tidligere brugere af nikotin. Projektgruppen oplever, at de unge kan spejle sig og se, at det er muligt at stoppe. En af de unge beskriver deres involvering således:

"Jeg tror, at de unge ser mig som én, der forstår dem, og fordi jeg er jævnaldrende, ser de mig mindre som en autoritet. Så hvis de unge har brug for at snakke med en ung om det, så kan de snakke med mig."

Peer-to-peer, Assens kommune

Peer-to-peer elementet kan bidrage med større forståelse for, hvad et stop kræver, så deltagerne ikke kun møder voksne, der kan have en anderledes forståelse for de unges udfordringer ift. at stoppe et nikotinformbrug.

Således viser evalueringen, at inddragelse af unge i indsatsen kan bidrage til at styrke relevansen og kvaliteten af tilbuddene samt måden der rekrutteres på. Erfaringerne viser, at dialogen med unge giver værdifuld indsigt i deres behov og præferencer. Således kan det være meningsfyldt at inddrage unge som sparringspartnere i projektet, men projektgruppen bør stadig vurdere og afveje deres input ift. projektets ressourcer, mål og organisatoriske rammer. Det er vigtigt at sikre, at inddragelsen er meningsfuld for både de unge og for projektets gennemførelse.

7.1.3 Samarbejde på tværs af kommuner

Nogle puljeprojekter er organiseret som tværkommunale projekter, hvor flere kommuner er gået sammen om at udvikle og gennemføre indsatsen. Generelt er oplevelsen at samarbejdet i de tværkommunale projekter tilfører projekterne en bred vifte af kompetencer, erfaringer og perspektiver, som ikke nødvendigvis findes i de enkelte kommuner alene, men som tilsammen er med til at højne kvaliteten af det materiale og de forløb der udformes.

"Vi ville nok ikke lykkedes med det på samme måde, hvis det kun var vores egen kommune. Det giver nye erfaringer ind i projekterne."

Projektleder, Odder Kommune

For at de tværkommunale projekter kan lykkes er det vigtigt, at organiseringen på tværs er kommunerne, er på plads. I flere af projekterne har samarbejdet på tværs af kommunerne været understøttet af faste mødestrukturer og klare rollefordelinger, som har bidraget til fremdrift og god koordinering. Ligeledes har de fleste tværkommunale projekter valgt at nedsætte en tovholder eller koordinator fra hver kommune, for at tilpasse aktiviteter til de lokale ressourcer og sikre fælles fremdrift.

En anden positiv effekt af det tværkommunale samarbejde er, at unge i stigende grad bevæger sig mellem kommunegrænser i forbindelse med fx skole, praktik, eller fritidsaktiviteter. Især i de mindre kommuner, hvor der ikke nødvendigvis ligger en uddannelsesinstitution i kommunen. Det understreger behovet for en koordineret indsats på tværs af kommuner. Når kommunerne samarbejder, kan de i højere grad nå de unge dér, hvor de reelt befinder sig. Samarbejde på tværs bidrager dermed til at skabe en mere sammenhængende indsats, der afspejler de unges bevægelsesmønstre og hverdagsliv.

"De unge bevæger sig på tværs af kommunerne, derfor giver det ikke altid mening at dele arbejdet op i kommunegrænser."

Projektleder, Odder Kommune

Selvom organisering og samarbejde i de tværkommunale projekter overordnet vurderes positivt, er nogle kommuner stødt på udfordringer undervejs. Et opmærksomhedspunkt går på kommunestørrelserne i de tværkommunale projekter. De større kommuner kan naturligt komme til at fylde mere og har flere ressourcer at spille ind med, som kan påvirke de mindre kommuners rolle. Det peger på vigtigheden af at arbejde med en fælles retning gennem afklaring af målsætning og rolle- og ansvarsfordeling, således at kommunerne kan se deres bidrag lige tydeligt i samarbejdet. Herudover er nogle tværkommunale projekter stødt på praktiske samarbejdsvanskeligheder, da kommunerne arbejder med forskellige systemer til deling af dokumenter, ligesom flere fremhæver, at det er en udfordring i samarbejdet og fremdriften, at de ikke kan tilgå hinandens kalendere i Outlook. I praksis er disse udfordringer blevet håndteret gennem fast mødestruktur, koordinering af opgaver, ansvarsfordeling samt etablering af fælles platforme for kommunikation og dokumentdeling.

Vi vurderer ikke, at dette er udfordringer, der har markant betydning for de tværkommunale projekters fremdrift. Dog er det vigtige opmærksomhedspunkter ind i en tværkommunal organisering, da det kan betyde et til tider mere tidskrævende samarbejde, der ifølge kommunerne skal tages højde for, især i begyndelsen af en samarbejdsproces.

Evalueringen viser, at de tværkommunale projekter har skabt gode samarbejdsrelationer, som har styrket projekterne. De har udnyttet deres forskellige kompetencer til at skabe fremdrift, men det er også værd at være opmærksom på, at de større kommuner giver plads til de mindre kommuner i samarbejdet.

7.1.4 Samarbejde med ungdomsuddannelser

Størstedelen af puljep projekterne har som led i deres projekter etableret samarbejdsaftaler med ungdomsuddannelser i kommunerne. Mange af projekterne samarbejder

med gymnasiale uddannelser som STX, HTX og HHX. Derudover har flere projekter også samarbejde med Forberedende Grunduddannelse (FGU) og erhvervsskoler.

Flertallet af projektgrupperne og samarbejdspartnere vurderer samarbejdet omkring projektet som velfungerende. Den generelle oplevelse er, at uddannelsesinstitutionerne er imødekommende over for projektgruppens aktiviteter, herunder giver projekterne mulighed for at afholde arrangementer på skolen, stiller lokaler til rådighed til og understøtter, at stopforløb kan afholdes på skolen.

Mange uddannelsesinstitutioner genkender nikotinproblematikken blandt deres elever og ønsker at handle på den. Flere projektledere fremhæver, at skolernes oplevelse af projektets relevans gør det lettere at få opbakning fra ledelse og lærere på uddannelsesinstitutionerne. Flere projektgrupper vurderer, at samarbejdet med ungdomsuddannelserne synliggør nikotin som et væsentligt problem, der kræver opmærksomhed og handling, og som bør være en dagsorden, der arbejdes med på ungdomsuddannelserne.

"Skolerne er da klart blevet gjort mere opmærksomme på problemet, og at det er en gave, at vi kommer med et produkt som imødekommer problemstillingen"

Projektmedarbejder, Guldborgsund, Næstved, Vordingborg, Faxe og Holbæk Kommune

Flere projektgrupper fremhæver, at der kan være mange konkurrerende dagsordener på uddannelsesinstitutionerne, og at nikotin blot er én af de ting, som de skal forholde sig til og arbejde med. Derfor er oplevelsen, at skolerne værdsætter, at de nikotinindsatser, som puljeprojekterne har udviklet kommer med en konkret løsning på en eksisterende problematik, og at denne løsning drives af projektgruppen.

Uddannelsesinstitutionernes engagement påvirker samarbejdet

En væsentlig faktor for hvorvidt projekterne kan lykkes, handler om, hvilken opbakning, de oplever fra deres samarbejdspartnere på uddannelsesinstitutionerne. Selvom samarbejdet overordnet vurderes positivt, giver flere projekter udtryk for, at det varierer, hvilken opbakning de oplever fra uddannelsesinstitutionerne

"Jeg har fået ja til samarbejde på alle de uddannelsesinstitutioner, som jeg har sendt en forespørgsel til, men det varierer hvor engagerede, de er. På nogle uddannelsesinstitutioner udviser lærerne en rigtig stor interesse for det, og de har talt med eleverne om projektet inden, vi kommer, og andre steder, så ved hverken lærere eller elever nærmest ikke, at vi dukker op."

Projektmedarbejder, Kolding Kommune

Samarbejdet være påvirket af hvilket engagement, som uddannelsesinstitutionerne udviser ift. projektet. Flere projektmedarbejder giver i den forbindelse udtryk for, at dette også kan have en indflydelse på rekrutteringen af de unge, hvor det ofte er nemmere at rekruttere deltagere, hvis skolen eller lærerne har talt med eleverne om projektet på forhånd, og de er forberedte på, at projektgruppen kommer ud. Nogle steder bliver det meldt ud på skolens intranet, men ideelt set fremhæver projektmedarbejderen fra Kolding Kommune, at hun gerne vil holde et oplæg for lærerne således, at de bliver bevidste om, hvor meget nikotinen kan påvirke de unge, og hvor stort et problem, det kan være. På den måde kan lærerne også nemmere blive en hjælpende samarbejdspartner ind i rekrutteringen.

Et andet opmærksomhedspunkt som flere projekter peger på, er at det tager tid at opbygge et godt samarbejde med uddannelsesinstitutionerne. Hertil er en vigtig læring, at samarbejdet med fordel kan indtænkes i uddannelsernes årshjul og aktiviteter. Det har for nogle projekter været udfordrende at tilpasse indsatsernes aktiviteter til skolernes årshjul, hvilket har udfordret den kontinuitet, som projekterne gerne vil skabe. Det kræver tæt dialog og planlægning med skolerne forud for et begyndende skoleår, hvor der bl.a. skal der tages hensyn til andre skoleaktiviteter, ferier, skoleopstart og eksamensperiode, når nye forløb skal planlægges. Evalueringen peger på, at hvis projekterne kan lykkes med dette, vil det styrke både samarbejdet og implementeringen af stopforløbene på ungdomsuddannelserne.

En vigtig erfaring, som flere puljeprojekter har gjort sig, handler om, at der er stor variation mellem uddannelsesinstitutionerne, både hvad angår elevsammensætning, behov og organisatoriske rammer. Flere projektgrupper fremhæver, at det er vigtigt, at der etableres og forløb, som matcher de unges profiler på de forskellige ungdomsuddannelser. I den forbindelse fremhæver flere af puljep projekterne, at FGU og erhvervsskoler er en særlig målgruppe at arbejde. Eleverne på disse skoler er ofte i praktik, hvilket gør det sværere at afholde forløb i skoletiden og udbrede information om indsatsens tilbud på skolerne. Slutteligt peger nogle projekter på, at samarbejdet med FGU kan være præget af forskellige holdninger til nikotin og de unges forbrug.

"FGU-eleverne er en sårbar målgruppe. Nogle af lærerne har selv et nikotinformbrug og synes, at nikotinformbruget hos de unge er det mindste problem. Der hvor skolen og dets undervisere ikke har samme holdning til, at vi skal hjælpe de unge i relation til deres nikotinformbrug, der er samarbejdet sværere."

Projektleder, Rebild Kommune

Det kan pege på, at indsatsen ikke kun udfordres af de unges fysiske tilstedeværelse på FGU, men også af holdningsmæssige forskelle i samarbejdet mellem skolerne og puljep projekterne. De forskelle kan have betydning for, hvordan samarbejdet med FGU fungerer.

Eksisterende samarbejde med ungdomsuddannelser er en fordel

Flere kommuner har forud for projektet haft veletablerede samarbejder med bl.a. ungdomsuddannelserne i kommunen. Det betyder at projektgrupperne kan anvende den allerede eksisterende samarbejdsmodel med ungdomsuddannelserne, hvor kontaktpersoner allerede var etableret. Det har sparet projekterne for tid og ressourcer.

Andre puljep projekter har skulle bygge samarbejdet op fra bunden som led i dette projekt, hvilket vi ser eksempler på kan være både tidskrævende og udfordrende.

"Det tager meget lang tid at oprette tillid og skabe et hul ind til skolerne. Der er et stort forarbejde forud for, at stopforløbene faktisk kan køre. Det skyldes, dels at skolerne skal lære kommunerne at kende, de skal finde ud af, at indsatsen er værd at satse på, og få det ind som en del af deres tilbud. Det er et stort relationsarbejde."

Projektmedarbejder, Helsingør Kommune

I udviklingsprojekter som disse, skal processen med at etablere velfungerende samarbejder med relevante samarbejdspartnere ikke underkendes. Der skal således afsættes tid og ressourcer til at etablere disse samarbejder, hvis de ikke allerede eksisterer i kommunen.

Evalueringen viser således, at de fleste af puljeprojekterne har et godt samarbejde med uddannelsesinstitutionerne, som er vigtigt for indsatserne både i forhold til rekruttering og gennemførelse af forløb. Erfaringen er, at etablering af samarbejde kræver tid og ressourcer, hvorfor et eksisterende samarbejde kan lette implementeringen, mens nye samarbejder kræver relationsarbejde for at lykkes.

7.1.5 Samarbejde med efterskoler

Flere puljeprojekter har etableret samarbejder med efterskoler i kommunerne. Når vi har talt med unge på ungdomsuddannelserne, fortæller flere, at deres nikotinformbrug enten startede eller eskalerede på efterskolen, hvorfor det er meningsfuldt at sætte ind med nikotinindsatser på efterskolerne. Dog er efterskolerne en særlig konstruktion, der gør, at det er anderledes at samarbejde om nikotinstopindsatser på efterskolerne sammenholdt med fx grundskoler og ungdomsuddannelser.

Mange efterskoler har nultolerance overfor nikotinformbrug, og de unge risikerer, at bliver sendt hjem, hvis efterskolen opdager, at de bruger nikotinprodukter. Efterskolerne ved imidlertid godt, at mange af de unge har et nikotinformbrug og vil gerne hjælpe de unge med at stoppe. Derfor gennemfører flere af puljeprojekterne også stopforløb på efterskolerne.

Stopforløbene konflikter med skolens regelsæt, for de unge må ikke have nikotinen her på skolen, så vi skal have nogle retningslinjer for hvordan vi skal håndtere nikotinbrug blandt de unge, der er i forløb, for vi ved jo godt, at de bruger som minimum frem mod den fælles stopdato. Der er også nogle ting, som vi ikke kan gøre uden at inddrage forældrene, men det her forløb er hemmeligt for forældrene.

Forstander og samarbejdspartner, efterskole i Hedensted Kommune

Flere efterskoler befinder sig således i en gråzone mellem skolens regelsæt og ønsket om at hjælpe de unge. I denne sammenhæng vælger flere efterskoler at se gennem fingre med nikotinformbruget hos de unge, der deltager i et stopforløb, for at skolens regler ikke skal blive en barriere for at deltage i stopforløb. Ligeledes er de opmærksomme på graden af information til forældrene. Typisk får forældrene at vide, at der afholdes stopforløb på efterskolen, men elevernes deltagelse er fortrolig.

Således peger evalueringen på, at det er meningsfuldt at samarbejde med efterskolerne om nikotinstopindsatser, men det kræver en opmærksomhed mod de dilemmaer, der kan opstå mellem skolens regelsæt og indholdet i indsatserne.

7.1.6 Samarbejde med grundskoler

På tværs af puljeprojekterne har flere etableret samarbejder med grundskolerne i kommunen, men en del projekter oplever også, at grundskolerne er en af de målgrupper, som de ikke har nået at gøre sig mange erfaringer med frem mod midtvejs-evalueringen. I det følgende afsnit vil vi præsentere en case fra Kolding Kommune,

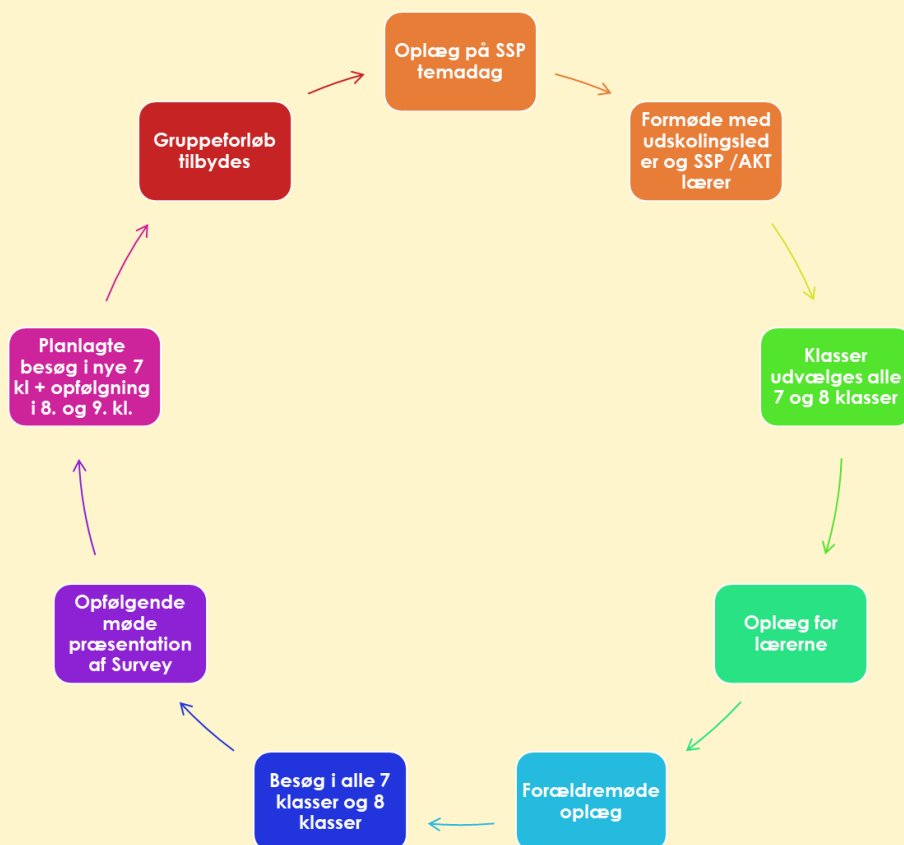
der illustrerer, hvordan de er gået til samarbejdet med kommunens grundskoler. Casen kan anvendes som inspiration til, hvordan man kan etablere og drive et samarbejde om nikotinstopindsatser med grundskoler.



7.1.7 Case: Systematisk tilgang på tværs af kommunens grundskoler

I dette afsnit beskriver vi, hvordan Kolding Kommune er gået til arbejdet med at etablere aktiviteter omkring nikotinstop på grundskolerne gennem projektet "Skoletilpasset Stopforløb".

Projektlederen i Kolding Kommune har udarbejdet et årshjul med aktiviteter, der indgår i samarbejdet med grundskolerne. Årshjulet fremgår nedenfor og strækker sig typisk over 6 måneder.



En af udfordringerne ved at drive projekter i grundskolen er, at der kan eksistere en større "projektræthed" sammenlignet med ungdomsuddannelser. Derfor kræver det ifølge projektlederen et anderledes fokus at få "foden indenfor døren", ift. at opstarte nye projekter i grundskolen. Dette er en af grundene til, at hun har udviklet et årshjul, der er relativt "for-tungt" med mange indledende aktiviteter inden, at stopforløbet igangsættes. Hun bruger meget tid på at etablere kontakt til den enkelte skole og få præsenteret og godkendt projektet både af skolens ledelse og lærere.

Fordelen ved dette projekt er, at det bidrager med en konkret indsats og en person, der kan hjælpe dem med de problemer, som de møder ift. elevers nikotinformbrug, samtidig med, at det fjerner noget ansvar fra lærerne, der nu kan henvise elever og forældre til stoprådgiveren i projektet.

"På en folkeskole er vi didaktisk og pædagogisk uddannet, vi har ikke en masse viden om de sundhedsskadelige konsekvenser ved alle de nye nikotinprodukter. Det har særligt givet lærerne en ro, at de ikke skal være politibetjente over for eleverne, men at de nu kan henvise eleverne til projektets projektleder."

Afdelingsleder, folkeskole i Kolding Kommune

"Tæt samarbejde med skoler og forældre øger projektets succes"

Som det fremgår af årshjulet, ligger der et stort arbejde i at informere om projektet og klæde skoler, lærere og forældre på til at tale om nikotin med de unge. Dette kan ses som en form for "stakeholder management", hvor projektlederen forsøger at sikre, at alle aktører omkring de unge har den rette viden og information forud for projektet, hvilket kan medvirke til at øge deres velvilje og engagement ind i projektet.

"Jeg har erfaret, at det er rigtig godt givet ud, at jeg også præsenterer projektet for lærergruppen og ikke blot ledelsen for det gør, at flere har mandat til at beslutte, at projektet skal indføres. Hvis lærerne er med om bord, øger det sandsynligheden for at projektet forløber glat."

Projektleder, Kolding Kommune

Projektlederen fremhæver at den tætte kontakt med både skoleledelse og lærergruppe er noget, som hun mangler, når de laver indsatser på ungdomsuddannelserne, hvor det kan variere, hvor informeret den brede lærergruppe er om, de indsatser, som de gennemfører på skolen. Det, at lærerne kan informere klasserne om hendes ærinde inden, at hun står foran eleverne, øger den tryghed og genkendelighed, som projektlederen vurderer, er vigtig for, at eleverne tør deltage.

Forældreinddragelse er centralt på grundskolerne

Forældreinddragelse et særligt vigtigt element, når man laver stopforløb i grundskolen. Når eleverne er under 15 år, skal forældrene give samtykke til, at de må deltage i stopforløb. Det er sjældent, at forældrene ikke vil give samtykke, men det kan ofte være svært for børn og unge at fortælle deres forældre, at de gerne vil starte i et stopforløb – særligt hvis forældrene ikke ved, at barnet bruger nikotin. Derfor har projektlederen et stort fokus på, at forældre skal lære at tale med deres børn om nikotin.

"Det handler om at klæde forældrene på til at snakke med deres børn om nikotin uden, at det bliver konfliktfyldt. Forældrene skal heller ikke blive forskrækket, hvis deres barn gerne vil deltage i et forløb. Barnet er ikke nødvendigvis afhængigt, men har måske prøvet nikotinprodukter og har svært ved at sige nej. Det er denne udvikling, vi skal have bremsset."

Projektleder, Kolding Kommune

Håbet er på sigt, at grundskoleelever slet ikke skal i stopforløb, da forældrene i højere grad kan gribe ind tidligt og på en hensigtsmæssig måde. Derudover er det nyttigt for forældre at få mere viden på området, da mange forældre bliver meget overraskede over alle de nye typer nikotinprodukter, der findes, samt hvor tidligt børn og unge stifter bekendtskab med dem.

"Forældrene bliver i første omgang overrasket over, hvor unge børnene er, når de prøver nikotinprodukter første gang, men der er stadig en tilgang til, at det ikke gælder mit barn. Det skal vi væk fra og forældrene skal forstå, at selvom deres børn ikke bruger nikotin nu, så kan alle børn blive tilbudt det, og det skal de tale med børnene om."

Afdelingsleder, folkeskole i Kolding Kommune

Afdelingslederen fremhæver, at forældrene har behov for at blive klædt på til, hvordan de kan snakke med deres børn og unge om nikotin uden, at det bliver en løftet pegefinger. Derudover er det enormt positivt, at de som skole nu kan henvise til et konkret tilbud, hvis de tager elever i at bruge nikotinprodukter på skolen. I disse tilfælde vil forældrene ligeledes blive kontaktet af projektlederen med henblik på at tilbyde barnet et forløb. Ifølge afdelingslederen fungerer dette langt bedre end tidligere, hvor forældrene selv blev opfordret til at kontakte Sundhedshuset i kommunen.

Grænsesætning skal være et centralt tema i nikotinindsatsen

Når målgruppen er grundskoleelever, skal formidling og dialog med eleverne foregå på et andet pædagogisk niveau sammenlignet med ungdomsuddannelserne. Projektlederen har erfaret, at hun skal bruge et meget jordnært sprog.

"Jeg skal ikke bruge ord som "motivation" og "vaneændringer", det skal være meget mere legende og let. Eleverne har heller ikke et sprog for trang og afhængighed, vi skal i stedet snakke om at mærke noget i kroppen".

Projektleder, Kolding Kommune

Bevidstheden om, hvordan man skal kommunikere, kan være relativt afgørende for at opnå succes med målgruppen. Projektlederen kalder bevidst selve stopforløbet for et *gruppeforløb*. Det skal ikke være et startkrav, at de skal stoppe, det handler om at gå mere blødt til værks med denne målgruppe. Selve forløbet strækker sig over 6 mødegange, der afholdes i skoletiden med maks. fire deltagere på hvert forløb. Det lave antal deltagere er bevidst, da det skal være et trygt rum.

En central del af forløbet handler om *grænsesætning*. De unge skal lære, hvordan de kan sætte grænser og bliver bevidste om, at de godt kan sige nej. Der er ikke nødvendigvis mange grundskoleelever, der er dybt afhængige af nikotin og har haft et langvarigt forbrug. Til gengæld har mange prøvet forskellige nikotinprodukter. Grænsesætning er derfor enormt vigtigt i denne aldersgruppe, da det kan medvirke til at mindske andelen af unge, der udvikler et reelt afhængighedsskabende

nikotinformbrug, hvis de lærer at sige nej i en tidlig alder. Projektlederen pointerer, at det er afgørende at sætte ind med stopforløb allerede i grundskolen, og desværre meget tidligere end man forestiller sig.

"Alle skolerne, jeg har været ude på, efterspørger noget målrettet mellemtrinnet, fordi de kan se, at problemet allerede starter der. (...) Debutalderen for hvornår elever i Kolding Kommune prøver nikotinprodukter for første gang er 12,9 år. Derfor skal eleverne faktisk lære at sige nej allerede inden, de er 12,9 år."

Projektleder, Kolding Kommune

Der er således efterspørgsel på viden og hjælp til at håndtere børn og unges nikotinformbrug allerede tidligt i grundskolen. Derfor håber afdelingslederen, at denne indsats kan blive fast forankret i kommunen som et tilbud, man som skole kan booke - også efter, at projektperioden slutter.

"Det er ikke en opgave, vi som skole selv kan løfte, det har vi hverken tid, ressourcer eller viden til. Jeg synes, at dette bør være en fælles kommunal opgave, ellers frygter jeg, at det ikke bliver prioriteret ude på skolerne."

Afdelingsleder, folkeskole, Kolding Kommune

Grundskolerne har allerede mange områder, som de også skal dække udover den ordinære undervisning. Tid og viden til selv at løfte stopforløb udfordrer mange grundskoler. Derfor kan et veletableret samarbejde på tværs af forvaltninger i kommunen med konkrete tiltag og støtte være afgørende for, at grundskolerne kan bidrage til at mindske børn og unges nikotinformbrug.

7.1.8 Samarbejdet med øvrige aktører

Projekternes samarbejde omfatter ofte øvrige kommunale aktører som tandpleje, sundhedspleje og SSP-vejledere. Flere projektgrupper samarbejder med SSP og fremhæver, at samarbejdet fungerer særligt godt, fordi SSP-vejlederne gennem deres daglige arbejde har en tæt kontakt til de unge og et indgående lokalkendskab til skolerne. De bidrager både ved at formidle information, rekruttere unge til forløb og ved at fastholde nikotindagsordenen i skolernes bevidsthed. Dermed hjælper de med at sikre, at nikotindagsordenen forbliver synligt og aktuelt i skolernes hverdag.

"Jeg fortæller altid om nikotinprojektet, når jeg holder oplæg på skolerne. Jeg informerer om, at skolerne kan få projektlederne ud til at holde oplæg eller køre forløb med eleverne (...)."

SSP-vejleder, Hedensted Kommune

Graden af samarbejde med tandplejen og sundhedsplejen varierer mellem kommunerne. Nogle inddrager dem aktivt i projektaktiviteter, fx som stoprådgiver eller gennem deltagelse på pop-up events. Andre bruger dem primært som formidlere, der informerer om kommunens tilbud og henviser unge som led i rekrutteringen.

Flere projektledere fremhæver er dog, at unges nikotinformbrug ikke nødvendigvis er en kerneopgave hos samarbejdspartnerne i modsætning til projektgruppen. Dette er væsentligt at være opmærksom på i samarbejdet, da det kan have betydning for den energi og ressourcer, som flere samarbejdspartnere retfærdigt nok ligger i projektet. På baggrund af evalueringen vurderer vi, at det er afgørende for projektets succes at få etableret nogle gode samarbejder med andre aktører i kommunen, da det bidrager til at udbrede viden om stopindsatser og samt styrke rekrutteringen af de unge. Dog peger evalueringen blot på, at jo bedre forventningsafstemning man kan lave med samarbejdspartnere fra start om deres involvering og rolle, desto mere smidigt og udbytterigt bliver samarbejdet.

7.2 Forankring

I dette afsnit beskriver vi, hvordan projekterne arbejder med forankring af deres indsatser for at sikre fortsættelse efter endt projektperiode.

Forankring af projekter er afgørende for at sikre, at metoder og resultater fastholdes efter projektets afslutning. Et tidligt fokus på forankring skaber ejerskab hos nøgleinteressenter og styrker engagement og ansvarlighed gennem forløbet. Samtidig giver et fokus på tidlig forankring mulighed for at identificere behov, udfordringer og ressourcer således, at projektgruppen løbende kan foretage nødvendige justeringer i projektet. Det øger kvaliteten og sikrer en mere bæredygtig og robust implementering af projektets resultater.

Størstedelen af puljep projekterne har endnu ikke et stort fokus på forankring af deres indsats, da de har været optaget af at udvikle deres stopforløb og arbejde med rekrutteringsaktiviteter. De er dog alle opmærksomme på, at det er noget, som de skal arbejde med fremadrettet inden, at projektperioden slutter, og der er ligeledes

flere af projekterne, der fra starten har haft fokus på at indarbejde tiltag, der kan styrke den videre forankring af indsatsen.

7.2.1 Samspil med eksisterende indsatser styrker forankring

Evalueringen peger på, at projekterne kan styrke forankringen af deres indsats, hvis de lykkes med at koble den med allerede eksisterende kommunale og nationale indsatser i kommunen. Det handler om at udnytte synergierne mellem de forskellige projekter og på den måde styrke fokus og ressourcer på de givne dagsordner i kommunen, herunder nikotindagsordenen.

I flere af projektgrupperne beskriver de en bevidsthed om at koble deres nikotinindsats med allerede eksisterende indsatser i kommunen. I Silkeborg Kommune fortæller projektgruppen, at de har forsøgt at koble deres aktiviteter op på "Fælles om ungelivet", når det har været meningsfuldt. Fx afholdt SSP i kommunen et webinar i regi af "Fælles om ungelivet", hvor en af projektmedarbejderne deltog og holdt oplæg om nikotinprojektet. SSP er samarbejdspartnere ind i puljeprojektet, og fremhæver, at det ligeledes gør deres arbejde nemmere, hvis de kan lykkes med at samtænke de forskellige kommunale indsatser og få nye indsatser til at spille ind i eksisterende indsatser. Dette vil ikke blot styrke den videre forankring, men det kan også gøre indsatsen mindre sårbar over for medarbejderomsætning og udskiftning i projektgruppen.

7.2.2 Integrering af materialer om nikotin i skolers hverdag

Flere kommuner har gode erfaringer med at samarbejde tæt med SSP. I Hedensted Kommune har SSP bidraget til udviklingen af nikotinmaterialer til grundskolerne for at sikre anvendelse og forankring af disse materialer på skolerne. Når SSP og puljeprojektet holder oplæg på skolerne, henviser de konsekvent til hinandens projekter. Derudover er puljeprojektets tilbud integreret i SSP's materialer. SSP-konsulenterne har udarbejdet en fysisk folder med overblik over alle tilbud og aktiviteter til skolerne. Folderen er også integreret i lærernes planlægningsportal, så lærerne nemt kan se alle oplæg og tilbud, herunder nikotinindsatsen, når de planlægger undervisningen.

"Målet er, at SSP-tilbud, herunder nikotintilbud, bliver en naturlig del af undervisningen i folkeskolen – fx når der arbejdes med opioider i fysik/kemi, kan læreren inddrage et relevant oplæg fra SSP."

SSP-konsulent og samarbejdspartner, Hedensted Kommune

Der er et stort fokus på, at kommunens forskellige tilbud er synlige inden skoleåret starter således, at lærerne kan indarbejde dem i årsplanen, når de planlægger skoleåret. På den måde øges sandsynligheden for, at tilbuddene bliver brugt, og ligeledes er vurderingen, at det styrker forankringen af puljeprojektets nikotinindsats ude blandt de aktører, der skal anvende det.

7.2.3 Kompetenceudvikling af samarbejdspartnere styrker forankring

Flere projekter har arbejdet med at kompetenceudvikling af forskellige samarbejdspartnere med henblik på at styrke den videre forankring af projektet således, at indsatsen kan driftes i samarbejde med praksis efter endt projektperiode.

På tværs af projekterne ser vi forskellige eksempler på, hvordan et bredere fokus på kompetenceudvikling er indtænkt i projekterne. I Frederikssund Kommune har de fra starten indtænkt sundhedsplejen som en central del af projekten ved at forankre indsatsen hos dem. Sundhedsplejersker i kommunen er blevet uddannet til at varetage rekruttering og stopforløb med håbet om, at indsatsen kan overgå til dem som en fast del af deres opgaveportefølje, når projektet stopper. Det tværkommunale samarbejde mellem Guldborgsund, Næstved, Vordingborg, Faxe og Holbæk Kommune er et eksempel på et projekt, hvor der er et centralt fokus på at uddanne lærere til at varetage stopforløb. Dette vil vi beskrive mere indgående i nedenstående case.



7.2.4 Case: Uddannelse af lærere kan styrke forankring af indsatsen

I dette afsnit beskriver vi, hvordan Guldborgsund, Næstved, Vordingborg, Faxe og Holbæk Kommune arbejder med at sikre forankring af deres stopforløb med henblik på at styrke sandsynligheden for at indsatsen forankres og lever videre på ungdomsuddannelserne efter endt projektperiode.

I det tværkommunale samarbejde på Midt- og Vestsjælland har et centralt delmål i projektet været at uddanne stoprådgivere ved at styrke undervisere og studievejlederes kompetencer til at gennemføre målrettede stopforløb for unge på ungdomsuddannelser. Formålet er at understøtte forankring af kompetencer til at varetage stopforløb for de unge i de fem kommuner efter projektets afslutning. Konkret peger ungdomsuddannelserne på en eller flere undervisere og studievejledere, som kommer på kursus i, hvordan man afholder stopforløb for unge.

Kurset giver viden om virkningen af forskellige nikotinprodukter og fokuserer på afhængighed, metoder til at motivere til nikotinstop samt praktiske øvelser, der kan indgå i stopforløbet. Efter kurset arbejder projektgruppen med en "læring gennem praksis"-tilgang, hvor en underviser fra en ungdomsuddannelse følger en kommunal stoprådgiver under et stopforløb på skolen. Denne "følording" oplærer underviseren i at gennemføre stopforløb, så de fremover selv kan varetage indsatsen på deres uddannelsesinstitution. En studievejleder, der har gennemført uddannelsesforløbet og nu selv afholder stopforløb, fortæller, at indsatsen har givet gymnasiet værdifuld viden om de unges nikotinformbrug.

"Hvis der er uro og koncentrationsbesvær i timerne, kan det måske skyldes nikotin. Mit uddannelsesforløb har givet en øget forståelse for, hvorfor vi har elever, der har svært ved at koncentrere sig, bliver urolige og ikke kan sidde stille i 50 minutter, måske handler det om at de sidder og mangler nikotin."

Studievejleder, Gymnasie, Faxe Kommune

Studievejlederen fortæller, at hun er blevet mere bevidst om, hvor påvirket de unge kan være. Hun mener, at denne viden er relevant at udbrede til hendes lærerkolleger på skolen, da det kan være en hjælp til at forstå, hvad der sker med nogle af de unge. Hvis de har den viden og forståelse, kan det give en anden og formodentlig mere konstruktiv samtale med de unge om deres forbrug, fremhæver hun.

Formålet med at uddanne lærere er at gøre uddannelsesinstitutionerne i stand til selv at rekruttere og gennemføre stopforløb uden de kommunale stoprådgiveres tilstedeværelse.

"Hvis indsatsen skal fortsætte i alle vores fem samarbejdskommuner, har vi behov for, at der nogle af vores samarbejdspartnere, der vil afsætte ressourcer til det internt og køre forløbene videre selv."

Projektleder, Guldborgsund, Næstved, Vordingborg, Faxe og Holbæk Kommune

For at dette kan lade sig gøre understreger projektlederen, at tre nøglekomponenter skal være på plads:

- Ledelsesopbakning på uddannelsesinstitutionerne.
- De rette kompetencer, som sikres gennem uddannelsesforløbet.
- Tilstrækkelige midler til at sikre varig forankring af indsatsen.

Den sidste del kan muligvis være den mest udfordrende, som de i projektet ikke har fundet en langvarig løsning på. Aktuelt er studievejlederen frikøbt til at deltage i uddannelsesforløbet og varetage stopforløb, hvor udgiften delvis betales af de kommunale puljemidler og resten dækkes af gymnasiet. Hun fremhæver, at det muligvis kan blive en udfordring, hvis gymnasiet fremadrettet skal dække den fulde udgift. Derfor er økonomi og fordeling af økonomi en vigtig del, når der arbejdes med varig forankring af projekternes indsatser.

Således er denne case et eksempel på, hvordan man i puljeprojekterne kan arbejde med forankring af projektets indsats. Som det fremgår af casen, kræver det nogle opmærksomhedspunkter, hvis man skal sikre den varige forankring, herunder, at økonomi og kompetencer er til stede.

8 Rekruttering

I dette kapitel beskriver vi projekternes rekrutteringsstrategier med fokus på, hvad der har fungeret godt, samt hvilke erfaringer projektgrupperne har gjort sig. Derudover vil vi gennemgå udfordringer, der knytter sig til rekruttering på tværs af puljeprojekterne samt analysere, hvordan disse udfordringer kan overkommes fremadrettet.

Afsnittets konklusioner

Rekruttering af unge til stopforløb kræver løbende tilpasning og stor synlighed der, hvor de unge færdes

Pop-up events på uddannelsesinstitutionen: Pop-up events er en effektiv metode til at udbrede viden om kommunale stoptilbud og skabe kontakt til unge. Pop-up events kombinerer synlig tilstedeværelse, dialog og aktiviteter med quizzer og konkurrencer, der tiltrækker de unge og åbner for samtaler. Gentagne besøg styrker relationsdannelsen og øger sandsynligheden for tilmelding til stopforløb.

Tandtjek fra tandpleje ved pop-up event: Samarbejde med tandpleje som en del af pop-up events er en virkningsfuld tilgang, der tiltrækker de unge. Tandplejens mulighed for at identificere synlige tegn på nikotinforbrug øger de unges bevidsthed om konsekvenserne ved nikotin og får dem til at overveje et stopforløb.

Oplæg til morgensamlinger og i klasser: Oplæg på skoler og i klasserne bruges til at informere bredt om nikotin og præsentere kommunens stopforløb. Korte oplæg ved morgensamlinger skaber opmærksomhed, mens oplæg i klasserne giver mulighed for dialog og refleksion, og hvor de unge føler sig mere trygge ift. at tilmelde sig et stopforløb. Kombinationen af fælles oplæg og klassesdialoger er et effektivt supplement til pop-up events og styrker rekrutteringen.

Rekruttering gennem samarbejdspartnere: Samarbejdspartnere kan fungere som rekrutteringsambassadører, hvilket aktiverer flere instanser omkring de unge. Rekrutteringsopgaven gives til de aktører, der i forvejen er tæt på de unge. Dog kan rekruttering via samarbejdspartnere ikke stå alene, da opgaven ikke er en kerneopgave for dem. Succesen med at rekruttere gennem samarbejdspartnere varierer på tværs af puljeprojekterne, men kan styrkes gennem kompetenceudvikling, der styrker samarbejdspartnernes viden og tryghed i dialogen med de unge.

Rekruttering gennem forældre: Ved at styrke forældres viden om nikotin og kommunens stoptilbud samt give dem værktøjer til dialog med deres børn, kan de fungere som rekrutteringskanal til stopforløb. Dette er særligt relevant i grundskolen, hvor det kræver forældresamtykke at igangsætte et stopforløb for unge under 15 år. Dog foretrækker mange unge, at deres forældre ikke ved, at de er i et stopforløb, derfor kan forældreinvolvering blive en barriere for at rekruttere unge til stopforløb.

Rekrutteringsudfordringer: Antallet af rekrutterede deltagere afhænger både af valg af rekrutteringsstrategi og om puljeprojektet bygger på eksisterende nikotinindsatser. Puljeprojekter, der har eksisterende stopindsatser i kommunen, opnår typisk et højere antal rekrutterede, da de bruger kortere tid på udviklingsfasen og hurtigere når til implementeringsfasen og dermed afprøvning af indsatsen.

8.1 Rekrutteringsstrategier

I dette afsnit beskriver vi projekternes rekrutteringsstrategier samt fremhæver konkrete cases og gode eksempler på vellykkede rekrutteringsstrategier- og aktiviteter.

Fælles for de 17 puljeprojekter er, at rekruttering er en udfordrende størrelse, hvor flere af projekterne kæmper med at finde de rette løsninger. Fra litteraturkortlægningen fremgår det, at kommuner generelt mangler viden og materialer om rekruttering af unge til stopforløb. Det indikerer, at rekruttering af unge er en gennemgående udfordring, og at der fortsat mangler viden om virkningsfulde rekrutteringsstrategier.

På tværs af projekterne eksisterer der en gennemgående rekrutteringsstrategi, der handler om at være til stede i de arenaer, hvor de unge befinder sig.

"Det er vigtigt, at vi er til stede, der hvor de unge er. De kommer ikke op i sundhedscenteret i kommunen medmindre, de decideret bliver sendt derop."

Projektmedarbejder, Struer og Lemvig Kommune

Der er en stor bevidsthed om, at det er et fåtal af unge, der opsøger stopforløbene af sig selv, derfor skal projekterne selv være opsøgende ift. at rekruttere de unge. Derudover viser evalueringen et tværgående fokus på at udbrede viden om nikotin og kommunale stopforløb, både til de unge samt de voksne omkring de unge. På tværs af projekterne har de igangsat en lang række rekrutteringsaktiviteter, særligt på uddannelsesinstitutioner.

8.1.1 Pop-up events på ungdomsuddannelserne

På tværs af projekterne er et centralt formål at sikre, at både unge og voksne omkring dem ved, at der findes kommunale tilbud, som kan hjælpe med nikotinstop. Evalueringen viser, at flere projekter har erfaret, at mange unge ikke ved, at kommunen tilbyder denne hjælp. Pop-up events, hvor stoprådgivere eller projektmedarbejdere engagerer de unge gennem aktiviteter og dialog, bidrager derfor til at udbrede viden og synliggøre mulighederne for støtte.

Projekterne gennemfører pop-up events på ungdomsuddannelser med forskellige aktiviteter for at få de unge i tale så som: Tip en 13'er samt lykkehjul med udfordringer ift. nikotinstop, og hvor de unge får spørgsmål om nikotin og kan vinde præmier, hvis de svarer rigtigt. Flere projekter har erfaret, at præmier har stor tiltrækningskraft på de unge og skaber en anledning til at opsøge stoprådgiverne uden, at det nødvendigvis handler om eget nikotinformbrug. Når de unge først tager kontakt, er de som regel nemme at få i tale og vil gerne dialogen.

Typen af aktiviteter til pop-up events

- Kort oplæg på morgensamling
- Stand i skolernes fællesareal
- Tiltrækning via aktiviteter: konkurrencer, quizzes, lykkehjul, uddeling af saftevand, slik mv.
- Uddeling af flyers og merchandise.
- Brug af QR-koder til tilmelding,
- Fokus på gentagne besøg (fx 1 dag om ugen i 3 uger) for at styrke relationsopbygning til eleverne.

"En lille bitte gevinst betyder utrolig meget, der skal en gulerod til, for at de unge kommer hen til os, men så bliver de ofte stående og snakker."

Projektmedarbejder, Kolding Kommune

Evalueringen viser yderligere, at det har stor betydning for rekrutteringen, at stoprådgiverne kommer gentagne gange på ungdomsuddannelserne. Den kontinuerlige tilstedeværelse styrker både kendskab og relationer, hvilket øger sandsynligheden for, at de unge til sidst tilmelder sig et stopforløb. På tværs af puljeprojekterne har langt de fleste gjort brug af pop-up events på særligt ungdomsuddannelserne. På baggrund af evalueringen vurderer vi, at denne type events kan fungerer godt til at rekruttere de unge, da de både kombinerer tilstedeværelse, vidensdeling, dialog og forskellige aktiviteter, der samlet set kan bidrage til at fange de unges interesse. I det følgende afsnit eksemplificerer vi et pop-up event med afsæt i erfaringer fra Helsingør Kommune.



8.1.2 Case: Pop-up event til rekruttering og oplysning om stopforløb

Denne case beskriver, hvordan Helsingør Kommune anvender pop-up-events på ungdomsuddannelserne som led i deres rekrutteringsindsats.

Pop-up eventet foregår typisk i skolernes kantiner i spisefrikvarteret. Ifølge projektgruppen skaber det en uformel og tryk ramme for dialog om nikotinformbrug. Den synlige tilstedeværelse dér, hvor de unge opholder sig, gør det lettere for dem at tage kontakt, stille spørgsmål og være nysgerrige på stopforløbene.

"Det fungerer godt at komme ud til de unge, der hvor de er. (...). Vi går også meget op i at fortælle, at vi ikke taler med lærere eller forældre, hvilket er vigtigt for de unge, men at vi i stedet er en hjælpende hånd."

Projektleder, Helsingør Kommune

Pop-up eventet er således en god tilgang til at skabe kontakt med de unge. Ligeledes giver det stoprådgiverne mulighed for at italesætte stopforløbet som noget adskilt fra skole og hjem samt tydeliggøre, at det er et fortroligt rum, hvor der er tavshedspligt over for både lærere og forældre, hvilket har stor betydning for mange af de unges villighed til at deltage i stopforløb.

Samarbejde med tandplejen er et vigtigt element

Som en central del af pop-up eventet er den samarbejdende tandplejer med ude, for at give de unge mulighed for at få et tandtjek på dagen. Ifølge projektlederen og tandplejeren er tandtjekket en meningsfuld indgang til de unge, da flere er meget optaget af deres udseende og bevidste om, at nikotinen kan påvirke deres tænder og tandkød. Projektgruppen oplever derfor stor interesse blandt de unge ift. at få et tandtjek. Tandtjekket fungerer som en effektiv indgangsvinkel til at tiltrække de unge og informere om kommunens tilbud. Erfaringen hos Helsingør Kommune er, at de unge ofte taler åbent om deres nikotinvaner med tandplejeren og projektgruppen, hvilket vidner om tillid til fagpersonerne.

"Jeg oplever at de unge har nemmere ved at tale med mig om deres tænder, når jeg står til et pop-up event, end når de ligger i min tandlægestol. Jeg værner meget om, at vi kommer ud til de unge, og jeg synes det er vigtigt, at lærer, at de skal passe på deres tænder og deres tandkød."

Samarbejdspartner og tandplejer, Helsingør Kommune

De foreløbige erfaringer fra Helsingør Kommune viser, at tandplejerens deltagelse i pop-up-events er særdeles værdifuld. Det konkrete fokus på tandkødet og muligheden for et hurtigt tjek appellerer til de unge og fungerer som en god indgang til dialog om muligheden for et stopforløb.

Refleksion, dialog og motivation blandt de unge

Ifølge projektgruppen varierer de unges udbytte af pop-eventet - både afhængigt af den enkelte elev og hvilken uddannelsesinstitution, de er ude på. Oplevelsen er at gymnasieelever har lettere ved at omsætte viden til handling, mens fx FGU-elever kan have brug for mere støtte.

"Der er stor forskel på eleverne. Gymnasieelever har flere ressourcer, som gør dem bedre i stand til at få information og faktisk stoppe. Det at forstå beskeder kan være nemmere sammenholdt med FGU-elever. De er alle sammen interesseret, men man kan mærke, at de unge går til et stop på en anden måde, hvis de har færre ressourcer."

Projektmedarbejder, Helsingør Kommune

Dette gør, at projektgruppen er opmærksomme på deres tilgang og dialog med eleverne afhængigt af, hvilke ungdomsuddannelser, som de er ude på. Det er dog projektgruppens oplevelse, at pop-eventet er en lærerig og motiverende indgang til viden om nikotin og sundhed hos størstedelen af de unge. De unge selv giver udtryk for, at de får ny viden om, hvordan nikotin påvirker kroppen, og hvordan myten om, at nikotin er "bedre" og mindre sundhedsskadeligt end tobak, ikke holder stik. Det starter en refleksion blandt flere af de unge, både om deres helbred, men også om deres forbrug ift., om de faktisk er afhængige eller kunne have gavn af at stoppe.

Yderligere vurderer Helsingør Kommune, at pop-up events medvirker til at skabe nogle vigtige ringe i vandet blandt de unge. Der opstår små dialoger og relationer, hvor de unge kan motivere og inspirere hinanden til at deltage i et stopforløb eller begynde at reflektere over deres eget forbrug. Denne refleksion kan ofte være det første skridt mod erkendelsen af, at man har brug for hjælp til at stoppe.

"Det giver bare meget, at man kan gå i dialog med de unge, og hvis man bare kan få 'lokket' én til, så videreformidler de ofte til deres venner eller klassekammerater som ryger. Jeg tror ikke succesen kun kan måles på antallet af unge, der er med i et stopforløb. Jeg tror også, at der sker mere i dialogen mellem de unge, som vi ikke kan måle, også bare ift. at starte en refleksion over deres forbrug."

Projektmedarbejder, Helsingør Kommune

Erfaringerne fra Helsingør indikerer, at succesen med pop-up events ikke alene kan måles på, hvor mange unge der tilmelder sig et forløb. Værdien kan også ligge i at skabe dialog, opbygge tillid og udbrede viden gennem de unges egne netværk. Evalueringen peger på, at pop-up events kan være en vigtig indgang til dialog og vidensformidling til de unge. Dette kan styrkes ved at inddrage relevante samarbejdspartnere – eksempelvis tandplejen – og kombinere det med aktiviteter, der fanger de unges interesse og dermed får dem i tale.

8.1.3 Oplæg på skoler og i klasserne

Som led i rekrutteringsstrategien holder flere projekter oplæg til fx morgensamlinger på ungdomsuddannelser og efterskoler. Oplæggene er typisk relativt korte og fokuserer på at give de unge viden om nikotin uden en "løftet pegefinger", samtidig med at de præsenterer deres stopforløb. Ligesom ved pop-up events er formålet at udbrede kendskabet til forløbene og nå ud til flest mulige elever. Efter oplægget skabes mulighed for dialog og rekruttering af de unge.

Nogle projekter haft mulighed for at komme rundt i de enkelte klasser på ungdomsuddannelserne, hvor de fortæller om stopforløbet. Det giver mulighed for, at de unge kan tilmelde sig i tryggere omgivelser i klassen og ikke foran hele skolen. For de kommuner, der også er med i forskningsprojektet U-Niko findes der en fast rekrutteringsstrategi, som projekterne skal følge. En del af denne rekrutteringsstrategi er, at stoprådgiverne er rundt i klasserne, hvor de først viser en film om nikotin produceret af U-Niko og dernæst taler med klassen om filmen samt mulighederne for at melde sig til et stopforløb. Generelt er tilbagemeldingerne, at det er en fordel ift. rekruttering, at de kan tale med de unge klassevis.

"Det har varieret, om vi har fået lov til at komme ud i klasserne og rekruttere. Vores erfaringer siger, at det virker bedst. Vi rammer de unge på noget, som de ikke er stolte af, og det kan være grænseoverskridende for dem at melde sig til et forløb foran alle skolens elever."

Projektmedarbejder, Guldborgsund, Næstved, Vordingborg, Faxe og Holbæk Kommune

Ifølge projektmedarbejderen holdt de et oplæg for et helt gymnasie, hvor én elev meldte sig til et stopforløb. Herefter holdt de oplæg i alle 2.g og 2.HF-klasser for at fortælle om indsatsen, hvorefter der var 10 elever, der tilmeldte sig stopforløbet. Evalueringen peger således på, at pop-up events og oplæg for hele skolen kan være gode til at få eleverne i tale og sprede viden om stopforløbet, men der kan være et stykke fra at tale med de unge i skolens kantine og til, at de melder sig og møder op til et stopforløb.

Evalueringen viser, at det kan være et godt supplement til oplæg på morgensamlinger eller pop-up events, at de efterfølgende kan komme rundt i de enkelte klasser og rekruttere, da klassedialogerne giver mulighed for at få en bredere gruppe af unge i tale i tryggere rammer.

8.1.4 Sundhedstjek på ungdomsuddannelserne

Flere puljep projekter bruger eksisterende platforme, hvor de allerede er i dialog med de unge, til at rekruttere til stopforløb. I København og Frederiksberg Kommune rekrutterer de bl.a. unge gennem Sundhedstjek, som er et tilbud til alle unge i alderen 16-24 år om en samtale ved en sygeplejerske eller en psykolog. Samtalen har fokus på fysisk, psykisk og seksuel sundhed og trivsel. Samtalerne tilbydes på alle ungdomsuddannelser, og der er mange, der tager imod tilbuddet. Inden projektstart omhandlede 10 % af samtalerne nikotin, hvorfor projektgruppen så et potentiale i at rekruttere derigennem. Derfor er nikotinformbrug nu en fast del af samtalerne. Således benytter København og Frederiksberg Kommune sig af, at de har en indgang til de unge, som de kan bruge til at rekruttere til stopforløb. Sundhedstjekkerne gennemføres af de samme sundhedsfaglige medarbejdere, der også står for stopforløbene,

hvilket giver mulighed for at igangsætte indsatsen allerede under samtalen eller skabe et stærkt udgangspunkt for at motivere den unge til at starte et forløb. Ifølge projektets egne opgørelser rekrutteres 25 % af de unge i forløb via Sundhedstjekene.

København og Frederiksberg Kommunes brug af Sundhedstjek viser, at det kan være en fordel at udnytte den synergi, der kan være ved at henvende sig til de unge om nikotindagsordenen i sammenhænge, hvor de allerede er i dialog med de unge.

8.1.5 Samarbejde med fagpersoner om rekruttering

På tværs af puljeprojekterne har flere indtænkt fagpersoner og andre nøglepersoner omkring de unge ind i deres rekrutteringsstrategi.

Formålet er at styrke rekrutteringsindsatsen ved at brede den ud til flere aktører end stoprådgiverne i projekterne. Blandt projekterne er der en stor bevidsthed om, at det kan være givtigt for rekrutteringen, hvis de kan lykkes med at aktivere flere forskellige instanser omkring de unge. I den forbindelse arbejder projekterne dels med at udbrede viden til fagpersoner. Det gælder både specifik viden om nikotin, forskellige nikotinprodukter og afhængighed samt viden om hvilke tilbud, som fagpersonerne kan henvise de unge til. Konkret har flere projekter samarbejdet med fx tandpleje, sundhedspleje og praktiserende læge, som kan henvise de unge direkte til et stopforløb hos kommunen. Derudover arbejder flere tæt sammen med lærere og undervisere på grundskoler, efterskoler og i nogle tilfælde ungdomsuddannelser, hvor lærerne kan henvise elever til stopforløb eller sætte dem i kontakt med stoprådgiverne.

Eksempler på samarbejdspartnere til rekruttering:

- UU-vejledere og lærere på efterskoler og ungdomsuddannelser
- AKT-medarbejdere og SSP-konsulenter i folkeskolen
- Tandplejen
- Sundhedsplejen
- Praktiserende læge
- Psykiatrien
- Ansatte på ungdomsskoler og i idrætsforeninger
- Eksisterende projekter eller indsatser målrettet unge i kommunen

På tværs af projekterne varierer det en del, hvor mange deltagere, som bliver rekrutteret gennem disse kanaler. I Hedensted Kommune fortæller projektlederen, at de har fået mange unge fra tandplejen, og andre steder har samarbejdet med tandplejen ikke givet en eneste deltager.

"Vi får faktisk en del henvisninger fra tandplejen, men de unge svarer aldrig, når vi kontakter dem efterfølgende".

Projektleder, Struer og Lemvig Kommune

Det kan være svært at vurdere, hvad der gør forskellen. Nogle unge er muligvis ikke indstillet på at tale om deres nikotinformbrug hos tandpleje – i modsætning til ved et

nikotinevent med en tandplejer. Derudover kan tandplejernes tilgang til de unge også have betydning.

Første skridt til en bedre rekruttering er, at fagpersonerne omkring de unge kender puljeprosjekternes stopforløb og tør tage dialogen med de unge. Derfor arbejder flere projekter med kompetenceudvikling og uddannelse for at give fagpersoner den nødvendige viden og tryghed til at tale med unge og henvise til tilbuddene. Dels må man formode at denne kompetenceudvikling styrker deres evner til at tage dialogen med de unge, og dernæst kan det medvirke til at øge fagpersonernes bevidsthed om puljeprosjektet således, at de i højere grad husker at rekruttere eller henvise de unge, hvis det er meningsfuldt.

Evalueringen viser, at rekruttering via samarbejdspartnere er et vigtigt supplement til de øvrige rekrutteringsaktiviteter i projektet for at øge deltagerantallet. Samarbejdspartnernes rekrutteringsaktiviteter kan dog ikke stå alene, da samarbejdspartnere har mange andre forpligtelser, der gør det usikkert, om de er fokuserede nok på dagsordenen til at nå ud til tilstrækkelig mange unge.

I det næste afsnit beskriver vi, hvordan Hedensted Kommune arbejder med at uddanne fagpersoner omkring de unge til rekrutteringsambassadører for at styrke rekrutteringen til projektet.



8.1.6 Case: Uddannelse af rekrutteringsambassadører

Hedensted Kommune uddanner rekrutteringsambassadører som en del af deres projekt. Ambassadørerne består bl.a. af skolelærere, der typisk også er AKT-medarbejdere, UU-vejledere og SSP-kontakter på de enkelte skoler, som gennem deres daglige arbejde har en tillidsfuld relation til de unge og et indgående kendskab til målgruppen. Derudover indgår tandplejen også som rekrutteringsambassadører. Ambassadørerne uddannes via kurset "Sæt røg og nikotin på dagsordenen" hos Kræftens Bekæmpelse, hvilket sikrer, at de har den nødvendige viden og kompetencer til at tage dialogen med de unge om nikotinformbrug og motivere dem til at tage imod hjælp gennem et stopforløb.

Projektlederen understreger, at et centralt formål med projektet er, at alle fagpersoner, der arbejder med unge i kommunen, skal kende projektet og stopforløbene, hvorfor kompetenceudvikling af rekrutteringsambassadørerne er en vigtig komponent til at udbrede denne viden.

"Jo flere der har viden og kompetencer til at håndtere de unge og deres nikotinformbrug desto bedre – det er både bedre og billigere at sprede den viden ud i kommunen."

Projektleder, Hedensted Kommune

Ifølge projektlederen skal rekrutteringsambassadørerne fungere som bindeled mellem de unge og det kommunale nikotinstopforløb. De skal identificere unge med nikotinformbrug, afdække deres behov og facilitere kontakten til stoprådgivere. For at understøtte ambassadørernes arbejde udarbejdes der rekrutteringsmateriale, såsom flyers, plakater og roll-ups, som kan anvendes på skolerne samt hos tandplejen. Det er projektlederens indtryk, at kompetenceudviklingen af rekrutteringsambassadørerne har givet bedre samtaler med de unge.

"Tandplejere og lærere ved nu i højere grad, hvordan de skal spørge ind til de unges nikotinformbrug, og det har givet en meget bedre samtale."

Projektleder, Hedensted Kommune

Erfaringerne viser, at ambassadørernes engagement og tilstedeværelse på skolerne kan spille en vigtig rolle ift. at skabe kontakt til de unge og motivere dem til at deltage i stopforløbene. Hedensted Kommune har bl.a. oplevet et stort antal deltagere, som

er rekrutteret fra tandplejen. Her kan uddannelsen af tandplejerne som rekrutteringsambassadører muligvis være en medvirkende faktor som forklaring til den succesfulde rekruttering. Dog pointerer projektlederen, at man hele tiden skal huske, at rekruttering til stopforløb ikke er kerneopgaverne hos disse fagpersoner, særligt på skolerne, og at det derfor ikke kan stå alene som rekrutteringsstrategi.

"Der er rigtig mange dagsordner ude på skolerne og mange ting, de skal tage sig af – nikotin er bare én ting i rækken."

Projektleder, Hedensted Kommune

Projektlederen vurderer, at rekrutteringsambassadørerne har haft en positiv effekt på rekrutteringen. En vigtig læring er dog, at henvisningsproceduren skal være enkel og ikke kræve for meget, da det netop ikke er en kerneopgave for ambassadørerne. Derfor bør særligt skolerne heller ikke pålægges for stort ansvar for rekrutteringen, da opgaven risikerer at drukne blandt andre forpligtelser.

8.1.7 Sociale medier og visuel identitet

Flere kommuner bruger sociale medier som et led i deres rekrutteringsstrategi. Typisk har de en Instagramprofil samt en Facebookprofil, hvor de lægger forskellige opslag op, som indeholder link til, at de unge kan tilmelde sig et stopforløb. Udgangspunktet er, at brugen af de sociale medier er en måde at øge synligheden og udbrede viden om stopforløbene. Hos de fleste puljeprojekter er der dog også en bevidsthed om, at det ikke nødvendigvis er aktiviteterne på de sociale medier, der er udslagsgivende for rekrutteringen. I Gentofte Kommune har de brugt en del kræfter på deres SoMe strategi, og der er mange, der ser opslagene, hvilket især styrkes når deres ungeguides - som er unge ansat ind i projektet til bl.a. rekruttering – deler opslag. Projektgrupperne fortæller dog, at det er tidskrævende at være fokuseret på SoMe, samt at det er usikkert for dem, hvilken effekt det har på rekrutteringen. Andre projekter påpeger, at udfordringen ved at bruge sociale medier til rekruttering er, at de som kommunale medarbejdere ikke må bruge de platforme, som de unge primært anvender.

Eksempler på rekrutteringsstrategier gennem sociale medier eller visuel identitet

- SoMe-strategier på Instagram og Facebook.
- Ungepaneler til udvikling af indhold og visuel identitet.
- Kampagner med QR-koder til tilmelding og interaktive elementer.

”Vores erfaringer er, at det er ikke de sociale medier, som rekrutterer. Det er en udfordring, at de platforme hvor de unge er fx TikTok, der må vi ikke reklamere.”

Projektleder, Odder Kommune

Erfaringerne fra Skanderborg og Odder Kommune er, at de sociale medier ikke er en rekrutteringsform, der kan stå alene men en add-on til de fysiske rekrutteringsaktiviteter. Evalueringen peger på, at brugen af sociale medier i rekrutteringsstrategien kan bidrage til at øge synligheden omkring projektet, men at det ikke er gennem disse kanaler, at projekterne formår at rekruttere en masse unge. Således kan det være en afvejning, hvor mange ressourcer, projekterne skal bruge på deres So-Me strategi holdt op imod, den effekt, det har på rekrutteringen.

8.1.8 Kommunikationsmaterialer

Nogle puljeprojekter har udarbejdet materiale til at gøre opmærksom på stopforløbet. Det gælder bl.a. plakater, hvor de reklamerer for indsatsen med fangende ord eller sætninger, men også plakater, der informerer om konkrete stopforløb, dato for opstart samt QR-koder til tilmelding. København og Frederiksberg Kommune har fx erfaret, at det er mest hensigtsmæssigt, at plakater hænger på toiletterne, hvor de unge kan læse dem og scanne QR-kode uden, at andre ser det. Derudover har de reklameret via store plakatstandere i byrummet for at gøre opmærksom på indsatsen. Projektlederen vurderer, at de har rekrutteret mange unge pga. plakaterne i byrummet.

Evalueringen viser, at kommunikationsmaterialer kan bidrage til at skabe opmærksomhed omkring stopforløbene således, at de unge bliver mindet om konkrete startdatoer for forløb, men også bliver gjort opmærksomme på, at der er hjælp at hente.

8.1.9 Inddragelse af unge i rekruttering

Flere puljeprojekter benytter sig af peer-to-peer i deres rekrutteringsindsats. Eksempelvis gennem Ungeråd, der har bidraget med ideer til rekrutteringsstrategier eller ungerepræsentanter, som giver løbende feedback på rekrutteringsmaterialer.

Nogle kommuner inddrager aktivt unge i rekrutteringsprocessen. Nyborg Kommune har produceret en rekrutteringsvideo, hvor tidligere deltagere deler deres erfaringer med indsatsen og nikotinstop. København og Frederiksberg Kommune har unge ansat, der står sammen med stoprådgivere ved pop-up events for at gøre dialogen om nikotin og rekruttering mere relaterbar for de unge. Gentofte Kommune er i gang med at udvikle drop-in-caféer, hvor unge nikotinbrugere kan møde stoprådgivere og tale uformelt om forbrug samtidig med, at der er unge ansatte til stede, som skaber god stemning og kan hjælpe med at facilitere dialogen mellem stoprådgiver og de øvrige unge.

Det er dog værd at være opmærksom på, at ansættelse og involvering af unge i projekterne er ressourcekrævende i form af lønudgifter og den tid, projektmedarbejderne skal bruge på oplæring og inddragelse af de unge i projektet. Samtidig viser erfaringerne, at de unge, der deltager i stopforløb, finder det afgørende, at der lyttes til dem, udvises forståelse og kommunikeres ud fra deres perspektiv uden at dømme, men at det er mindre vigtigt at det skal være en jævnaldrende.

Evalueringen viser dog også, at peer-to-peer i rekrutteringsprocessen kan gøre aktiviteterne mere relaterbare og skabe opmærksomhed om forløbene, fordi de unge kan formidle forløbets indhold med sociale koder, der er meningsgivende for de unge, hvilket kan gøre det nemmere for de unge at se sig selv i et stopforløb.

Projekterne bør derfor holde værdien af unge-involvering op imod de ressourcer, de bruger herpå, således at det sikres, at de unge bruges i det omfang og til de aktiviteter, hvor de har størst værdi.

Eksempler på ungeinddragelse:

- Ungepanel bidrager med input til rekrutteringsstrategi
- Peer-to-peer og ungevejledere hjælper med rekruttering
- Ansættelse af unge som ambassadører for projektet
- Fokus på relationsdannelse til de unge samt input fra "de unges perspektiv".

8.1.10 Events og foredrag

Flere af projekterne afholder events og foredrag for at skabe opmærksomhed om nikotin og for at informere om stopforløbene. Nogle af projekterne har gjort brug af de såkaldte "snusdrenge" Frederik og Jeppe, der ud fra hhv. et bruger- og pårørendeperspektiv fortæller som deres personlige oplevelser med nikotin. Foredraget henvender sig til både forældre og unge. Det varierer om projekterne har afholdt foredraget for unge på fx ungdomsuddannelserne, eller om det er afholdt i forbindelse med et forældrearrangement på grundskoler. Generelt er de unges tilbagemeldinger på snusforedraget meget positive.

Eksempler på events:

- Snusforedrag med tidligere snusbrugere.
- Café-arrangementer
- Deltagelse på eksisterende arrangementer i kommunen

"Jeg blev meget påvirket af deres historie, og den motiverede mig til at melde mig til et stopforløb på skolen. Inden foredraget vidste jeg ikke, hvor skadeligt det er for hjernen at tage nikotin, men nu bliver jeg nødt til at gøre noget ved det, jeg gider ikke ødelægge min hjerne. Alle, der starter i gymnasiet, burde høre snusdrene på deres første år."

HF-elev, Struer Kommune

Således tyder det på, at foredraget fra de jævnaldrende "snusdrenge" gør indtryk på de unge, som får viden om nikotins sundhedsskadelige konsekvenser på en relaterbar måde. Stoprådgiveren i Struer og Lemvig Kommune fremhæver, at der var en hel gymnasieklasse, hvor alle snusbrugerne kollektivt valgte at stoppe sammen uden at gå i forløb på baggrund af oplægget. Peer-to peer formidlingen i "snusdrengenes" oplæg tyder således på at have en positiv betydning for de unges refleksion angående deres nikotinformbrug.

Flere projekter finder dog foredraget relativt dyrt og foretrækker at bruge deres ressourcer på mere kontinuerlige aktiviteter. Andre projekter vurderer, at midlerne er godt givet ud til foredrag, fordi de oplever, at de rekrutterer mange unge til stopforløbene på denne måde.

"Selvom det er lidt dyrt med disse foredrag, så har det i dag virket rigtig godt ift. rekruttering, da jeg næsten har rekrutteret et helt hold til stopforløb."

Projektleder, Horsens Kommune

Således vil det altid være en ressourceafvejning af, hvad projekterne vælger at prioritere deres midler på holdt op imod, hvor mange de formår at rekruttere. Overordnet set tyder det på, at peer-to peer tilgangen i oplægget har en gavnlig effekt, når det kommer til rekruttering af de unge.

8.1.11 Forældrearrangementer og materialer til forældre

Som en del af rekrutteringsstrategien har nogle projekter fokus på aktiviteter og arrangementer målrettet forældre. Formålet er at øge deres viden om unges nikotinformbrug og de sundhedsskadelige konsekvenser samt gøre dem opmærksomme på kommunens stopindsatser, så de ved, hvor de kan få hjælp, hvis behovet opstår.

Forældrene klædes samtidig på til at tale med deres børn om nikotin både forebyggende for at undgå, at de starter og om, hvordan et eksisterende forbrug bedst håndteres.

De seneste år er der kommet mange nye nikotinprodukter til, og evalueringen peger på, at mange forældre mangler viden om de nye produkter og hvor skadelige og afhængighedsskabende, de kan være.

"Der er mange forældre, der ikke ved særligt meget om de nye nikotinprodukter. Det er vigtigt, at de ved, at hvis deres søn render rundt med en bøsse i baglommen, så er det altså ikke en vaseline, og hvis deres datter har noget, der ligner en tusch, så er det en vape."

Stoprådgiver, Struer og Lemvig Kommune

Forældrearrangementerne er primært målrettet forældre med børn i grundskolen og i nogle tilfælde efterskoler, da arrangementerne ofte foregår som en del af forældremøder på skolen. Børn under 15 år skal have tilladelse fra deres forældre til at deltage i stopforløb, hvorfor det er meningsfuldt at forældrene kender til disse aktiviteter – også ud fra et rekrutteringsperspektiv. Forældrenes viden om nikotin og evne til at tage dialogen med deres børn er også relevant hos forældre til ældre børn fx på ungdomsuddannelserne. Mange projekter oplever imidlertid, at det kan være svært at fange forældrenes opmærksomhed og få dem til at deltage i webinarer og oplæg, særligt hvis det afholdes i kommunalt regi og ikke som en del af forældremøder.

I det tværkommunale projekt i Guldborgsund, Næstved, Faxe, Vordingborg og Holbæk Kommune har de også oplevet lavt fremmøde til fysiske forældrearrangementer. Derfor er formatet ændret til online webinarer, hvor forældre fra alle fem kommuner kan deltage, hvilket har givet markant højere deltagerantal end de fysiske møder. Således er de foreløbige erfaringer, at online webinarer eller deltagelse på skolens forældremøder er bedre givet ud end at afholde store arrangementer i kommunalt regi, da forældrene ikke møder op til disse. På tværs af projekterne oplever flere, at de også får henvendelser fra forældre, der gerne vil hjælpe deres barn til at starte i et stopforløb.

Viborg, Skive og Silkeborg Kommune har som en aktiv del af deres rekrutteringsstrategi fokus på at bruge netværket omkring børn og unge, herunder forældrene og fagpersoner, som rekrutteringskanal. Formålet er, at flere forældre og fagpersoner tør tage dialogen med deres børn om nikotin og på den måde være brobyggere mellem de unge og projektets stopforløb. I det følgende beskriver vi, hvordan projektet i Viborg, Skive og Silkeborg Kommune har arbejdet med denne strategi.



8.1.12 Case: Forældre og fagpersoner som rekrutteringskanal

Viborg, Skive og Silkeborg Kommune har haft et særligt fokus på at inddrage forældre og voksne omkring de unge som en central rekrutteringskanal. Erfaringerne viser, at grundskoleelever sjældent opsøger tilbuddene selv, og derfor er det vigtigt at engagere forældre og fagpersoner omkring dem. Projektgruppen har udviklet materialer og indsatser målrettet forældre, lærere og andre voksne med tæt kontakt til børn og unge for at styrke deres viden og gøre dem til aktive rekrutteringskanaler.

"Elever i grundskolen skal rekrutteres gennem de voksne omkring dem - forældre og lærere, for de kommer ikke af sig selv. Derfor er det nødvendigt at få skole og forældre indover, hvis det skal lykkes. Det er en central del af vores rekrutteringsstrategi."

Projektleder, Viborg Kommune

Projektlederen fortæller, at de både arbejder med at gøre særligt forældre men også fagpersoner omkring børn og unge opmærksomme på, at der eksisterer et reelt problem med børn og unges nikotinformbrug men lige så vigtigt, at kommunen tilbyder hjælp og støtte til disse problemstillinger. I Viborg Kommune vurderes det som særligt vigtigt, da mange forældre ikke kender til de eksisterende tilbud.

"I løbet af projektet er vi blevet bevidste om, at mange forældre slet ikke ved, at man kan få kommunal hjælp til at stoppe med nikotin."

Projektleder, Viborg Kommune

Projektgruppen har i samarbejde med et eksternt firma udviklet en række informationsmaterialer målrettet forældre. Det omfatter bl.a. en hjemmeside med vejledning, som også lærere og fagpersoner kan bruge til at orientere sig om kommunens tilbud og støtte til børn med nikotinformbrug. Derudover er der udarbejdet materiale til forældremøder i grundskolen, herunder foldere med viden om nikotinprodukter, typiske tegn på forbrug og konkrete råd til, hvordan forældre bedst kan støtte deres børn i et stopforløb. For at gøre budskabet mere levende har kommunerne fået produceret en animationsfilm, der forklarer afhængighed og nikotinens konsekvenser på en enkel måde og viser, hvordan forældre kan hjælpe deres børn. Filmen kan bruges både på forældremøder og i undervisningen og har til formål at støtte det pædagogiske arbejde og styrke rekrutteringen til stopforløb.

"Materialerne skal gerne gøre de voksne omkring de unge bevidste om, at de også har en rolle i ft. at hjælpe de unge med at finde hen til de rigtige tilbud."

Projektleder, Viborg Kommune

Der er stort fokus på at klæde forældre på med viden og værktøjer, så de kan hjælpe deres børn mod de rette tilbud. Samtidig prioriterer puljeprojektet at aktivere fagpersoner omkring de unge. Derfor samarbejder de tæt med grundskolelærere, sundhedsplejen og tandplejen, som er nogle af de instanser, der ofte har den første kontakt til både unge og forældre. Disse fagpersoner informerer om tilbuddene og kan henvise direkte til stopforløb. Forældre og fagpersoner opfordres således ikke kun til at informere, men også til aktivt at henvise og støtte de unge undervejs. Flere forældre har selv kontaktet kommunen for hjælp, hvilket understreger vigtigheden af at tilbuddene er synlige og tilgængelige for de voksne omkring de unge. Denne case er således et eksempel på, hvordan kommunerne kan arbejde med at aktivere netværket af voksne som en effektiv rekrutteringskanal.

Sammenfattende har de tre projektkommuner erfaret, at inddragelse af forældre og voksne omkring børn og unge kan være en vigtig komponent for at lykkes med rekruttering til stopforløb – især blandt grundskoleelever.

8.2 Rekrutteringsudfordringer og virkningsfulde tilgange

I dette afsnit vil vi gennemgå nogle af de centrale udfordringer, som projekterne er stødt på i forbindelse med rekruttering. Derudover vil vi fremhæve vigtige læringspunkter og virksomme tilgange til rekruttering.

For flere af projekterne har det vist sig sværere at rekruttere, end de umiddelbart havde forestillet sig, selvom de fleste puljeprojekter har rekrutteringsstrategier, der trækker på flere forskellige typer af rekrutteringsaktiviteter- og kanaler.

8.2.1 Store variationer i antal rekrutterede deltagere

Nedenstående tabel viser antal rekrutterede deltagere hos de enkelte puljeprojekter baseret på registreringer frem til 1. oktober 2025. Dog er det værd at bemærke, at antallet kun dækker over de deltagere, der har udfyldt spørgeskemaer fra STOPbasen. Således kan nogle kommuner have rekrutteret flere deltagere, som ikke fremgår af data.

Tabel 3: Oversigt over antal rekrutterede deltagere, der har udfyldt de første spørgeskemaer fra STOPbasen for hvert puljeprojekt

Puljeprojekt	Antal rekrutterede deltagere, der har udfyldt de første spørgeskemaer fra STOPbasen
Assens Kommune	23
Bornholms Regionskommune	Ingen registreringer i STOPbasen
Frederiksberg og Københavns Kommuner	28
Frederikssund Kommune	Ingen registreringer i STOPbasen
Gentofte, Ballerup, Rudersdal og Gladsaxe Kommuner	<5
Guldborgsund, Næstved, Faxe, Holbæk og Vordingborg Kommuner	95
Hedensted Kommune	39
Helsingør Kommune	Ingen registreringer i STOPbasen
Horsens Kommune	91
Kolding Kommune	8
Nyborg Kommune	32
Rebild Kommune	56
Roskilde Kommune	43
Skanderborg og Odder Kommuner	20
Struer og Lemvig Kommuner	7
Vestegnen og Sydamer* [*]	14
Viborg, Skive og Silkeborg Kommuner	50
Total for udviklingspuljen	508

^{*}Dækker over følgende kommuner: Vallensbæk, Albertslund, Brøndby, Dragør, Glostrup, Hvidovre, Høje-Taastrup, Ishøj, Rødovre, Tårnby

Note: Grundet de frivillige besvarelser af spørgeskemaerne afspejler antal registrerede respondenter i hvert puljeprojekt ikke nødvendigvis antal rekrutterede deltagere i stopforløb. For Bornholms Regionskommune, Frederikssund Kommune samt Helsingør Kommune er der ingen registreringer i STOPbasen, som både skyldes få rekrutterede deltagere og/eller udfordringer med at få deltagere til at indgå i STOPbasens dataindsamling.

Tabellen viser, at der er stor forskel på, hvor mange deltagere projekterne har rekrutteret på tidspunktet for midtvejsevalueringen. Overordnet er de fleste af

puljeprojekterne er kommet godt i gang med både rekrutteringsindsatser og gennemførelse af stopforløb for unge. Enkelte projekter har endnu ikke gennemført stopforløb og et enkelt projekt er stadig i udviklingsfasen ift. både rekruttering og stopforløb.

Der er forskellige faktorer, der kan spille ind på variationerne i antallet af rekrutterede på tværs af puljeprojekterne. Dels kan noget muligvis forklares i valg af rekrutteringsstrategi og rekrutteringsaktiviteter. Derudover er der ligeledes en række andre kontekstuelle faktorer, der kan spille ind på ovenstående billede, hvilket vi vil beskrive i det følgende afsnit.

8.2.2 Det tager tid at udvikle en stopindsats fra bunden

På tværs af puljeprojekterne varierer det betydeligt, om projekterne kan bygge videre på eksisterende kommunale indsatser, eller om de skal udvikle hele indsatsen, rekrutteringsstrategi og stopforløb fra bunden. Det har haft afgørende betydning for, hvor langt projekter er i forhold til deres indsatsimplementering ved midtvejsevalueringstidspunktet. Der er en del af puljeprojekterne, der tager afsæt i eksisterende eller tidligere indsatser ved at implementere faste koncepter eller lade sig inspirere af andres koncepter. Evalueringen peger på, at det har betydet, at disse projekter relativt tidligt i projektperioden er kommet i gang med implementeringsfasen. Det gælder bl.a. de kommuner der også er med i forskningsprojektet U-Niko. Grundet forskningsprojektet har de fulgt en fast rekrutteringsstrategi og et fast indsatskoncept, hvilket betyder, at de har brugt mindre tid på udviklingsfasen i projektet, og hurtigere har kunne gå til implementeringsfasen. Generelt tyder det på, at de således er kommet hurtigere i gang med rekruttering og afholdelse af stopforløb.

Dette understøttes af data fra STOPbasen, der viser at projekter i kommuner med eksisterende stopindsatser har rekrutteret flere unge til deres stopforløb.

Figur 2: Antal respondenter i STOPbasen fordelt på kommuners interventi-

Note: Der er lige mange projektkommuner, der har haft en eksisterende intervention i kommunen (n=7) som der er kommuner, der ikke har haft en eksisterende indsats (n=7). Antallet af projekter summer til 14, da der ikke er registreringer i STOPbasen fra Bornholms Regionskommune, Frederikssund Kommune og Helsingør Kommune.

Således peger evalueringen på, at der er stor forskel på, hvor meget tid projekterne har brugt på udvikling af rekrutteringsstrategi og stopforløb, og dermed hvor langt de er i implementeringsfasen. Særligt har udviklingsfasens længde været betinget af, hvorvidt projekterne havde eksisterende koncepter, de kunne implementere eller arbejde videre på.

8.2.3 Nogle projekter bruger mange ressourcer på få rekrutterede

De fleste projekter har erfaret, at relationsdannelse til de unge og tilstedeværelse i deres arenaer spiller en vigtig rolle ift. rekruttering. Dog har flere projekter også erfaret, at det ikke altid er nok til at få de unge rekrutteret til et stopforløb. Nogle projekter oplever imidlertid, at de har mange gode snakke med de unge, men at det kun lykkes at få rekrutteret ganske få til stopforløb. I Viborg Kommune har stoprådgiverne forsøgt at være til stede fast én dag om ugen på kommunens gymnasier. De fortæller, at de har haft mange gode snakke med de unge, men at det er ikke lykkedes at få rekrutteret særlig mange.

"6 ugers tilstedeværelse på gymnasiet én dag om ugen er åbenbart ikke nok. Det tager lang tid at gøre de unge trygge til at melde sig til et forløb."

Projektleder, Viborg Kommune

Samme udfordringer med rekruttering oplever de på tværs af Gentofte, Ballerup, Rudersdal og Gladsaxe Kommune på trods af en massiv tilstedeværelse på ungdomsuddannelserne.

"Vi har nok holdt 30-40 events på fx ungdomsuddannelser og gennemsnitligt haft kontakt med 80 unge pr. gang. De virker interesserede, når vi snakker med dem, men når det

kommer til stykket, kan de ikke overskue at tilmelde sig et forløb. De vil rigtig gerne stoppe, men måske er de ikke modne til det, som det kræver at stoppe, når det er så vanedannende, som nikotin er, eller også har de bare alt for mange ting at se til, så deres opmærksomhed er svær at fastholde.”

Projektleder, Gentofte Kommune

Selvom projekterne lægger en stor indsats i rekruttering, tyder det på, at det stadig er en udfordrende størrelse, og det kan være vanskeligt entydigt at vurdere, hvad rekrutteringsudfordringerne skyldes, samt hvilke tilgange, der er de mest farbare. Flere af projekterne fremhæver, at en central læring omkring rekruttering, handler om, at det tager tid og kræver tålmodighed og vedholdenhed.

Evalueringen viser således, at det kan være svært at rekruttere deltagere til stopforløb, og at der nogle gange bruges mange ressourcer på at rekruttere få deltagere. For nogle projekter kan det handle om, at de endnu ikke har fundet den helt gode tilgang til rekruttering. Formålet med puljeprojekterne er netop at afprøve tiltag og høste erfaringer således, at de gode tilgange kan udledes. Det er en læringsproces, hvor det naturligvis er vigtigt, at projekterne forholder sig kritisk til, om deres aktiviteter virker og tilpasser dem, hvis det ikke er tilfældet.

8.2.4 Anonymitet og tavshedspligt påvirker rekruttering positivt

På tværs af puljeprojekterne er der en række virkningsfulde elementer, som tyder på at have en positiv betydning ift. rekruttering af de unge til stopforløb. Som fremhævet tidligere har det en positiv betydning, hvis stoprådgiverne må komme rundt i klasserne på ungdomsuddannelserne og rekruttere, fremfor kun at gøre det i fællesarealerne. Nogle unge fremhæver, at det er en fordel, at de kan tilmelde sig anonymt, uden at hele klassen eller skolen ved det. For andre fylder dette mindre, da de ikke har problemer med at tilmelde sig foran klassen. Flere af projektgrupperne har i den forbindelse erfaret, at det ikke er helt ligegyldigt, hvordan de kører selve tilmeldingsproceduren, og at graden af anonymitet kan påvirke antallet af tilmeldte.

”Det bliver tydeligere for mig, at der er meget skam forbundet med det for de unge. Jeg har oplevet, at det var vigtigt, at hver ung får en kuglepind og papir til at udfylde, som de kan aflevere anonymt bagefter, fremfor at tilmelding foregår ved håndsoprækning. Sådan har jeg rekrutteret flest deltagere ude i klasserne.”

Projektmedarbejder, Guldborgsund, Næstved, Vordingborg, Faxe og Holbæk Kommune

Således peger denne evaluering på, at et vigtigt element i rekrutteringsstrategien handler om, hvordan selve tilmeldingen foregår, og at det kan være en fordel, at det også er muligt at tilmelde sig helt anonymt. I forbindelse med anonymitet, påpeger størstedelen af de unge, som vi har talt med, at en afgørende faktor for at de tilmeldte sig, har været, at deres forældre ikke behøvede at få noget at vide.

”Jeg valgte at tilmelde mig stopforløbet, fordi det foregår på skolen, og mine forældre ikke får noget at vide om det. Det betyder meget.”

Efterskolelev, Frederikssund Kommune

Flere unge fremhæver tavshedspligten som afgørende for, at de meldte sig til stopforløbet. Deres ønske om hemmeligholdelse skyldes overvejende, at de ikke vil

skuffe eller såre deres forældre, eller at de frygter konsekvenserne hjemmefra, hvis deres forældre får noget at vide om deres forbrug.

Evalueringen peger således på, at en central faktor for, at de unger tilmelder sig et stopforløb er, at forældrene ikke bliver informeret om deres deltagelse i stopforløb og dermed om deres nikotinformbrug. Denne oplevelse går igen hos størstedelen af de unge også på tværs af aldersgrupper.

8.2.5 Svært at rekruttere fra nye årgange på uddannelsesinstitutioner

Flere af projekterne har gjort sig forskellige erfaringer med tidspunkt for rekruttering. I nogle af projekterne har de erfaret, at det er væsentligt sværere at rekruttere deltagere blandt 1.g'ere og 1. HF'ere, der lige er startet på en ny uddannelsesinstitution.

Det bliver sårbart for de unge at melde sig til et forløb, da de ikke kender hinanden. Derfor har de i nogle projekter valgt at fokusere deres rekrutteringsstrategi på anden- og tredjeårseleverne på ungdomsuddannelserne. Samme oplevelse har de haft i Guldborgsund Kommune ift. at rekruttere på kommunens 10. klasses center. Her har det været markant sværere at få de unge til at tilmelde sig. Det kan både skyldes deres alder og det faktum, at de er førsteårselever på en ny uddannelsesinstitution i en ny klasse, hvor det endnu ikke føles trygt at melde sig til et stopforløb.

"For de unge i 10.klasse, der lige er startet på en ny skole, der skal vi ikke komme og rekruttere i start september, det går ikke. De er for nye og lige startet på en ny skole. Som ny melder man sig ikke til noget så tidligt på skoleåret."

Projektmedarbejder, Guldborgsund, Næstved, Vordingborg, Faxe og Holbæk Kommune

Således peger evalueringen på, at tidspunktet for rekruttering er væsentligt at være opmærksom på i udformningen af en rekrutteringsstrategi. Er ønsket at gennemføre rekrutteringsaktiviteter i starten af et nyt skoleår, kan det være relevant kun at gøre det blandt 2. og 3. årselever på ungdomsuddannelserne. For førsteårselever, der lige er startet på en ny skole, kan det være fordelagtigt at vente med rekrutteringsaktiviteterne til senere på skoleåret. Således indikerer erfaringerne fra puljep projekterne, at tidspunktet i et skoleår kan have en betydning for rekrutteringen.

9 Rammerne for stopforløb

I dette kapitel beskriver vi rammerne for stopforløbene ved at analysere forløbenes format, lokation og tidspunkt for afholdelse på tværs af puljeprojekterne.

9.1 Afsnittets konklusioner

Det styrker rekruttering og fastholdelse, når puljeprojekterne tilbyder både individuelle forløb og gruppeforløb, da de unge har forskellige præferencer.

Stopforløb, der afholdes på uddannelsesinstitutioner i skoletiden og med lovligt fravær styrker rekruttering og fastholdelse af de unge

Gruppeforløb og individuelle forløb: Det er fordelagtigt at tilbyde både individuelle og gruppeforløb for at imødekomme de unges forskellige behov og præferencer. Individuelle forløb er særligt relevante for sårbare unge, der har brug for tryghed og mulighed for at adressere flere problematikker samt ældre og yngre deltagere. Gruppeforløb giver social støtte, spejling og positivt gruppepres, hvilket kan styrke fastholdelse og motivation. For at øge rekruttering og fastholdelse bør projekterne fortsat tilbyde begge forløbstyper.

Rammerne for stopforløb. Tidspunkt og lokation for afholdelse af stopforløbene har stor betydning for de unges deltagelse. De unge foretrækker, at forløbene gennemføres på deres uddannelsesinstitutioner i undervisningstiden med lovligt fravær. Det øger tilgængeligheden og styrker både rekruttering og fastholdelse, da de unge nemt kan deltage uden ekstra transport eller fraværsproblemer. De fleste stopforløb har en varighed på 5-6 sessioner fordelt over 5-8 uger med en fast stopdato indlejret. Forløbet skal ikke være for langvarigt, hvis de unge skal fastholdes.

Stoprådgivers kompetencer og tilgang. Det er vigtigt, at stoprådgiverne har viden om nikotin og stoptilbud samt har arbejdet med unge. Men hvor erfaring med unge ikke kan tillæres på kort tid, kan viden om nikotin og stoptilbud opnås gennem kompetenceudvikling. Erfaring med unge gør, at stoprådgiverne kan gøre indsatsen relaterbar og nemmere skabe relation til de unge. Særligt relationsopbygning viser sig centralt for at skabe den tryghed som bidrager til fastholdelse af de unge i forløb. Langt størstedelen af forløbsdeltagerne oplever stor tilfredshed med deres stoprådgiver.

9.2 Der er behov for at tilbyde både individuelle og gruppeforløb

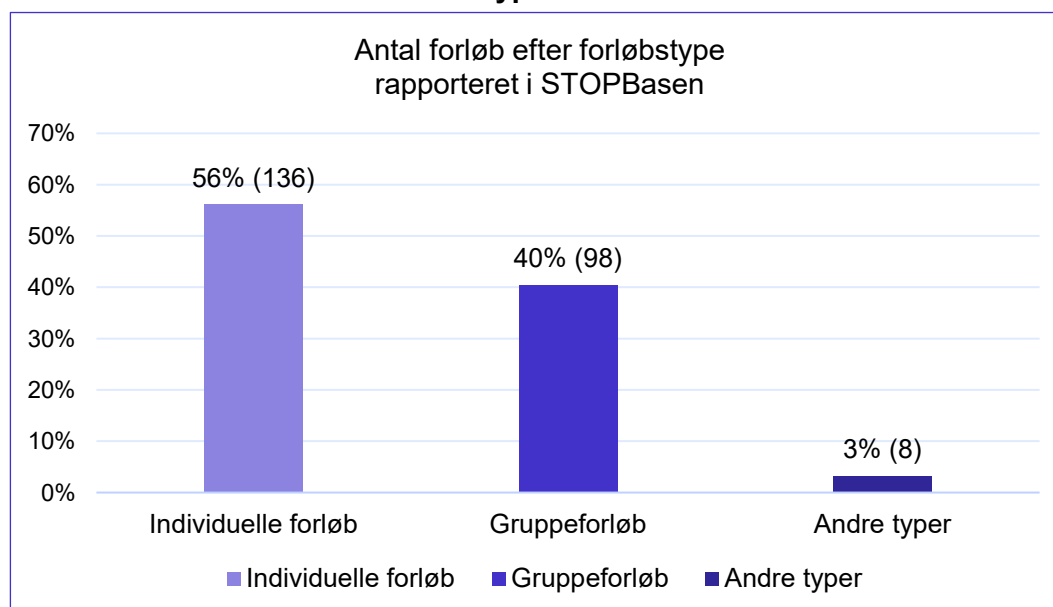
I det næste afsnit ser vi nærmere på puljeprojekternes erfaringer med, hvilke typer stopforløb der fungerer bedst for unge, samt hvordan forskelle i målgruppen påvirker præferencer for forløbstype.

Evalueringen viser, at puljeprojekterne tilbyder to typer af stopforløb til de unge: individuelle forløb og gruppeforløb. I individuelle forløb tilbydes den unge individuelle samtaler med stoprådgiveren, mens gruppeforløb foregår i en gruppe, hvor de unge deltager i fælles samtaler med andre unge og en stoprådgiver.

Jf. litteraturkortlægningen præsenteret i kapitel 4, viser studier, at både gruppebase-rede og individuelle rådgivningsforløb kan have en effekt på nikotinstop (Fanshawe et al., 2017; Villanti et al., 2020). Langt de fleste af puljeprojekter tilbyder både individuelle forløb og gruppeforløb som del af deres stopforløb ud fra et fokus på at tilbyde de unge valgmuligheder og imødekomme deres præferencer. Nogle unge, synes det er nemmere at deltage i et gruppeforløb, fordi de fx kan gå sammen med en eller flere venner, og andre unge vil hellere deltage i individuelle samtaler.

Data fra STOPbasen viser, at flest unge har deltaget i individuelle forløb (jf. figur 3). De kvalitative data peger på, at puljeprojekterne foretrækker gruppeforløb, fordi individuelle forløb er mere ressourcekrævende, men de oplever også udfordringer med at rekruttere nok deltagere til at oprette et gruppeforløb, ligesom nogle unge specifikt ønsker individuelle forløb.

Figur 3: Antal forløb i STOPbasen efter type af indsats



Note: Figuren skal forstås som at 56% af forløbene rapporteret på tværs af puljeprojekterne har været individuelle forløb, mens 40% er gruppeforløb og 3% er "Andre typer" forløb.

Kilde: Data fra STOPbasen i perioden 01.04.2024-01.10.2025

Samtidig viser interviewene, at de unge, der har deltaget i hhv. gruppe- eller individuelle forløb, har været glade for indsatsens format. Dette kan indikere, at de unge ofte bliver tilfredse med det forløb, som de afprøver, mens den anden forløbstype vil virke ukendt og dermed mindre tiltrækkende.

Det ligeledes fremgår af kortlægningen, kan SMS-baserede interventioner eller digitale platforme, værktøjer eller apps også være effektfulde, særligt hvis de kobles med andre typer af stopinitiativer såsom gruppe- eller individuelle rådgivningsforløb eller interventioner med fokus på peer/mentor-support (Fanshawe et al., 2017; Villanti et al. 2020; Rasmussen & Pisinger, 2024; Karekta et al., 2020). Det tyder på, at interventioner med flere aktiviteter samtidig i højere grad kan sikre, at unge stopper med deres nikotinformbrug. Der er dog ingen af puljeprojekterne, der har sammensat stopforløb, der kombinerer flere typer af indsatser. Nogle puljeprojekter henviser til Kræftens Bekæmpelses app Kvit som et supplement, derudover laver flere stoprådgivere SMS-baseret opfølgning undervejs i forløbet.

Evalueringen viser således, at det er vigtigt, at puljeprojekterne både tilbyder individuelle og gruppeforløb, da de unge har forskellige præferencer og det dermed er muligt at rekruttere og fastholde flere unge, når begge typer af forløb tilbydes.

9.2.1 Sårbare unge har brug for individuelle forløb

Evalueringen viser, at flere faktorer har betydning for, hvorvidt de unge foretrækker at deltage i et individuelt forløb eller et gruppeforløb. Bl.a. kan sårbare grupper have særlig behov for at deltage i individuelle fremfor gruppeforløb.

Flere stoprådgivere giver udtryk for, at sårbare unge, eller unge med diagnoser eller andre udfordringer ved siden af nikotinformbruget kan have gavn af individuelle forløb. For denne målgruppe er der ofte andre udfordringer på spil, som der er behov for at adressere, og som kan være svære at åbne op for i et gruppeforløb.

"Dem, der hænger fast i nikotinformbruget og har svært ved at stoppe har ofte samtidige problematikker, fx en psykisk overbygning. Det gør det svært at vide, om de kan indgå i et gruppeforløb, så jeg giver dem individuelle forløb."

Projektleder, Kolding Kommune

Flere puljeprojekter vurderer også, at grundskoleelever er nemmere at rekruttere til individuelle forløb frem for gruppeforløb, bl.a. fordi grundskoleelever, der allerede i en tidlig alder har udviklet et relativt højt nikotinformbrug, som giver behov for hjælp til at stoppe, typisk også har andre problemer, som gør, at de ikke nødvendigvis har overskud til at indgå i et gruppeforløb.

"På grundskolerne virker det godt med individuelle forløb. Eleverne er for unge og har for mange problemer til, at det kan være gruppeforløb. De kan ikke holde rent fokus på nikotin."

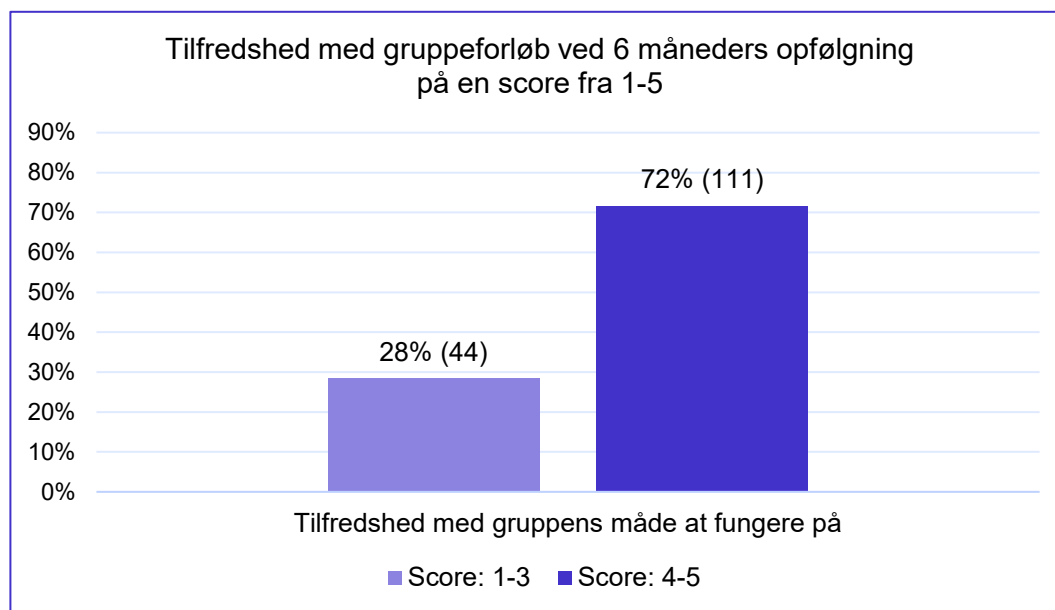
Projektleder, Frederikssund Kommune

Individuelle forløb kan skabe en tryghed, fordi man ikke skal forholde sig til andres reaktioner, og der er mere tid til den enkelte. Det kan særligt være vigtigt for unge, der står med forskellige udfordringer, hvorfor individuelle forløb egner sig bedst til mere sårbare grupper.

9.2.2 Gruppeforløb giver mulighed for gensidig støtte

Overordnet er de unge tilfredse med gruppeforløbene. STOPbasens data viser, at 72 % af respondenterne er tilfredse med gruppens måde at fungere på (score 4–5), hvor en højere score er udtryk for større tilfredshed.

Figur 4: Respondenter i STOPbasens tilfredshed med gruppeforløbene ved 6 måneders opfølgning



Note: 1–5-skala, hvor højere score angiver højere tilfredshed.

Kilde: Data fra STOPbasen i perioden 01.04.2024-01.10.2025

Gruppeforløb giver mindre tid til fordybelse hos den enkelte, men til gengæld er det muligt for de unge at spejle sig i hinanden, lade sig inspirere og blive forsikret om, at de ikke er de eneste, der oplever, at processen med at stoppe er svær. Jf. litteratur-kortlægning peger et dansk studie på, at de sociale elementer er vigtige for unge, hvorfor gruppeforløb kan være særligt virkningsfulde i forhold til et positivt gruppepres (Rasmussen & Pisinger, 2023).

Evalueringen peger på, at der kan være fordele ved, at en vennegruppe fx tilmelder sig et gruppeforløb sammen og kan holde hinanden op på processen. Det kan have stor betydning for, om de har succes med deres nikotinstop, fordi det sociale aspekt af nikotinforbruget har stor betydning.

”Vi er tre fra klassen, der bruger nikotin, og vi er nu alle med i projektet. Det medfører et sammenhold. Det giver lidt, at man står sammen og ved, at man ikke er alene om det. Hvis man fx er kommet tilbage i et miljø hvor alle gør det, så ville det ikke være muligt at stoppe.”

Gymnasieelev, Rebild Kommune

På stopforløb, hvor de unge ikke kender hinanden i forvejen, giver flere stadig udtryk for, at de har opbygget et fortroligt rum i gruppen, og at det har været en hjælp, at de kan bruge hinanden. Således tyder det på, at det har en gavnlig indvirkning på de unges fastholdelse og nikotinstop at indgå i en gruppe med andre unge

Der er dog også eksempler på, at unge har trådt ud af et gruppeforløb, fordi de så, hvem der ellers deltog. Det kan være sårbart, hvis man ikke kender de andre deltagere og af den grund ikke ønsker at åbne op og tale om sine udfordringer.

"Vi meldte os til gruppeforløbet, men da vi dukkede op, kunne vi se, at der også var andre unge fra andre uddannelser og så havde vi ikke lyst til at være med. Det er federe, at det er med nogle man kender, og at vi som venner kan gøre det sammen. Så er man ikke alene med det."

Ung, Skanderborg Kommune

Gruppesammensætningen kan ligeledes have betydning for, hvorvidt de unge foretrækker individuelle eller gruppeforløb. De unge foretrækker at gå i gruppeforløb med andre unge, som de kan spejle sig ift. alder, uddannelsesretning etc. Det kan derfor være en fordel ift. gruppedynamikken at afholde forløbene for enkelte uddannelsesretninger og ideelt set for forskellige årgange. Der kan være mindre tryk for 1. års elever at sidde sammen med 3. års elever, og flere af puljeprojekterne oplever, at 1. årselever typisk er mere stille i gruppeforløbene, hvis der sidder 3. årselever.

Evalueringen viser, at det ikke har betydning for de unges deltagelse eller udbytte af gruppeforløbene, hvorvidt de er opdelt på køn eller ej. Men vi finder eksempler på projekter, hvor de vurderer, at piger kan finde det sårbart at deltage i et gruppeforløb med drenge. Det kan bl.a. skyldes, at pigerne i mindre grad har lyst til at snakke om bekymringer for vægtøgning ved nikotinstop over for jævnaldrende drenge.

"Jeg kunne godt overveje at kønsopdele gruppen (...). Der sidder et par piger i forløbet, som synes, det er lidt pinligt at sige, at de er bange for at tage på, når de stopper med nikotinen. Men pigerne giver drengene noget godt. Og drengene giver også pigerne noget godt."

Projektmedarbejder, Kolding Kommune

Således kan der være emner, der er mere sårbare at dele med det modsatte køn, hvilket kræver en øget opmærksomhed fra stoprådgiverens side, men det er ikke nødvendigvis grund til, at kønsopdele forløbene. Det er således vigtigt, at stoprådgiveren skaber et fortroligt og trygt rum, hvis gruppeforløb skal fungere.

Evalueringen viser således, at gruppeforløbene kan hjælpe de unge, der har brug for at spejle sig i og støtte sig til andre unge i deres stopproces. Projekterne har formået at skabe gruppeforløb, som de unge er trygge i og hvor de oplever, at de kan åbne op, hvilket er centralt for at gruppeforløbene fungerer.

9.3 Stopforløb skal foregå i skoletiden med lovligt fravær

I det følgende afsnit beskriver, hvilke erfaringer puljeprojekterne har gjort sig i forhold til lokation og tidspunkt for stopforløbene.

Evalueringen viser relativt entydigt, at det har en positiv betydning for både rekruttering og fastholdelse, hvis stopforløbene kan foregå i skoletiden på skolen uden, at det giver fravær. Erfaringerne på tværs af puljeprojekterne er, at det øger forudsætningerne for at fastholde de unge og sikre, at de møder op til sessionerne.

"Det har stor betydning, at det kan foregå på skolen i skoletiden uden, at vi får fravær. Hvis vi havde fået fravær, eller forløbet lå efter skole, så havde jeg ikke meldt mig, der er man for træt eller skal på arbejde."

Gymnasieelev, Kolding Kommune

Når de unge allerede er på skolen, er det nemmere for dem at gå ned til stopsessionen, ligesom de kan følges derhen og minde hinanden om at møde op, hvis de er med i gruppeforløb. Ligeledes har vi set flere eksempler på, at de unge i gruppeforløb på både efterskoler og ungdomsuddannelser er blevet bedt om at hente en kamerat, der ikke er dukket op. Langt de fleste puljeprojekter har haft mulighed for at afholde stopforløb på uddannelsesinstitutionerne, hvilket de anser som en stor fordel.

"I alt hvad vi gør, der handler det om at nedbryde barrierer. Vi skal glatte vejen mest muligt og rydde den store sten med, at du mangler at få mad, at du skal hive pengepungen op og at du skal dukke op et andet sted. Det eneste, vi skal have dem til at slås med, det er at stoppe med nikotin. Vi skal ikke give dem nogen undskyldning for ikke at dukke op."

Projektleder, Nyborg Kommune

Det er dog ikke alle uddannelsesinstitutioner, der har mulighed for at stille lokaler til rådighed eller har ønsket det. Fx har Gentofte, Ballerup, Rudersdal og Gladsaxe Kommune afholdt forløbene på rusmiddelcentre og forebyggelsescentre, hvor de selv har organisatorisk forankring. De har forsøgt at finde andre lokaler uden held, da de er opmærksomme på, at det ikke nødvendigvis appellerer til de unge at befinde sig i en kontekst, der er fjern fra deres egen virkelighed, og at det dermed kan afholde unge fra at deltage i stopforløbet. Til gengæld har projektet haft enkelte unge i stopforløb, som ikke har været tilknyttet en uddannelsesinstitution, hvor det kan være en fordel, at forløbet ikke afholdes på en ungdomsuddannelse, men i mere neutrale omgivelser. Det kan mindske oplevelsen af manglende tilknytning eller afstand til en uddannelseskontekst og dermed understøtte de unges deltagelse og fastholdelse i forløbet.

Lokationen for stopforløbet har således betydning for de unges deltagelse, og generelt peger evalueringen på, at det skal være så nemt og tilgængeligt for de unge som muligt. Der er klare fordele ved at afholde forløbene på uddannelsesinstitutioner, da det gør det lettere for de unge at prioritere at møde op. Hvis forløbene afholdes andre steder, kan de unge have sværere ved at identificere sig med stedet samt fravælge forløbet pga. transport, hvilket kan øge risikoen for frafald. Dog viser erfaringer, at unge, som vælger at deltage trods transportudfordringer, ofte er mere motiverede, da deltagelsen bliver et aktivt tilvalg.

Det har ligeledes en stor betydning, om de unge kan deltage i indsatsen uden at få fravær. De unge fortæller, at muligheden for lovligt fravær i høj grad har haft en positiv indvirkning på både deres indledende interesse for og fastholdelse i forløbet.

"Det har en stor indflydelse, at man ikke får fravær. Jeg havde ikke kunne deltage, hvis man fik fravær for det."

Gymnasieelev, Kolding Kommune

Det bliver således nemmere for de unge at prioritere forløbet, når de kan gøre det i skoletiden uden at få fravær. Flere af projektmedarbejderne fremhæver, at der selvfølgelig altid kan være nogle, som tilmelder sig fordi, at det kan være en "nem måde" at slippe for noget undervisning. Erfaringerne er dog også, at disse deltagere sjældent holder ved.

De fleste af puljeprojekterne har indgået et samarbejde med uddannelsesinstitutionerne om, at de unge i et stopforløb kan deltage i løbet af skoletiden og få godskrevet deres fravær som lovligt. Mange uddannelsesinstitutioner har en interesse i, at de unge stopper deres nikotinforbrug, fordi det kan påvirke elevernes koncentration og skolepræstationer negativt. For nogle projekter, har det ikke været muligt at få lov til at afholde forløb i skoletiden med lovligt fravær, da dette er en beslutning, der ligger hos de enkelte uddannelsesinstitutioner.

"Jeg mener faktisk, at det er med til at skabe ulighed i sundhed, hvis nogle kommuner må afholde stopforløb i skoletiden og andre ikke må. For det har betydning for de unges villighed til at tilmelde sig, og derfor påvirker det vores muligheder for at hjælpe de unge".

Projektleder, Struer og Lemvig Kommune

Således peger evalueringen på, at et greb til at få de unge til at deltage og fastholdes i stopforløb er, hvis det foregår på skolen, uden at de får fravær. Da evalueringen viser, at det varierer, om skoler og uddannelsesinstitutioner tillader rekruttering i klasserne og afholdelse af stopforløb i skoletiden med lovligt fravær, understreger det behovet for klar forventningsafstemning og tydelig kommunikation mellem projektgruppen og samarbejdspartnere. Det vil bidrage til, at de igangsatte stopforløb gennemføres med størst muligt udbytte for alle involverede aktører.

9.4 Kortere forløb fastholder de unge

I det følgende afsnit beskriver, hvilke erfaringer puljeprojekterne har gjort sig i forhold til omfanget af stopforløbene.

Antallet af sessioner per stopforløb og varigheden heraf varierer på tværs af puljeprojekterne. De fleste stopforløb under puljen har en fast længde på 6-8 uger, mens enkelte kommuner har haft unge i stopforløb i mere end et år. Sidstnævnte gælder kun individuelle forløb. Evalueringen viser, at de fleste puljeprojekter tilbyder 5-6 sessioner fordelt over 5-8 uger – både i gruppe- og individuelle forløb. Projekterne vurderer generelt, at denne længde er passende: Forløbet skal ikke være for langvarigt, hvis de unge skal fastholdes, og ca. fem sessioner giver plads til de ønskede emner.

Blandt de unge deltagere varierer holdningen til længden. Nogle unge vurderer, at det er godt, at stopforløbet ikke er for langvarig og oplever længden som passende, mens andre gerne vil have et langt forløb. For nogle unge, kan det virke voldsomt fx at sætte en stopdato efter 3-4 uger og herefter kun have få uger tilbage af forløbet.

"Det er lidt en kort periode med 6 uger iff. at stoppe med noget, man har brugt så længe."

Gymnasieelev, Kolding Kommune

Det er særligt de unge med et meget højt og langvarigt nikotinformbrug, som udtrykker et behov for længere forløb. For dem er det uoverskueligt at skulle opnå et stop efter kun få uger, og nogle af dem ser en fastsat ramme for forløbet som noget, der bliver trukket ned over dem.

Det kan være en stor omvæltning at reducere eller stoppe med nikotin. Derfor giver nogle unge udtryk for, at de har svært ved at forestille sig, at de kan lykkes med at stoppe inden for et par måneder. Hvis de unge har brug for det kan de ofte få lov til at indgå i et stopforløb igen, hvis de ønsker. Det har flere benyttet sig af, og de unge får dermed mulighed for at fokusere på elementer, som de ikke fokuserede på første gang. Muligheden for at deltage i et stopforløb igen giver unge med et større og mere komplekst forbrug mulighed for længerevarende støtte, hvis behovet opstår. Det er også stoprådgiveres oplevelse af, at det er en proces for de unge at reducere og stoppe med deres nikotinformbrug. Det lykkes måske ikke i første omgang, men sætter refleksioner i gang, som medvirker til at de senere kan stoppe.

Evalueringen viser således, at antallet af sessioner i et stopforløb kommer an på omfanget af de unges nikotinformbrug og hvilke muligheder de har for opfølgning efter endt forløb, hvis de endnu ikke er lykkedes med at blive nikotinfri.

9.5 Erfaring med at arbejde med unge er en vigtig kompetence

I det følgende afsnit belyser vi, hvilke kompetencer stoprådgiverne har behov for i arbejdet med stopindsatser målrettet unge.

Evalueringen viser, at det kræver særlige kompetencer at gennemføre stopforløb for unge. Særligt to kompetencer fremhæves som særligt vigtige: 1) Erfaring og viden med at afholde stopforløb inden for ryg og nikotin, samt 2) erfaring med at arbejde med unge mennesker. Hvor den faglige viden om nikotin- og rygestop er lettere at tilægge sig, fx gennem kurser, mener mange af stoprådgiverne, at det tager tid at opbygge erfaring med at arbejde med unge mennesker.

Forskellige kompetencer i projektgrupperne kan supplere hinanden, hvormed de kan dække begge kernekompetencer. I flere kommuner arbejder rådgivere med forskellige profiler sammen, nogle med erfaring i ryge- og nikotinstopforløb, andre med projektlederbaggrund og andre igen med mange års erfaring fra ungeområdet. Denne kombination styrker kvaliteten i indsatserne, hvor rådgivere med ungeerfaring bidrager med forståelse for målgruppen, mens rådgivere med stopfaglighed bidrager med metoder og viden om, hvad der traditionelt virker ift. nikotinstop.

Flere stoprådgivere peger på, at de unge er en særlig målgruppe at arbejde med, hvorfor det er væsentligt at projektgruppen har erfaring med at arbejde med denne målgruppe. De unges opmærksomhedsvindue er ofte begrænset, og flere stoprådgivere giver udtryk for, at man skal være klar med tilbud til de unge, når de unge er motiverede. Derudover er der behov for en langt større grad af fleksibilitet sammenlignet med voksne. Det gælder både ift. indhold og format i selve stopforløbet samt tidspunkt for afholdelse.

“Min kommunikationsstil er ikke altid det, de unge bider på til en start. Det korte opmærksomhedsvindue hos unge er svært. Jeg synes ældre/voksne kan være nemmere, fordi de har flere livserfaringer, som man kan trække på. (...). Det kræver nok bare mere erfaring med de

unge. Her er det er godt at have nogle omkring sig, som er dygtige med unge, og som man kan sparre med løbende.”

Projektmedarbejder, Horsens Kommune

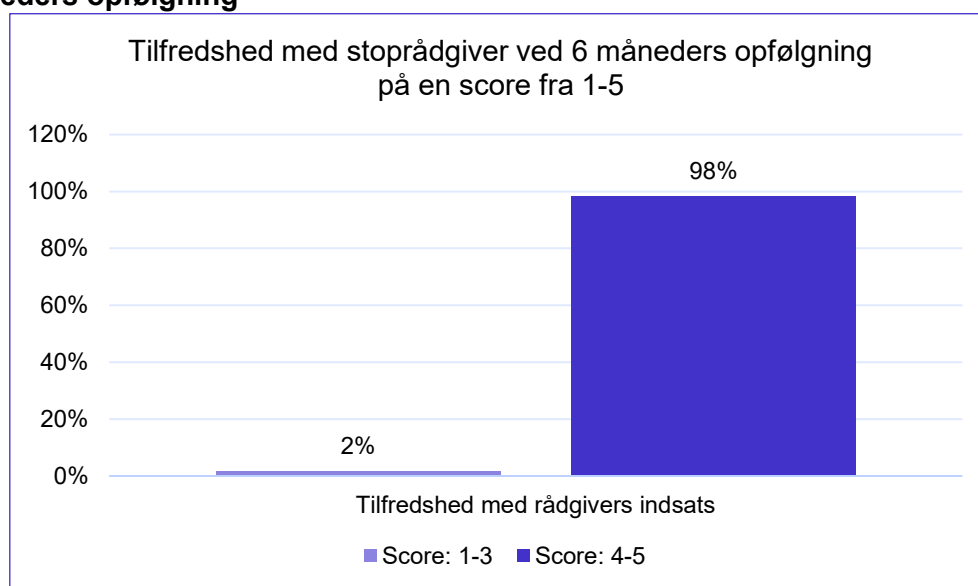
For det andet er tilgangen til de unge utrolig vigtig. Både stoprådgivere og de unge peger på, at de unge skal mødes med anerkendelse og forståelse frem for ”en løftet pegefinger”. På tværs af projekterne roser de unge i høj grad stoprådgivernes tilgang og deres evne til at skabe forståelse og opbakning for deres situation.

”Vores stoprådgivere vil lære os at kende. De er lyttende og forstående. (...). De bekymrer sig og vil gerne hjælpe en. De vil gerne en og vil gerne have, at man stopper. Så er det ikke useriøst, og det gør, at man tager det seriøst.”

Gymnasieelev, Kolding Kommune

Dette afspejler sig ligeledes i STOPbasens data, der viser, at 98 % af de unge vurderer en høj tilfredshed med stoprådgiverens indsats. Evalueringen peger således på, at stoprådgiverne på tværs af puljeprojekterne er lykkedes med at skabe positive relationer til de unge gennem en tilgang, der gør, at deltagerne på stopforløbene i høj grad er tilfredse med stoprådgiverne. Dette er yderst positivt, da en god relation til stoprådgiveren er kan væsentlig forudsætning for, at de unge fastholdes i stopforløbet.

Figur 5: Respondenter i STOPbasens tilfredshed med stoprådgiver ved 6 måneders opfølgning



Note: 1–5-skala, hvor højere score angiver højere tilfredshed.

Kilde: Data fra STOPbasen i perioden 01.04.2024-01.10.2025

Puljeprojekternes udbytte af kompetenceudvikling

Evalueringen viser, at det kræver særlige kompetencer at gennemføre stopforløb for unge, og da det for mange af de deltagende kommuner er nyt at arbejde med

stopforløb til denne målgruppe, har flere af puljeprojekterne kompetenceudviklet deres medarbejdere.

Flere har deltaget på kurser hos Kræftens Bekæmpelse, mens de puljeprojekter, der også deltager i forskningsprojektet U-Niko har fået opkvalificering derigennem. Formålet er at styrke projektmedarbejderne faglige viden om nikotinformbrug samt give dem bedre forudsætninger for at tale med unge om nikotin. For nogle har kompetenceudvikling på nikotinområdet været udbytterig, mens andre med erfaring i stoprådgivning oplever, at de ikke har lært meget nyt. De fleste stoprådgivere giver ligeledes udtryk for, at de føler sig klædt på til at varetage opgaven. Den form for kompetenceudvikling der efterspørges mest på tværs af projekterne, handler om relationsarbejdet med de unge.

"Jeg har arbejdet med nikotinrådgivning i 17 år. For mig er "Den motiverende samtale" grundstenen for at kunne arbejde med det her og være nysgerrig på folk. Hvis jeg mangler noget, er det ift. relationsarbejdet til de unge, det kunne nogen måske lave et kursus om."

Projektmedarbejder, Struer og Lemvig Kommune

Den mest efterspurgte kompetenceudvikling på tværs af projekterne handler således om relationsarbejdet og kommunikation med de unge.

Evalueringen viser således, at de mest centrale kompetencer i arbejdet med unge og nikotinstop er erfaring med målgruppen og evnen til at skabe en tryk relation, hvor den unge føler sig set og hørt. Den faglige viden om nikotin er fortsat vigtig, men vurderes som sekundær i forhold til de kompetencer, der gør stoprådgiverne i stand til at møde de unge, hvor de er.

10 Kerneelementer i stopforløbene

I dette kapitel beskriver vi, hvilke kerneelementer stopforløbene skal omfatte for at lykkes med at få de unge til at stoppe deres nikotinformbrug, herunder indhold i stopforløbet, målsætninger, forældreinddragelse og opfølgning under og efter forløb.

10.1 Afsnittets konklusioner

Projekterne har skabt stopforløb, som 90 % er tilfredse med. Stopforløbene bør fokusere på både reduktion og stop af nikotinformbrug. Stopraten er på 42 % efter endt forløb, mens flere unge har reduceret deres nikotinformbrug.

Fokus på motivation, viden om nikotin og afhængighed samt konkrete redskaber til at håndtere abstinenser og ændre vaner er virksomme elementer i stopforløb

Gennemførselsrate og stoprate: Blandt de 508 respondenter, som har deltaget i et stopforløb, har 49 % gennemført forløbet, og 42 % af respondenterne er nikotinfrie efter endt forløb.

Reduktion fremfor stop: Fokus på reduktion og stop af nikotinformbrug er vigtigt i stopforløbene. Mange unge har et højt nikotinformbrug og flere har et kombinationsforbrug af flere produkter. Et fokus på totalt stop kan virke uoverskueligt for de unge, derfor er det virksomt, hvis målet også kan være gradvis reduktion i forbrug. Tilbagefald bør italesættes som en del af processen for at bevare de unges motivation og styrke deres succesoplevelser.

Motivation for at starte og fastholde i stopforløb: De unge er motiveret af økonomi, tandkødsproblemer, koncentrationsbesvær, sundhed, pres fra forældre eller kærester. Ønsket om et liv uden afhængighed og følelsen af, at der er noget, der styrer dem, er også en motivationsfaktor. Et løbende fokus på de unges motivation gennem stopforløbet har en positiv betydning på fastholdelse.

Nikotinens påvirkning og afhængighed: Det er et væsentligt element i stopforløbene at give de unge viden om, hvordan afhængighed opstår, og hvordan det påvirker kroppen. Det giver de unge forståelse for, hvad nikotin gør ved kroppen, hvorfor man udvikler afhængighed og oplever abstinenser. Flere unge indser, at de er langt mere afhængige af nikotinprodukter, end de først havde antaget. Derudover kan viden om de kortsigtede sundhedsmæssige konsekvenser af nikotinformbruget øge deres motivation for at stoppe.

Metoder til håndtering af abstinenser og ændring af vaner: Et af de vigtigste elementer i stopforløbene handler om at give de unge redskaber til at håndtere abstinenser og ændring af vaner. At lære de unge, hvordan de kan håndtere forskellige situationer knyttet til deres nikotinformbrug, har en positiv betydning for forståelsen af eget forbrug samt deres udbytte af stopforløbet.

Medicin til nikotinafvænning. Medicin til nikotinafvænning kan øge sandsynligheden for, at de unge lykkes i deres stopforløb. 58% af de 211 unge, der er nikotinfri efter endt forløb, har benyttet sig af medicin til nikotinafvænning. Medicin til nikotinafvænning kan tage de værste abstinenser, hvilket kan have stor betydning for, at de unge har overskud til at arbejde med deres vaneændringer. Derudover kan det skabe en mental støtte og tryghed i de unges forløb, da de får et konkret hjælperedskab.

Forældreinddragelse i stopforløb. Det kan have en gavnlig effekt, at forældrene deltager eller er involveret i deres stopforløb, hvis den unge ønsker det. Forældre kan være en støtte for de unge under et stopforløb, derfor opfordres de unge til at fortælle forældrene om deres deltagelse. Et vigtigt opmærksomhedspunkt er dog, at de fleste unge ikke ønsker forældrenes involvering, og det kan blive en barriere for de unges deltagelse, hvis forældrene informeres.

Opfølgning. Tæt og løbende opfølgning både under og efter et forløb kan fastholde de unge i et stopforløb og et efterfølgende nikotinstop. Opfølgning og påmindelser under forløbet understøtter motivation og fastholdelse, fordi de unge oplever, at de kan få hjælp, når det bliver svært. Opfølgning efter endt forløb kan bidrage til at fastholde de unge i nikotinstop, men få af projekterne tilbyder denne type opfølgning.

10.2 Fokus på reduktion frem for stop af nikotinformbrug

I det følgende afsnit belyser vi, hvilke erfaringer puljeprojekterne har gjort sig ift. at arbejde med de unges målsætninger for nikotinstop på forløbene.

En central erfaring på tværs af puljeprojekterne har været, at rekrutteringsindsatsen og stopforløbene i højere grad skal have fokus på reduktion af forbrug fremfor stop af forbrug, når de arbejder med unge og nikotin.

Mange af de unge har svært ved at tro på, at de kan stoppe helt, og tanken om, at de aldrig skal bruge nikotin igen, kan være overvældende for dem. Derfor kan det give mening at fokusere på reduktion frem for et endeligt stop i første omgang som en projektleder påpeger:

"Et er at stoppe, noget andet er reduktion og at skære produkter fra. Succeskriteriet er ikke, at alle stopper. Reduktion er et stort skridt."

Projektleder, Frederikssund Kommune

Det betyder også, at det kan være svært for de unge at sætte en stopdato for tidligt i forløbet. Mange af projekterne arbejder derfor med gradvis reduktion således, at de unge oplever succes i processen og tilegner sig værktøjer til at håndtere det. I tillæg hertil pointerer flere stoprådgivere, at mange af de unge har et utrolig højt

nikotinforbrug, der gør dem meget afhængige. Derfor er en reduktion i forbruget et vigtigt skridt i den rigtige retning.

I indsatser for voksne fastsættes altid en stopdato. Det har mange af puljeprojekterne overført til ungeindsatsen, men nogle af puljeprojekterne har erfaret, at det ikke virker, fordi de unge oplever det som en fiasko, hvis de får tilbagefald og skal stå til regnskab overfor stoprådgiver og resten af gruppen. Derfor arbejder nogle af projekterne nu med individuelle stopdatoer, ligesom der blot kan være tale om reduktion og ikke endelig stop. Det afhænger af, hvor den unge er i sin proces. For de unge, som under stopforløbet ikke stopper deres nikotinforbrug, håber projektmedarbejderne, at de har sået nogle frø, og at de unge formår at øge deres nikotinreduktion til et stop på et tidspunkt.

"Gennem stopforløbet har jeg lært, at det er okay ikke at lykkes med ting i første forsøg. Det er okay, at det er svært, og at det tager tid at stoppe med. (...). Jeg har taget det fast hver dag, når jeg har forsøgt at stoppe, får jeg ondt i hovedet og kvalme".

HF-elev, Struer Kommune

Projekterne arbejder således meget med accepten af, at det er svært at stoppe et nikotinforbrug, og dermed at det er normalt, at man falder i. I Hedensted Kommune har de en tilgang, hvor de unge skal prøve at stoppe helt i én dag, men dagen efter må de gerne bruge nikotin igen. På den måde mærker de unge, hvordan det føles at være uden nikotinen. Tanken er, at de unge i højere grad tør forsøge at være uden nikotinen, fordi de ikke skal forholde sig til, at de skal stoppe helt, og at de erfarer, at de godt kan håndtere det i en periode.

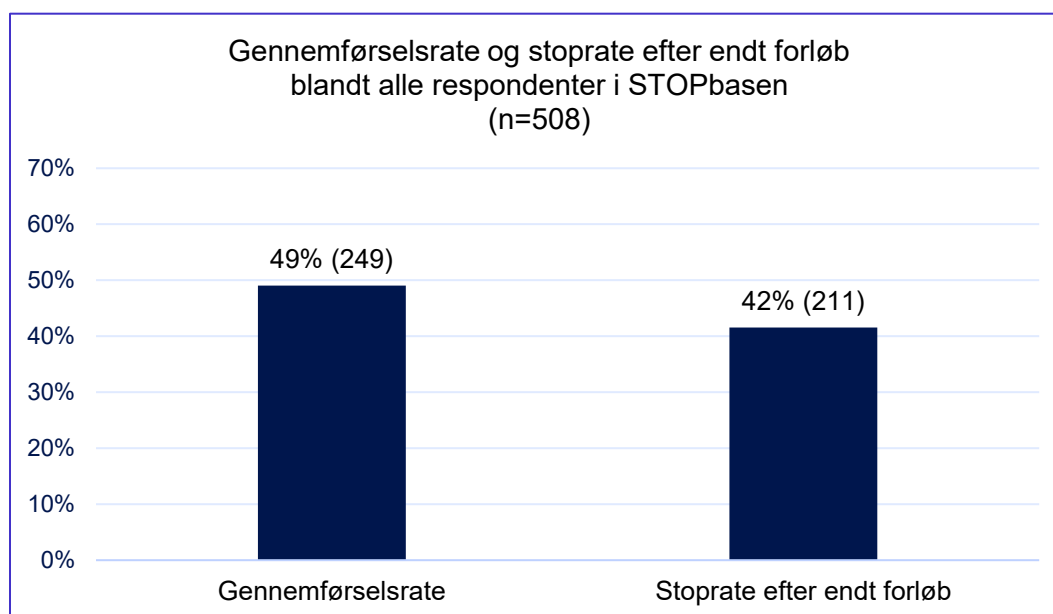
Det handler om at give dem nogle succesoplevelser og en tro på, at de godt kan, de skal bare tage det én dag ad gangen. Samtidig er håbet, at de unge i mindre grad føler fiasko og tør forsøge igen, hvis de falder i efter et nikotinstop, hvilket går igen i flere projektkommuner.

"Ja, der er folk, der dykker ned igen – fik trappet ned, men som ikke blev nikotinfri og kommer og besøger holdet igen. Der tager man en snak om, at der skal mange gange til, og man lærer noget fra hver gang. At det er aldrig spildt arbejde. Det er et udtryk for, hvor meget det fylder for dem."

Projektleder, Rebild Kommune

Således peger evalueringen på, at nogle unge lykkes med at stoppe helt med nikotin på baggrund af stopforløbet, men der er også en stor andel for hvem, det er starten på en proces, der tager tid, og som kan kræve nogle tilbagefald inden, at det måske kan blive til et endeligt stop. Dette understøttes af data fra STOPbasen, der viser, at ud af de 508 respondenter, der har deltaget i et stopforløb, har 49 % af respondenterne gennemført forløbet, og 42 % af respondenterne er nikotinfrie efter endt forløb, jf. Figur 6.

Figur 6: Gennemførselsrate og stoprate efter endt forløb blandt respondenter i STOP-basen



Note: På nuværende tidspunkt i dataindsamlingen kan vi ikke se forskelle på respondenternes gennemførselsrate fordelt på land og bykommuner eller på respondenternes baggrundskarakteristika.

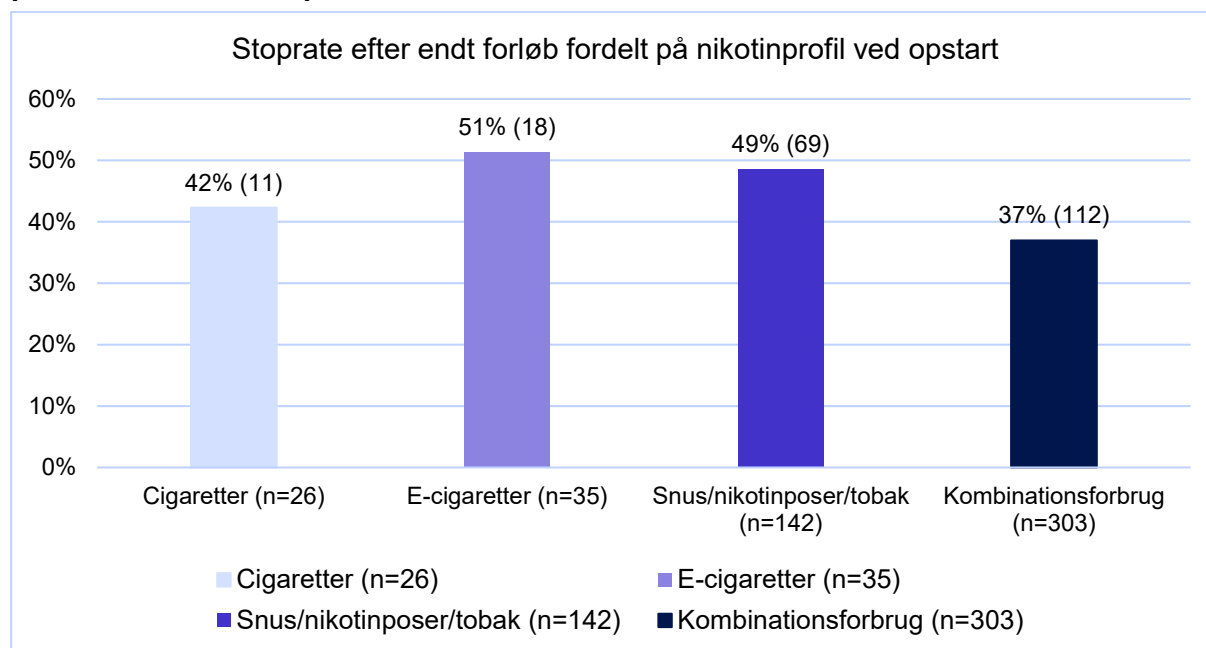
Kilde: Data fra STOPbasen i perioden 01.04.2024-01.10.2025

Knap halvdelen af de tilmeldte deltagere til stopforløbene har gennemført hele stopforløbet. Gennemførselsraten har betydning for fortolkningen af stopraten, idet frafald undervejs kan påvirke, hvor stor en andel der registreres som nikotinfrie ved endt forløb. Det er dog væsentligt at være opmærksom på, at manglende gennemførsel ikke nødvendigvis er ensbetydende med manglende effekt af indsatserne, da nogle unge kan have reduceret eller ophørt med deres nikotinformbrug, selvom de ikke har gennemført et forløb. Gennemførselsraten skal derfor primært ses som et udtryk for deltagelse og fastholdelse i stopforløbene frem for et direkte mål på effekten af indsatserne.

STOPbasen måler, hvor mange deltagere der stopper med at bruge nikotinprodukter, men måler ikke på reduktion i forbrug. Som beskrevet ovenfor, peger denne evaluering på, at udbyttet af stopforløbene både kan være egentligt stop og reduktion i forbrug. Derfor må det forventes, at andelen af deltagere, der har haft et udbytte af stopforløbene, er højere end de 42 %, der er registreret som nikotinfrie ved forløbets afslutning. Samtidig er det selvfølgelig relevant for puljeprojekterne at være opmærksomme på, hvad de kan gøre for at hæve både gennemførselsrate og stoprate for deltagere.

Figur 7 viser, at stopraten er lavere blandt respondenter med et kombinationsforbrug end blandt respondenter, der udelukkende bruger ét nikotinprodukt, hvilket indikerer, at unge med kombinationsforbrug kan have sværere ved at opnå et fuldt nikotinstop.

Figur 7: Stoprate efter endt forløb blandt respondenter i STOPbasen fordelt på nikotinprofil ved forløbets opstart

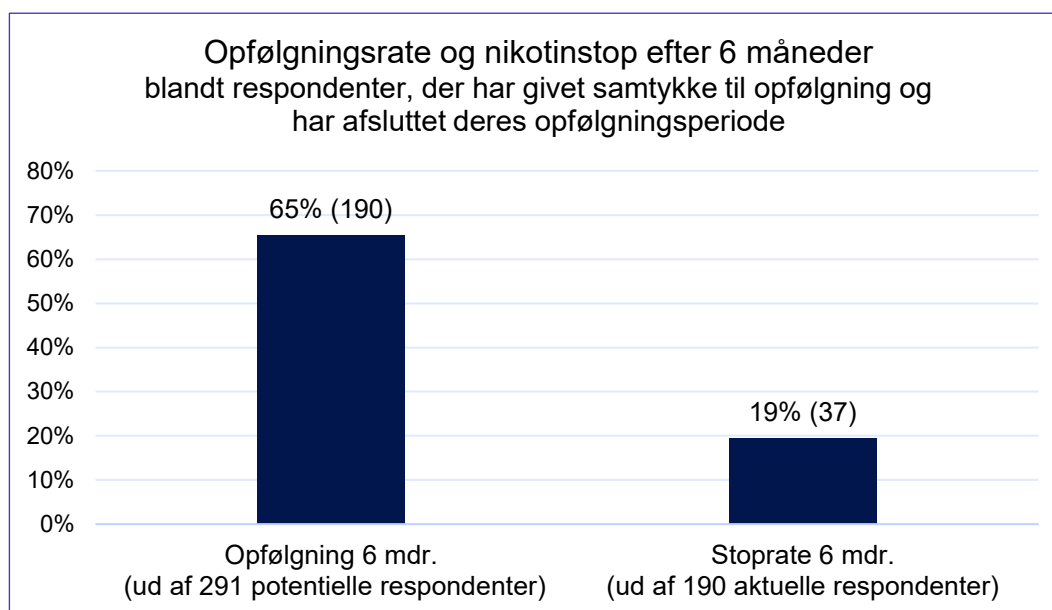


Kilde: Data fra STOPbasen i perioden 01.04.2024-01.10.2025

I flere projekter arbejder de med at give de unge et overblik over deres forbrug ved at benytte legoklodser. Forskellige farver symboliserer forskellige produkter. På den måde får de unge et overblik over, hvordan deres forbrug er sammensat af flere produkter, og de kan ligeledes visualisere, hvordan forbruget ændrer sig i løbet af indsatsen. Således er der flere kommuner, der på denne måde arbejder med og sætter fokus på de unges kombinationsforbrug.

STOPbasen måler også stopraten ved opfølgning seks måneder efter endt forløb. Blandt de 190 respondenter, der har besvaret opfølgningsspørgeskemaet efter seks måneder, angiver 37 unge, at de fortsat er nikotinfrie, hvilket svarer til en stoprate på 19 %. Vi fortolker dog dette med forsigtighed, fordi der er mulighed for selektion i, hvem af de unge der vælger at svare på spørgeskemaet efter 6 måneder og hvem, der undlader at svare.

Figur 8: Opfølgningsrate og nikotinstop efter 6 måneder blandt respondenter i STOP-basen



Note: Ved 6 måneders opfølgning har 190 respondenter besvaret spørgeskemaet fra STOPbasen. Det svarer til 45 % af de 419 personer, der oprindeligt gav samtykke til opfølgning efter 6 måneder. Af disse 419 har 291 afsluttet deres opfølgningsperiode på 6 måneder og dermed haft mulighed for at svare på spørgeskemaet. Set ift. denne gruppe udgør de 190 besvarelser en opfølgningsrate på 65 %.

Kilde: Data fra STOPbasen i perioden 01.04.2024-01.10.2025

Vi vurderer, at stopraten på 19 % efter seks måneder er relativt lav. Resultaterne skal dog ses i lyset af, at evalueringen gennemføres midtvejs i projektperioden, og at flere af de unge, der indgår i opfølgningen, har deltaget i nogle af de første gennemførte stopforløb. Stopraten efter seks måneder kan derfor betragtes som et foreløbigt udtryk for effekten af indsatserne og kan indikere, at der fortsat er behov for at udvikle og tilpasse stopforløbene til de unges behov for at styrke effekten på længere sigt.

Samtidig må det understreges, at STOPbasen alene måler fuldt ophør med nikotinbrug og ikke reduktion i forbrug. Stopraten på 19 % afspejler således ikke, hvor mange unge der fortsat har vedligeholdt en reduktion i deres nikotinformbrug seks måneder efter endt forløb. Det er derfor sandsynligt, at stopraten underestimerer den samlede effekt af stopforløbene, idet flere unge kan have opnået et væsentligt udbytte i form af reduceret forbrug, øget bevidsthed og konkrete redskaber til at håndtere deres nikotinbrug uden nødvendigvis at være fuldt nikotinfrie.

Evalueringen peger således på, at stopforløbene ikke udelukkende bør have fokus på totalt ophør, men også på at understøtte reduktion i nikotinformbrug, særligt for unge med højt eller kombineret forbrug. Desuden viser erfaringerne, at fleksible tilgange, herunder individuelle stopdatoer og en åben italesættelse af tilbagefald, kan bidrage til at fastholde motivationen og tage højde for, at de unge befinder sig forskellige steder i deres stopproces. Samlet set peger både gennemførsels- og stoprater på, at der fortsat er behov for videreudvikling af stopforløbene samt opfølgning efter endt forløb, hvilket uddybes nærmere i afsnittet om opfølgning.

10.3 Stopforløbenes indhold

I det følgende afsnit beskriver vi, hvilke erfaringer puljeprojekterne har gjort sig i forhold til stopforløbenes indhold.

På tværs af puljeprojekterne er der som tidligere beskrevet stor forskel på, i hvor høj stopforløbene tager udgangspunkt i faste koncepter. De puljeprojekter, der også indgår i U-Nikos forskningsprojekt, følger et fast koncept, som de har forpligtet sig til. De øvrige puljeprojekter har undervejs afprøvet forskellige tilgange og tilpasset indsatsen på baggrund af de erfaringer, de har gjort sig i projektperioden.

Nogle overordnede temaer går igen i samtlige indsatser, men ens for projekterne er også, at de tilpasser indholdet på de forskellige sessioner afhængigt af behovene i gruppen eller hos den enkelte. Således har de et program for temaer, de gerne vil igennem, men det vigtigste er at tale om det, der fylder hos de unge. Mange projekter indleder sessionen med at spørge ind til, hvad der har fyldt hos de unge siden sidst. Det øger motivationen, fordi de unge føler sig set og hørt og giver samtidig mulighed for at adressere konkrete udfordringer eller bekymringer.

"Vi har en manual, hvor vi forsøger at komme igennem nogle bestemte temaer fx vaner, viden om nikotin m.m. Men vores vigtigste princip er, at det er de unge, der styrer samtalen. Vi taler om det, der fylder hos den unge, og så er det mindre vigtigt, om vi kommer igennem manualen."

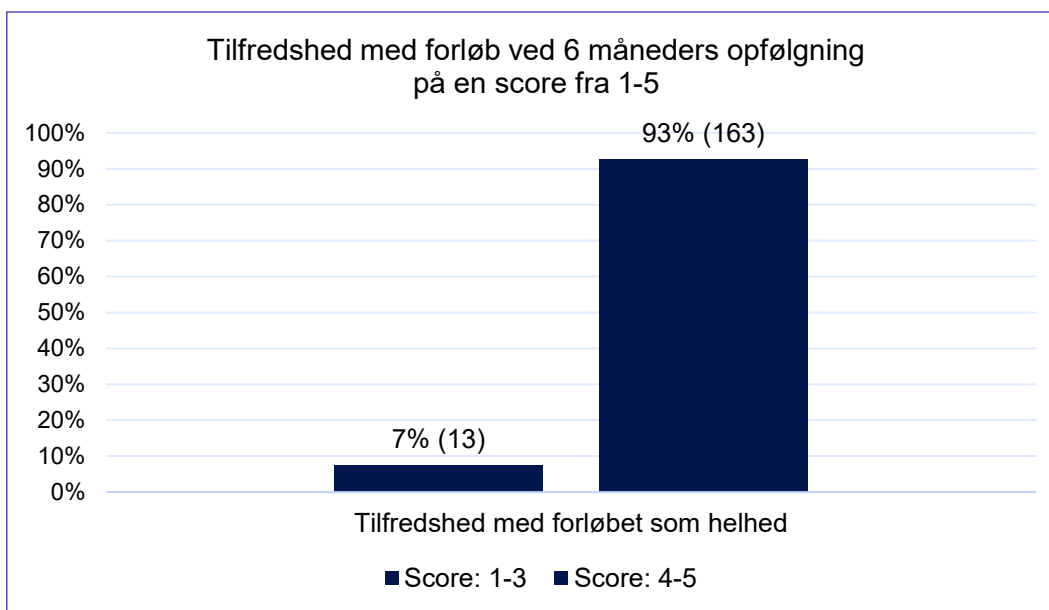
Projektmedarbejder København og Frederiksberg Kommune

Overordnet fokuserer indsatserne på at give de unge viden om afhængighed og nikotinens påvirkning af kroppen samt redskaber til at ændre vaner og håndtere nikotintrang. Evalueringen viser, at de unge overordnet er tilfredse med forløbene. Af Figur 9 fremgår det, at 93 % af respondenterne vurderer deres forløb positivt (score 4–5) ved STOPbasens telefoniske opfølgning efter seks måneder. Det indikerer, at puljeprojekterne formår at skabe stopforløb, som de unge er tilfredse med.

Centrale temaer i stopforløbene:

- Motivation
- Nikotinens påvirkning og afhængighed
- Vaneændring
- Metoder til håndtering af abstinenser
- Viden om sundhedsskadelige konsekvenser

Figur 9: Respondenter i STOPbasens tilfredshed med forløbet som helhed ved 6 måneders opfølgning



Note: 1–5-skala, hvor højere score angiver højere tilfredshed.

Kilde: Data fra STOPbasen i perioden 01.04.2024-01.10.2025

10.3.1 Fokus på de unges motivation bidrager til fastholdelse i forløb

De unge starter i stopforløb af forskellige årsager og typisk af helt andre årsager end man ser hos voksne. Særligt er de motiverede af økonomi, udseende, herunder tandkødsproblemer, koncentrationsbesvær og pres fra familie, bl.a. forældre og kæresten. For enkelte fylder en bevidsthed om, at det er usundt. Flere af de unge giver udtryk for, at de godt ved, at nikotinen er sundhedsskadelig, men deres udgangspunkt er, at konsekvenserne af det ligger for langt ude i fremtiden til, at det motiverer dem til at stoppe. Skader på tandkødet, at de bliver mere forpustet, når de træner og den dårligere økonomi, er "her og nu" konsekvenser, som er meget konkrete for dem og derfor mere motiverende.

Motivationen for at stoppe er et gennemgående element i alle stopforløb. Mange af puljeprojekterne taler om motivation med de unge den første gang. Nogle projekter beder de unge om at skrive deres motivation for at stoppe ned på første session, og genbesøger det gennem forløbet. Det er oplevelsen, at det giver en god indledning som samtidig kan bidrage til fastholdelse.

I Horsens Kommune sætter de fokus på om, hvor meget der koster at have et nikotinformbrug for at motivere de unge, og det kommer ofte bag på de unge, hvor mange penge, de bruger på nikotin.

"At få det skåret ud og sætte mål for, hvad kan jeg ellers kan bruge pengene på. Det var noget konkret, som jeg kunne arbejde med, og jeg har fulgt med i, hvor mange penge jeg faktisk har sparet gennem en app. Det bliver visualiseret meget, sådan at få det i en app."

Ung, Horsens Kommune

Økonomi er således en gennemgående motivationsfaktor hos mange af de unge, men det er vigtigt for projektgrupperne, at de unge også reflekterer over andre ønskede effekter, idet de vurderer, at jo mere reflekterede de unge er over deres motivation, desto større er sandsynligheden for, at de fastholdes i forløbet.

For nogle er det også motiverende at deres forældre ikke skal vide, at de bruger nikotin. Ligesom det kan være vigtigt at stoppe, fordi andre har et ønske om, at man stopper. Det kan være en kæreste eller forældre.

"Min kæreste synes ikke, det er godt, at jeg bruger nikotin. Og min kærestes forældre forsøger at få os til at slå op. De kan ikke lide mig, fordi jeg tager snus. De ser mig som en dårlig indflydelse på hende. Så jeg er nødt til at stoppe for hendes skyld."

Gymnasieelev, Kolding Kommune

Stoprådgiverne refererer løbende til de unges motivation i forløbet for at fastholde dem i, hvorfor de gerne vil ændre deres nikotinformbrug. Både de unge og stoprådgiverne vurderer, at det er medvirkende til at fastholde de unge i deres stopproces.

Evalueringen viser således, at de unge har mange forskellige grunde til at deltage i forløb, og at det kan bidrage til fastholdelsen af dem, at der løbende sættes fokus på deres motivation for deltagelse, da det styrker deres lyst til at arbejde med deres nikotinformbrug.

10.3.2 De unge skal have viden om nikotinens konsekvenser

Et vigtigt emne på tværs af puljeprojekterne, handler om at give de unge viden om nikotin, hvordan det påvirker kroppen og hvordan afhængighed opstår. De fleste af projekterne har en relativt teoretisk tilgang til dette og viser fx de unge grafer over nikotinens påvirkning i blodet. En teoretisk tilgang kan virke kedelig, men de unge, giver udtryk for, at det er positivt at få en forståelse for, hvad nikotin gør ved kroppen, og hvorfor man udvikler afhængighed. Ifølge projektgrupperne bidrager dette også til, at de unge får en erkendelse af, at de er afhængige.

"Vi har fået mere viden om, hvor afhængig man egentligt er. At man ikke bare kan stoppe, når man har lyst. Det viser, hvor groft det er at bruge nikotin. Man skal stoppe nu, mens man stadig kan."

Gymnasieelev, Kolding Kommune

Mange af de unge, der deltager i stopforløbene, ser ikke sig selv som afhængige. De oplever, at de har et for højt forbrug, som generer dem, ligesom mange har prøvet at stoppe selv uden succes. Det har for flere været medvirkende til, at de indser, at de har brug for hjælp til at stoppe. Men der er stadig et skridt derfra og til at erkende, at man har en afhængighed. Det hænger formentlig sammen med, at mange af de unge associerer afhængighed med misbrugere. At give de unge viden om, hvordan afhængighed opstår og hvor længe nikotin er i blodet, giver dem en forståelse for, hvorfor de oplever abstinenser samt at de er afhængige.

Som beskrevet tidligere spiller det sundhedsskadelige i nikotinformbruget i mindre grad ind på de unges motivation for at stoppe sammenholdt med andre faktorer. Langt de fleste ved godt, at det er sundhedsskadeligt at have et nikotinformbrug, men gennem

stopforløbene bliver de væsentligt mere bevidste om de sundhedsmæssige konsekvenser ved deres nikotinformbrug. De får bl.a. viden om her og nu konsekvenser, som koncentrationsbesvær, tandkødsproblemer og åndedrætsbesvær, hvilket de både finder værdifuldt samtidig med, at det for flere øger deres motivation for at stoppe.

"Jeg har fundet ud af, at det ikke fører til noget som helst godt. Der kommer permanente skader i munden, så kan man begynde at skrabe sit tandkød ud i håndvasken. Jeg skuffer mig selv, når jeg mærker det, og kan godt blive lidt ked af det inden i. Jeg føler, jeg har taget det for langt, og det kan give en skyldfølelse. Skyldfølelsen går væk, når jeg møder op her. Det hjælper, at jeg kan gøre noget ved det."

Gymnasieelev, Kolding Kommune

En motiverende faktor for de unge er i den forbindelse, når de oplever positive effekter ved at stoppe eller reducere deres forbrug. Flere beskriver, at de kan mærke det på deres åndedræt, deres koncentrationsevne og smagsløg. Ligeledes fortæller nogle, at de ikke længere har hovedpine, samt at de sover bedre. Således er det en øjenåbner for flere ift. hvor skadeligt nikotinen har været for dem, når de på egen krop begynder at mærke nogle fysiske forbedringer.

Evalueringen peger dermed på, at det er centralt at give de unge viden om, hvordan afhængighed opstår, og hvordan den påvirker kroppen. Denne viden bidrager til, at de unge får en bedre forståelse af, hvilken effekt nikotin har på kroppen, hvorfor afhængighed og abstinenser udvikles, og at de bliver bevidste om, at deres afhængighed af nikotinprodukter ofte er større, end de selv har antaget. Samtidig kan viden om de kortsigtede sundhedsmæssige konsekvenser ved nikotinformbrug styrke deres motivation for at stoppe.

10.3.3 Konkrete værktøjer har betydning for de unges stopsucces

Det mest centrale i forløbene er at give de unge konkrete værktøjer, der kan hjælpe dem med at reducere eller stoppe deres nikotinformbrug. Det drejer sig særligt om værktøjer til at reducere trang og abstinenser samt værktøjer til at ændre vaner. Projekterne har dermed også fokus på at lære de unge at skelne mellem abstinenser og vaner for derigennem at reducere deres nikotinformbrug. Denne skelnen giver de unge en større forståelse af deres forbrug.

Flere puljeprojekter benytter åndedrætsøvelser til at lære de unge at reducere trang og abstinenser. Det handler om at lære de unge en øvelse, som de kan bruge, når de får abstinenser, og det tyder på, at de unge er mere modtagelige over for denne typer øvelser, når de kommer fra en professionel stoprådgiver. Andre værktøjer er at lære de unge at planlægge, hvordan de håndterer abstinenser således, at de allerede har et alternativ, når de får abstinenser. Det kan være alt fra at sørge for, at der er god mad i køleskabet, som de kan spise på de tidspunkter, hvor de typisk får abstinenser til at træne eller spille musik, så længe de bliver afledt.

"Byt snus med noget andet, drik noget te i stedet. Jeg er virkelig begyndt at drikke meget te, så drikker jeg noget te i stedet. Jeg kan ikke tage en skive, mens jeg drikker te."

Gymnasieelev, Nyborg Kommune

Puljeprojekterne arbejder ligeledes med ændring af vaner, da mange af de unges forbrug i høj grad skyldes vaner. Flere projekter arbejder med "situationskontrol" fremfor selvkontrol. De unges forbrug er ofte knyttet til fester og indtag af alkohol eller situationer, hvor de keder sig. I disse sammenhænge lærer de unge at have en plan for, hvad de gør eller siger, hvis de fx får tilbudt nikotin til en fest. Det er ofte små greb, der skal til for at ændre en vane. Flere nævner fx at placere nikotinproduktet, så de ikke kan nå det fra sengen for at udskyde at tage det. Således handler det om, at de unge skal opleve, at de er i stand til at udskyde deres trang, og at de kan håndtere dette. Dermed bliver flere af de unge bevidste om, at det er vaner, mere end abstinenser, som mange af dem skal håndtere.

"Vi har kortlagt vores abstinenser, og det hjalp ift. at se, at det ikke så meget er de fysiske abstinenser, men i højere grad det vanedannende - at jeg har nogle dårlige vaner."

Ung, Viborg Kommune

Projekterne arbejder med forskellige redskaber til at ændre vaner. I Roskilde Kommune vælger, hver deltager en opgave, som de skal lave til næste session. Det kan være: "Ingen nikotin i transport", eller "Ingen nikotin når jeg ligger i min seng". Disse mikrohandlinger bidrager til at ændre vanerne, samtidig med at det fungerer som små målsætninger, hvor de unge erfarer, at de kan modstå trangen, om ikke andet i et kortere tidsrum.

I Nyborg Kommune arbejder de med dilemmakort, hvor de unge skal drøfte forskellige dilemmaer, hvilket hjælper dem til at finde løsninger på problemstillinger, de kan stå i, fx hvad de gør, hvis de bliver tilbudt nikotin til en fest.

De unge oplever, at det særligt er de konkrete redskaber til at ændre vaner og håndtere abstinenser, som de finder gavnlige ift. at ændre deres nikotinforgbrug. Derudover har det forpligtende i at gå i et stopforløb en positiv virkning på de unge.

"Vi laver aftaler om, hvor meget jeg skal trappe ned. Jeg har forsøgt at stoppe selv, men så glemmer man det igen. Så er dette mere forpligtende. Vi får tanker om, at jeg har lyst ud i lyset, og det er rart at få sat ord på, og det virker."

Ung, Skanderborg Kommune

De unge oplever således, at det er nemmere at stoppe, når der bliver sat mindre målsætninger for hver gang, og de får hjælp til at ændre deres vaner. De føler sig forpligtet til at arbejde med deres nikotinforgbrug, fordi de ved hver session 'bliver holdt op på deres fremskridt.

Evalueringen viser således, at det er centralt, at stopforløbene giver de unge konkrete redskaber til at håndtere abstinenser og ændre vaner. Når de unge lærer, hvordan de kan håndtere forskellige situationer relateret til deres nikotinforgbrug, styrker det både deres forståelse af eget forbrug og deres udbytte af stopforløbet.

10.4 Medicin til nikotinafvænning bidrager til nikotinstop

I det følgende afsnit belyser vi, hvilke erfaringer puljeprojekterne har gjort sig i forhold til at uddele medicin til nikotinafvænning til de unge i forbindelse med stopforløbene.

Som led i stopforløbene har størstedelen af puljeprojekterne tilbudt de unge medicin til nikotinafvænning til at reducere abstinenser ved stop. Medicin til nikotinafvænning har typisk bestået af godkendte nikotinpræparater som nikotinplastre, -spray eller -tyggegummi. Dette har været med henblik på nedtrapning af først nikotinprodukterne og dernæst medicin til nikotinafvænning, indtil de unge kan blive helt nikotinfri.

På tværs af puljeprojekterne tilbydes de unge medicin til nikotinafvænning som et supplement til indsatsen ud fra omfanget af deres forbrug og afhængighed. Hvis de unge har haft et tilstrækkeligt højt nikotinforbrug, har de fået mulighed for at benytte medicin til nikotinafvænning i forbindelse med deres nikotinstopdato.

I Faxe Kommune observerede vi et stopforløb, hvor nogle unge tog imod nikotinplastre, mens andre takkede nej til tilbuddet. Vi talte med de unge en uge efter deres fælles stopdato. De deltagere, der havde fået nikotinplastre, havde alle haft nemmere ved at holde nikotinstoppet, mens det modsatte var tilfældet for deltagerne, der takkede nej til nikotinplastre.

"De fleste af os er faldet i igen. Det er ikke gået så godt, og vi har også sagt nej til nikotinplastre. Dem med plastre er det gået bedre for. (...) Nu har vi sagt ja til plastre."

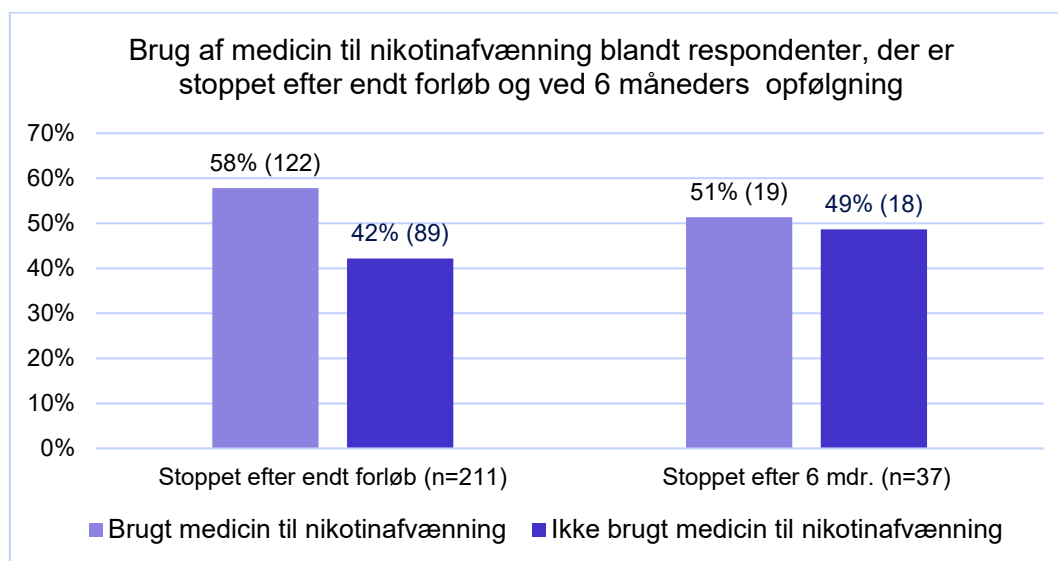
HF-elev, Faxe Kommune

Nikotinplastrene havde således en betydning for denne gruppe af unge. En forklaring er, at medicin til nikotinafvænning har taget den værste nikotintrang. Det har givet de unge mulighed for at fokusere på at implementere teori og adfældsændringer fra stopforløbet, mens de kommer sig over de første abstinenser.

Projektgrupperne oplever også, at medicin til nikotinafvænning kan skabe en tryghed for de unge ved at minimere frykten for abstinenser og give dem mulighed for at fokusere på vaneændringer. Når de unge mærker, at de kan undvære deres daglige nikotinprodukter, motiverer det dem yderligere til at forsætte stoppet og arbejde med deres vaneændringer. Derudover har flere projektgrupper indtryk af, at tilbuddet om medicin til nikotinafvænning kan være en ekstra motivationsfaktor for, at nogle unge melder sig til et stopforløb. Særligt hvis de forgæves har kæmpet med at stoppe selv grundet et højt nikotinforbrug, der medfører abstinenser.

Dette understøttes af data fra STOPbasen, hvor det fremgår, at 58% af de 211 unge, der er nikotinfri efter endt forløb, har benyttet sig af medicin til nikotinafvænning jf. figur 10. Således har en større andel af de unge, der er nikotinfri efter endt stopforløb, fået medicin til nikotinafvænning. Forskellen bliver noget mindre ved 6 måneders opfølgning, men da der er relativt få data ved 6 måneders opfølgning, er vi påpasselige med at fortolke på dette resultat.

Figur 10: Stoprate fordelt på brug af medicin til nikotinafvænning blandt respondenter i STOPbasen



Kilde: Data fra STOPbasen i perioden 01.04.2024-01.10.2025

Det er ikke alle de unge, der har et forbrug, som nødvendiggør brugen af medicin til nikotinafvænning. Nogle unge har også fravalgt muligheden for medicin til nikotinafvænning, fordi de mener, at de ikke har behovet og kan overkomme nikotintrangen selv på trods af et ellers højt nikotinforbrug.

Samlet set peger evalueringen på, at det kan have en positiv betydning for de unges nikotinstop, hvis de unge tilbydes medicin til nikotinafvænning. Ved at reducere deres abstinenser kan det frigive et mentalt overskud til at fokusere på de vaneændringer, der skal føre til et nikotinstop

10.5 Forældreinddragelse kan være en støtte og barriere for deltagelse

I det følgende afsnit belyser vi, hvilke erfaringer puljeprojekterne har gjort sig ift. forældreinddragelse i forbindelse med stopforløbene.

Som det fremgår af kortlægningen, viser studier, at støtte fra venner og familie har en afgørende betydning for unges nikotinstop og fastholdelse af nikotinstoppet (Graham et al, 2021; Bitar et al., 2023).¹¹ Forældreinddragelse er et element, som flere af puljeprojekterne beskæftiger sig med men også et område, hvor de mangler viden og erfaringer. Evalueringen viser, at det for mange af projekterne er svært at inddrage forældre, og at det kan have betydning for rekrutteringen til stopforløb, hvis forældrene informeres. Forældre kan være en vigtig støtte for unge i stopforløb, og de unge opfordres til at inddrage deres forældre med henblik på støtte og opbakning.

Evalueringen viser, at de unge, der selv vælger at inddrage deres forældre, har stor glæde heraf og oplever det som en støtte.

¹¹ Der findes dog på nuværende tidspunkt ikke litteratur, der særskilt undersøger betydningen af forældreinddragelse i interventioner rettet mod nikotinstop til børn og unge.

"Min mor ved, at jeg er i forløb, og hun er selv blevet inspireret til at stoppe. Jeg har fortalt hende om, hvad vi snakker om, og hvad vi laver på forløbet. Det er rart at kunne dele det."

Gymnasieelev, Faxe Kommune

Når forældre og de unge har mulighed for at snakke om stopforløbet på en konstruktiv måde, kan det potentielt understøtte de unges vaneændringer. For nogle hjælper det på, at de ikke får adgang til nikotinprodukter i hjemmet. Derudover kan det medføre en øget forståelse for de unges reaktioner og eventuelle humørsvingninger, når forældrene ved, hvad deres barn gennemgår af abstinenser og vaneændringer:

Om det gavner de unge at inddrage deres forældre, afhænger af relationen mellem dem og af forældrenes håndtering. Nogle unge oplever forældrenes kendskab til stopforløbet som en stressfaktor og foretrækker, at deres forældre er uvidende. Når forældre ikke er involveret eller informeret om stopforløbet, kan tilbagefald være lettere at håndtere, fordi den unge undgår at skuffe forældrene oveni kampen med afhængigheden.

"Det er dårligt for motivationen, når mine forældre ved det. Jeg er blevet opdaget fire gange. Det går bedre nu, når de ikke ved, at jeg er i forløb. (...). Det er pisseirriterende, når de spørger til det, så bliver jeg mindet om, at jeg har et problem, og jeg tænker: "Hvorfor jeg ikke har abstinenser lige nu? Det burde jeg have." Så får jeg det, og så falder man i."

Gymnasieelev, Rebild Kommune

Således, er det ikke alle unge, der oplever, at de har gavn af, at deres forældre er involveret i deres stopforløb, da det kan øge presset for forventningerne til stoppet. Der er enkelte kommuner, der har afprøvet inklusion af forældre i selve stopforløbet for unge under 15 år. Nyborg Kommune har haft succes med at have en forælder og deres barn i et fælles stopforløb. I Viborg, Silkeborg og Skive Kommune har de tilbudt individuelle stopforløb til grundskoleelever, hvor det har været muligt at have forældrene med under samtalerne. Erfaringen er, at det kun er en fordel med involvering af forældre, hvis ønsket kommer fra den unge og ikke fra forældrene.

"Projektgruppen skal blive bedre til at lære at håndtere udfordrende dynamikker mellem forældre og børn, fx at det nogle gange er forældrenes ønske at deltage i stopforløbet og ikke barnets eget. (...) det skal være et trygt rum, hvor de unge kan tale åbent."

Projektleder, Viborg, Silkeborg og Skive Kommune

Erfaringer fra Viborg, Silkeborg og Skive Kommune peger på, at det i nogle tilfælde kan blive en ulempe snarere end en fordel, hvis forældrene er med til stopforløbet, fordi det kan være svært for de unge at tale om omfanget af deres nikotinformbrug, hvorfor de bruger nikotin, og hvordan det går med at stoppe. Hvis forældrene skal deltage, er det vigtigt, at de bliver klædt på til at støtte deres barn på en konstruktiv måde, der passer til deres relation. Selvom unge potentielt kan drage nytte af forældrestøtte, viser evalueringen, at de fleste ville fravælge stopforløb, hvis forældrene blev inddraget systematisk. Derfor bør det aftales individuelt mellem den unge og stoprådgiveren, om og i hvilket omfang forældrene skal informeres eller inddrages.

Evalueringen viser således, at hvis den unge ønsker, at forældrene deltager i deres stopforløb, kan det have en positiv effekt, særligt for unge under 15 år. Forældrene

kan fungere som en vigtig støtte under processen, hvorfor det er positivt, at projekt-grupperne opfordrer de unge til at informere deres forældre om deres deltagelse i stopforløb også på ungdomsuddannelserne. Dog er det værd at være opmærksom på, at de fleste unge ikke ønsker, at forældrene er involveret.

10.6 Opfølgning har stor betydning for fastholdelse

I det følgende afsnit beskriver, hvilke erfaringer puljeprojekterne har gjort sig i forhold til at lave opfølgning både under og efter stopforløbene.

Erfaringerne på tværs af projekterne viser, at en tæt og løbende opfølgning er afgørende for at fastholde de unge i et stopforløb, og at opfølgning både under og efter et forløb spiller en central rolle i arbejdet med unge og nikotinstop. De unge har ofte en mere svingende motivation end voksne, og små ændringer i hverdagen kan hurtigt påvirke, om de fortsat føler sig klar til at stoppe. Flere stoprådgivere oplever hyppige ændringer i de unges motivation, som kan skifte fra dag til dag og nærmest forsvinde, hvis noget i de unges liv ændrer sig:

“Det er en speciel målgruppe at arbejde med, fordi deres motivation er så svingende ift. livs-omstændighederne. Der skal ikke så meget til at vælte dem, så er deres motivation væk.”

Stoprådgiver, Nyborg Kommune

10.6.1 Opfølgning undervejs i stopforløb

På tværs af kommunerne opleves relationen mellem den unge og stoprådgiveren som afgørende for fastholdelsen. Denne relation understøttes af, at mange kommuner benytter SMS-påmindelser for at sikre fremmøde og fastholde motivationen mellem sessionerne. Flere unge fortæller, at den løbende kontakt hjælper dem med at huske deres aftaler.

Nogle rådgivere sender også korte opfølgningsbeskeder som *“Hvordan går det?”* eller *“Håber det går godt med plasteret.”* Flere unge beskriver dette som motiverende, og som *“en følelse af ikke at stå alene.”* Evalueringen peger på, at stoprådgivernes løbende opfølgning betyder, at de unge tager kontakt, når de oplever udfordringer, og dermed kan blive hjulpet videre i den konkrete situation.

“Jeg havde købt en pakke cigaretter, og så skrev jeg til min Stoprådgiver, at jeg havde tænkt mig at ryge den - derefter ville jeg gerne snakke med hende, og så fik vi aftalt et møde.”

Ung, Horsens Kommune

Denne form for kontakt understøtter både motivation og fastholdelse, fordi de unge oplever, at de kan række ud og få hjælp, når det bliver svært. Mange unge fortæller, at de ikke selv har kontaktet deres stoprådgiver, men at det giver dem en stor trykthed, at de ved, at de altid kan gøre det.

Der er imidlertid praktiske og organisatoriske forhold, som udfordrer opfølgningen. På efterskoler må eleverne ofte ikke have deres mobiltelefoner i dagtimerne, hvilket gør det sværere at sende reminders. Her må kontakten i stedet gå gennem skolens lærere, hvilket kræver ekstra koordinering. Derudover varierer reglerne for, hvad og om stoprådgiverne må skrive til de unge mellem sessionerne. I flere kommuner er der regler om, at SMS'er ikke må være personlige eller indeholde rådgivning relateret til

selve forløbet. Disse barrierer betyder, at graden af opfølgning varierer på tværs af puljeprojekterne og kan gøre fastholdelsen mere udfordrende.

Evalueringen viser, at en tæt og løbende opfølgning i løbet af stopforløbet kan fastholde de unge i et stopforløb, fordi det minder de unge om deres aftaler med stoprådgiver, holder de unge til ilden samt giver de unge mulighed for at række ud, når de står i konkrete udfordringer i forbindelse med deres stopproces.

10.6.2 Opfølgning efter endt forløb

Opfølgning efter endt forløb varierer på tværs af projekterne og er generelt kun i begrænset omfang en fast del af indsatsen. Flere projektgrupper fortæller, at de gerne vil kunne følge de unge efter forløbet, men at det endnu ikke er noget, der sker systematisk. I mange tilfælde afsluttes kontakten, når den sidste samtale er holdt. I de fleste af puljeprojekterne er det dog muligt for den unge selv at tage kontakt igen, hvis behovet opstår. Det giver de unge en tryghed, at de har den støtte fra stoprådgiver.

“Man må godt ringe og skrive til stoprådgiveren, både undervejs i forløbet og når man er færdig. Det er rart og betryggende at vide, at man altid kan kontakte hende.”

Gymnasieelev, Kolding Kommune

De fleste af projekterne tilbyder opfølgning via telefon eller SMS undervejs i forløbet, men enkelte projekter har også gjort forsøg med en mere formaliseret opfølgning, fx ved at invitere til et fysisk opfølgningsmøde en måned efter endt forløb. Erfaringerne peger på, at denne kontakt kan gøre en forskel for at fastholde de unge i nikotinstop, men også at opfølgningen skal struktureres mere systematisk, hvis den skal gennemføres konsekvent og i større skala.

For projekter, der tilbyder stopforløb på efterskoler, kan opfølgning efter endt forløb være særlig vanskelig. Mange elever kommer fra andre kommuner og kan efter opholdet ikke længere være tilknyttet den samme stoprådgiver. I disse tilfælde kan kommunens rolle primært være at hjælpe de unge videre til støtte i deres hjemkommune, hvilket begrænser muligheden for kontinuerlig fastholdelse efter forløbet.

Evalueringen viser, at det kan bidrage til at fastholde de unge i nikotinstop, hvis projekterne tilbyder mulighed for opfølgning efter endt forløb. Det forpligter de unge samtidig med, at det giver mulighed for, at de kan søge hjælp, hvis det er svært at holde nikotinstoppet.

11 Konklusion

Midtvejsevalueringen af puljen til udvikling af ryge- og nikotinstoptilbud til børn og unge 2024-2027 viser, at puljeprojekterne er godt i gang med at udvikle og afprøve nye indsatser, der skal hjælpe unge med at reducere eller stoppe deres nikotinformbrug. Samarbejdet med ungdomsuddannelser, efterskoler og grundskoler har generelt været velfungerende, især hvor der har været eksisterende relationer eller samarbejder at bygge videre på. Dog har det krævet tid og ressourcer at opbygge nye samarbejder, og engagementet fra institutionerne har haft stor betydning for puljeprojekternes rekruttering og implementering af stopforløbet. Inddragelse af øvrige aktører i kommunerne som SSP, tandpleje og sundhedspleje har styrket projektets forankring og synlighed i kommunen. En central erfaring fra puljeprojekterne handler om, at arbejdet med unges nikotinformbrug ikke er en kerneopgave hos de forskellige samarbejdspartnere. For at sikre et vellykket samarbejde og en effektiv stopindsats er det vigtigt, at roller og forventninger afstemmes tydeligt fra begyndelsen.

Forankring af indsatserne er afgørende for at sikre varige resultater. På baggrund af evalueringen er vores vurdering, at projekter, der har koblet sig på eksisterende kommunale indsatser og arbejdet med kompetenceudvikling af samarbejdspartnere står stærkere i forhold til at fortsætte indsatsen efter projektperioden. Samlet peger evalueringen på, at tæt samarbejde med relevante aktører og et tidligt fokus på forankring er vigtige elementer til at skabe stærke nikotinindsatser målrettet unge.

Evalueringen peger på, at kommunale udviklingsprojekter med fordel kan lade sig inspirere af eksisterende indsatser. Det sparer tid og ressourcer i udviklingsfasen og gør det muligt hurtigere at afprøve og tilpasse nye rekrutteringsstrategier og indsats-elementer. I den forbindelse viser evalueringen, at rekruttering af unge til stopforløb kan være udfordrende og ressourcekrævende, og at der fortsat mangler viden om hvilke strategier, der er mest virkningsfulde.

Projekterne har haft størst succes med at være synlige og opsøgende i de unges egne miljøer, især på uddannelsesinstitutioner, hvor pop-up events og oplæg i klasserne har bidraget til at skabe dialog og opmærksomhed om stopforløbene. Erfaringerne peger på, at en kontinuerlig tilstedeværelse og mulighed for anonym tilmelding har betydning for, at de unge tager imod hjælp. Inddragelse af forældre og fagpersoner omkring de unge er vigtigt for at nå de yngste målgrupper, og flere projekter har arbejdet målrettet med at klæde de voksne omkring de unge på til at støtte og henvise unge til tilbuddene.

I alt har 508 unge deltagere besvaret spørgeskemaundersøgelse fra STOPbasen. 49 % af respondenterne har gennemført forløbet, og 42 % af respondenterne er nikotinfrie efter endt forløb. Ved 6 måneders opfølgning er 19 % af de 229 respondenter, der har besvaret spørgeskemaet, nikotinfrie. Evalueringen peger på, at mange unge reducerer deres nikotinformbrug gennem stopforløbene, hvilket betyder, at udbyttet af stopforløbene er større, end de ovenstående tal antyder. Der er således behov for, at målsætningen for stopforløbene både kan være reduktion og stop af nikotinformbrug. Det gælder særligt for unge med højt nikotinformbrug og/eller et kombinationsforbrug, hvor det kan være udfordrende at forholde sig til et fuldstændigt stop. Evalueringen

viser, at stopraten også er lavere blandt de respondenter, der har et kombinationsforbrug. Således kan reduktion i forbrug være første skridt mod et stop.

På baggrund af evalueringen ser vi forskellige virksomme indsatsselementer i puljeprojekternes stopforløb. Det er en fordel, at puljeprojekterne tilbyder både individuelle og gruppebaserede stopforløb, da det imødekommer forskellige behov og præferencer hos de unge. Ligeledes har stopforløbets lokation og tilgængelighed stor betydning for deltagelse og fastholdelse, og det er en fordel, når forløbene kan afholdes på uddannelsesinstitutioner i skoletiden med lovligt fravær. Fokus på de unges motivation, viden om afhængighed, konkrete redskaber til vaneændring og håndtering af abstinenser samt mulighed for medicin til nikotinafvænning er ligeledes virkningsfulde elementer i stopforløbene. Desuden peger evalueringen på, at en god relation til stoprådgiveren og løbende opfølgning har betydning for de unges fastholdelse og udbytte af stopforløbet. Evalueringen viser samtidig, at erfaringer med unge som målgruppe vurderes at være en forudsætning som stoprådgiver på stopforløb for unge, mens faglig viden om nikotinstop, som også er en væsentlig kompetence, i højere grad kan tilegnes over tid. Særligt kan opfølgning efter endt forløb være vigtigt for at sikre en højere stoprate efter 6 måneder, hvilket kun få projekter tilbyder på nuværende tidspunkt.

Sammenfattende viser midtvejsevalueringen, at der allerede er opnået vigtige erfaringer på tværs af de 17 puljeprojekter i forhold til at udvikle og gennemføre stopindsatser målrettet børn og unge. Disse erfaringer skaber et værdifuldt grundlag til inspiration og videreudvikling af kommunale nikotinstopindsatser.

Litteraturliste

Bendtsen, M. (2020). Heterogeneous treatment effects of a text messaging smoking cessation intervention among university students. *PLoS One*, 15(3), e0229637.

Bendtsen, M., Bendtsen, P., & Müssener, U. (2021). Six-month outcomes from the NEXit junior trial of a text messaging smoking cessation intervention for high school students: randomized controlled trial with Bayesian analysis. *JMIR mHealth and uHealth*, 9(10), e29913.

Bitara, S., Collonnaza, M., O'Loughlin, J., Kestens, Y., Ricci, L., Martinie, H., Agrinier, N., & Minary, L. (2023). *A systematic review of qualitative studies on factors associated with smoking cessation among adolescents and young adults. Nicotine & Tobacco Research. Nicotine & Tobacco Research.*

Fanshawe, T. R., Halliwell, W., Lindson, N., Aveyard, P., Livingstone-Banks, J., & Hartmann-Boyce, J. (2017). Tobacco cessation interventions for young people. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, (11).

Graham, A. L., Amato, M. S., Cha, S., Jacobs, M. A., Bottcher, M. M., & Papandonatos, G. D. (2021). Effectiveness of a vaping cessation text message program among young adult e-cigarette users: a randomized clinical trial. *JAMA Internal Medicine*, 181(7), 923–930.

Jarlstrup, N., Pedersen, M. T., & Bast, L. S. (2023). *Brug af røgfrie nikotinprodukter blandt unge: §RØG-en undersøgelse af forbrug af snus, tyggetobak og nikotinposer, efterår 2022*. Tilgængelig på: <https://portal.findresearcher.sdu.dk/da/publications/brug-af-r%C3%B8gfrie-nikotinprodukter-blandt-unge-r%C3%B8g-en-unders%C3%B8gelse/>

Johannesen, C. K., Andersen, S., & Bast, L. S. (2019). *Veje til et røgfrit ungeliv: Betydningen af tre tiltag til forebyggelse af rygning blandt børn og unge – fremskrivninger til 2030*. Tilgængelig på: <https://www.sst.dk/udgivelser/2019/veje-til-et-roegfrit-ungeliv>

Kaas, M., Lytje, A. (2023). *Hjælp til rygestop og nikotinstop*. Kræftens Bekæmpelse. Tilgængelig på: <https://www.cancer.dk/forebyg-kraeft/tobak-og-nikotin/rygestop-og-nikotinstop/hjaelp-til-at-stoppe/>

Karekla, M., Savvides, S. N., & Gloster, A. (2020). An avatar-led intervention promotes smoking cessation in young adults: a pilot randomized clinical trial. *Annals of Behavioral Medicine*, 54(10), 747-760.

Kjeld, S. G., Lund, L. & Andersen, S. (2021) *Kortlægning af den islandske model: Familie, venner og fritid som beskyttende faktorer for unges rusmiddelbrug*. København: Statens Institut for Folkesundhed, SDU. Tilgængelig på: www.sdu.dk/sif

Kræftens Bekæmpelse (2023). *Skift til Kvit og fortsæt dit ryge- eller nikotinstop*. Tilgængeligt på: <https://www.cancer.dk/forebyg-kraeft/tobak-og-nikotin/rygestop-og-nikotinstop/skift/>

Lau, C. J., Eliassen, M. H., Grønkjær, M. S., Bekker-Jeppesen, M., Toxværd, C. G., Gøtzsche, N. & Andreasen, A. H. (2022). *Nøgleresultater fra 'Hvordan har du det?'*

Sundhedsprofil for Region Hovedstaden og kommuner 2021: Sundhedsadfærd og risikofaktorer. Tilgængeligt på: https://www.regionh.dk/til-fagfolk/Sundhed/Sundhedsprofilen/Resultater/Documents/Rapporter/Pixi-bog_2021_web.pdf

Liljendahl, M.S., Grønbæk, A.S., Jensen, A.B. & Tønnesen, H., 2024. *STOPbasens årsrapport: Aktiviteter afholdt i 2023 med opfølgning i 2024.* Clinical Health Promotion Centre, WHO-CC, Parker Institutet, Bispebjerg og Frederiksberg Hospital.

Müssener, U., Linderoth, C., Thomas, K., & Bendtsen, M. (2020). mHealth smoking cessation intervention among high school students: 3-month primary outcome findings from a randomized controlled trial. *PLoS One*, 15(3), e0229411.

Park, E., Zhou, Y., Chen, C., Chacko, T., Mahoney, M., & Chang, Y.-P. (2023). Systematic review: interventions to quit tobacco products for young adults. *BMC Public Health*, 23(1233). <https://doi.org/10.1186/s12889-023-15900-8>

Rasmussen, S. & Pisinger, C. (2023). Nationwide experiences with youth-targeted smoking and nicotine product cessation. *Tobacco Prevention & Cessation*, 9.

Rasmussen, S. & Pisinger, C. (2024). Non-combustible nicotine product cessation interventions in adolescents and young adults: A Systematic Review. *Tobacco Use Insights*, 17, 1-9.

Regeringen, Socialistisk Folkeparti, Danmarksdemokraterne, Det Konservative Folkeparti & Alternativet. (2023). *En forebyggelsesplan målrettet børn og unge – tobak, nikotin og alkohol.*

Scholten, H., Luijten, M., & Granic, I. (2019). A randomized controlled trial to test the effectiveness of a peer-based social mobile game intervention to reduce smoking in youth. *Development and psychopathology*, 31(5), 1923-1943.

Statens Institut for Folkesundhed, (2025). *§RØG – en undersøgelse af tobak, adfærd og regler – udvalgte tendenser 2024 (Rapport 6).* Tilgængelig på:

https://www.sdu.dk/da/sif/rapporter/2025/roeg_rapport_6_tobak_adfaerd_regler

Sundhedsstyrelsen (2018). *Forebyggelsespakke Tobak*. 2. udgave. København: Sundhedsstyrelsen. Tilgængelig på: <https://www.sst.dk/da/udgivelser/2018/Forebyggelsespakke-Tobak>

Sundhedsstyrelsen (2023). *Antallet, der ryger, er ikke faldet, selvom 3 ud af 4 gerne vil stoppe.* København: Sundhedsstyrelsen. Tilgængelig på: <https://www.sst.dk/da/nyheder/2023/Antallet-der-ryger-er-ikke-faldet-selvom-3-ud-af-4-gerne-vil-stoppe>

Sundhedsstyrelsen (2024a). *Fælles om ungelivet.* København: Sundhedsstyrelsen. Tilgængelig på: <https://www.sst.dk/da/faellesomungelivet>

Sundhedsstyrelsen (2024b). *Behandling af nikotinafhængighed: Krav, anbefalinger og metoder til stoprådgivere.* København: Sundhedsstyrelsen. Tilgængelig på: <https://www.sst.dk/-/media/Udgivelser/2024/Nikotinafhaengighed/Behandling-af-nikotinafhaengighed.ashx>

Sundhedsstyrelsen 2025. *Danskernes rygevaner.* (2025). København: Sundhedsstyrelsen. Tilgængelig på: <https://www.sst.dk/da/udgivelser/2025/Danskernes-rygevaner-2024>

Tønnesen, H., & Rasmussen, M. (2022). STOPbasens temarapport: *Unge i stopforløb: rygning, snus og e-cigaretter*. [STOPbasen]

Vidensråd for Forebyggelse. *Nikotinbrug blandt børn og unge – konsekvenser og forebyggelse*. Vidensråd for Forebyggelse, 2022. Tilgængelig online: <https://vidensraad.dk/rapport/nikotinbrug-blandt-boern-og-unge-konsekvenser-og-forebyggelse>

Villanti, A. C., West, J. C., Klemperer, E. M., Graham, A. L., Mays, D., Mermelstein, R. J., & Higgins, S. T. (2020). Smoking-cessation interventions for US young adults: updated systematic review. *American journal of preventive medicine*, 59(1), 123-136.

Zhou, X., Wei, X., Cheng, A., Liu, Z., Su, Z., Li, J., ... & Wang, C. (2023). Mobile Phone-Based Interventions for Smoking Cessation Among Young People: Systematic Review and Meta-Analysis. *JMIR mHealth and uHealth*, 11(1), e48253.

Bilag

Bilag A: Begrebsdefinitioner

I rapporten anvendes en række faglige begreber knyttet til nikotinformbrug og stopindsatser. Disse begreber er forklaret nedenfor.

Puljeprojekter eller projekter: Betegner de kommunale indsatser, der har modtaget midler fra puljen og arbejder med at udvikle, afprøve og gennemføre stopindsatser målrettet børn og unge.

Projektgruppe: Den gruppe af medarbejdere i kommunen, der har ansvar for at planlægge, koordinere og gennemføre puljeprojektet. Projektgrupperne kan bestå af stoprådgivere, projektledere, konsulenter og andre relevante fagpersoner

Stopindsatser: Anvendes som samlet betegnelse for projekternes arbejde med at støtte unge i at stoppe brugen af tobaks- og nikotinprodukter. Begrebet dækker hele indsatsen fra rekruttering, organisering og gennemførelse af stopforløb til opfølgning efter endt forløb.

Stopforløb: Refererer til forløb der henvender sig til stop af brugen af tobaks- og nikotinprodukter. Før kaldet "rygestopforløb".

Unge: Betegner projektets målgruppe: børn og unge under 25 år, som deltager i eller vurderes som relevante for stopforløbene.

Respondenter: Anvendes om personer, der har deltaget i en spørgeskemaundersøgelse, interview eller andet dataindsamlingsformat. Adskiller sig fra *deltagere*, der bruges om unge, som har været tilmeldt et stopforløb.

Stoprådgiver: En fagperson, der er uddannet til at vejlede borgere i at stoppe med brugen af tobaks- og nikotinprodukter. Personen arbejder i kommuner, på apoteker, Stoplinien eller som privat aktør. Tidligere kaldt "rygestoprådgiver".

Nikotinprodukter: Fællesbetegnelse for tobaks- og nikotinprodukter, der anvendes for nydelsens skyld. Omfatter bl.a. cigaretter, rulletobak, pibetobak, cigarillos, cerutter, cigarer, vandpibetobak, opvarmet tobak, e-cigaretter, snus, tyggetobak, tobakspastiller, skrå og nikotinposer.

Medicin til nikotinafvænning: Fællesbetegnelse for håndkøbs- og receptpligtig medicin til nikotinafvænning. Anvendes som paraplybegreb i rapporten.

Bilag B: Metodebeskrivelse

I det følgende bilag præsenteres de metoder og fremgangsmåder, der ligger til grund for rapportens dataindsamling. Evalueringen bygger på en kombination af kvalitative og kvantitative datakilder. Bilaget indeholder beskrivelser af de gennemførte casebesøg, observationer, interviews samt den kvantitative dataindsamling fra STOPbasen.

Casebesøg

Vi har gennemført i alt 15 fysiske casebesøg på de deltagende kommunale puljeprosjekter. For to projekter har det ikke været muligt at gennemføre fysiske casebesøg, derfor har vi stedet lavet online interviews.

De kommunale casebesøg har givet os mulighed for at undersøge, hvordan man i de forskellige puljeprosjekter arbejder med at udvikle og implementere indsatserne til ryge- og nikotinstop for børn og unge. Vi har fået en dybdegående indsigt i, hvordan arbejdet omkring indsatserne er organiseret i hver kommune, hvilke rekrutteringsstrategier, der anvendes, samt hvilke indholdselementer, der arbejdes med i de enkelte forløb. Casebesøgene har bidraget til at tydeliggøre både fællestræk og forskelle på tværs af puljeprosjekterne samt fordele og udfordringer i de enkelte indsatser.

Observation

På 12 casebesøg har vi observeret en session på det pågældende stopforløb. Det har varieret om forløbet har været individuelt med én deltager eller et gruppeforløb, hvor mellem 4-7 unge typisk har deltaget. Observationerne har givet indblik i det enkelte tilbuds konkrete indhold og format samt deltagernes og underviserens interaktioner og engagement. På tre af casebesøgene har vi deltaget på pop-up events, og på et casebesøg har vi observeret et foredrag. Disse aktiviteter havde til det formål at informere og rekruttere deltagere til stopforløbet. Disse pop-up events er foregået på de uddannelsesinstitutioner, som projektet samarbejder med. Her har vi særligt opnået indblik i projekternes rekrutteringsstrategier, samt hvordan disse eksekveres i praksis. Sammenlagt har observationerne bidraget med værdifulde indsigter, der supplerer og informerer viden til de videre interviews.

På to projekterne har det ikke været muligt at observere hverken stopforløb eller rekrutteringsaktivitet.

Interviews med projektmedarbejdere

Som en del af hvert casebesøg har vi gennemført kvalitative interviews med en eller flere projektmedarbejdere på de enkelte projekter. Disse interviews har bidraget med viden om, hvordan projektmedarbejderne oplever arbejdet med puljeprosjektet, hvad der har fungeret godt samt hvilke udfordringer og barrierer, de er stødt på i løbet af projektperioden. Derudover har vi i interviewene haft et særligt fokus på, hvordan projektmedarbejderne oplever arbejdet med de unge, samt om de kompetencemæssigt føler sig klædt tilstrækkeligt på til at varetage ryge- og stopforløb for unge mennesker.

Interviews med projektledere

Til midtvejsevalueringen har vi gennemført interviews med projektlederne på de enkelte puljeprojekter af to omgange. I vinteren 2025 gennemførte vi første runde af projektlederinterviews. Disse blev gennemført online af en varighed på ca. 60 minutter og havde fokus på tematikker som projekternes organisering, samarbejde, rekrutteringsstrategi og indhold i indsatsen samt projekternes opstartsfasen.

Som en del af hvert casebesøg gennemførte vi anden runde af projektlederinterviews. Disse interviews blev gennemført fysisk har bidraget til at belyse projekternes udvikling siden første interviewrunde, herunder hvordan samarbejdet med de øvrige samarbejdspartnere fungerer, erfaringer med rekrutteringsstrategi og afholdelse af stopforløb for de unge. Interviewene har således bidraget med viden om hvilke erfaringer og læring, som projektlederne har gjort sig ca. midtvejs i projektforsøbet.

Fokusgruppeinterviews med de unge

Som en del af hvert casebesøg har vi, hvor det har været muligt, gennemført et fokusgruppeinterview med 1-7 unge, der har deltaget i projektets stopforløb. Der er gennemført 12 fokusgruppeinterview og 1 enkelt interview. Interviewene har bidraget med indblik i, hvordan de unge har oplevet stopforløbet, herunder rekruttering, indhold og format samt betydning og virkning af stoptilbuddet. Derudover har interviewene bidraget med viden om de unges opfattelse af undervisningen, syn på forældredeltagelse samt deres motivation, engagement og lyst til at fortsætte i stopforløbet.

Hvert fokusgruppeinterview er gennemført fysisk og har varet 1-1,5 time.

Interviews med samarbejdspartnere

Vi har gennemført 10 kvalitative interviews med en eller flere relevante samarbejdspartnere på udvalgte puljeprojekter. Interviewene har været afholdt både fysisk og telefonisk i samme tidsperiode som casebesøgene, enten individuelt eller i fokusgruppeformat. Eksempler på samarbejdspartnere er ledere, SSP-konsulenter og fagprofessionelle på: grundskoler, efterskoler, ungdomsuddannelser (herunder STX, HHX, HTX, HF, EUX og EUD, FGU) tandplejen, psykiatrien og SSP.

Disse interviews har belyst, hvordan de pågældende samarbejdspartnere oplever indsatsens betydning for deltagerne samt samarbejdet med puljeprojektet, herunder organisering og implementering af projektets indsats. Derudover har interviewene belyst samarbejdspartnernes syn på eventuelle udfordringer og forbedringspotentialer ift. både indhold og implementering af projektets indsatsselementer.

Kvantitativ dataindsamling via STOPbasen

Til den kvantitative dataindsamling har vi anvendt data fra STOPbasen. Puljeprojekterne har løbende indberettet kvantitative data til STOPbasen efter samtykke fra den enkelte deltager. Data indtastes af puljeprojekterne ved forløbenes opstart og afslutning for bl.a. at belyse gennemførselsraterne og ryge- og nikotinstatus efter forløbet. Desuden rapporteres en langsigtet opfølgning på deltagernes ryge- og nikotinstatus efter 6 måneder samt deres eventuelle brug af medicin til nikotinafvænnelse mm.

Spørgeskemaet består af flere skemaer som skal udfyldes: Registreringsskemaet, basisskemaet og opfølgningsskemaet efter 6 måneder. Registreringsskemaet, der blandt andet indeholder oplysninger om typen af stopforløb, holdstørrelse, antal mødegange mv., udfyldes af stoprådgiveren. Basisskemaet, som indeholder information om den unges nikotinformbrug ved forløbets start samt andre baggrundsoplysninger, udfyldes af den unge deltager evt. i samarbejde med rådgiveren. Status på den unge deltagers ryge- og nikotinformbrug samt udlevering af medicin til nikotinafvænnings udfyldes efter stopforløbet afsluttes af stoprådgiveren.

Ved opfølgning efter seks måneder er det enten stoprådgiveren eller Stoplinien, der kontakter den unge telefonisk og indrapporterer besvarelsen direkte i et online opfølgningsmodul målrettet 6 måneder opfølgningen i STOPbasen.

Data til evalueringen er trukket fra STOPbasen den 1. oktober 2025. Anonymiserede og aggregerede data uden mulighed for genkendelse er blevet leveret til NHG i slutningen af oktober og starten af november 2025.

Data fra STOPbasen har muliggjort en kortlægning af en række parametre om stopforløbenes deltagere, som indgår som understøttende elementer til de pointer, der er beskrevet ud fra interviewene.

De indsamlede parametre gælder bl.a. baggrundsinformation om projektdeltagernes uddannelse, alder, køn, beskæftigelse, højest fuldførte uddannelse samt nikotin- og tobaksprofil ved forløbets opstart. Herudover en karakteristik af forløbstyperne udbudt på tværs af kommunerne, med information såsom typen af forløb. Dernæst information om de unges tilfredshed med forløbet og stoprate ved afslutning af stopforløb samt efter 6 måneders opfølgning.