

j629	jente	norsk
------	-------	-------

Ta egne valg

Jeg må ta valg mange ganger i løpet av livet. Alle valg jeg tar får konsekvenser. Noen valg får store konsekvenser, andre mindre. Det er viktig å ta egne valg, selv om det er lett å bli påvirket av andre.

At jeg tar et valg innenfor rusmidler kan påvirke fremtiden min, familien min og alle rundt meg. Hvis jeg blir avhengig av et rusmiddel kan det altså ikke bare gjøre skade på meg, men andre også.

Jeg er mot alle typer rusmidler, men jeg har aldri stått ovenfor valget. Det kan være mye vanskeligere når noen tilbyr meg tobakk, snus, alkohol eller narkotika. Jeg har tenkt litt over konsekvensene for hvert valg og har funnet ut hva jeg mener om rusmiddelet.

Hvis jeg blir tilbudt:

Narkotika

Konsekvensene hvis jeg sier ja:

Jeg kan bli avhengig, noe som fører til at jeg bruker pengene mine på det, og ikke andre ting som er viktigere for eksempel leilighet. Narkotiske stoffer ødelegger kroppen min og jeg blir fortere syk.

Konsekvenser hvis jeg sier nei:

Ingenting skjer, jeg blir ikke påvirket eller mister penger på grunn av at jeg må kjøpe narkotika.

(Narkotika er et fellesnavn for flere narkotiske stoffer. Hasj, marihuana, heroin og morfin er noen av dem. Noen narkotiske stoffer er lagd på fabrikker, andre kommer fra planter.)

Jeg sier nei til narkotika.

Tobakk/Snus

Konsekvenser hvis jeg sier ja:

Jeg kan bli avhengig, og er større risiko å få kreft, høyt blodtrykk og KOLS. Jeg kommer til å bruke mye penger på tobakk/snus. Jeg kan få gule tenner og ødelagt tannkjøtt. Det vil påvirke de jeg er med hvis jeg røyker i nærheten, det heter passiv røyking.

Konsekvenser hvis jeg sier nei:

Jeg vil ikke bli påvirket, ingenting skjer.

(Tobakk og snus inneholder et stoff som heter nikotin, det gjør at man blir avhengig. Tobakk puster du inn i lungene, men snus har du under leppa.)

Det i parentes kan flyttes til under overskriften Tobakk/snus.

Det i parentes kan flyttes til under overskriften Narkotika.

j629

Jeg sier nei til tobakk og snus.

Alkohol

Konsekvenser hvis jeg sier ja:

Jeg kan misbruke alkohol noe som påvirker familien min, vennene mine og meg selv. Hvis jeg er ung når jeg begynner å drikke alkohol skal det mindre til for å påvirke hjernen. Det er mye større sjanse for å havne i ulykker hvis man er påvirket av alkohol, og alkohol er ikke bra for kroppen.

Konsekvenser hvis jeg sier nei:

Jeg vil ikke bli avhengig, og det er mindre sjanse for å havne i ulykker.

Hvis man drikker mye og ofte kan alkoholen ta over. Du kan få problemer med familie, venner, jobb, penger og deg selv. Folk som gjør dette kaller vi alkoholikere eller alkoholavhengige.

Jeg sier nei til alkohol.

Ingen rusmidler er bra for kroppen, de er skadelige for deg selv og andre. Å prøve et rusmiddel en gang, kan være en gang for mye. Det er viktig å være forsiktig.

Det er ikke alle som begynner med rusmidler som har tenkt godt nok gjennom konsekvensene, men det er ekstremt viktig. Hvis man har problemer skal man ikke benytte rusmidler som et plaster. Rusmidler er mer skadelig enn helbredende.

Alle valg påvirker fremtiden min. Hvis jeg for eksempel begynner med narkotika er det vanskelig å slutte. Det kan føre til at jeg dropper ut av skolen og ikke får en jobb. Rusmidler påvirker ikke bare meg, men også de rundt. Rusmidler er ikke bra for deg, så ta et valg du blir fornøyd med i fremtiden.

j629

jente

norsk

- Du har skrevet en veldig god tekst! 😊
Du har reflektert over mulige konsekvenser av det å si ja til de ulike rusmidlene.
- Kan du også tenke deg ulike situasjoner som kan oppstå og som likevel kan gjøre det vanskelig å si nei?
- Jeg har satt strek under feil. Alle er kommateil eller manglende komma. Det kan være lurt å ha kortere setninger.
- Jeg har satt ~ der det kan bli bedre språklig.