

## Warum gefährdet Alkohol Jugendliche?

Zunächst aus den gleichen Gründen wie den Erwachsenen:

- Weil sie nicht mehr klar denken, anders reagieren, leichtsinnig oder aggressiv werden
- Weil er den Körper krank macht und ihn schneller altern lässt

Darüber hinaus gibt es zusätzliche Gefahren:

- Weil die körperliche Entwicklung noch nicht abgeschlossen ist, reagieren sie empfindlicher auf Alkohol als Erwachsene
- Weil das niedrigere Körpergewicht den Alkoholgehalt im Blut schneller steigen lässt

- Weil Ihr Gehirn schneller lernt. Wenn Kinder und Jugendliche die Erfahrung machen, dass sich Probleme und Stress mit Alkohol „besser“ bewältigen lassen, können sie in nur wenigen Monaten alkoholabhängig werden
- Weil Ihnen schneller eine Alkoholvergiftung droht (Das Enzym für den Alkoholabbau ist noch nicht in ausreichender Menge vorhanden)
- Weil das Risiko von Alkoholproblemen im Erwachsenenalter größer ist, je früher man beginnt Alkohol zu trinken

## Warum trinken Jugendliche?

Es gehört zu den alterstypischen Entwicklungsaufgaben der Jugendlichen, den risikoarmen Umgang mit der legalen Droge Alkohol zu lernen – genauso, wie die eigene Identität zu finden und sich vom Elternhaus zu lösen.

**Weil** sie es spannend finden, gegen Verbote zu verstoßen.

**Weil** Alkohol fast überall verfügbar ist.

**Weil** sie Grenzen austesten wollen.

**Weil** sie dazugehören und mitreden wollen.

**Weil** sie neugierig sind.

**Weil** sie Hemmungen und Langeweile überwinden wollen.

**Weil** es in vielen Cliquen als „cool“ und erwachsen gilt.

**Weil** andere sie dann erst anerkennen.

**Weil** andere sie unter Druck setzen mitzutrinken.

**Weil** sie Entspannung suchen und Alkohol die Stimmung hebt.

**Weil** sie Enttäuschungen, schulisches Versagen, mangelndes Selbstbewusstsein oder andere Probleme vergessen wollen.

## Adressen zu weiteren Hilfen und Beratung

Wenn Sie unsicher, Ihnen diese Tipps zu allgemein sind oder Sie konkrete Fragen haben, sprechen Sie uns an.

### Kreis Borken Fachbereich Gesundheit

#### Suchthilfeplanung

Reinhild Wantia  
Regina Kasteleiner  
Burloerstr. 93  
46325 Borken  
Tel: 02861 | 82 11 54  
r.wantia@kreis-borken.de  
r.kasteleiner@kreis-borken.de

#### Fachstelle für Suchtvorbeugung

Werner Rasch  
Christel Sondermann  
Burloerstr. 93  
46325 Borken  
Tel: 02861 | 82 10 86  
w.rasch@kreis-borken.de  
c.sondermann@kreis-borken.de

Weitere Unterstützung und spezielle Hilfen finden Sie unter [www.vollrausch-ohne-mich.de](http://www.vollrausch-ohne-mich.de).

Hier finden Sie ausführliche Informationen zu den lokalen Ansprechpartnern der Jugend- und Suchthilfe. Die dort aufgeführten Beratungsangebote bieten Ihnen fachkundige Unterstützung bei Fragen rund um das Thema Alkohol, bei jugendschutzrechtlichen Bestimmungen oder Erziehungsfragen an.

#### Herausgeber:

Kreis Borken - Fachbereich Gesundheit  
und die  
Arbeitsgemeinschaft Sucht- und Gewaltprävention  
im Kreis Borken



# Elterninfo

Jugendliche und Alkohol  
Tipps und Infos für Eltern und Pädagogen

## Alkohol wird nicht erst zum Thema,

wenn der Nachwuchs das erste Mal betrunken von der Party nach Hause kommt.

Im Kreis Borken ist jeder sechste 13jährige schon mal betrunken gewesen und das wöchentliche Betrinken bei unter 16jährigen ist weit verbreitet.

**... ohne mich!**

» Der Probeschluck auf der Familienfeier, süße Alkopops in der Werbung, die Flaschen, die einer in der Clique mitbringt – und schließlich trinkt man abends zu Hause ja auch mal ein Bierchen oder ein Glas Wein:

Was können Sie tun, um Ihren Kinder einen verantwortungsvollen Umgang mit Alkohol zu vermitteln? «

Erst recht in einem Alter, in dem die Clique und die Medien bestimmen, was angesagt ist und die Meinung der Eltern wenig zählt. Erste Tipps gibt Ihnen dazu der Fachbereich Gesundheit des Kreises Borken in diesem Informationsblatt. Für weitere Fragen und Probleme finden Sie auf der Rückseite kompetente Ansprechpartner im Kreisgebiet.

## Tipps

### Das erste Mal betrunken?

Ihr Kind kommt das erste Mal betrunken nach Hause. Sie machen sich Sorgen und fragen sich, wie spreche ich das Thema richtig an. Bleiben Sie vor allem ruhig! Folgende Anregungen sind hilfreich:

- Versuchen sie erst am nächsten Tag mit Ihrem Kind über den Rausch und Ihre Sorgen zu sprechen
- Bleiben Sie mit Ihrem Kind im Gespräch, auch wenn es abblockt
- Strafen erreichen oft das Gegenteil
- Vereinbaren Sie mit Ihrem Kind klare Regeln zum Alkoholkonsum. Es braucht altersgerechte Freiräume, aber auch Grenzen als wichtige Orientierungshilfen.

### Vorbild sein ...

Kinder und Jugendliche sind aufmerksame Beobachter und betrachten kritisch, ob Sie das, was Sie von ihnen verlangen, auch selbst vorleben. Das ist Ihre Chance als Eltern

- Trinken Sie mäßig und genussvoll, verzichten auch Sie mal auf das Glas Rotwein zum Essen, das Bier zum Fernsehen
- Sagen Sie auch mal bewusst und konsequent NEIN zum angebotenen Glas Wein oder Bier
- Besorgen Sie keinen Alkohol für Ihr Kind (z. B. für eine Party)
- Verführen Sie es nicht zum „Probeschluck“
- Informieren sie Ihr Kind altersgerecht und sachlich richtig über Alkohol und dessen Gefahren

### Anlass zur Sorge ...

- Ist Ihr Kind an (fast) jedem Wochenende betrunken?
- Trinkt Ihr Kind mit 13, 14, 15 Jahren regelmäßig Alkohol?
- Trinkt Ihr Kind vor oder während der Schule Alkohol?
- Hatte Ihr Kind wiederholt Ärger wegen seines Alkoholkonsums?
- Trinkt Ihr Kind Alkohol, wenn es allein ist?

» Nehmen Sie sich Zeit für ein Gespräch in ruhiger Atmosphäre.

Formulieren Sie Ihre Sorge und fragen Sie nach den Gründen. «

Als Eltern müssen Sie einen schwierigen Balanceakt bewältigen und es ist nicht leicht, den richtigen Ton zu treffen: eine klare Haltung und verbindliche Regeln einerseits und Fürsorge und bei Bedarf Unterstützung andererseits. Auch wenn Jugendliche in solchen Situationen protestieren: Bleiben Sie in Kontakt. Eltern, die sich kümmern sind eine größere Hilfe als Eltern, die die Dinge laufen lassen.

## Wegen dieser Gefahren hat der Gesetzgeber den Alkoholkonsum Jugendlicher im Jugendschutzgesetz klar geregelt:



### ■ Keinen Alkohol unter 16 Jahren.

Wer noch keine 16 ist, darf keinen Alkohol kaufen oder konsumieren.

### ■ Keinen „harten“ Alkohol unter 18 Jahren.

Wer 16 oder 17 Jahre alt ist, darf zwar Bier, Wein und Sekt kaufen. Schnaps, Alkopops oder Lebensmittel mit Branntwein gibt es aber erst ab 18. Vgl. § 9 Jugendschutzgesetz.

**VOLLRAUSCH**  
... ohne mich!

Mit »Vollrausch ... ohne mich!« wenden wir uns an Jugendliche, Eltern, Schule, Sport, Handel und Veranstalter.

Zu der Initiative gehören ganz unterschiedliche Aktionen.

**Ziel ist es**, Kinder und Jugendliche für ihr Trinkverhalten zu sensibilisieren und ihnen Alternativen aufzuzeigen. Eltern wollen wir in ihrer Aufgabe unterstützen, ihren Kindern altersgerecht und lebensnah den Umgang mit der Kulturdroge Alkohol zu vermitteln. Hierüber hinaus sollen Bürger im Kreis Borken zum Problemfeld des missbräuchlichen Alkoholkonsums sensibilisiert werden.