

# FAMILIEN KOMPASS

Anregungen zum Umgang mit alltäglichen Erziehungsproblemen

**Heft 12**



Bezirksamt Steglitz-Zehlendorf von Berlin  
Jugendamt-Fachreferat Psychosoziale Dienste  
Erziehungs- u. Familienberatungszentrum

## **I N H A L T**

Vorwort	02
Einleitung	03
Was man über Alkohol, seinen Genuss und Missbrauch, seine Wirkungen und Schädigungen wissen sollte	06
Jugendliche und Alkohol	08
Eltern in der Verantwortung	12
Gesetzliche Vorschriften	19
Und dies zum Schluss	20
Adressen für ratsuchende Eltern	21

Text: Babette Dornhof & Ditmar Kuhnt – September 2008

Illustrationen: Wilhelm Busch ▪ Humoristischer Hausschatz ▪ München 1958

## VORWORT

Als man mit der Bitte an mich heran trat, zur Aktionswoche „Jugend gegen Alkohol“ einen neuen Familienkompass mit meinen Kollegen/innen zu gestalten, fiel mir zunächst mein eigener Umgang mit Alkohol ein.

Ich trinke sehr gerne Wein und ehrlich gesagt, kann ich mir keine Party, Geburtstagsfeier oder ein besonderes Essen ohne den Genuss eines guten Glases Wein vorstellen! Und wenn ich es mir recht überlege, kann ich mich auch an kein Fest erinnern, auf dem nicht Alkohol angeboten wurde. Sollte dies doch vorgekommen sein, war es entweder ein Fest gläubiger Muslime, ein Kindergeburtstag oder eine Veranstaltung von trockenen Alkoholikern, die hundertprozentigen Verzicht üben müssen.

Bin ich jetzt schon alkoholgefährdet oder gar ein schlechtes Vorbild für mein Kind?

Bei der Durchsicht der mannigfaltigen Elternbroschüren zum Thema Alkohol fiel mir immer wieder die gut gemeinte Pädagogik und zum Teil der moralische Unterton auf, mit dem die Eltern an ihre Vorbildfunktion und Verantwortung erinnert bzw. gemahnt werden.

Aber wie sieht die Welt nun um uns herum aus?

- Da gibt es schicke, junge Leute im Fernsehen, Karibikfeeling, tolle Rhythmen und die unvermeidliche Pulle Rum.
- Als Nächstes, ein stylisches Segelschiff, wieder junge Menschen mit sportlich durchtrainierten Körpern und von der Natur mit Schönheit nur so überschüttet und smart obendrein, denn das eisgekühlte Bier kommt direkt aus dem Meer.
- Dann ist da noch die tolle, temperamentvolle Trommlerin, die für ihr gutes Lebensgefühl nach der Flasche Sekt ruft.
- Und erst in der Liebe! Wer möchte nicht seinen Liebsten/seine Liebste mit einer Flasche Sekt oder Wein erfreuen, wenn das anschließend bleibende Erinnerungen von der wahren Liebe verspricht?



Foto: dikuH

So könnte ich unendlich Weiteres aufzählen. Sie wissen wovon ich rede, von der Werbung für alkoholische Getränke, die uns vom „richtigen Leben“ berichtet.

Und davon – Hand aufs Herz – wünschen wir uns doch alle eine ganze Menge.

Einerseits gehört der Alkohol zum besseren Leben und andererseits soll er verteufelt werden. Das ist ein gedanklicher Spagat, den zumindest Kinder und Jugendliche

nicht verstehen können und viele Erwachsene auch nicht schaffen, unabhängig von Bildung und Ansehen. Denn auch unter Erwachsenen gilt häufig: Ein Glas ist kein Glas oder wenn jemand keinen Schnaps oder ähnliches mittrinken möchte: Sei doch nicht so ein Weichei!

Würde es Ihnen leicht fallen, Ihren Freund, Ihre Freundin anzusprechen, wenn Sie bemerken, dass deren Alkoholkonsum steigt?

Der sorgsame Umgang mit Alkohol ist eine große Herausforderung an das Verantwortungsbewusstsein für die eigene Gesundheit. Es wäre toll, wenn das für alle so einfach wäre.

Also, bevor wir als Erwachsene, Eltern und Pädagogen uns auf die Kinder und Jugendlichen konzentrieren bzgl. ihres Alkoholkonsums, sollten wir ehrlich zu uns selbst sein und in der Verantwortung für sie, bei uns einen Selbstreflexionsprozess beginnen. Um diesen kommen wir nicht herum, wenn wir für sie glaubwürdig sein wollen. Ehrliche Gespräche mit anderen Erwachsenen können hier sehr hilfreich sein.

Auch wünsche ich mir mehr Unterstützung des Gesetzgebers: Tabakwerbung in Funk, Fernsehen und Zeitschriften ist bereits untersagt! Dasselbe soll auch für Alkohol gelten!

Hannelore Grauel-von Strünck

Fachreferentin / Leitung der Psychosozialen Dienste

## **EINLEITUNG**

„Wenn man einem komplexen sozialen System gegenübersteht, einem Stadtzentrum oder einem Hamster, mit Dingen darin, die einem nicht gefallen und die man in Ordnung bringen möchte, dann kann man nicht einfach hingehen und Ordnung machen. Das hat wenig Aussichten. Diese Erfahrung gehört zu den Enttäuschungen unseres Jahrhunderts.“<sup>1</sup>

Dieser Gedanke von Lewis Thomas sei voran gestellt, bevor wir uns dem sehr komplexen Thema Alkohol und Jugendliche nähern.

Seit Jahrzehnten wird in den Staaten der westlichen Welt ein erbitterter Kampf gegen Drogenabhängigkeit geführt. Die Ergebnisse sind nach wie vor recht ernüchternd und die bisherige (vor allem repressive) Drogenpolitik hat nicht zum erhofften Erfolg geführt. – Es ist eine nüchterne Feststellung, dass jeder, der Drogen konsumieren will, legale wie illegale, sie sich ohne weiteres beschaffen kann.

---

<sup>1</sup> SENGE, PETER M. (1998<sup>5</sup>, SEITE 81): DIE FÜNFTE DISZIPLIN – KUNST UND PRAXIS DER LERNENDEN ORGANISATION. STUTTGART

Wie gehen wir mit dieser Tatsache um? Wie gehen wir überhaupt mit der Suchtbereitschaft von Menschen um? Emotionen bestimmen unsere persönliche Haltung und sie bestimmen auch den Gang der politischen Diskussion.

In den letzten Jahren häufen sich Nachrichten über Koma- und Trichtersaufen von Jugendlichen sowie Flatrate-Parties, die einen eklatanten Anstieg von akuten Alkoholvergiftungen zur Folge haben. – Immer mehr Jugendliche trinken sich krankenhaushausreif. Seit 2000 hat sich die Zahl verfünffacht. Dies ist die erschütternde Spitze eines Eisbergs. Es ist ein deutlicher Trend erkennbar:



Foto: N.N.

### **Immer Jüngere, kippen harte Alkoholika, in immer kürzerer Zeit, in sich hinein.**

Die verfahrenere Situation erfordert neben Sachlichkeit, zunächst einmal die Bereitschaft zur Auseinandersetzung mit Fakten. Es braucht viele Ideen und neue Ansätze, damit junge Menschen nicht in drogenbedingte Abhängigkeiten geraten und Folgeschäden auf ein Minimum begrenzt werden können.

Der Psychiater Klaus Dörner hat in den 70er Jahren auf folgenden Umstand hingewiesen:

„'Abhängig' ist gleichbedeutend mit 'süchtig', was wörtlich 'krank' heißt. Nun kann nahezu jedes menschliche Handeln süchtig sein und jedes Ding kann Gegenstand einer Sucht werden. So können wir sagen, daß 'süchtig, krank werden nach ...', sich abhängig machen von ...' zum Wesen des Menschen überhaupt gehört. Die Fähigkeit zum Abhängig-Sein ist schon eine Voraussetzung fürs Überleben. Wir sind lebenslänglich auf den Halt an irgendetwas angewiesen; und bei 'Haltlosigkeit' werden wir nicht etwa von Unabhängigkeit oder Selbständigkeit sprechen. Abhängigkeit ist also als *menschliche Haltung* zu begreifen, bevor wir uns daran machen können, abhängige Patienten zu verstehen. Sucht und Abhängigkeit hängen zusammen mit Rausch, Trunkenheit, Extase, Exzess; also mit Zuständen, in denen Menschen die Grenzen ihres alltäglichen, sozialen, normalen, erlaubten Lebens sprengen: körperlich, seelisch und sozial. Dies auch biologisch tiefe Streben aller Menschen ist vielleicht am besten in dem Wort *Sehn-Sucht* erfaßt. (...) Der Mensch ist ... nicht nur ein 'ökonomisches Wesen', das vernünftig-zweckrational Mittel für Ziele einsetzt. Vielmehr scheint der Mensch zum Leben beides zu brauchen: das sozial Erlaubte und das Unerlaubte, das Maß und die Maßlosigkeit, die Sättigung und die Unersättlichkeit, das Normale und das Nicht-Normale, Ordnung und Außer-Ordentliches. Wie wäre sonst *Entwicklung* möglich?“<sup>2</sup>

Heute gilt es, Schritt für Schritt ganz pragmatisch realistische Ziele zu skizzieren, mit allen Hindernissen, die aus dem Weg zu räumen sind.

<sup>2</sup> DÖRNER, KLAUS / PLOG, URSULA (1984<sup>8</sup>, SEITE 176): IRREN IST MENSCHLICH – ODER LEHRBUCH DER PSYCHIATRIE / PSYCHOTHERAPIE. REHBURG-LOCCUM

Die Drogenbeauftragte der Bundesregierung formulierte jüngst, es wäre „kontraproduktiv, gegen den Alkohol an sich zu Felde zu ziehen“, weil er auch Teil eines „kulti-vierten Lebensstils“ sein könne; vielmehr gehe es darum, die Bürger für einen ver-antwortungsbewußten Konsum gewinnen und für das Problem des regelmäßigen Alkoholkonsums bei Kindern und Jugendlichen zu sensibilisieren.<sup>3</sup>

Zentrales Ziel der **Suchtprävention im Bezirk Steglitz-Zehlendorf** ist es, den schädlichen Konsum von Suchtmitteln wie z.B. Nikotin, Alkohol, Medikamenten oder Cannabis, aber auch exzessive Verhaltensweisen wie z.B. Automaten- oder Compu-terspiele zu verhindern oder mindestens deutlich zu reduzieren, um psychosozialen Problemen und Abhängigkeiten vorzubeugen.

Eine vorrangige Zielgruppe der Suchtprävention sind junge Menschen. Ihnen gilt es Lebensfreude, Selbstachtung und Konfliktfähigkeit zu vermitteln, um sie zu einer ge-sunden und befriedigenden Lebensgestaltung zu befähigen.

In **konkrete Ziele** umgesetzt heißt dies:

- Probierkonsum wird zeitlich hinausgeschoben mit einer Erhöhung des Ein-stiegsalters generell auf 18 Jahre
- Alkoholkonsum wird deutlich reduziert
- Abnahme des Rauschtrinkens
- Kritisches Nachdenken über den eigenen Alkoholkonsum
- Umfassendes Wissen zum Thema Alkohol herstellen
- Die Altersgrenzen des Jugendschutzes werden von Kindern und Jugendlichen akzeptiert

Die Herausgabe dieses Familienkompasses, als Information und Orientierungshilfe für Eltern, ist ein Mosaikstein, auf dem Weg, diese Ziele zu erreichen.



Foto: M. Kaufhold

---

<sup>3</sup> FRANKFURTER ALLGEMEINE ZEITUNG VOM 15.04.2008 / VGL. EMPFEHLUNGEN DES DROGEN- UND SUCHTRATES AN DIE DROGENBEAUFTRAGTE DER BUNDESREGIERUNG: FÜR EIN NATIONALES AKTIONSPROGRAMM ZUR ALKOHOLPRÄVENTION VOM 09.06.2008

# WAS MAN ÜBER ALKOHOL, SEINEN GENUSS UND MISSBRAUCH, SEINE WIRKUNGEN UND SCHÄDIGUNGEN WISSEN SOLLTE

## Begriffsbestimmung

Alkohol ist ein bei uns kulturell verankertes, gesellschaftlich breit akzeptiertes, legales Genussmittel. Alkohol wird aus Getreide, Früchten oder Zuckerrohr gewonnen und entsteht durch Vergärung von Zucker oder Destillation. Er wird als Bier, Wein, Spirituose und in den letzten Jahren verstärkt in Form von alkoholischen Mixgetränken angeboten.



Foto: U. Grauel

## Alkohol und seine Wirkung

Seine Wirkung hängt von der getrunkenen Menge, dem jeweiligen körperlichen und seelischen Zustand, dem Alter und der Trinkgewohnung ab. In maßvollen Mengen führt der Genuss zu gehobener Stimmung, Kontaktfreude und Abbau von Hemmschwellen und Ängsten. Man ist lustiger, entspannter, eben gut drauf. Trinkt man zuviel, wird man häufig lauter, aggressiver bis hin zu peinlichem Verhalten. Bei Missbrauch kann die Stimmung in Gereiztheit bis hin zu Gewalt umschlagen. Wahrnehmung, Aufmerksamkeit, Koordination, Sprache und Sexualität werden beeinträchtigt. Alkohol kann körperliche und seelische Abhängigkeiten erzeugen.

## Schädigungen

Alkohol ist ein Zell- und Nervengift, das auf den gesamten Organismus wirkt. Er verlangsamt insbesondere den Fettstoffwechsel des Körpers. Während dieser Zeit wird weniger Fett vom Körper verbraucht und mehr Fett im Fettgewebe eingelagert. Alkohol verdrängt also Fette und Kohlenhydrate aus der Energiebedarfsdeckung. Alkoholmissbrauch führt zur Schädigung innerer Organe (vor allem der Leber), des Gehirns und des Nervensystems (bis hin zu Delirium, Impotenz und Demenz) und ist an der Entstehung von Krebserkrankungen beteiligt. Je jünger das Einstiegsalter ist (heute ca. 10-14 Jahre), desto schädlicher die körperlichen Folgen (Entwicklungsverzögerungen, -blockaden) und desto größer eine später folgende Abhängigkeit (durch stärkere Gewöhnungseffekte und Verfestigung des Verhaltens).

Ein großes Problem stellt der Alkoholkonsum in der Schwangerschaft dar. Bereits **ein Glas Alkohol pro Woche** führt zu nachhaltigen alkoholbedingten Schädigungen beim Ungeborenen. Nach vorsichtigen Schätzungen leiden jährlich ca. 4000 Neugeborene an den Folgen der **fetalen Alkoholspektrums-Störung** (FASD), die damit zu den häufigsten angeborenen Behinderungen in Deutschland zählt (zum Vergleich: jährlich werden ca. 2000 Säuglinge mit dem Down Syndrom geboren).

Daher gilt für alle Schwangeren:

**ABSOLUT KEIN TROPFEN ALKOHOL WÄHREND DER SCHWANGERSCHAFT!**

Typische **Entzugerscheinungen** sind:

- Nervosität
- Zittern
- Verwirrung
- Angst
- Schweiß
- Benommenheit
- Dämmerzustand mit Wahrnehmungsveränderung

### **Alkoholabbau**

Pro Stunde werden etwa 0,1 Promille abgebaut. So dauert es z.B. bei einem Ausgangswert von einem Promille ca. sechs bis sieben Stunden, bis man wieder nüchtern ist!

### **Häufigkeit**

Jedes Jahr trinken ca. 750.000 Menschen in der Bundesrepublik das erste Mal Alkohol. Für ca. 10% kann dies der Beginn einer problematischen Alkoholikerkarriere sein. Jugendalkoholismus findet man kaum in einer Statistik – spektakulärer sind die jugendlichen Abhängigen harter Drogen – aber die meisten User illegaler Drogen haben zuvor Erfahrungen mit der Pule gemacht.

In Deutschland sind es 26% der 12- bis 17-Jährigen, die mindestens einmal im Monat fünf oder mehr Gläser Alkohol getrunken haben („Binge Drinking“). – ***Der frühe und riskante Pro-Kopf-Konsum dieser Jugendlichen ist von 34 Gramm im Jahr 2005 auf 50,7 Gramm Alkohol pro Woche im Jahr 2007 gestiegen und damit höher denn je.***<sup>4</sup>

Mindestens 1,3 Millionen Erwachsene sind in Deutschland alkoholabhängig, mehr als 9,5 Millionen von Abhängigkeit bedroht.

Die Drogenbeauftragte der Bundesregierung sprach von ca. 70.000 Todesfällen jährlich infolge des Alkoholkonsums in Deutschland. Im Vergleich dazu sind z.B. im Jahr 2003 1.477 Menschen durch den Konsum illegaler Drogen und 110.000 in Folge des Tabakrauchens verstorben.



Foto: N.N.

<sup>4</sup> DIESE UND DIE FOLGENDEN ZAHLEN UND DATEN SIND DEN EMPFEHLUNGEN DES DROGEN- UND SUCHTRATES AN DIE DROGENBEAUFTRAGTE DER BUNDESREGIERUNG: FÜR EIN NATIONALES AKTIONSPROGRAMM ZUR ALKOHOLPRÄVENTION VOM 09.06.2008 ENTNOMMEN.

# JUGENDLICHE UND ALKOHOL

DIE HEUTIGE JUGEND IST VON GRUNDAUF VERDORBEN.  
SIE IST BÖSE, GOTTLOS UND FAUL. SIE WIRD NIEMALS SO SEIN WIE DIE JUGEND VORHER  
UND ES WIRD IHR NIEMALS GELINGEN, UNSERE KULTUR ZU ERHALTEN.

BABYLONISCHE TONTAFEL – AUFGESCHRIEBEN VOR 3000 JAHREN

## Pubertät

Die Pubertät gilt zu Recht als eine der schwierigsten Entwicklungsphasen innerhalb der Erziehung Ihrer Kinder. Hat man ein Kind im Alter zwischen elf und fünfzehn Jahren und spricht darüber mit anderen, kann man sich des Mitleids seiner Mitmenschen sicher sein. Kommentare wie „Na, dann mach’ dich auf etwas gefasst“ oder auch „Viel Spaß dann“ sind dann nicht selten zu hören.

In der Tat kann die Pubertät eines Kindes für die ganze Familie anstrengend werden. Die meisten Eltern erleben Zeiten der Ermüdung, Entmutigung und Verzweiflung. Es wird Ihnen ein Höchstmaß an Verständnis, Toleranz und Vertrauen gegenüber Ihrem Kind abgefordert. Das richtige Maß zwischen Festhalten und Loslassen zu finden, wird zu einer Gratwanderung, die gelegentlich zu Abstürzen führt.

Andererseits gibt es auch in dieser Phase der Entwicklung Ihres Kindes beglückende Augenblicke. Da scheint durch, dass Ihr Kind zu einem Erwachsenen heranreift, auf den Sie stolz sein können. Die Grundlage für eine Eltern-Kind-Beziehung, die Sie bereits in den ersten Lebensjahren geschaffen haben, ist vorhanden. Sie werden, vielleicht mit Erstaunen bemerken, dass Ihr Kind Ihnen mit neuen Vorstellungen und Ideen begegnet, die Sie immer wieder herausfordern aber auch bereichern.

Die Phase der Pubertät ist nicht nur für die Eltern, sondern auch für ihr Kind schwierig. Denn es erlebt sie als eine Zeit der Unsicherheit, eine Zeit der großen Sprünge, die zu recht als emotionale Achterbahn bezeichnet wird. Es bewegt sich vor und zurück, mit einer Plötzlichkeit, die auch Ihr Kind selbst nicht begreift. Innere und äußere Veränderungen stürzen es in Unruhe, die es nicht nur anzunehmen lernen muss. Aus ihnen erwachsen auch die Fragen „Wer bin ich?“, „Welchen Sinn hat das Leben?“, „Wo ist mein Platz in dieser Gesellschaft?“. Die Suche nach Antworten darauf bildet die Grundlage des Jugendlichen auf dem Weg zum Erwachsenwerden. Daneben besteht häufig auch eine Abenteuerlust, teils verbunden mit einer enormen Risikobereitschaft und Probeverhalten, wenn es gilt neue Kicks oder Grenzen zu erkunden.

Sie erkennen Ihr Kind manchmal nicht mehr wieder. Eben war es noch ein freundliches Wesen, das sich weitgehend an Familienregeln hielt, nun aber rebellierte es gegen alle und alles.

Dieses Verhalten Ihres Kindes ist für Sie vielleicht schwierig auszuhalten und doch ist es entwicklungsnotwendig. Ihr Kind nabelt sich ab, wird zunehmend eigenständiger und zeigt sich dabei manchmal ziemlich egoistisch. – Das muss so sein.

Als Heranwachsender die Loslösung von den Eltern zu schaffen, bedeutet, sich vor allem auf sich selbst zu konzentrieren. Der Nachwuchs muss und will sich neue Freiräume innerhalb der Familie erkämpfen. Das heißt auch, dass er ausprobiert, was das Leben zu bieten hat. Dabei macht er Fehler, entdeckt aber gleichzeitig eigene Stärken und Schwächen, er lernt sich und seine Grenzen kennen.

Begleiten Sie als Eltern Ihr Kind auf dieser Suche mit Ihrem Wissen um die Veränderungen, die es in der schwierigen Phase der Pubertät erwarten. Zeigen sie ihm Ihr Verständnis und Vertrauen, Ihre Toleranz und viel Liebe.

Die Grundlage für diese oft so schwer nachvollziehbaren Schwankungen im Verhalten und der Stimmung sind erhebliche körperliche Veränderungen.

Seit etwa dem 16. Jahrhundert versteht man unter Pubertät (lat.: Mannbarkeit) den Teil der Adoleszenz, in dem der entwicklungsphysiologische Verlauf der Geschlechtsreife, sein Ziel, die Fortpflanzungsfähigkeit erreicht und darüber hinaus zu einem ausgewachsenen Körper führt. Diese Phase des Lebens beginnt, wenn die Hirnanhangdrüse ein hormonelles Signal an den Körper sendet, in bestimmten Organen verstärkt Geschlechtshormone herzustellen und in das Blut auszuschütten. Bei Jungen ist es in erster Linie das Testosteron, bei Mädchen das Östrogen. Im Normalfall wird in unseren Breiten die Pubertät bei Mädchen zwischen dem 10. und 18. Lebensjahr und bei Jungen zwischen dem 12. und 20. Lebensjahr durchlaufen. In dieser Zeitspanne kommt es unter der deutlich erhöhten Konzentration der Geschlechtshormone bei beiden Geschlechtern zur vollständigen Ausprägung der sekundären Geschlechtsmerkmale, wie etwa der geschlechtsspezifischen Körperbehaarung. Bei Mädchen beginnt in der Pubertät die Menstruation (Menarche) und kurz danach die Bildung von befruchtungsfähigen Eizellen (Ovulation) in den Eierstöcken, bei den Jungen die Spermienproduktion in den Hoden (Spermarche). Beginn und Verlauf der Pubertät werden nach neuesten Kenntnissen in erster Linie genetisch gesteuert, wobei dem Pubertätsgen KiSS1R eine besondere Bedeutung zukommt.

Neben den äußerlich-körperlichen und hormonellen Veränderungen legt u.a. auch die Großhirnrinde gewaltig zu. Signale werden nun 30-mal schneller weitergeleitet, vieles wird umgebaut, neu verknüpft und geschaltet, so dass dieser Hinweis durchaus nützlich sein kann:

***Wegen Umbau im Gehirn ist in folgenden Bereichen mit Behinderungen zu rechnen: Umgang mit Gefühlen, Impulskontrolle, Handlungsplanung. Danke für Ihr Verständnis.<sup>5</sup>***



Foto: U. Grauel

## **Jugendliche & Alkohol**

Jugendliche sind besonders gefährdet, denn die Reifung des Gehirns ist in dieser Phase noch nicht vollständig abgeschlossen. Zudem ist die Pubertät, wie bereits ausgeführt, für Jugendliche eine schwierige Zeit. Es beginnt eine Loslösung vom Elternhaus, eigene Positionen im Freundeskreis müssen gefestigt, berufliche Perspektiven gefunden werden usw. usf. ...

<sup>5</sup> SIEHE: WILLENBROCK, HARALD: WIE DIE PUBERTÄT DEN KÖRPER VERÄNDERT. IN: GEO WISSEN, MAI 2008

Jugendliche reagieren auf Konflikte und Widersprüche in ihrem sozialen Umfeld, auf mangelnde Möglichkeiten der Durchsetzung der eigenen Wünsche, Motive und Bedürfnisse oft ähnlich wie auch Erwachsene. Sie laden ihre Spannung, ihren Stress und ihren Frust entweder bei anderen ab, die sie attackieren, sie fressen diese Belastung in sich hinein oder versuchen sich zu „betäuben“. Da Alkohol zu trinken in schwierigen Situationen entlastend (hier: problemvermeidend) wirkt, findet eine Auseinandersetzung mit anstehenden Problemen und ein damit verbundenes Wachsen der Persönlichkeit aufgrund positiver Bewältigung nicht statt. Zudem besteht ein deutlich höheres Risiko einer späteren Abhängigkeit, je früher der Einstieg in den Alkoholkonsum beginnt. Erfolgreiche Frühintervention bedeutet somit auch, später langwierige und kostspielige Behandlungen von Alkoholabhängigkeit zu verhindern.

Nun stellt nicht jeder überhöhte Alkoholkonsum von Jugendlichen bereits ein Alkoholproblem dar. Oft handelt es sich um ein vorübergehendes Verhalten, das im Zusammenhang mit jugendtypischen Entwicklungsphasen steht. Eine wichtige Entwicklungsaufgabe von Jugendlichen ist es deshalb, einen verantwortungsvollen Umgang mit Alkohol zu lernen – kontrolliertes, genussbetontes Trinken.

### Umgang mit Alkohol

Der Alkoholkonsum deutscher Jugendlicher liegt in Europa im oberen Viertel. Das Einstiegsalter liegt bei ca. 13 Jahren, der erste Alkoholrausch findet mit 14 Jahren statt. Wöchentlich konsumieren 15% der 13-Jährigen und 46% der 15-Jährigen Alkohol.

Viele Jugendliche sind mit ihrem Körper unzufrieden und ihre körperliche Aktivität liegt unterhalb des europäischen Durchschnitts. Ca. 3,4 Stunden verbringen deutsche Jugendliche vor dem Fernseher und PC.



Foto: N.N.

Wir gehören zu den wohlhabendsten Ländern, was aber nicht ausschließt, dass im normalen Alltag die Lebensführung ein hohes Maß an Stress erzeugt. Unterschiedliche Faktoren spielen dabei eine Rolle: Ein Grossteil der Belastungen geht dabei auf das Konto von Schule. Dauerhafte Leistungsanforderungen, verbunden mit unklaren Berufsperspektiven führen zur Ablehnung von schulischen Inhalten. Die Schulkultur und der Schulalltag sind entscheidend für ein persönliches Wohlbefinden. Die Bereiche Familie und Freunde haben gleichermaßen einen wichtigen Einfluss.

Je mehr Offenheit und Zugewandtheit in der Familie besteht, umso besser die Gesundheit, umso weniger wird Alkohol stressbedingt konsumiert. Eine Schlüsselrolle spielen jedoch die Gleichaltrigen. Es steigt die Neigung zu riskanten Verhaltensweisen, wenn Jugendlichen ihre Zeit fast ausschließlich mit Gleichaltrigen verbringen.

Die uneingeschränkte Verfügbarkeit von Alkohol verlockt Jugendliche dazu, diffuse Unzufriedenheiten, Langeweile, Problemflucht, das Streben nach Party und Fun, gepaart mit dem Gefühl der Gruppenzugehörigkeit in Alkohol zu „ertränken“.

Im Gespräch mit Berliner Jugendlichen haben wir erfahren, dass ein Grossteil den ersten Kontakt mit Alkohol als Kind mit seinen Eltern hatte. Heute konsumieren sie Alkohol immer mit Gleichaltrigen. Dies deutet daraufhin, dass zunächst eher eine positive Verknüpfung mit Alkohol seitens der Eltern stattfindet. Erst beim Vollrausch werden die Reaktionen seitens der Eltern negativ.

Neben dem Konsum von Bier, das an erster Stelle genannt wurde, werden heute zunehmend mehr harte Spirituosen getrunken (der derzeitige Renner ist ein Red-Bull-Wodka-Mix oder Wodka-O-Saft). Deutlich wurde auch, dass Jugendliche heute vor Discotheken, öffentlichen Treffs und Konzerten trinken („vorglühen“). Es geht darum, die Stimmung vor dem eigentlichen Event zu heben, auch darum zu sparen. Den Alkohol besorgen sie sich an Tankstellen, Billig-Diskountern oder Imbissbuden. Sind sie selbst zu jung, „helfen“ Ältere.



Foto: U. Grauel

## Funktion des Alkohols in der Entwicklung vom Kind zum Erwachsenen

<b>Entwicklungsaufgabe</b>	<b>Funktion des Alkoholkonsums</b>
➤ Identität finden: Wer bin ich?	Ausdruck des persönlichen Stils, Experimente mit Grenzerfahrungen, Risikoverhalten
➤ Freundschaften und Liebe	Erleichterung des Gruppenzugangs, soziale Rituale, Kontaktaufnahme mit dem anderen Geschlecht
➤ Ablösung von den Eltern	Elterliche Kontrolle verletzen, Unabhängigkeit demonstrieren
➤ Erwachsenwerden	Symbole der Erwachsenen verwenden
➤ Lebensgestaltung, -planung	subkultureller Lebensstil, Spaß haben, genießen
➤ eigene Werte entwickeln	absichtliche Normverletzung, sozialer Protest
➤ Entwicklungsprobleme	Statuskompensation, Stress- und Gefühlsbewältigung

## ELTERN IN DER VERANTWORTUNG

**Sie als Eltern sind nicht für alles verantwortlich, was Ihre Kinder tun oder lassen.** Auch wenn es keine Patentrezepte gibt, so können Sie doch einen wichtigen Beitrag zur Vorbeugung von Alkoholproblemen leisten. Dazu nun einige Anregungen:

**Kinder bis zum Alter von etwa 11 Jahren** darf kein Alkohol angeboten werden, auch nicht zum Ausprobieren. Lassen Sie keine halbvollen Gläser oder Flaschen herumstehen, die zum Ausprobieren einladen. Bei Kindern in diesem Alter kann es schon bei sehr geringen Mengen Alkohol zu bedrohlichen Alkoholvergiftungen kommen. – Je kleiner und leichter der Körper, desto höher die Alkoholkonzentration im Blut. Das kindliche Nervensystem reagiert empfindlicher als das eines Erwachsenen: bereits ab 0,5 Promille Alkohol im Blut kann ein Kind bewusstlos werden, die Vitalreflexe versagen früher. Beim kleineren Kind fehlt das sonst so typische rauschhafte Anfangsstadium, es kann schlagartig vom Wachzustand in tiefe Betäubung fallen! Beim Schulkind liegt die Gefahrenzone bei ca. 3 Gramm Alkohol je Kilogramm Körpergewicht, während beim Erwachsenen erst doppelt so viel zum Tode führt. – **Bei einer Alkoholvergiftung muss sofort ein Arzt aufgesucht werden.**

Kinder lernen am Vorbild, dass der maßvolle Konsum von Alkohol zu bestimmten Gelegenheiten, etwa beim Essen und bei Familienfeiern, in unserer Kultur üblich ist. Entscheidend ist das Lernen am Modell und nicht durch Worte. Daher: Am wichtigsten sind eine „klare Linie“ und **Sie als Vorbild.**

### 12- bis 13-jährige Jugendliche

In diesem Alter werden, besonders von körperlich schon etwas Reiferen, die ersten heimlichen Erfahrungen mit Alkohol gemacht. Hier heißt es: Nicht dramatisieren, aber aufmerksam sein. Verbote und Warnungen sind nicht sinnvoll und können Neugier und Experimentierfreude von Jugendlichen nicht bremsen.

Und wenn es zu ersten unangenehmen Erfahrungen mit Alkohol gekommen ist? Hier nützt ein ruhiges und sachliches Gespräch darüber mehr als endlose Vorhaltungen. Wichtig ist es vor allem, sich Zeit zu nehmen und Ihrem Kind zu helfen, Lösungen für etwaige Probleme selbst zu finden und nach Unterstützungsmöglichkeiten Ausschau zu halten.

Es ist hilfreich, wenn Sie eine unmissverständliche Haltung zeigen, dass Sie eine Wiederholung der Situation nicht wünschen, ohne jedoch Ihr Kind abzuwerten. Daher: Vermeiden Sie Vorwürfe und erkundigen Sie sich nach den Hintergründen.



**Ein Tipp:** Erinnern Sie sich an Ihre eigenen ersten Erfahrungen und Ihre Gefühle dabei und erinnern Sie sich auch daran, welche Reaktionen das damals in Ihrer Umgebung hervorgerufen hat.

**Übrigens:** Ab etwa 14 Jahren können Sie Ihrem Kind in Festsituationen ein gelegentliches Nippen und Anstoßen beispielsweise mit einer kleinen Menge Sekt, aber nie mit Spirituosen, ruhig einmal zugestehen.

Der Ausnahmecharakter sollte dabei deutlich betont werden und es versteht sich, dass Nachschenken und Lobgesänge auf den Alkohol unangebracht sind. Der Alltagsdroge Alkohol kann aber mit diesem Versuch eines risikofreien Umgangs die Faszination (vielleicht) genommen werden.

### **14- bis 15-jährige Jugendliche**

Jetzt steigt die Zahl der Probierer und Experimentierer sprunghaft an. Alkohol kann in diesem Alter durchaus dazu dienen, sogenannte Entwicklungsaufgaben zu erfüllen. Die Jugendlichen möchten als stark und erwachsen angesehen werden und sich von den Eltern abgrenzen. Sie wollen unabhängig sein und oft auch gegen die elterlichen Vorschriften und Normen, aber auch gegen gesellschaftliche Werte protestieren.

Hier kann man Ihnen nur raten: Bleiben Sie im Gespräch, schaffen Sie Freiräume, setzen Sie aber auch notwendige Grenzen.

**Ihre Elternrolle hat sich geändert**, von der lenkenden und beschützenden hin zur begleitenden und unterstützenden Rolle. Sie setzen bis zur vollständigen „Abnabelung“ die Rahmenbedingungen der Entwicklung. In vielerlei Hinsicht handelt es sich um ein Kräftespiel. Grenzen zu setzen ist u.a. auch deshalb wichtig, damit Jugendliche sich dagegen auflehnen und ihre Kraft und ihre Identität entwickeln.

Jugendliche brauchen, auch wenn sie oft garstig, aufmüpfig und gelegentlich „**richtig widerwärtig**“ erscheinen, in erster Linie Wärme, Bestätigung und Verständnis. Sie brauchen die Erfahrung, ohne „Aufpasser“ zu Festen gehen zu können, aber ebenso eindeutige Absprachen, zum Beispiel über Ausgehzeiten und eine risikolose Heimkehr.

**Sprechen Sie mit ihrem Kind auch über mögliche Sanktionen, wenn Absprachen nicht eingehalten werden. Geizen Sie aber niemals mit Lob, wenn alles klappt.**

**Ihre Einflussmöglichkeiten als Eltern sind vielfältiger und wichtiger als Sie vielleicht denken, obwohl das – gerade in der Pubertät – von Ihrem Kind abgestritten wird.**

**Seien Sie aber sicher, dass Ihr Verhalten den inneren Kompass für das Verhalten Ihrer Kinder im Umgang mit Alkohol bildet! – Jetzt sind Sie besonders wichtig für Ihr Kind.**

Es kann auch für Sie selbst interessant sein, herauszufinden, welche Rolle Alkohol in Ihrem Leben spielt. Eine Reflexion des eigenen Konsumverhaltens ist eine gute Grundlage für das Gespräch mit Ihrem Kind.

- Leben Sie vor, was Ihr Kind lernen soll?

- Wie bewältigen Sie Probleme oder kritische Lebensereignisse?
- Wie gleichen Sie Stresssituationen aus?



## Jugendliche ab 16 Jahren

Jetzt ist endgültig die Zeit des **Ihr habt mir gar keine Vorschriften mehr zu machen** und des **Solange du noch deine Beine unter unseren Tisch streckst, tust du, was wir sagen**. Die Konflikte zwischen Ihrem Kind und Ihnen werden besonders dann schwierig, wenn die äußeren Bedingungen nicht optimal sind.

**Einfluss nehmen: ... so viel Freiheit wie möglich, so viele Grenzen wie nötig.**

Sich auszuprobieren, Herausforderungen zu suchen und anzunehmen, gehört zum Heranwachsen. Je älter Ihr Kind wird, desto größere Gestaltungsspielräume benötigt es. Aber gerade hier gilt es, einen geschützten Rahmen zu stecken. Feststehende Regeln bieten dabei eine gute Orientierung, sowohl für Sie als auch für Ihr Kind. Suchen Sie trotzdem immer den Dialog. Schweigen oder endloses Herumschreien sind kontraproduktiv und lähmend. Selbstvertrauen und eine gute Bewältigung von Schwierigkeiten zu fördern, zu denen auch der Druck einer Gleichaltrigengruppe gehören kann, lohnt immer.

Sprechen Sie, ohne unnötig einzuengen, zum Beispiel über Risiken beim Sex oder im Straßenverkehr. Das kann auch in launiger Form geschehen: **Ich möchte noch nicht so schnell Opa werden**. Vielleicht regen folgende Themenbeispiele die Diskussion in Ihrer Familie an:

- ❖ Niemals unter Alkoholeinfluss Fahrrad, Mofa oder Auto fahren!
- ❖ Mitfahren bei einem alkoholisierten Fahrer ist tabu!
- ❖ Niemals betrunken schwimmen gehen!
- ❖ Auch unter Alkoholeinfluss gilt: Keinen ungeschützten Sex!

Übernehmen Sie nicht die Verantwortung für unangenehme Folgen des Alkoholkonsums bei Ihrem Kind: keine Entschuldigungen für den „Blauen Montag“, kein Aufwischen von Erbrochenem etc.

**Wichtig bleibt:** Loben und belohnen Sie positives Verhalten. Sagen Sie aber auch deutlich, wenn Sie etwas nicht gut finden, und ziehen Sie weiterhin notwendige Grenzen.

**Der verantwortungsbewusste Umgang mit Genussmitteln kann jedoch erlernt werden, dazu haben wir als Erwachsene auch eine Vorbildfunktion.**

- Setzen Sie sich öfter mit der ganzen Familie zusammen und sprechen Sie über aktuelle Probleme.
- Hören Sie Ihrem Kind immer zu. Zeigen Sie, dass Sie Verständnis für Sorgen und Probleme haben. Schaffen Sie eine Vertrauensbasis. Auch Nebensächlichkeiten können für das Kind oder Jugendlichen „weltbewegend“ sein.

- Beleben Sie Familientraditionen, auf die sich die Kinder freuen – z.B. gemeinsames Samstagsfrühstück etc.
- Seien Sie Ihrem Kind ein Vorbild, indem Sie den eigenen Suchtmittelgenuss (Alkohol, Zigaretten) einschränken.
- Geben Sie Ihrem Kind geistige Anregungen, machen Sie Spielnachmittage, gemeinsame Ausflüge o.ä., an denen die Kinder auch Spaß haben etc.
- Nehmen Sie Ihrem Kind nicht alle Aufgaben ab. Lassen Sie es altersgerecht Verantwortungen und Pflichten übernehmen.
- Kinder und Jugendliche müssen eigene Erfahrungen sammeln. Dazu gehören auch Trauer, Wut und Enttäuschung. Lassen Sie die Kinder Probleme auch selber lösen.

### Ihr Kind konsumiert möglicherweise Alkohol um:

- in seiner Clique als cool und erwachsen angesehen zu werden,
- dazu zu gehören und mitreden zu können,
- von anderen anerkannt zu werden,
- Enttäuschungen, mangelndes Selbstbewusstsein oder schulische und andere Probleme vergessen zu können,
- Grenzen auszutesten,
- seine Neugier zu befriedigen,
- Hemmung und Langeweile zu überwinden,
- Entspannung zu suchen.



Der Konrad leert sein fünftes Glas,  
Die Schüchternheit verringert das.

### Wenn Jugendliche zu viel und zu oft trinken. Oder: Wie gehe ich mit schwierigen Situationen um? – Einfluss nehmen: ...durch ruhiges, besonnenes Verhalten und Ihre Gesprächsbereitschaft!

Mit jeder erfolgreichen Bewährung spürt Ihr Kind seine Stärken – eine wichtige Grundlage, um später im Leben mit schwierigen Situationen und Krisen umgehen zu können. Die eigene Freiheit stößt aber immer dann an Grenzen, wenn das Zusammenleben schwierig wird oder wenn ihr Kind sich oder anderen Schaden zufügt. Wie können Sie sich verhalten, wenn Ihr Kind diese Grenze überschritten hat, weil es z.B.:

- ❖ wiederholt alkoholisiert nach Hause kommt,
- ❖ zunehmend Ärger durch seinen Alkoholkonsum erfährt,
- ❖ auch ohne besonderen Anlass Alkohol konsumiert?

### Signale für problematischen Konsum können sein:

- ⇒ regelmäßiges Trinken, die Dosis steigern, einen (heimlichen) Vorrat anlegen; häufiger Geruch des Atems nach Alkohol,
- ⇒ auf Spirituosen wie zum Beispiel Wodka oder auf Mixgetränke wie Cola mit Rum umsteigen,

- ⇒ Erbrechen, Lallen, Schwanken; auffallende Veränderungen im Verhalten, wie Unzuverlässigkeit, Interesselosigkeit, gehobene Stimmung, Streitsucht oder Jammern und depressive Verstimmung und Schulversäumnis,
- ⇒ Rückzug von erwachsenen Bezugspersonen und sich zunehmend in Gruppen aufhalten, in denen das Trinken immer mehr die Hauptrolle spielt,
- ⇒ heimlich und alleine trinken, den tatsächlichen Konsum abstreiten oder verharmlosen,
- ⇒ sich oft im Rausch befinden, aggressiv/gewalttätig und unansprechbar werden und mit dem Gesetz in Konflikt geraten.

Hier empfiehlt sich ein möglichst überlegtes Vorgehen in folgenden Stufen:

- Verschaffen Sie sich einen Überblick über die Tatsachen: Was genau ist passiert?
- Stimmt das Gesehene und Gehörte mit Ihren Befürchtungen und Phantasien überein?
- Was sind die Motive Ihres Kindes?
- Sind sie so verschieden von denen, die Sie in der eigenen Jugend „ausgelebt“ haben?
- Wie können Sie Ihrem Kind und sich selbst am besten helfen?

Das Gespräch mit Ihrem Kind in solchen Situationen ist eine Kunst, die Sie lernen können. Merkmale und Bestandteile eines solchen Gesprächs können sein:

- Reden Sie trotz Missbilligung des gezeigten Verhaltens nicht verdammend, sondern zugewandt und offen miteinander.
- Wärme und Geborgenheit sind das Allerwichtigste!
- Wichtig ist die Übernahme von Eigenverantwortung auch bei unangenehmen Folgen des Trinkens.
- Treffen Sie Vereinbarungen, die auch eingehalten werden können, und die sowohl Belohnungen als auch etwaige Sanktionen beinhalten. Hilfreich kann sein, diese Vereinbarungen aufzuschreiben.
- Positives Verhalten sollte unbedingt verstärkt werden.
- Grenzen müssen aber deutlich sichtbar bleiben. „Überwachung“ und Bevormundung laden zur Übertretung ein – je älter der Jugendliche wird, desto mehr.
- Stellen Sie keine unrealistischen Forderungen nach völligem Alkoholverzicht. Sinnvoller ist es, die Risiken zu verringern: Die Alkoholmenge so gering wie möglich halten (weniger ist mehr), möglichst nicht gewohnheitsmäßig, sondern nur zu besonderen Anlässen trinken, möglichst wenig vor sexuellen Begegnungen, auf keinen Fall in der Schule bzw. bei der Arbeit, nicht im Straßenverkehr, nicht alleine „im stillen Kämmerlein“.

### Tipps zur Gesprächsführung

Folgende **vier Prinzipien** erleichtern das häufig schwierige Gespräch mit Jugendlichen über deren Alkoholkonsum. Behalten Sie dabei immer im Hinterkopf, dass letzt-

lich Ihr Kind das Ziel vorgibt und Sie Ihr Kind nicht zu Veränderungen überreden können, die Ihr Kind nicht will.

**Prinzip 1: Versuchen Sie sich in die Perspektive Ihres Kindes zu versetzen**

Betrachten Sie den Alkoholkonsum nicht nur mit Ihren Augen, sondern hören Sie Ihrem Heranwachsenden in Ruhe zu und bemühen Sie sich, die Situation aus seiner Sicht zu verstehen.

Verstehen bedeutet nicht gutheißen, sondern nachvollziehen und nachempfinden können, wie sich die Situation für Ihr Kind darstellt.

Aktives Zuhören ist hierbei hilfreich, d.h., das Gehörte zwischendrin immer wieder mit eigenen Worten zusammenzufassen. So können Sie sicherstellen, dass Sie ihn oder sie auch verstanden haben.

Fühlt sich Ihr Kind auf diese Weise angenommen, ist eine gute Gesprächsbasis gegeben.



Foto: BZgA

**Prinzip 2: Besprechen Sie Vor- und Nachteile des derzeitigen Alkoholkonsums für Ihr Kind (im Hinblick auf es selbst und auf die Reaktion seiner engeren Umgebung)**

Veränderungen setzen voraus, dass man sich über die Vor- und Nachteile von verschiedenen Möglichkeiten bewusst ist.

Wichtig sind in diesem Fall besonders die Aspekte des Trinkverhaltens, die im Widerspruch zu Normen und Werten des Jugendlichen stehen.

Lassen Sie es die Vor- und Nachteile aus seiner Sicht entdecken und benennen.

Geben Sie keine Antworten vor und versuchen Sie nicht, Ihre Ansichten durchzusetzen. Halten Sie sich mit eigenen Vorstellungen, mit Kritik und vor allem mit eigenen fertigen Lösungen zurück.

Bei dieser Kosten-Nutzen-Überlegung kann es hilfreich, gemeinsam folgendes abzuwägen:

	<b>weiter wie bisher</b>	<b>Ich verändere mein Verhalten</b>
<b>Vorteile</b>	Welche Vorteile bringt dir das Alkoholtrinken?	Welche Probleme hast du schon durch dein Alkoholtrinken bekommen?
<b>Nachteile</b>	Was wird passieren, wenn du weiter wie bisher trinkst?	Welche unangenehmen Folgen befürchtest du, wenn du eine zeitlang keinen Alkohol mehr trinken würdest?

### **Prinzip 3: Gehen Sie mit Widerstand verständnisvoll um**

Wenn Ihr Kind widerspenstig, widerwillig oder „bockig“ wird, liegt das wahrscheinlich daran, dass Sie gerade versuchen, es gegen seinen Willen zu etwas zu zwingen.

Dieser, in dieser Entwicklungsphase normale, „Widerstand“ wird dann zu Ihrem Problem, wenn Sie ihn brechen wollen.

Überdenken Sie also lieber in Ruhe Ihr Vorgehen und versuchen Sie, sich in die Perspektive Ihres Kindes zu versetzen.

### **Prinzip 4: Machen Sie Ihrem Kind Mut**

Wenn Ihr Kind sich allmählich für eine Veränderung entscheidet, machen Sie ihm Mut, dass es die Veränderung auch schaffen wird.

Überlegen Sie zusammen mit ihm, wie z.B. in der Vergangenheit Veränderungen geschafft wurden oder was dabei helfen könnte, die Veränderung zu erreichen.

### **Was tun, wenn „alle Stricke reißen“?**

Wenn Sie fürchten, Ihr Kind sei durch einen zunehmenden Alkoholkonsum in seiner Entwicklung ernsthaft gefährdet und Sie bekommen das nicht mehr in den „Griff“, oder sogar den Eindruck haben, Ihr Kind sei alkoholabhängig, weil Sie zum Beispiel Entzugserscheinungen wie Zittern, zunehmende Nervosität, Schweißausbrüche sowie zunehmende Veränderungen im sozialen Bereich und bei den schulischen oder beruflichen Leistungen beobachten, dann sollten Sie unbedingt Hilfe in Anspruch nehmen.

- **Unterstützung für Eltern!** Erziehungs- und Suchtberatungsstellen bieten bereits im Vorfeld einer Abhängigkeit Beratung an.
- **Suchen Sie eine Beratungsstelle auf!** Wenn Ihr Kind ohne Alkohol nicht mehr auskommt, Koma-saufen und Kampftrinken zum Alltag werden oder Alkohol bewusst als Seelenröster und Stresslöser benutzt werden, benötigt Ihr Kind professionelle Hilfe.



Foto: KARUNA e.V.

# GESETZLICHE VORSCHRIFTEN

## Bier, Wein und Sekt

**An Jugendliche ab 16 Jahre darf Bier, Wein und Sekt** in Gaststätten, Verkaufsstellen oder sonst in der Öffentlichkeit – laut § 9 Abs. 1 Nr. 2 Jugendschutzgesetz (JuSchG) – verkauft und das Trinken gestattet werden. Diese Altersgrenze sinkt auf 14 Jahre, wenn Jugendliche von Personensorgeberechtigten (Vater, Mutter oder Vormund) begleitet werden.

Einigen Getränken werden Geschmacksverstärker zugesetzt. So gibt es z.B. Biere mit Tequila-Geschmack o.ä.. Sie gelten als Biere und dürfen ab 16 Jahre konsumiert werden. Mit Wein angereicherte Mixgetränke fallen ebenfalls unter diese Regelung.



## Hochprozentiges

Branntweinhaltige Getränke, z.B. **klare Schnäpse, Weinbrand, Liköre, Whiskey, Magenbitter, Cocktails, Wodkafeige, Bier mit Schnaps und Mixgetränke mit Branntwein** dürfen an Jugendliche **weder abgegeben, noch darf der Verzehr gestattet werden** – siehe § 9 Abs. 1 Nr. 1 JuSchG.

Alle Getränke, die neben diversen Geschmacksstoffen – oft geruchsneutrale – Anteile von Wodka, Whiskey, Rum oder anderem hochprozentigen Alkohol enthalten, fallen unter das **absolute Abgabe- und Trinkverbot für Minderjährige (unter 18 Jahren)**, auch wenn der Alkoholanteil nur unwesentlich höher als bei Bier und meist unter dem von Wein liegt!

## Alkohol und Führerschein

Wer vor dem 18. Geburtstag mit Vollrausch von der Polizei erwischt wurde bzw. mit einer Alkoholvergiftung ins Krankenhaus kam, muss bei der Beantragung der Fahrerlaubnis beim Ordnungsamt auf eigene Kosten per ärztlichem Attest nachweisen, dass keine Alkoholabhängigkeit vorliegt. **Für junge Fahrer/innen unter 21 Jahren und für Fahranfänger/innen in der zweijährigen Probezeit gilt die Null-Promille-Grenze!** Unter 0,5 Promille wird ein Verstoß mit Bußgeld, Punkten, Probezeitverlängerung und Aufbauseminar geahndet. Ab 0,5 Promille wird – wie für alle anderen Fahrer/innen auch – ein Fahrverbot von mindestens einem Monat verhängt, ab 1,1 Promille wird die Fahrerlaubnis für mindestens sechs Monate entzogen.

Bei Fahrunsicherheit oder bei einem Verkehrsunfall – auch unverschuldetem – muss bereits ab 0,3 Promille mit Konsequenzen gerechnet werden (auch der Versicherungsschutz ist dann beeinträchtigt). Ebenso wirkt sich auch Fahrradfahren im alkoholisierten Zustand auf die Fahrerlaubnis aus.

## UND DIES ZUM SCHLUSS

Inzwischen hat die Bundeskanzlerin das Thema „Jugendliche und Alkoholkonsum“ zur Chefsache erklärt. – Es bleibt abzuwarten, wie sich diese Ankündigung auswirken wird.

Ihnen liegt nun ein Kompass vor, der Wissenswertes über das Jugendalter, Pubertät und den Umgang mit Alkohol und seine Auswirkungen beinhaltet.

Ich hoffe, dies wird eher als hilfreiche Unterstützung und weniger als moralischer Appell verstanden.

Trauen Sie sich, liebe Eltern, die leitende Führungspersönlichkeit Ihrer Kinder zu sein, damit diese eine Chance auf eine gute psychische Entwicklung erhalten.

Auf der nächsten Seite finden Sie Anschriften, wo Sie sich Rat holen können.

Hannelore Grauel-von Strünck  
Fachreferentin / Leitung der Psychosozialen Dienste



Foto: U. Grauel

## ADRESSEN FÜR RATSUCHENDE ELTERN

### ❖ **Regionaler Dienst Bezirksamt Steglitz-Zehlendorf**

Region A (Steglitz)	☎	9029 9 3578
Region B (Lankwitz, Lichterfelde-Ost / Süd)	☎	9029 9 1725
Region C (Lichterfelde-West, Zehlendorf Süd / Mitte)	☎	9029 9 8068
Region D (Dahlem, Schlachtensee, Nikolassee, Wannsee)	☎	9029 9 8362

### ❖ **Erziehungs- und Familienberatungszentrum Steglitz-Zehlendorf**

➤ Regionalteam Zehlendorf	☎	9029 9 8410
➤ Regionalteam Steglitz	☎	9029 9 2501

### ❖ **DRK – Haus der Familie / Erziehungs- und Familienberatung** 12163 Berlin, Düppelstraße 36

☎	79 01 13 - 0
E-Mail	familienberatung@drk-berlin.net

### ❖ **Koordinator / Suchtprävention / *Gesundheit 21***

Herr Henke	☎	9029 9 4703
	E-Mail	henke-h@stegl-zehl.verwalt-berlin.de

### ❖ **Schulische Suchtprävention / *Gesundheit 21***

Herr Hepprich	☎	9029 9 6134
	E-Mail	hepprich-r@stegl-zehl.verwalt-berlin.de

### ❖ **Schulpsychologischer Dienst**

Frau Dr. Nevermann	☎	9029 9 8045
--------------------	---	-------------

### ❖ **Kinder- und Jugendpsychiatrische Dienst**

Frau Junghänel	☎	9029 9 5291
	E-Mail	junghaenel-b@stegl-zehl.verwalt-berlin.de

### ❖ **Sozialpsychiatrischer Dienst**

Herr Dr. Schulte-Runge	☎	9029 9 4750
	E-Mail	schulte-runge-c@stegl-zehl.verwalt-berlin.de

### ❖ **Integrative Suchtberatungsstelle des Caritas Verbandes**

☎	666 33 90
---	-----------

### ❖ **Elternkreis drogenabhängiger Jugendlicher**

☎	2575 9729
---	-----------

### ❖ **Anonyme Alkoholkrankenhilfe Berlin**

☎	8410 9444
---	-----------

## ERZIEHUNGS- UND FAMILIENBERATUNGSZENTRUM

Bezirksamt Steglitz - Zehlendorf  
Jugendamt – Fachreferat 3 – Psychosoziale Dienste

### Regionalteam Zehlendorf

Königin-Luise-Straße 88  
14195 Berlin

9029 9 8410  
FAX 9029 9 8414

### Regionalteam Steglitz

Beethovenstraße 34  
12247 Berlin

9029 9 2501  
FAX 9029 9 2582

