

Kinder und Alkohol

Quelle: service familie – hessen fernsehen, Sendung vom 1. März 2004

Kinder und Alkohol

Im Alter zwischen 10 und 14 Jahren trinken Kinder beziehungsweise Jugendliche in der Regel zum ersten Mal selbst Alkohol. Meist geschieht dies mit Billigung Erwachsener, beispielsweise auf Familienfeiern. Je jünger sie sind, desto größer ist die Gefahr von Missbrauch und Abhängigkeit. Das liegt einerseits daran, dass die Pubertät ganz allgemein eine schwierige Zeit ist. Jugendliche haben viele „Gründe“ zu trinken: Sie möchten etwas erleben, dazugehören, Hemmungen und Langeweile überwinden. Die Wirkung des Alkohols macht dies – wenn auch scheinbar und nur für kurze Zeit – möglich.

Kinder werden frühzeitig an den Geschmack von Alkohol gewöhnt: In vielen Süßigkeiten und Lebensmitteln, die sogar ausdrücklich für diese Altersgruppe angepriesen werden, ist Alkohol enthalten. So wird frühzeitig der alkoholische Geschmack antrainiert, denn normalerweise stößt dieser beißende Geschmack ab.

Ein Schlückchen Sekt

Bereits Kinder sammeln ihre ersten Erfahrungen mit Alkohol. Omas Geburtstag – es darf zur Feier des Tages ein Schlückchen Sekt genippt werden. Für die Kinder ist das sozusagen der erste Schritt in die Erwachsenenwelt. Die Erwachsenen machen es den Kindern vor: Alkohol gehört zum Erwachsensein! Meistens darf zur Konfirmation das erst Mal „richtig“ getrunken werden – die Jugendlichen sind dann gerade mal 14 Jahre alt.

Saufen bis zum Umfallen

Immer mehr Kinder und Jugendliche trinken bis zum Umfallen. Doch der kindliche Organismus reagiert auf Alkohol viel empfindlicher als der eines erwachsenen Menschen. Saufen bis zum Umfallen – für immer mehr Kinder und Jugendliche ist das fast normal. Eine neue Studie der Weltgesundheitsorganisation bestätigt den Trend, dass die heutige Generation mehr Alkohol trinkt als frühere.

Kampfrinken

„Besonders dramatisch nimmt das Rausch-Trinken zu, dass Wett-Trinken bis zur Alkoholvergiftung“ so Marion Caspers-Merk (SPD), die Bundesdrogenbeauftragte. Es sind vor allem sogenannte „Alcopops“ – zum Beispiel „Rigo“ oder „Smirnoff Ice“ – die als Einstiegsdroge fungieren. Für Heide Kuttler, Mitarbeiterin des Suchtpräventionszentrums „Villa Schöpflin“ in Lörrach, stelle sie die erste Brennstoffstufe dar, mit denen sich Jugendliche auf Partys volldröhnen. „Den Elf- oder Zwölfjährigen schmecken die Schnäpse doch gar nicht, die trinken erst mal die Alcopops.“ Alkoholkonsum wird in unserer Gesellschaft toleriert, er ist Bestandteil der Erwachsenenwelt. Wer als Jugendlicher mithalten will, muss auch mittrinken, als Abstinenzler gilt er schnell als Außenseiter.

Tipps zur Vorbeugung

Was kann ich tun, damit mein Kind nicht zu Alkohol und Drogen greift?

- Setzen Sie sich öfters 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 den Jugendlichen „weltbewegend“ sein.
- Beleben Sie Familientraditionen, auf die sich die Kinder freuen – z. B. gemeinsames Samstagsfrühstück, etc.
- Seien Sie ihren Kindern ein Vorbild, indem Sie den eigenen Suchtmittelgenuss (Alkohol, Zigaretten) einschränken.
- Geben Sie den Kindern geistige Anregungen, machen Sie Spielenachmittage o. ä. Machen Sie gemeinsame Ausflüge, an denen die Kinder auch Spaß haben, etc.
- Nehmen Sie den Kindern nicht alle Aufgaben ab. Lassen Sie die Kinder 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.

Jedes Extrem in der Familie kann sich negativ auswirken. Gibt man den Kindern zu viele Freiheiten, zu wenig Beachtung und Interesse, so fühlen sie sich leicht vernachlässigt. Auch das Gegenteil wirkt sich negativ aus. Das Überbehütetsein und zuviel Strenge, gibt Kindern und Jugendlichen zu wenig Möglichkeiten, sich frei zu entfalten. Das gesunde Mittelmaß zu finden ist nicht leicht, aber ersterbenswert.

Hilfe – da stimmt was nicht!?

Was mache ich, wenn mein Sohn oder meine Tochter angetrunken von einer Party kommt? Erst mal Ruhe bewahren. Vorhaltungen und Vorwürfe sind jetzt fehl am Platz. Sprechen Sie am nächsten Tag in Ruhe mit dem Jugendlichen darüber. Verbote erzeugen Trotzreaktionen. Sachliche Aufklärung kann hilfreich sein. Solange dies der Ausnahmefall ist, sollten Sie den Alkoholkonsum beim Jugendlichen nicht überbewerten.

Dennoch behalten Sie den Konsum im Auge. Trinkt der Jugendliche öfter? Bedient er sich gelegentlich heimlich an Ihrer Hausbar? Dann sollten die Alarmglocken schrillen. Suchen Sie einer Beratungsstelle auf. Unter www.dhs.de können Sie eine Adresse in Ihrer Nähe erfahren. Dort stehen Ihnen erfahrene Fachleute für Ihre Sorgen und Probleme zur Verfügung und können Ihnen weiterhelfen.