

## Unsere Angebote für Ihr Kind mit riskantem Alkoholkonsum

### Gespräch am Krankenbett



Das erste Gespräch mit Ihrem Kind im Krankenhaus ist eine gezielte Suchtpräventionsmaßnahme, die sensibilisieren und weitere Alkoholvergiftungen verhindern will. Zusätzlich bieten wir Ihnen auch ein Elterngespräch im Krankenhaus an.

### Einladung zum Risikocheck

- Gruppe oder einzeln
- Dauer: 1-2h
- Inhalt:
  - Infos zum Thema Alkohol und Austausch miteinander
  - Vor- und Nachteile von Risikosituationen
  - Lernen, Grenzen zu erkennen und Verantwortung für sich und andere zu übernehmen
  - Eigene Regeln für den Umgang mit Alkohol entwickeln



### HaLT-Team

**Verena Sulfrin** (Dipl.-Sozialpädagogin,  
HaLT-Leitung, 07121 165515)

**Margit Asmus** (Dipl.-Sozialpädagogin)

**Teresa Krampulz** (Psychologin)

**Marina Schilling** (Sozialpädagogin)

**Anastasia Stavrakidou** (Sozialpädagogin)

## Informationen für Eltern

### Riskanter Alkoholkonsum bei Jugendlichen



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 protestieren: Eltern, die sich sorgen und kümmern, sind ihnen in ihrer Entwicklung zum erwachsenen Menschen eine Hilfe.

Liebe Eltern,  
wahrscheinlich sind Sie beunruhigt, weil Ihr Kind durch seinen Alkoholkonsum Anlass zur Sorge gibt. Sie fragen sich, wie es dazu kommen konnte und was Sie als Eltern tun können, damit sich Ihr Kind durch das Trinkverhalten nicht weiter schädigt. Es gibt viele Gründe, die zu Alkoholmissbrauch führen können. Manchmal spielt Unwissenheit eine Rolle, manchmal ist es die Stimmung in der Gruppe, die eskaliert. In einigen Fällen kennen Jugendliche auf der Suche nach Risiko und dem „Kick“ ihre Grenzen nicht, manchmal scheinen Probleme übermächtig zu sein.

Wichtig ist, dass Sie mit ihrem Kind in Ruhe darüber reden und gemeinsam versuchen zu verstehen, wie es zu solch einer Entwicklung kommen konnte. Vermeiden Sie Diagnosen (Hast Du ein Alkoholproblem?) und verzichten Sie auf düstere Prognosen (So wirst Du süchtig und schaffst deine Ausbildung nie!). Entscheidend ist, die Dinge jetzt nicht einfach weiterlaufen zu lassen, sondern Ihrem Kind früh Unterstützung zu geben.

Deshalb haben wir das Angebot RISIKO CHECK entwickelt, bei dem Ihr Kind lernt, das eigene Risikoverhalten besser einzuschätzen und Verantwortung für sein Verhalten zu übernehmen. Dazu gehört auch, sich über Suchtrisiken zu informieren. Gerne kann Ihr Kind eine Freundin oder einen Freund zum RISIKO-CHECK mitbringen.

Wenn Sie Fragen haben, dann rufen Sie uns einfach an. Vieles lässt sich bereits bei einem Gespräch mit einer HaLT-Fachkraft am Telefon klären.



Jugend- und Drogenberatung Reutlingen  
Albstraße 70/1  
72764 Reutlingen  
Tel. 07121 16550

- Alkohol ist ein Suchtmittel und kann abhängig machen, aber Alkohol ist auch ein fester Bestandteil unserer Kultur. Der maßvolle Umgang mit Alkohol kann ein sinnvolles Erziehungsziel sein. D.h. das Ziel einer verantwortungsvollen Erziehung muss nicht unbedingt Abstinenz heißen.
- Kinder sollten, wenn möglich, gar keinen Alkohol trinken. Ab ca. 14 Jahren ist gegen einen Schluck Sekt zum Anstoßen bei besonderen Gelegenheiten nichts einzuwenden.
- Wodka, Rum, Schnaps (pur oder gemixt) sind für Kinder und Jugendliche besonders gefährlich. Neue Trends im Trinkverhalten, wie z.B. aus der Flasche trinken, verleiten Jugendliche dazu, größere Mengen Alkohol zu trinken. Die Wirkung ist für Jugendliche so schwer einschätzbar und begünstigt deshalb Alkoholvergiftungen.
- Regelmäßiger Alkoholkonsum stellt für Jugendliche ein hohes Suchtrisiko dar, denn bei ihnen ist die Zeit, bis sich eine Alkoholabhängigkeit entwickelt, sehr viel kürzer als bei Erwachsenen. Auch reagiert der jugendliche Körper empfindlich auf den regelmäßigen Konsum.
- Vorsicht vor süßen alkoholischen Mixgetränken! Sie enthalten Alkohol, der durch den Zucker jedoch nicht zu schmecken ist. Alkopops, die Spirituosen enthalten, dürfen in der Öffentlichkeit nur an Jugendliche ab 18 abgegeben werden.
- Wissenschaftliche Studien belegen: Eine sehr „lockere“ Haltung von Eltern führt zu allzu frühem und schädlichem Alkoholkonsum ihrer Kinder. Deshalb: Setzen Sie Grenzen! Machen Sie deutlich: Moderater Alkoholkonsum bei Erwachsenen ist o.k., nicht aber bei Kindern!
- Setzen Sie sich in Ihrem Umfeld für einen verantwortungsvollen Umgang Erwachsener im Kontakt mit Jugendlichen ein. Das Jugendschutzgesetz gilt auch im Sportverein, bei der Jugendfeuerwehr u.a.
- Eine der wirksamsten Möglichkeiten: **Seien Sie Vorbild!**
- Weitere Informationen für Sie unter [www.elterninfo-alkohol.de](http://www.elterninfo-alkohol.de) und [www.elternberatung-sucht.de](http://www.elternberatung-sucht.de)