

Mein Kind betrinkt sich, was tun?

Wenn Jugendliche exzessiv Alkohol trinken, kann das Eltern ziemlich stressen. Dazu einige Infos.

„Saufen bis der Notarzt kommt“: Diese Parole scheint heute für immer mehr Jugendliche zu gelten. Doch viele der reißerischen Parolen tun ihnen Unrecht: Die meisten lernen einen verantwortungsbewussten Umgang mit Alkohol – das freilich nicht ohne Umwege. Abenteuerlust, billige Trinkangebote oder der Einfluss der Clique können dazu führen, dass Jugendliche manchmal mehr trinken, als ihnen gut tut. Bleiben solche Vorfälle die Ausnahme, sind sie kein Grund, in Panik auszubrechen. Jedoch sollten Eltern es weder ignorieren noch verharmlosen, wenn ihr Kind betrunken nach Hause kommt.

- Beziehen Sie klar Stellung gegen Alkoholexzesse und sprechen Sie mit Ihrem Kind über die Risiken (Alkoholvergiftung, Unfälle, Selbstüberschätzung). Das eigene Kind zu verstehen bedeutet nicht, mit allem einverstanden zu sein. Klare Regeln und Grenzen, die gemeinsam verhandelt werden, sind für Jugendliche eine wichtige Orientierung.
- Jugendliche, die zu ihren Eltern Vertrauen und eine gute Gesprächsbasis haben, greifen weniger häufig zu Alkohol und Drogen, als solche, die zu Hause mit niemandem sprechen können. Nehmen Sie sich Zeit für die Fragen und Probleme Ihrer Kinder, bleiben Sie mit ihnen im Gespräch! So schaffen Sie die besten Voraussetzungen, um Alkoholprobleme und eine mögliche Suchtentwicklung zu verhindern.

Alkohol: gefährlicher „Problemlöser“

Problematisch wird es, wenn Jugendliche Alkohol wiederholt im Zusammenhang mit seelischen und sozialen Belastungen konsumieren, z.B. bei Überforderung in Schule oder Lehre, Liebeskummer, Streit in der Familie, depressiven Verstimmungen etc. Alkoholismus ist zwar bei Jugendlichen selten, weil diese Krankheit erst im Laufe der Zeit entsteht. Wer Alkohol jedoch regelmäßig als „Problemlöser“ missbraucht, hat eine höhere Wahrscheinlichkeit, irgendwann abhängig zu werden. Das gilt natürlich auch für Erwachsene.

Wenn Sie das Gefühl haben, dass Ihr Kind seinen Alkoholkonsum nicht mehr unter Kontrolle hat, zögern Sie nicht, sich an eine Beratungsstelle zu wenden. Dort gibt es anonyme und kostenlose Unterstützung durch Fachleute, die mit solchen Problemen vertraut sind. Eine Liste mit Einrichtungen für Alkohol- und Drogenprobleme finden Sie unter www.praevention.at.

Folgende Symptome können, müssen aber nichts mit Alkohol- oder Drogenmissbrauch zu tun haben. Sie sind jedoch Zeichen, dass es einem Jugendlichen nicht gut geht.

- Schwächere Leistungen in der Schule oder in der Lehre
- Motivationsverlust, Verlust von Interessen
- Mangelnde Kontrolle über Gefühle: Reizbarkeit, Passivität, Launenhaftigkeit
- Verlust von Freunden
- Geldprobleme
- Konzentration, Merkfähigkeit lassen nach
- Verschlechterung des Gesundheitszustandes

Nähere Informationen

Auf seinen beiden Internet-Seiten stellt das Institut Suchtprävention Informationen über Sucht, Suchtvorbeugung, legale und illegale Drogen zur Verfügung, ebenso ein Verzeichnis von Beratungsstellen rund um das Thema Sucht.

www.praevention.at und speziell für Jugendliche www.1-2-free.at