

# Alkohol

**Alkoholgefährdet sind grundsätzlich alle, die Alkohol konsumieren. Kinder und Jugendliche, die mit sich, ihrer Familie und ihren Freunden und in ihrer Umwelt gut zurechtkommen, bringen aber gute Voraussetzungen mit, dass Alkohol für sie zum verträglich konsumierten Genussmittel wird und nicht zu einem Problem.**

## Was können Eltern vorbeugend tun?

Um es klar zu sagen: Für Kinder ist Alkohol verboten, ältere Jugendliche sollten einen gesunden Umgang mit alkoholischen Getränken erlernen. Für Sie als Eltern gilt: Achten Sie auf Ihre Glaubwürdigkeit und nehmen Sie Ihre Vorbildrolle ernst! Leben Sie ihrem Kind einen entsprechend verantwortungsvollen Umgang mit Alkohol vor.

## Alkohol im Familienalltag

Der Umgang mit Alkohol im Elternhaus ist vorbildgebend für die Kinder. Wird Alkohol sorglos konsumiert? Gibt es bestimmte Regeln wie etwa „Alkohol nur zu besonderen Anlässen“ oder „Alkohol nur gleichzeitig mit dem Abend-essen“? Gibt es gute oder eher fragwürdige Gründe, weshalb Alkohol getrunken wird? Also beispielsweise „Ich fühle mich schlecht“, „Ich habe mich geärgert“, „Ich möchte mich belohnen“. Eltern müssen das nicht aussprechen. Kinder und Jugendliche spüren, wann ihre Eltern zum Alkohol greifen. Wir sagen: Es ist entscheidend, wie verantwortungsvoll Eltern selbst mit dem Alkohol umgehen.



## Null Alkohol?

Grundsätzlich sind extreme Positionen immer etwas problematisch. Wenn Alkohol absolut verteufelt wird oder umgekehrt ein sehr lockerer Umgang mit häufigen Rauschen vorgelebt wird, sind das Umstände, die es Heranwachsenden erschweren, ein verträgliches und gesundes Konsumverhalten zu erlernen.

Studien und die praktische Erfahrung haben gezeigt, dass Menschen am ehesten einen geregelten und genussbetonten Alkoholkonsum entwickeln, wenn dies von den Eltern alltäglich vorgelebt wird. Das bedeutet konkret, dass ein bewusster Umgang mit Alkohol stattfindet, d.h. nicht jeden Tag automatisch Alkoholisches am Tisch steht, ein Rausch eine fallweise Ausnahme ist, Alkohol nicht als Problemlöser eingesetzt wird.

Es gibt Familien, in denen gar kein oder so gut wie kein Alkohol getrunken wird; wohl auch aus gutem Grund, sei es dass jemand Alkohol einfach nicht gut verträgt oder mag, sei es, dass jemand schon einmal ein Alkoholproblem gehabt hat und nun klugerweise keinen mehr trinkt. Dem Kind sollten die Gründe auf jeden Fall sachlich und unaufgeregt erklärt werden, warum man keinen Alkohol trinkt.

## Rumkugeln & Co?

Wenn ihr Kind alkoholhaltige Süßigkeiten haben möchte, sollten Sie ohne großes Aufheben „nein“ sagen und alkoholfreie Alternativen anbieten. An sich erleben die meisten Kinder Bier, Wein oder Schnäpse beim erstmaligen Probieren als bitter und „grauslich“, sodass kein weiteres Interesse an Alkohol besteht. In Verbindung Schokolade oder anderen Süßigkeiten kann man aber auch in jungen Jahren schon auf den Geschmack kommen. Es ist kein Zufall, dass die Alkoholindustrie seit einigen Jahren stark auf gesüßte Mixgetränke setzt.



## **Geburtstagsparty & Kindersekt?**

Auch wenn das gegen den aktuellen Trend geht – wir empfehlen: Lieber eine nette Geburtstagsparty als Spielefest in überschaubarem Rahmen (Daumenregel: nicht mehr Gäste als max. das Alter des Kindes) als eine Mega-Party für „kleine Erwachsene“ mit feuchtfröhlichem Umtrunk der eingeladenen Eltern. Wenn schon die 7jährigen die Kindersektkorken knallen lassen, was machen dann die 12jährigen? Werden sie sich bei der Party noch mit einem „Saftl“ zufrieden geben oder müssen dann schon mindestens ein paar Alkopops mit von der Partie sein?

## **Feste und Alkohol?**

Kinder sollten generell keinen Alkohol erhalten. Ab einem Alter von 12-13 kann von dieser Grundregel ausnahmsweise und in Grenzen abgewichen werden: Wenn bei Familienfesten (z.B. Sylvester) miteinander angestoßen wird, kann man dem Kind einen „Nipper“ durchaus zugestehen, um Trotzreaktionen zu vermeiden. Es sollten aber keine gefälligen, gesüßten Alkoholika oder harte Getränke angeboten werden. Und nach einem Glas ist Schluss: Selbstbedienung oder gar Nachschenken kommen nicht in Frage.

## **Alkohol an Feiertagen – ein Thema für sich**

Zwischen Weihnachten und Sylvester verbringen Familien sehr viel Zeit miteinander. Das alleine kann schon zu Streitereien führen, da alle Familienmitglieder die Tage sehr eng miteinander verbringen müssen. In den meisten Fällen kommt noch Alkohol dazu, da man zu den Feiertagen recht viel Alkohol zu sich nimmt. All das kann Spannungen erzeugen und die Streitlust anheizen. Der Stress durch Besuche und das Harmonieverlangen an den Festtagen verschärft dann, unter Alkoholeinfluss, die geladene Stimmung. Also aufpassen und vielleicht etwas weniger trinken!

## **Der erste Rausch?**

Gut ist, wenn das Thema Alkohol schon vorab einmal in der Familie besprochen worden ist und Regeln aufgestellt worden sind. Dass Regeln gebrochen werden, kann freilich vorkommen. Das sollte nicht überdramatisiert werden, man sollte aber schon konsequent sein und sich an die vorher vereinbarten Konsequenzen halten. Ihr Kind wird daraus lernen. Gehen Sie nicht einfach darüber hinweg („Ach ja, wir haben auch mal über die Stränge geschlagen“). Wichtig ist, dass das damit verbundene Risiko formuliert und ein Gespräch gesucht wird (in Ruhe und am nächsten Tag, wenn die/der Jugendliche sich erholt und wieder einen klaren Kopf hat), um zu klären, wie so ein Erlebnis in Zukunft vermieden werden kann.



## **Alkoholverkauf an Kinder?**

Jugendschutz heißt: Wir alle haben eine Mitverantwortung: Lassen Sie solche Vorkommnisse nicht auf sich beruhen. Keine Angst vor einer unangenehmen „Szene“ vor allen Leuten an der Supermarkt-Kassa. Sie gehen einfach nach Ihrem Einkauf zum Geschäftsführer und machen ihn in aller Ruhe auf die Verfehlung aufmerksam. Sagen Sie, dass Sie sich erwarten, dass die Jugendschutzbestimmungen eingehalten werden und er sein Personal dahingehend anweist. Man kann freilich auch bei der Geschäftsleitung der Firma anrufen und den Verstoß melden. Unsere Erfahrung hat gezeigt: In den allermeisten Fällen wird man der Sache nachgehen und die Mitarbeiter/innen ermahnen, künftig strenger zu kontrollieren.

## **Leere Flaschen, Scherben am Kinderspielplatz**

Das kommt manchmal vor. Wenn es sich häuft, sollten Sie nicht „wegschauen“, sondern aktiv werden und die Zuständigen in der Gemeinde verständigen. Durch entsprechende Kontrollen lassen sich abendliche Besäufnisse am Spielplatz durchaus wieder abstellen.

## **Kinder in suchbelasteten Familien**

Kinder die in einer Familie aufwachsen, in der die Mutter oder der Vater ein Alkoholproblem hat, haben ein sechsfach höheres Risiko später Alkoholiker zu werden. Betroffene Eltern sollten daher unbedingt versuchen, ihr Problem (z.B. mit Unterstützung einer Beratungsstelle) in den Griff zu bekommen – nicht nur im eigenen Interesse!

## **Jugendschutz**

Zu den rechtlichen Fragen im Zusammenhang mit Alkohol, Kindern und Jugendlichen gibt es Materialien des Landes Tirol:

## **Download**

[www.tirol.gv.at/themen/gesellschaft-und-soziales/jugend/jugendreferat/jugendschutz/](http://www.tirol.gv.at/themen/gesellschaft-und-soziales/jugend/jugendreferat/jugendschutz/)

## **Bestellen**

Abteilung JUFF: 0512 508 3586  
oder per Email: [juff.jugendtirol.gv.at](mailto:juff.jugendtirol.gv.at)