

Kontakt

Information und Beratung

Landkreis Cuxhaven Amt Jugendhilfe Jugendschutz

27472 Cuxhaven

Rohdestraße 2

Telefon: 04721 66 2823

Fax: 04721 66 2840

jugendschutz@landkreis-cuxhaven.de

Beratungsstellen für Eltern, Kinder und Jugendliche im Landkreis Cuxhaven

27570 Bremerhaven

Borriesstraße 48

Telefon: 0471 20458

beratungsstelle@landkreis-cuxhaven.de

27472 Cuxhaven

Reinekestr. 13

Telefon: 04721 35066

eb.sekretariat@paritaetischer.de

21762 Otterndorf

Marktstraße 14

Telefon: 04751 978770

beratungsstelle@landkreis-cuxhaven.de

Informationen im Internet unter:

www.landkreis-cuxhaven.de

www.cuxhaven.paritaetischer.de

Fotos: www.pixelio.de

Tipps

Vorbild sein

Kinder lernen schon viel über Alkohol, lange bevor sie selbst den ersten Schluck probieren. Das ist die Chance der Eltern:

- Leben Sie vor, was Ihr Kind lernen soll: Trinken Sie mäßig und genussvoll, verzichten Sie mal auf das Glas Rotwein zum Essen, das Bier zum Fernsehen.
- Kaufen Sie Ihrem Kind keinen Alkohol - und schicken Sie Ihr Kind auch nicht los, um für Sie Alkohol einzukaufen.
- Motivieren Sie Ihr Kind nicht, mal „zum Spaß“ Alkohol zu probieren.
- Informieren Sie Ihr Kind und weisen Sie auf mögliche Gefahren hin.

Der erste Versuch

Ihr Kind hat zum ersten Mal Bier, Wein, Alkopops oder Schnaps getrunken:

- Sprechen Sie mit Ihrem Kind darüber, warum es getrunken hat und welche Erfahrungen es gemacht hat.
- Äußern Sie Ihre Sorgen, ohne Vorwürfe zu machen.
- Nehmen Sie Ihr Kind ernst. Hören Sie zu, versetzen Sie sich in seine Lage und versuchen Sie, es zu verstehen.
- Stellen Sie sich auf kritische Fragen zu Ihrem eigenen Alkoholkonsum ein.
- Sie sind Vorbild. Seien Sie sich dessen bewußt.

Tipps

Zum ersten Mal betrunken

Ihr Kind kommt erstmals betrunken nach Hause. Kein Wunder, dass Sie mit Angst, Wut und Sorge reagieren. Doch das sind schlechte Begleiter im Gespräch mit Ihrem Kind:

- Bleiben Sie ruhig. Sprechen Sie erst am nächsten Tag mit Ihrem Kind über den Rausch und Ihre Bedenken.
- Strafen helfen wenig.
- Bleiben Sie im Kontakt. Bieten Sie sich immer wieder als Gesprächspartner an, auch wenn Ihr Kind mal abblockt.
- Jugendliche brauchen Freiräume - aber auch Grenzen. Einigen Sie sich mit Ihrem Kind auf klare Regeln zum Alkoholkonsum.

Das reicht nicht?

Wenn Ihnen diese Tipps zu allgemein sind, Sie konkrete Fragen haben oder all das schon ohne Erfolg versucht haben - sprechen Sie mit anderen Eltern. Schließlich kennen alle dieses Thema. Oder wenden Sie sich gleich an Fachleute aus der Jugend- und Suchtberatung.



Tipps und Infos für Eltern und Pädagogen



Zu tief ins Glas geschaut?



Jugendliche und Alkohol

Infos

Infos

Jugendliche und Alkohol

Warum trinken Jugendliche?

Risiken und Gefahren bei Konsum von Alkohol

Alkohol ist nicht erst ein Thema, wenn der Nachwuchs das erste Mal betrunken von der Party nach Hause kommt. Jedes zweite Kind hat mit 12 Jahren schon erste Erfahrungen mit Alkohol gemacht, mit 16 liegt die Quote bei 97 Prozent.

Der Probeschluck auf der Familienfeier, süße Alkopops in der Werbung, die Flaschen, die einer in der Clique mitbringt - und schließlich trinkt man abends zu Hause ja auch mal ein Bierchen oder ein Glas Wein: Wie können es Eltern schaffen, dass ihre Kinder trotz all dieser Gelegenheiten lernen, verantwortungsvoll mit Alkohol umzugehen? Erst recht in einem Alter, in dem die Meinung der Eltern oft das letzte ist, was zählt.

Erste Tipps geben Ihnen der Jugendschutz im Amt Jugendhilfe und die Beratungsstellen für Eltern, Kinder und Jugendliche im Landkreis Cuxhaven.



Es ist eine der Entwicklungsaufgaben im Jugendalter, den risikoarmen Umgang mit der legalen Droge Alkohol zu lernen - genauso, wie die eigene Identität zu finden und sich vom Elternhaus zu lösen.



- Fehleinschätzung der Wirkung von Alkohol. Folge: Kontrollverlust.
- Betrunkene Menschen können nicht mehr klar denken, sie reagieren anders, können leichtsinnig oder aggressiv werden.
- Rauschtrinken bis zur Bewusstlosigkeit, Gefahr durch Erstickungstod.
- Steigende Risikobereitschaft, erhöhtes Unfallrisiko.
- Sinken der Hemmungen, erhöhte Bereitschaft zu strafbaren Handlungen.
- Betrunkene Personen sind häufiger Opfer.
- Alkoholisierte Mädchen sind häufiger Opfer von sexueller Gewalt.

Doch gibt es für Kinder und Jugendliche noch weitere Gefahren:

- Kindern und Jugendlichen droht viel eher eine Alkoholvergiftung. Das Enzym in der Leber, welches für den Abbau des Alkohols notwendig ist, ist noch nicht in ausreichender Menge vorhanden.
- Kinder und Jugendliche haben ein geringeres Körpergewicht als Erwachsene. Der Alkoholgehalt im Blut steigt damit wesentlich schneller.
- Das Wachstum des Gehirns ist bis zum 20. Lebensjahr noch nicht abgeschlossen, es ist daher bei jungen Menschen besonders anfällig für Schädigungen.
- Kinder und Jugendliche können innerhalb von wenigen Monaten alkoholabhängig werden.

Wegen dieser Gefahren hat der Gesetzgeber den Alkoholkonsum Jugendlicher im Jugendschutzgesetz klar geregelt.

Keinen Alkohol unter 16 Jahren

Wer noch keine 16 Jahre alt ist, darf keinen Alkohol kaufen oder konsumieren.

§ Keinen "harten" Alkohol unter 18 Jahren

Wer 16 oder 17 Jahre alt ist, darf zwar Bier, Wein und Sekt kaufen. Schnaps, Alkopops oder Lebensmittel mit Branntwein gibt es aber erst ab 18 Jahren.

Vgl. Jugendschutzgesetz, § 9