

Dass Jugendliche neugierig auf Geschmack und Wirkung alkoholischer Getränke sind und auch ihre Grenzen ausprobieren, gehört zum altersstypischen Experimentierverhalten, aber:

### Manche Regeln sind nicht verhandelbar

- Kein Mofafahren/Autofahren unter Alkoholeinfluss!
- Vor der Party oder dem Discobesuch klären, wer fährt. Ihr Kind darf sich nie einem betrunkenen Fahrer anvertrauen! Wenn der Heimweg unsicher ist und alle Stricke reißen, sollte Ihr Kind Sie anrufen können.
- Kein ungeschützter Geschlechtsverkehr: Auch beschwipst einen klaren Kopf bewahren und verantwortungsvoll mit sich und dem Freund/der Freundin umgehen.
- Mädchen werden in betrunkenem Zustand häufiger Opfer von sexueller Gewalt. Insgesamt werden Betrunkene aufgrund ihres wehrloseren Zustandes schneller Opfer von Gewaltdelikten.
- Immer wieder kommt es zu tödlichen Badeunfällen, deshalb: Nicht betrunken im Baggersee oder im Schwimmbad baden!

### HaLT – die Antwort auf schädlichen Alkoholkonsum

In den letzten Jahren hat der frühe und riskante Alkoholkonsum unter Kindern und Jugendlichen zugenommen. Das Präventionsprojekt HaLT wurde als Bundesmodell von der Villa Schöpflin ([www.villa-schoepflin.de](http://www.villa-schoepflin.de)) gemeinsam mit Praktiker/innen aus zehn Institutionen in ganz Deutschland entwickelt. Ziele sind Hilfen für Jugendliche mit schädlichem Alkoholkonsum und kommunale Präventionsnetzwerke, die Verantwortung, Vorbild und eine Kultur des Hinsehens fördern. Gefördert vom Bundesministerium für Gesundheit und den Ländern.

Informationen zum Thema auch unter [www.halt-projekt.de](http://www.halt-projekt.de)

Für unter 16-Jährige:

[www.bist-du-staerker-als-alkohol.de](http://www.bist-du-staerker-als-alkohol.de)

Für 16- bis 20-Jährige: [www.kenn-dein-limit.info](http://www.kenn-dein-limit.info)

### Anlass zur Sorge?

- Ist Ihr Kind an (fast) jedem Wochenende betrunken?
- Trinkt Ihr Kind mit 13, 14, 15 Jahren regelmäßig Alkohol?
- Trinkt Ihr Kind vor oder während der Schule Alkohol?
- Hatte Ihr Kind wiederholt Ärger wegen seines Alkoholkonsums?
- Trinkt Ihr Kind Alkohol, wenn es allein ist?

Nehmen Sie sich Zeit für ein Gespräch in ruhiger Atmosphäre. Formulieren Sie Ihre Sorge und fragen Sie nach den Gründen. Vermeiden Sie Diagnosen (Hast du ein Alkoholproblem?) und verzichten Sie auf düstere Prognosen (So wirst du süchtig und schaffst deine Ausbildung nie!).

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 in solchen Situationen protestieren: Eltern, die sich sorgen und kümmern sind ihnen eine viel größere Hilfe als Eltern, die die Dinge laufen lassen.

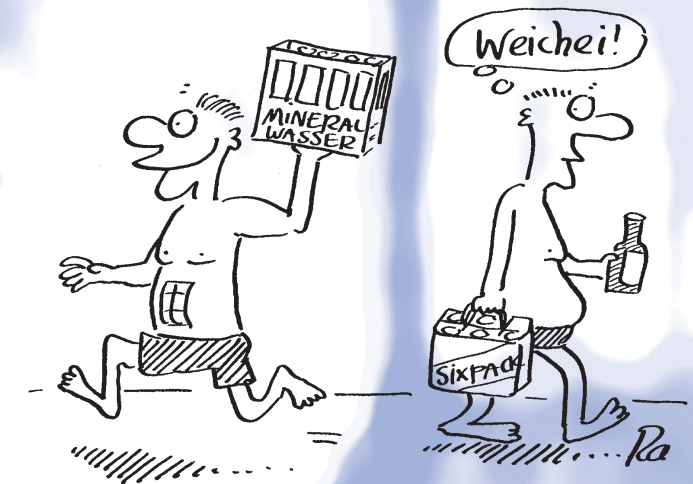
HaLT-Projekt in Ihrer Nähe:



Jugendliche und Alkohol

HaLT

## Tipps für Eltern



Trendsetter für Jugendliche sind die Clique und die Medien, sie bestimmen, was gerade angesagt ist. Oft heißt hier die Botschaft: Zum Jungsein, zu einer ordentlichen Party gehört Alk, je mehr desto lustiger.

Das Elternhaus wird damit zum wichtigsten Wegweiser im Umgang mit Alkohol.