

## Wie sollen Eltern gegen das Rauschtrinken ihrer Kinder vorgehen?

«Voll ins Wochenende» ist ein Thema, das immer mehr Eltern bei ihren Jugendlichen erleben müssen. Wann beginnen die Jugendlichen mit dem Alkoholkonsum?

Susanne Wasserfallen: Gemäss der letzten HBSC-Studie (wird alle vier Jahre durchgeführt) aus dem Jahr 2010 geben 13 Prozent der 13-Jährigen an, mindestens einmal schon betrunken gewesen zu sein. Bei den 15-Jährigen sind es bereits 40 Prozent. Erste Trunkenheitserlebnisse werden im Durchschnitt mit 13,8 Jahren gemacht.

### Wieso trinken Jugendliche eigentlich Alkohol?

Jugendliche geben an, dass sie Spass haben möchten, mit Alkohol eine Party besser geniessen wol-

---

Susanne Wasserfallen

Sie arbeitet bei der Suchtprävention Aargau. Ihr Inputreferat liefert Hintergrundinformationen, Zahlen, Fakten und Tipps für den Familienalltag. Weiter ermöglicht die Veranstaltung, Ideen und Fragen einzubringen. Der Austausch wird von Eltern sehr geschätzt.



len. Einige suchen regelrecht den Rauschzustand. Andere trinken, weil sie niedergeschlagen oder in schlechter Stimmung sind.

### An wen ist Ihr Referat gerichtet?

Das Thema geht alle an, die mit Jugendlichen in Kontakt sind. Natürlich sind in erster Linie die Eltern angesprochen, aber auch Lehrpersonen und Bezugspersonen aus Vereinen oder anderen Organisationen. In meinem Referat gehe ich ausführlich auf Präventionsmassnahmen ein. Ich zeige auf, wie die Jugendlichen selbst, aber auch ihre Betreuungspersonen begleitet und unterstützt werden können.

### Wann ist der beste Zeitpunkt, mit einem Jugendlichen über Alkohol zu sprechen?

Den richtigen Zeitpunkt gibt es nicht. Kinder erleben seit frühester Kindheit, wie ihre Eltern mit Alkohol umgehen. Das Thema kann im Alltag immer mal wieder angesprochen und gemeinsam diskutiert werden. Mit einem Kind im Rauschzustand zu sprechen, bringt nichts. Hier gilt: Ruhig bleiben, den Rausch ausschlafen lassen, überlegen und erst dann mit dem Jugendlichen sprechen. In meinem Referat gebe ich viele Tipps für den Familienalltag.

### Sind die Folgen von Alkoholkonsum bei jugendlichen Mädchen und Jungen schlimmer als bei Erwachsenen?

Ja, ganz klar. In erster Linie ist es ein körperliches Problem. Weil sie noch in der Entwicklung stehen, wird Alkohol weniger gut abgebaut. Dann ist aber auch die Selbsteinschätzung weniger gut ausgeprägt. Wichtig zu wissen ist, dass es sich beim Alkohol wie beim Tabak verhält: je früher ein Jugendlicher mit Trinken anfängt, desto schwieriger ist es für ihn davon wegzukommen und desto grösser sind die gesundheitlichen Folgen. Das Trinken grösserer Mengen Alkohol verringert die Produktion von Wachstumshormonen und kann die Gehirnentwicklung beeinflussen. (ULI)

Zofingen, Kustorei, Dienstag, 29. April, 19.30 Uhr, Eintritt frei, Kollekte.