



■ Liebe Leserin, lieber Leser,	7
Jugendliche & Alkohol – Klarheit statt Mythen	9
Steigt der Pegel?	11
■ Jugendliche trinken weniger als früher ...	11
■ ... aber die, die trinken, trinken riskanter	12
■ Kennen Sie den Unterschied zwischen Missbrauch und Abhängigkeit?	14
■ Das schwierige Alter zwischen 10 und 20	16
■ Trinken Jugendliche heute anders?	18
Special: Rauchen und Alkohol	20
■ Trinken Jungen anders als Mädchen?	23
■ Gefahr: Wenn aus Gebrauch Missbrauch wird	24
■ Was Ihrem Kind hilft und schadet	26
■ Wissen Sie, wie Abhängigkeit entsteht?	27
Warum Alkohol Jugendlichen so schadet	29
■ Wissen Sie, was Alkohol eigentlich ist?	29
■ Wissen Sie, wie Alkohol wirkt?	30
■ Was Alkohol speziell bei Jugendlichen macht	33
Handeln statt wegsehen	37
■ 5 starke Argumente für Alkoholkonsum mit Köpfchen	38
Was Jugendliche beeinflusst	41
Gesellschaftsfähig?	42
■ Wie die Großen, so die Kleinen	43
■ Das wahre Leben? – Kunden im Visier	45
In guter Gesellschaft	49
■ Eltern – Vorbild?	49
■ Elternersatz – Beziehung zu anderen	51
■ Gleich und Gleich gesellt sich gern – Peergroup	52
Special: Legal und illegal – Alkohol und Cannabis	54

Die eigene Welt	57
■ Anforderungen und Überforderung	58
■ Stressrisiko = Trinkrisiko?	59
■ Trinken und mehr	62
Special: Psychische Störungen und Alkohol	63
Sie sind gefragt – Kinder stark machen	65
■ Wie Sie Ihr Kind stärken können	66
■ Was Sie vorleben, zählt	68
■ Was Ihr Kind braucht	70
■ Über Alkohol sprechen	74
Wie gefährdet ist mein Kind?	78
■ Check your drinking	78
■ RAFFT-Test	79
■ Alkohol ist ein Problem – jetzt handeln	80
■ Wo ist Ihr Kind gefragt	86
Auswege – im Notfall und danach	89
Absturz – und dann?	90
■ Reagieren statt wegsehen	90
■ Wie sich eine Alkoholvergiftung äußert	92
■ Erste Hilfe – was jetzt sinnvoll ist	93
■ Was in der Klinik passiert	95
Hilfe suchen – wo anfangen?	101
■ Wo Informationen beschaffen	101
■ Erste Beratungsgespräche	103
■ Weitere Gespräche – das große Wort Psychotherapie	107
■ Wie hilft die Beratung/Psychotherapie Ihrem Kind	110
■ Wenn mehr nötig ist	113
Special: Rückfallgefahr als Erwachsener	116





Prävention – besser verhindern als behandeln	119
Präventionsmaßnahmen im Überblick	120
■ Formen der Prävention	122
Special: HALT geben – Jugendliche direkt ansprechen	124
Politische Maßnahmen – Verhältnisse beeinflussen	126
■ Der Staat als Steuermann?	126
■ Im Visier – Alkoholwerbung	127
■ Gesetzlicher Einfluss auf den Konsum	130
Verhaltensprävention – das Trinkverhalten beeinflussen	136
■ Verstehen, vermitteln, verhindern	136
■ Prävention in der Schule	137
■ Prävention im Verein	141
Hilfe suchen und finden	147
Erste Anlaufstellen	148
■ Verbände der Suchtkrankenhilfe	148
■ Bundesbehörden	148
■ Adressen kinder- und jugendpsychiatrischer klinischer Abteilungen mit suchtspezifischem Angebot (Stand 2008)	149
Internettipps	152
■ Informationen und Forschung	152
■ Spezifische Projekte und Prävention	153
Buchtipps	154
■ Alkohol und andere Drogen	154
■ Kinder begleiten und stark machen	155
■ Prävention	156
Stichwortverzeichnis	157