



■ Liebe Leserin, lieber Leser,	7
<b>Jugendliche &amp; Alkohol – Klarheit statt Mythen</b>	9
<b>Steigt der Pegel?</b>	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
<b>Special: Rauchen und Alkohol</b>	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
<b>Warum Alkohol Jugendlichen so schadet</b>	29
■ Wissen Sie, was Alkohol eigentlich ist?	29
■ Wissen Sie, wie Alkohol wirkt?	30
■ Was Alkohol speziell bei Jugendlichen macht	33
<b>Handeln statt wegsehen</b>	37
■ 5 starke Argumente für Alkoholkonsum mit Köpfchen	38
<b>Was Jugendliche beeinflusst</b>	41
<b>Gesellschaftsfähig?</b>	42
■ Wie die Großen, so die Kleinen	43
■ Das wahre Leben? – Kunden im Visier	45
<b>In guter Gesellschaft</b>	49
■ Eltern – Vorbild?	49
■ Elternersatz – Beziehung zu anderen	51
■ Gleich und Gleich gesellt sich gern – Peergroup	52
<b>Special: Legal und illegal – Alkohol und Cannabis</b>	54

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





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