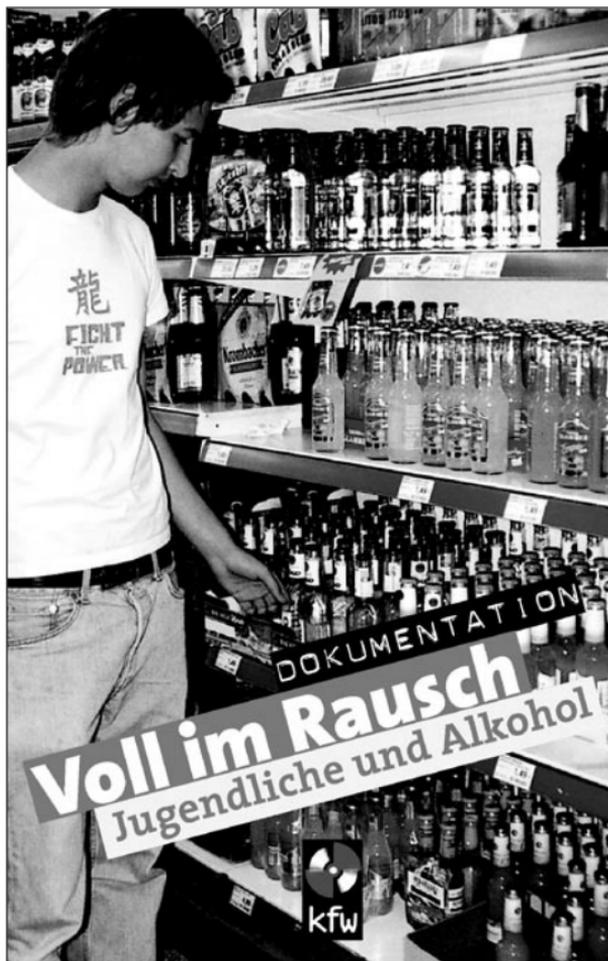


Arbeitshilfen



Katholisches Filmwerk

Dokumentation, 29 Min.
Deutschland 2004
Regie: Maike Conway
Redaktion: Brigitte Klos
Produktion: ZDF

Kurzcharakteristik

Sie wissen, dass Alkohol süchtig macht. Doch er macht auch lustig und locker und gehört zu jeder Party. Gut, dass es die schrillen und süßen Alkopops gibt, die viel besser schmecken als das bittere Bier. Die Gefahren: Alkopops sind hochprozentig und Jugendliche beginnen immer früher zu trinken. „Voll im Rausch“ zeigt, wie schwierig es für Jugendliche ist, das rechte Maß zu finden zwischen Dazugehören, angeheitert und völlig benebelt sein.

Einsatzmöglichkeiten

Themen:

Alkopops, Alkohol, Drogen / Sucht, Familie, jugendliche Lebenswelten, Krankheit / Gesundheit, Suchtprävention, Verantwortung

Einsatzalter: ab 12 Jahren

Einsatzorte:

- Sucht und Prävention – Suchtursachen – Gesellschaftliche Aspekte
- Drogen: Alkohol
- Biologie – Menschenkunde – Verhalten
- Politische Bildung – Individuum und Gesellschaft – Sozialisation, Verhalten
- Religion – Religiöse Lebensgestaltung – Grunderfahrungen
- Fächerverbund Erdkunde – Wirtschaft – Gemeinschaftskunde
- Familie – Freizeit – Haushalt

Lehrplanzuordnung (Baden-Württemberg):

Katholische Religion, Berufsschule (BJV)

LPE 2: Selbstbewusstsein und Selbstverantwortung

(1) Im sozialen Spannungsfeld auf der Suche nach Achtung und Selbstwert z. B. durch Verhaltensweisen wie Angeberei, Schüchternheit (Flucht in Konsum: Drogen, Alkohol)

Inhalt

(Zahlen in Klammern entsprechen der Sequenzeinteilung)

Zuerst wird in das Thema der Dokumentation eingeführt und die drei im Film porträtierten Jugendlichen werden schlaglichtartig vorgestellt (1).

Paula (14 Jahre): „Die Kondition sinkt“ (2) (ZDF-Pressetext)

✓ Paula steigt auf Härteres um. Paula kann mit ihren 14 Jahren schon mitreden. „Mit zwölf Alkohol auszuprobieren ist doch ganz normal“, findet die sympathische Münchnerin, die noch hinzufügt: „Ich meine, wenn man mit neun anfängt, dann ist das viel zu früh. Am Anfang von der Pubertät probiert man halt die Sachen aus. Das finde ich ganz normal.“

Bei Paula fing es – wie bei vielen anderen ihrer Mitschüler – mit den süßen Mixgetränken an. „Am Anfang mag man halt noch keine härteren Sachen wie Tequila, da trinkt man lieber die Alkopops.“ Sie wissen, was sie tun. Heute – mit 14 Jahren – fühlt sie sich schon erwachsener und findet die kleinen Flaschen uncool. „Zu süß und zu teuer, da trink‘ ich lieber Bier.“ Paula lebt mit ihren Eltern und ihrem zwei Jahre älteren Bruder in München Schwabing. Sie geht in die achte Klasse eines Münchner Gymnasiums, spielt Tennis und malt gerne. Paula weiß erstaunlich viel über Alkohol und Alkopops. So viel, dass sie darüber problemlos ein Referat halten kann. Genau wie andere Jugendliche kennt sie die Gefahren, die der Alkohol mit sich bringt, was jedoch niemanden daran hindert, am Wochenende viel zu trinken. „Ohne Alkopops dauert es länger, bis die Stimmung aufkommt“, meint einer ihrer Mitschüler. Paula ist keine Ausnahme, sie ist ein ganz normaler Teenager, und dazu gehört es eben, an den Wochenenden auf einer Party Alkohol zu trinken. Da sie viele Freunde hat, gibt es fast jedes Wochenende einen Grund zu feiern. „Ich habe Angst, dass ich etwas verpasse. Nicht immer, aber es ist immer blöd, wenn man nicht auf einer Party war, und die Freunde reden dann darüber.“ Der Balanceakt zwischen Dazugehören und Herausfinden, wer man selbst eigentlich ist, ist schwierig. Paula selbst empfindet die Trinkerei auf Party nicht als einen Gruppenzwang: „Das wäre, wenn sie sagen: Jetzt trink‘ mal ein Bier, sonst bist du uncool. Wenn man einfach mal was trinkt, wenn die Gruppe auch was trinkt, dann ist das kein Gruppenzwang.“ Mit ihren 14 Jahren hat Paula auch schon die Schattenseiten des Alkohols erlebt: „Einmal hab‘ ich zu viel getrunken und da habe ich dann die Kontrolle über mich verloren. Ich wollte es wieder rückgängig machen, aber das geht ja dann nicht mehr.“ Paula will sich in Zukunft selbst kontrollieren, indem sie sich vornimmt, auf der einen oder anderen Party mal gar nichts zu trinken. Paulas Mutter fragte während der Dreharbeiten, ob sie sich denn jetzt strafbar mache und das Jugendamt bei ihr auftauchen würde? Gute Frage! Wer macht sich wann strafbar? Die Verkäufer, die Kellner, die Inhaber der Discos, die Getränkehersteller, die Gesellschaft?

Laura (15 Jahre): „Abends cooler und relaxter sein“ (3) (ZDF-Pressetext)

- ✓ Laura ist 15. Sie lebt mit ihren Eltern und ihrem zwei Jahre älteren Bruder auf dem Land bei München. In der Kleinstadt kennt fast jeder jeden. Umso mutiger ist es, dass Laura in dem Film ausspricht, was andere vielleicht nur denken.

Ihre Mutter macht sich wegen des Beitrags Sorgen: „Du lebst hier, willst du das, dass die Leute das sehen?“ Laura kontert: „Auf den Volksfesten bei uns trinken doch alle.“ Alkohol – voll normal! Als wir mit der Kamera auf dem Volksfest drehen, scheint keiner Scheu vor der Kamera zu haben. Man prostet uns zu und findet alles sehr lustig. Die Kellnerin ist viel zu sehr im Stress, um nach Lauras Ausweis zu fragen. Und die Polizeikontrolle im Zelt gilt wohl eher Schlägereien als Minderjährigen, die trinken. Betrunkene Erwachsene findet Laura eher abstoßend, aber sie sieht keine Verbindung zu ihrem eigenen Alkoholkonsum. Sie merkt nur, dass sie aufpassen muss, ihre Probleme nicht immer mit Alkohol zu verdrängen. „Bei Liebeskummer trink’ ich was.“ Bei Liebeskummer trinkt sie schon mal mit ihrer Freundin. Aber tagsüber trinken ist nicht drin: „Wäre auch hart, wenn ich jeden Tag was trinken würde, nur damit meine Gedanken schön sind.“

Von den Schulproblemen will sie am Wochenende nichts wissen, deshalb trinkt sie mit ihren Freunden, „da hat man dann Lust, die Gedanken wegzukriegen und cool und relaxed zu sein“. Der Schulalltag stresst sie, setzt sie unter Druck: „Gerade wenn man aufs Gymnasium geht, ist es purer Stress. Man hat sogar Angst, in die Schule zu gehen. Da ist das Wochenende befreiend, da hat man dann seinen Spaß. Ich hatte früher teilweise Angst, vor den Lehrern, vor dem Ausfragen, vor den Tests, vor den Schulaufgaben. Krass, wenn man die Gedanken wegbekommen will, um relaxed zu sein.“ Natürlich ist auch Laura bewusst, dass es nicht gut ist, bei Problemen zu trinken: „Man sollte sich das auch nicht angewöhnen, bei Problemen zu trinken. Doch das ist dann einfach so. [...] Mein Vater sagt auch, ich soll mir das nicht angewöhnen, zu trinken, wenn ich Probleme habe, aber es ist halt einfach noch so anziehend.“ Laura möchte Schauspielerin werden. Ihre äußere Erscheinung ist ihr sehr wichtig. Von den süßen Alkopops bekommt sie manchmal abends Ausschlag. „Abends ist das dann auch schon egal“, aber auf Dauer möchte sie nicht, dass ihr Körper darunter leidet. „Jetzt bin ich noch jung, irgendwann trink’ ich halt weniger.“

Chrissi (17 Jahre): „Alkohol – eine Spaßgarantie“ (4) (ZDF-Pressetext)

- ✓ Chrissi trinkt aus Spaß. Als er mit 15 Jahren zum ersten Mal Alkopops getrunken hatte, kamen die Flaschen gerade in Mode. Keiner wusste so richtig, was da drin ist, und keiner sprach darüber. Es war ein Getränk, das die Jugendlichen schnell für sich entdeckten.

Sie wollten nicht das Gleiche trinken wie ihre Eltern. Jetzt hatten sie ihre eigenen Drinks, von denen viele Erwachsene noch keine Ahnung hatten. „Ich hätte ohne Alkopops sicher später angefangen, ein Jahr, mit 16 sicherlich erst“, sagt Chrissi – denn Alkopops sind süß, das Bier auf der Wies'n hätte er mit 15 noch nicht getrunken. Heute ist Chrissi 17. Er geht in die 10. Klasse eines Gymnasiums in München Schwabing. Freitags bekommt er im Unterricht oft nicht viel mit, denn am Abend zuvor ist bei Chrissi eine Kult-Kneipe in München angesagt. Dort kosten die Getränke dann nur 1,50 Euro. Chrissi darf mit 17 Jahren bis Mitternacht in die Disco. „Die ist schon zur Jugend-Saufkneipe geworden“, erzählt er. Chrissi geht mit dem Vorsatz hin, sich richtig zu betrinken. Warum so viel? „Man trinkt einfach weiter, weil man die Gefühle verstärken will, und manchmal merkt man dann nicht, wo die Grenzen sind.“ Dass Jugendliche mit 17 bereits von einer Entwicklung in Sachen Alkohol reden, ist nicht selten. Chrissi meint dazu: „Früher habe ich halb so viel getrunken. Das hat sich im Laufe der Zeit ziemlich drastisch gesteigert.“ Appellieren an die „Grundvernünftigkeit“! Sein Vater, den er seit der Scheidung der Eltern nur gelegentlich sieht, macht sich natürlich Gedanken. „Ich appelliere an den Verstand meines Sohnes, wir haben früher auch getrunken.“ Doch er weiß auch, wie begrenzt seine Möglichkeiten des Einflussnehmens sind: „Die Frage ist: wie erreiche ich ihn in diesem Alter überhaupt noch. Hört ein 17-Jähriger seinem Vater noch zu?“ Geld spielt bei Chrissi schon eine Rolle. Er jobbt am Nachmittag an einem Imbiss, um am Wochenende mehr ausgeben zu können. Werden die Sondersteuern auf Alkopops ihn vom Trinken abhalten? „Also, ich denke, dass man mit den Preisen schon etwas machen kann. Aber dann müssten die Alkopops dreimal so teuer werden, dann würde sie niemand mehr kaufen. Aber wenn man sich betrinken will, findet man auch einen Weg.“

Paula & Chrissi: Zwischen Konzert und Ernüchterung (5)

Zum Abschluss der Dokumentation begleiten wir Paula und Chrissi auf ein Open-Air-Konzert, bei dem auch eine Initiative von Jugendlichen die Konzertbesucher über die Auswirkungen von Alkohol aufklärt.

Hintergrundinformationen

Alkopops: gefährlich lecker (ZDF-Pressetext)

Sie sind der Renner bei Minderjährigen: Alkopops – bunt, spritzig und lecker – verführen Jugendliche **und insbesondere Mädchen** immer früher dazu, Alkohol zu trinken.

Vorsicht bei Mädchen: Sie vertragen weniger Alkohol als Jungs, genau genommen nur halb so viel. Dies liegt daran, da der Körper der Mädchen weniger Wasser enthält und so der Alkohol nicht so stark verdünnt wird. Im

Gegensatz zu Jungs besitzen Mädchen bei gleichem Gewicht weniger Blut und dafür mehr Fettgewebe, das enthält nun mal kaum Wasser!

So versüßt die Alkoholbrause den Einstieg in den regelmäßigen Alkoholkonsum – und da die kleinen handlichen Flaschen viele Umdrehungen haben, hat der exzessive Konsum hohes Suchtpotenzial. Beim Konsum von Alkopops erleben Jugendliche nicht die enttäuschende Ersterfahrung des herben, bitteren Geschmacks von Alkohol, wohl aber dessen Wirkung – und das finden sie angenehm.

Der Wunsch, Alkohol zu trinken und die Wirkungen des Alkohols zu testen, gehört zu den jugendtypischen Verhaltensweisen. Viele Jugendliche beginnen damit zwischen dem 14. und 15. Lebensjahr, manche auch schon früher. Allerdings bringt der Konsum von Alkohol nicht nur gesundheitliche, sondern auch gesellschaftliche Probleme sowie Beziehungsprobleme mit sich. Schlechtere Schul- bzw. Arbeitsleistungen, Steigerung der Aggressivität, finanzielle Probleme, Gefährdung der Sicherheit im Straßenverkehr, ungeschützter Geschlechtsverkehr, ungewollte Sexualerlebnisse können Folgen sein. Alkohol bewirkt eine höhere Bereitschaft zu Gewalt, Betrug und Diebstahl.

Dabei gehen die riskant trinkenden Jugendlichen ein hohes Risiko ein: Hohe Dosen Alkohol können die Pubertät und das Knochenwachstum verzögern sowie die Knochenhärte reduzieren. Die Folgen übermäßigen Alkoholkonsums auf Leber und übrige Organe sind langfristig lebensbedrohlich. Das jugendliche Gehirn ist, auch was die Suchtentwicklung angeht, lernfähiger als ein „erwachsenes“ Gehirn, d. h. eine Alkoholabhängigkeit kann früher und schneller entstehen.

Zielgruppe: Jugendliche

Offiziell dürfen nur Volljährige die Mixgetränke kaufen. Die Werbung für Alkopops wendet sich aber bewusst an Jugendliche. Immer neue, bunte Farben, coole englische Namen wie „served chilled“, „Rum Refresher“, „flavoured with Tequila“: So locken die kleinen handlichen Flaschen „schulranzentauglich“ gerade die junge Generation an.

Sie schätzen aber auch das Image eines solchen Getränks. Aufkleber mit dem Vermerk „ab 18“ schrecken Jugendliche nicht ab. Denn es ist umso reizvoller, die Flasche trotzdem bekommen zu können. Und das ist meist kein Problem. Viele Jugendliche haben genug Geld. Ihr Lebensunterhalt ist von den Eltern gesichert, und so können sie ihr Taschengeld in der Freizeit ausgeben.

Riesiger Markt – fatale Folgen

Ein großer Alkoholproduzent hat im Geschäftsjahr 2003 knapp unter 100 Millionen Flaschen Alkopops in Deutschland verkauft. Die deutsche Getränkelobby kritisiert die Sondersteuer: Acht Prozent am Spirituosenmarkt halten die süßen Bomben inzwischen – ein Riesenwachstum. Zwischen 2001 und 2002 nahm ihr Absatz um 325 Prozent zu.

Einer Studie zufolge wurden 2003 mehr als doppelt so viele Jugendliche zwischen 15 und 19 Jahren wegen psychischer Probleme infolge exzessiven Alkoholkonsums behandelt als noch vor zehn Jahren. **Deutlich zugenommen hat dabei auch die Zahl der Mädchen, sie machen inzwischen etwa die Hälfte der trinkenden Jugendlichen aus.**

Durchschnittlich trinkt jeder Jugendliche zwischen 14 und 17 mindestens einmal im Monat Alkopops. Wenn nach der Sondersteuer von rund 90 Cent pro Flasche der Alkopopkonsum zurückgehen sollte, kaufen die Jugendlichen eben andere Mischgetränke. Frei nach dem Motto „Chemisch machbar ist so ziemlich alles“ werden neue Getränke gemixt.

Statt Wodka oder Rum dient Wein als Basis für Getränke, Soda und Zucker dazu, fertig ist der „Weinpop“. Der Verkauf der neuen Mix-Getränke wäre dann, anders als bei Alkopops, schon ab 16 und nicht erst ab 18 Jahren erlaubt.

Spirituosen-Industrie schläft nicht

Jugendliche sollen so früh wie möglich an eine Marke gebunden werden. Sie lieben die Merchandisingprodukte, die an manchen Flaschen baumeln, wie zum Beispiel CDs und Schnuller, zum „lustigeren“ Trinken. Hier passt die Feststellung „Die Verpackung ist mehr als die halbe Miete“. Die Marketingstrategie der Alkoholindustrie geht auf: 36 % der 14- bis 17-Jährigen trinken einmal oder mehrmals im Monat Alkopops, 12 % sogar einmal pro Woche (Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, Studie 2004). Die Folge: **Die Zahl der Kinder und Jugendlichen, die pro Jahr mit einer Alkoholvergiftung ins Krankenhaus eingeliefert wurden, ist seit 2002 um 26 % gestiegen.**

Jugendliche wollen Spaß! Die Autorin über den Film (ZDF-Pressetext)

Alkohol ist ein Teil unserer Gesellschaft und nicht wegzudenken. Das Entscheidende ist für jeden, seine persönlichen Grenzen zu finden.

„Alkopops? Zu süß und zu teuer!“

Je jünger man ist, desto schwieriger ist das natürlich, und da sehe ich auch die Unterschiede zu meiner eigenen Jugend. Klar habe ich selber in der Pubertät meinen ersten Rausch gehabt. Alkohol blieb in meiner Jugend aber etwas Besonderes und war nur in Ausnahmefällen für mich erreichbar. Er war nicht allgegenwärtig und präsent wie heute.

Wenn man einen Film macht, lenkt sich die Aufmerksamkeit in dieser Zeit sehr stark auf das Thema des Films. Als ich den Film über Jugendliche und Alkohol machte, fing ich an, mich selber bei jeder Flasche Bier zu beobachten. Mit beiden Beinen im Leben! Es war schwer, Protagonisten für den Film zu finden, denn ich wollte Jugendliche haben, die mit beiden Beinen im Leben stehen und aus einem gutbürgerlichen Elternhaus kommen. Ich wollte vermeiden, dass das Trinken von Jugendlichen auf ein bestimmtes

soziales Milieu geschoben wird. Nach langen Vorgesprächen konnte ich auch die Eltern überzeugen, die ihr Kind im Fernsehen verständlicherweise nicht als Alkoholkonsumenten sehen wollten. Ich bin den Eltern der drei Protagonisten sehr dankbar, dass sie eingewilligt haben und teilweise auch ihre Sorgen und Nöte in dem Film beschrieben haben. Bei den Vorgesprächen merkte ich, dass die Jugendlichen hin und her gerissen waren. Sie wollten ihre wirklichen Erfahrungen erzählen, die sie ja auch irgendwie cool finden, auf der anderen Seite dachten sie an Verwandte, Freunde und Lehrer, die sie dann im Fernsehen sehen würden. Erstaunt war ich, dass ich Erwachsene dabei filmen konnte, wie sie an Jugendliche Alkohol ausgaben. Sie schienen sich keine Gedanken darüber zu machen, und das sagt viel darüber aus, wie selbstverständlich Alkohol in unserer Gesellschaft akzeptiert wird. Wenn die Polizei im Festzelt ihre Runde machte, wurde den unter 16-Jährigen zwar etwas mulmig – doch während der Dreharbeiten schritten die Beamten nicht ein. Die Frage nach dem Alter blieb aus.

Gesetzliche Grundlage

Die Jugendschutzbestimmungen (§ 9 JuSchG) für die Abgabe alkoholischer Getränke lauten: (1) In Gaststätten, Verkaufsstellen oder sonst in der Öffentlichkeit dürfen 1. Branntwein, branntweinhaltige Getränke oder Lebensmittel, die Branntwein nicht nur in geringfügiger Menge enthalten, an Kinder und Jugendliche, 2. andere alkoholische Getränke an Kinder und Jugendliche unter sechzehn Jahren weder abgegeben noch darf ihnen der Verzehr gestattet werden. (2) Absatz 1 Nr. 3 gilt nicht, wenn Jugendliche von einer personsorgeberechtigten Person begleitet werden. Diese Bestimmungen lauten im Klartext: Ist Branntwein, z. B. Wodka, Rum, Tequila etc. enthalten, darf das Getränk erst an 18-Jährige abgegeben werden. Mixgetränke mit anderen Alkoholarten, z. B. Bier-Cola-Mix, dürfen bereits an 16-Jährige abgegeben werden.

HINWEISE/TIPPS/DIDAKTIK

Was Sie als Eltern tun können ...

- Sich darum kümmern, dass Ihr Kind so spät wie möglich mit dem Alkoholkonsum beginnt.
- Verbote sind oft kontraproduktiv. Stellen Sie gemeinsam mit Ihren Familienmitgliedern Konsumregeln auf.
- Bezüglich Alkopops sollten Sie Ihr Kind auf den hohen Alkoholgehalt aufmerksam machen.
- Für figurbewusste Jugendliche: Weisen Sie auf den hohen Kaloriengehalt der süßen Mixgetränke hin: Pro Flasche etwa 200 Kilokalorien.

- Sprechen Sie mit Ihren Kindern über die Besonderheiten von Alkopops. Überlegen Sie gemeinsam mit Ihren Kindern, warum es notwendig ist, Alkohol künstlich zu überdecken und was die Alkoholindustrie damit erreichen möchte.
- Sensibilisieren Sie Verwandte, Bekannte, Freunde und Lehrer für die Alkopops-Problematik.
- Beauftragen Sie Ihr Kind nicht, alkoholische Getränke für die Familie zu kaufen.
- Achten Sie in Ihrer Umgebung auf die Einhaltung der Jugendschutzbestimmungen. Sollten Sie von einem Geschäft erfahren, das Alkohol an Minderjährige verkauft, sprechen Sie mit den Verkäufer(inne)n bzw. der Geschäftsleitung.
- Wenn Sie bemerken, dass Ihr Kind häufiger und/oder zu viel Alkohol trinkt, sollten Sie ein gemeinsames Gespräch suchen, in dem Sie Ihre Sorge zum Ausdruck bringen. Machen Sie deutlich, dass Sie übermäßigen Alkoholkonsum nicht tolerieren. Sprechen Sie über die Gefahren und Risiken des Alkoholkonsums. Setzen Sie Ihr Kind nicht auf die Anklagebank, da Sie so nur eine Abwehrreaktion provozieren.
- Vereinbaren Sie eine gemeinsame Abstinenzzeit für alle Familienmitglieder und sprechen Sie regelmäßig über Ihre Erfahrungen.
- Seien Sie sich Ihrer Vorbildfunktion bewusst: Sie müssen nicht völlig auf Alkohol verzichten, sollten jedoch Ihrem Kind einen maßvollen Alkoholkonsum vorleben. Beobachten Sie Ihren eigenen Konsum und überlegen Sie, wie Ihr Verhalten bei Ihren Kindern ankommt.
- Wenn Sie sich überfordert fühlen und ein Gespräch mit Ihrem Kind nicht mehr möglich ist, scheuen Sie sich nicht professionelle Hilfe zu holen.

Fragen zum Gespräch

- Was ist Konsum? Was Konsumsteigerung, was Missbrauch und was Drogenabhängigkeit?
- Wann benutze oder missbrauche ich Alkohol; wozu dient der Alkohol bei mir?
- Wie wirkt er bei mir (werde ich angeregt, aggressiv, ruhig, müde ...)?
- Wann habe ich zuletzt beispielsweise Alkohol benutzt, um zu ...?
- Welche Strategien habe ich, wenn ich den Eindruck habe, zu versagen?
- Ab wann ist ein Mensch abhängig?
- Was suggeriert uns die Werbung für alkoholische Getränke?
- Welche Möglichkeiten gibt es, ohne Suchtmittelgenuss ein gesundes Selbstwertgefühl und Selbstbewusstsein zu erlangen?
- Warum nehmen Jugendliche beim Alkoholmissbrauch nachweisbare psychische und physische Schäden in Kauf?

Materialien

Links (Stand: 01.08.2005)

<http://www.bmgs.bund.de/>

<http://www.bmgs.bund.de/downloads/Alkopops-Studie.pdf>

<http://www.bmgs.bund.de/downloads/Alkopopsteuerbericht.pdf>

<http://www.bzga.de/>

http://www.bzga.de/botmed_33230001.html (Broschüre zum Thema)

<http://www.verbraucherministerium.de/index-000297FF175910898DF26521C0A8D816.html>

http://www.forumpraevention.de/nn_366/sid_E1429EB518B972BD4A77B753A46C539B/nsc_true/Content/de/Internet/03__Aktuell/TrendAlkopop.html__nnn=true

<http://www.vis-ernaehrung.bayern.de/de/left/fachinformationen/lebensmittel/gruppen/alkopops/alkopops-ix.htm>

http://www.elternimnetz.de/cms/paracms.php?site_id=5&page_id=330

<http://www.alkohol-lexikon.de/alkopops.shtml>

http://www.suessesgift.de/_pdf/material/Alkohol-Fragequiz.pdf

<http://www.zum.de/Faecher/kR/BW/wagner.htm> (Mit Basisinfo Alkohol, Konsum-Interview)

<http://www.zum.de/Faecher/Bio/Bay/supraev.htm>

<http://www.dhs.de>

<http://ifa-ev.de/intro.html> (Institut für Alkoholkrankung)

<http://www.anonyme-alkoholiker.de>

<http://www.blaues-kreuz.de>

<http://www.kreuzbund.de>

<http://www.selbsthilfe.solution.de>

<http://www.suchtberatungsstelle.de/information.html>

Literatur (ZDF-Pressetext):

- **Alkoholabhängigkeit bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen**, Annette Bornhäuser, 2001
- **Jugend und Alkohol**, Franz Stimmer, Stefan Müller-Teusler, Stefan Müller-Teusler
- **Jugendliche und Alltagsdrogen**, Anja Leppin, Klaus Hurrelmann, Harald Petermann
- **Starke Kinder, zu stark für Drogen**, Lucie Hillenberg, Brigitte Fries
- **Wenn Alkohol zum Problem wird, hilfreiche Informationen für Angehörige und Betroffene**, Wilhelm Feuerlein, Franz Dittmar, Michael Soyka

Angelika Höpfner

Materialien im Anhang:

- M 1: Metaphern: Alkohol ist wie ...**
- M 2: Selbstuntersuchung**
- M 3: Selbstwertgefühl/Selbstbewusstsein**

Materialien als PDF-Dateien auf der DVD:

- M 4: Definition von Sucht / Abhängigkeit**
- M 5: Ebenen der Sucht bzw. Abhängigkeit**
- M 6: Promilleberechnung**
- M 7: Alkoholkonsum**
- M 8: Verteilung der Suchterkrankungen**
- M 9: Anzahl der Suchtkranken in Deutschland**
- M 10: Häufige Erkrankungen in Folge von Alkoholmissbrauch**
- M 11: Wie viel Alkohol verträgt der Körper?**
- M 12: Promilleschema**
- M 13: Suchtformen**
- M 14: Co-Abhängigkeit**
- M 15: Sehen Sie nicht weg!**

M 2

SELBSTUNTERSUCHUNG

Ich trinke Alkohol:

Regelmäßig?

Selten?

Nie?

Wann trinke ich Alkohol?

Wenn ich alleine bin?

Wenn ich mit Freund(inn)en/ Mitschüler(inne)n unterwegs bin?

Wenn ich auf Partys bin?

Wie viel Alkohol trinke ich?

Sehr wenig?

Mäßig?

Viel?

Sehr viel?

Welche Sorten Alkohol trinke ich?

Schnaps/Likör?

Wodka?

Tequila?

Bier?

Wein?

Alkopops?

Warum trinke ich Alkohol?

Weil ich einsam bin?

Weil ich deprimiert bzw. frustriert bin?

Weil ich Liebeskummer habe?

Weil es bei Partys einfach dazugehört?

Weil ich mich besser und fröhlicher fühle?

Wie wirkt Alkohol bei mir?

Werde ich angeregt?

... aggressiv?

... müde?

... entspannt?

Welche Getränke nehme ich noch zu mir?

Wasser? Cola? Säfte? Tee? Kaffee?

Kann ich mir ein Leben ohne Alkohol vorstellen?

Ja

Nein

M 3

SELBSTWERTGEFÜHL/SELBSTBEWUSSTSEIN

1. Was verstehe ich unter Selbstwertgefühl bzw. Selbstbewusstsein?

2. Bin ich selbstbewusst?

3. Warum bin ich selbstbewusst / nicht selbstbewusst?

4. Würde ich die drei Jugendlichen im Film (Paula, Laura, Chrissi) als selbstbewusst bezeichnen?

5. Kennst du in deiner Familie / in deinem Freundskreis Personen, die Selbstbewusstsein ausstrahlen?

Kopienverleih: Kirchliche und öffentliche AV-Medienstellen

Kopienverkauf für nichtgewerblichen Einsatz durch:
Katholisches Filmwerk GmbH

Postfach 11 11 52 · 60046 Frankfurt
Ludwigstraße 33 · 60327 Frankfurt

Telefon: (0 69) 97 14 36 - 0 · Telefax: (0 69) 97 14 36 - 13
Internet: www.filmwerk.de · E-Mail: info@filmwerk.de

Herausgegeben vom Programmbereich AV-Medien
Katholisches Filmwerk GmbH, Frankfurt/M.