

MISVERSTANDEN OVER KINDEREN EN ALCOHOL

Mijn kind doet dat niet

Vraag je als ouder eerlijk af waarop je die overtuiging baseert. Als vaststaat dat zo veel jongeren liegen en drinken, waarom zou jouw kind daarop de uitzondering zijn?

Mijn kind is geen type om verslaafd te raken

Het is dus niet zozeer een verslaving, maar de omgeving, hun nieuwsgierigheid en de gelegenheid die van een kind een drinker maken. Het een heeft meestal niets met het ander te maken.

Mijn kind is nog helemaal niet bezig met uitgaan

Het instellen en hanteren van regels over alcohol en toezicht houden dat je kind echt niet drinkt heeft vooral zin voordat je kind begint met drinken. Veel ouders zeggen pas iets over drank als hun kind merkbaar over de schreef is gegaan. Dan is het feitelijk al te laat.



Onze kinderen en alcohol is verkrijgbaar in de boekhandel en via www.nieuwamsterdam.nl

€ 19,95

ISBN 978 90 468 1109 2

V.l.n.r. Joke Ligterink,
Mireille de Visser en
Nico van der Lely



WAT OUDERS, OPVOEDERS EN MENSEN IN DE ZORG MOETEN WETEN

De Nederlandse pubers behoren tot de grootste drinkers van Europa. Nico van der Lely en Mireille de Visser, de auteurs van *Onze kinderen en alcohol* en de oprichters van de alcoholpoli, zien vrijwel dagelijks op hun alcoholpoli de gevolgen van (overmatig) alcoholgebruik. Het aantal zeer ernstige gevallen stijgt enorm, de jonge drinkers komen uit alle lagen van de bevolking en er zijn inmiddels evenveel meisjes als jongens die te veel drinken.

Het verhaal van Britt

Een fragment uit het boek *Onze kinderen en alcohol*

‘Met vrienden ging ik naar de feestelijke heropening van een disco. Het regende die avond heel hard, dus we hebben met zijn vieren van tevoren onder het afdakje van een kantoor staan indrinken. De klasgenoot van een vriend van ons, die al 16 was, had de drank gehaald bij een avondwinkel. Een fles Safari (20%), een fles rode wijn (12%) en een fles El Picu (goedkope fruitlikeur, 14,9%). Ik voelde heel snel dat ik dronken was, ik kon niet eens mijn eigen naam meer sms'en. Die disco kwam ik binnen zonder id. Veel heb ik er verder niet van meegekregen, na een kwartier was ik out. Achteraf noemde iemand me op Hyves een zuiplap. Die jongen schijn ik te hebben willen zoenen maar daar weet ik niets meer van. Daar schrok ik wel van. Ik ben door de bewakers buiten gezet, in de regen, zonder jas.

Heel gek, dat herinner ik me precies. Omdat ik naar huis wilde, ben ik naar binnen gegaan om mijn jas te halen. Midden in de garderobe ben ik op de grond gaan liggen. De vriend van een vriendin vond me daar. Hij heeft uitgezocht waar ik woon en me achter op zijn fiets meegenomen. Politieagenten die langsreden, zagen me steeds van zijn fiets afvallen. Zij hebben er uiteindelijk voor gezorgd dat ik met de ambulance naar het ziekenhuis ging. Ik had een promillage van 2,1 en bleef tweeënehalf uur knock-out. De volgende ochtend moest ik een film kijken en een vragenlijst invullen. Daar is mijn moeder bijgehaald. Toen ik 's nachts de eerste keer wakker werd, zat mijn vader naast me. Ik was een beetje bang voor hem, hij keek zo boos. Ik had op dat moment liever mijn moeder bij me.’

MISVERSTANDEN OVER KINDEREN EN ALCOHOL

In *Onze kinderen en alcohol* komen onder meer de hardnekkigste misverstanden over kinderen en alcohol aan de orde. Hieronder een paar voorbeelden. Lees het boek voor meer misverstanden en andere belangrijke informatie.

Als je drank verbiedt, doen ze het juist stiekem

Vroeger werd er zo geredeneerd: verbieden en verbergen maakt drank voor jongeren alleen maar aantrekkelijker. Die tolerante houding werkt niet, dat hebben verschillende studies nu uitgewezen. Als je als ouder alcohol aan je kind geeft, gaan ze eerder, vaker en meer drinken, zowel binnen- als buitenshuis.

Je kind kan het beste thuis leren drinken

Je geeft met dit gedrag als ouder een dubbelzinnige boodschap af. Je zegt dat alcohol slecht is, maar intussen geef je het je kind wel. Zodra een kind dit binnenkrijgt, zal de behoefte aan alcohol alleen maar toenemen. Van de ouders geeft 75 procent het eerste glas aan hun kinderen.

Laat ze maar goed dronken worden, van zo'n kater leren ze tenminste

Nee, dat is onderzocht en 65 procent leert er niets van. Pubers vinden dronkenschap en stevige katers stoer en grappig, ook de volgende ochtend nog. Zo denkt een puber nu eenmaal.

Als ouder moet je je kind kunnen vertrouwen

Nee, juist door tegen je kind te zeggen dat je hem vertrouwt, belast je hem met een verantwoordelijkheid die hij niet aankan. Met ingewikkelde kronkelgedachten maken ze zichzelf wijs dat ze toch nog heel eerlijk zijn. Vertrouwen geven is een te zware belasting. Een duidelijke regel helpt je kind veel beter om zich in verleidelijke situaties te verweren.

Wij dronken vroeger toch zelf ook veel?

Jongeren drinken meer, vaker en hogere percentages alcohol. In de jaren tachtig kwam er eens in de twee jaar een jongere met een alcoholvergiftiging in het ziekenhuis terecht, zo blijkt uit oude opnameboeken. In 2010 waren het er bijna 700. Tien tijde van de jeugd van de huidige ouders werd er aanzienlijk minder en in elk geval minder (sterkedrank) door elkaar gedronken.

Als ouder heb je geen greep op je kind als het naar een feestje is

Het is en blijft jouw kind, jij bent verantwoordelijk dus jij moet ervoor zorgen dat jij weet waar je kind is, dat je weet hoe de ouders van de feestgever over alcohol en andere zaken denken. Het is vooral belangrijk dat je zeker weet of daar toezicht is van andere volwassenen. Je kind thuislaten is soms het verstandigst. Dat is geen ramp, al zegt je kind van wel.

Alcohol is veel minder schadelijk dan (soft)drugs

Dit heeft te maken met de sociale acceptatie van alcohol. Medisch gezien is alcohol net zo schadelijk voor je brein en je organen als drugs. Het is in wezen nog gevaarlijker dan drugs, omdat het zo makkelijk verkrijgbaar is. Je zou dus als ouder juist meer beducht moeten zijn op drankgebruik.

Jonge hersenen zijn flexibel

Het is inmiddels bewezen dat je hersenen de schade niet meer te boven komen. Het is vreemd dat ouders deze waanideeën blijven koesteren, nu er zo veel wetenschappelijk bewijs is van het tegendeel.