Alkoholkommunikation und Alkoholprävention

Handlungsempfehlung für die Fachschaften der geowissenschaftlichen Studiengänge

Der Workshop #social drinking – Alkoholkonsum in Studium und Arbeitsleben hat auf der Bundesfachschaftentagung Geowissenschaften des WiSe 2024 in Karlsruhe das aktuelle Konsumverhalten der Studierendenschaft in den geowissenschaftlichen Studiengängen in Deutschland diskutiert.

Eine Handlungsempfehlung für die Fachschaften wurde erarbeitet, um die Alkoholkommunikation gegenüber der Studierendenschaft zu erleichtern.

Medizinische Betrachtung von Alkoholkonsum

Alkohol hat durchaus eine positive Wirkung auf das Sozialleben. Im Studium wie auch im Arbeitsleben bieten sich zahlreiche Möglichkeiten gemeinsam zu konsumieren. Förderlich sind zum Beispiel einsetzende Euphorie und Redseligkeit, sowie zum Teil auch Enthemmung. Alkoholkonsum birgt allerdings ernstzunehmende Risiken.

Fakt bleibt: Alkohol ist ein Nervengift!

Typische Anzeichen einer akuten Alkoholvergiftung sind: Koordinationsstörungen, Aggressivität, Sprachstörung (Lallen), Übelkeit und Erbrechen. Im fortgeschrittenen Verlauf droht eine Bewusstlosigkeit.

Leiste bei Bedarf Erste Hilfe. **Jede bewusstlose Person ist ein medizinischer Notfall! Rufe in solchen Fällen immer den Rettungsdienst (112).**

Awareness & Self-Awareness

Wer regelmäßig größere Mengen Alkohol konsumiert riskiert seine Gesundheit. Neben den physischen Risiken besteht immer das Risiko einer Alkoholabhängigkeit (Sucht).

Innerhalb der Fachschaft (der Studierendenschaft) habt ihr die Möglichkeit, offen über euren Alkoholkonsum zu sprechen.

Habt ihr Sorge um eine Person (aufgrund ihres Konsumverhaltens), sprecht diese Person konkret darauf an. Nicht wegsehen! Helft nach eurem Ermessen, wendet euch bei Unsicherheit an professionelle Stellen.

Alkoholkommunikation - Eine verantwortungsvolle Aufgabe.

Nehmt als Fachschaft die Alkoholkommunikation wahr. Organisiert mit eurer Fachschaft niedrigschwellige Angebote. Bedenkt, ihr seid immer auch Vorbild für die von euch vertretenen Personen. Wer Alkohol konsumiert, sollte dies bewusst und in angemessenem Rahmen durchführen.

Informiert euch zusätzlich beim AStA, Studierendenwerk oder anderen Institutionen zum Thema Alkoholkommunikation und Alkoholprävention. Koordiniert eure Aktionen und Angebote entsprechend.

Viele Städte haben ebenfalls eigene Angebote wie Telefonhotlines oder Online-Chats.

Zusätzlich gibt es folgende Telefonhotlines, welche ihr bei Bedarf rund um die Uhr erreichen könnt:

Telefonseelsorge (kostenlos)	0800 1110111	0800 1110222	116 123
Bundeszentrale für Gesundheitliche Aufklärung (0,20 EUR/Anruf)			01806 313031
Weisser Ring Opfer-Telefon (bei Straftaten, kostenlos)			116 26