

Министерство образования Республики Беларусь

Учреждение образования
«Гомельский государственный университет
имени Франциска Скорины»

О. Н. КАРЕБО, Е. В. БОГАТКО

**НЕМЕЦКИЙ ЯЗЫК
ДИСКУРСИВНАЯ ПРАКТИКА:
ПРОБЛЕМЫ МОЛОДЕЖИ**

Практическое пособие

для студентов 3 курса специальности
1-02 03 06-02 «Немецкий язык»

Гомель
ГГУ им. Ф. Скорины
2015

УДК 811.112.2'42(076)
ББК 81.432.4-51я73
К22

Рецензенты:

кандидат филологических наук Н. А. Гришанкова;
кандидат филологических наук С. Н. Колоцей

Рекомендовано к изданию учебно-методическим советом
учреждения образования «Гомельский государственный университет
имени Франциска Скорины»

Карebo, О. Н.

К22 **Немецкий язык. Дискурсивная практика : Проблемы
молодежи : практическое пособие / О. Н. Карebo, Е. В. Богатко ;
М-во образования РБ, Гом. гос. ун-т им. Ф. Скорины. – Гомель:
ГГУ им. Ф. Скорины, 2015. – 45 с.
ISBN 978-985-577-006-1**

Практическое пособие представляет собой лексико-грамматическую разработку по теме «Проблемы молодежи». Первый раздел представляет собой подборку лексического минимума по предложенной теме. Второй раздел включает в себя тексты, лексические, грамматические и творческие задания к ним, направленные на развитие и совершенствование навыков говорения и устной речи. Третий раздел состоит из оригинальных неадаптированных текстов и заданий к ним.

Адресовано студентам специальности 1-02 03 06-02 «Немецкий язык».

**УДК 811.112.2'42(076)
ББК 81.432.4-51я73**

ISBN 978-985-577-006-1

© Карebo О. Н., Богатко Е. В., 2015
© Учреждение образования «Гомельский
государственный университет
имени Франциска Скорины», 2015

Оглавление

Предисловие.....	4
1 Wortschatz zum Thema.....	5
2 Übungen zum Wortschatz	9
3 Probleme und Texte zum Lesen und Diskutieren.....	24
Литература.....	45

РЕПОЗИТОРИЙ ГГУ ИМЕНИ Ф. СКОРИНЫ

Предисловие

Настоящее издание предназначается для студентов 3 курса специальности «Немецкий язык».

Целью данного практического пособия является дальнейшее развитие навыков устной и письменной речи в результате овладения студентами речевыми образцами, содержащими новые лексические и грамматические явления. Пособие призвано оказать помощь в более углубленном изучении отдельных аспектов такой темы, как «Проблемы молодежи».

В структурном плане пособие состоит из трех разделов. Первый раздел включает лексический минимум по теме «Проблемы молодежи». Во втором – представлены упражнения по соответствующей тематике лексического и надлежащего грамматического наполнения. В третьем разделе содержатся неадаптированные тексты средней трудности, которые можно рекомендовать для пересказа, выборочного перевода и других форм работы. Задания, вошедшие в практическое пособие, являются не только учебным материалом, но и носят проблемный и дискуссионный характер.

В основу всей системы упражнений по данной теме положены следующие методические принципы: упражнения даны в порядке нарастания языковых трудностей и постепенного перехода от упражнений репродуктивного типа к упражнениям продуктивного типа; устные упражнения чередуются с письменными.

Упражнения рассчитаны как на самостоятельную работу студентов, так и на выполнение их в аудитории.

Материал практического пособия может быть использован на занятиях в качестве основного и дополнительного, а также для самостоятельной работы над языком.

1 Wortschatz zum Thema

1. der Alkohol – спирт, алкоголь. спиртное
2. der Alkoholmissbrauch – злоупотребление спиртным
3. keinen Alkohol anrühren – спиртного в рот не брать (разг.)
4. unter Alkohol stehen – быть в состоянии опьянения
5. j-n unter Alkohol setzen – спаивать кого-либо
6. die Alkoholabhängigkeit – алкогольная зависимость
7. alkoholarm – слабоалкогольный
8. die Alkoholvergiftung – алкогольное отравление
9. der Alkoholiker = der Alkoholabhängige – алкоголик
10. der anonyme Alkoholiker – анонимный алкоголик
11. die Alkoholsucht – алкогольная зависимость
12. die Alkoholblutprobe – анализ крови на содержание алкоголя
13. der Alkoholeinfluss = die Alkoholeinwirkung – воздействие алкоголя
14. alkoholische = alkoholhaltige Getränke – спиртные напитки
15. der Alkoholgehalt – содержание алкоголя, крепость
16. alkoholfrei – безалкогольный
17. das Alkoholverbot – запрет на спиртные напитки
18. die Abhängigkeit – зависимость
19. seelische und körperliche Abhängigkeit – психическая и физическая зависимость
20. andauernder Missbrauch kann zur Abhängigkeit führen – длительное злоупотребление может привести к зависимости
21. der Alkoholausschank – продажа спиртных напитков в розлив
22. das Alkoholtrinken = der Alkoholkonsum – потребление алкоголя
23. die Alkoholkriminalität – преступления на почве опьянения
24. die Entziehungserscheinung = die Entzugserscheinung = der Entzug – абстинентный синдром
25. unter Entzugserscheinungen leiden = Affenschieben = aus dem Affen sein – страдать от абстинентного синдрома
26. die Entziehungskur – лечение от зависимости
27. die Entziehungsanstalt – лечебница (от зависимости)
28. einen Affen haben – быть под „мухой“

29. sich Dat. einen Affen kaufen – напиться до чертиков
30. die Androhung von Gefängnisstrafen – угроза заточения
31. der Angstzustand – состояние страха, паники
32. anregen – возбуждать, поднимать настроение
33. anstiften etwas zu nehmen – подстрекать, склонять к употреблению чего-либо
34. die Aufklärung – просвещение, информация, разъяснение
35. durch Aufklärung von ... bewahren – путем просвещения предостеречь от ...
36. aufpeitschen = in eine heftige, erregte Stimmung bringen – возбуждать, будоражить, привести в состояние возбуждения
37. die Ausnüchterungszelle – вытрезвитель
38. aussteigen = sich des Alkohols entwöhnen – освободиться, излечиться от алкогольной зависимости
39. die Bagatelle = die Kleinigkeit – несущественная мелочь, чепуха
40. bagatellisieren = unwichtiger vorstellen, als es wirklich ist – преуменьшать значение
41. die Beachtung – уважение, внимание
42. Beachtung finden – пользоваться вниманием
43. der /die Betroffene – der / die Abhängige – зависимый
44. der / die Alkoholsüchtige – алкоголик
45. alkoholsüchtig – зависимый
46. die Belastung = der Stress – стресс
47. die Bewusstseinsweiterung – расширение сознания
48. blau sein = blau wie ein Veilchen sein – быть пьяным в стельку
49. der Blutalkoholgehalt – содержание алкоголя в крови
50. trocken werden – завязать
51. vom Alkohol entwöhnt – отвыкнуть от алкоголя
52. von der Sucht loskommen – освободиться от зависимости
53. die Szene – среда
54. die Entgiftung des Körpers – очищение организма
55. die Ernüchterung – протрезвление
56. die Fahne – разг.: дыхание алкоголика
57. das Feeling – настроение, чувство радости, бодрости
58. die Gewöhnung – привыкание
59. ein stufenloser Übergang vom Genuss zur Gewöhnung –

незаметный переход от наслаждения к привыканию

60. die Heilbehandlung – лечение

61. die Kosten für Heilbehandlung – расходы на лечение

62. Herstellung und Schmuggel von ... – производство и контрабанда ...

63. meiden = vermeiden – избегать, уклоняться

64. Alkoholgetränke meiden – не употреблять алкогольные напитки

65. das Opfer – жертва

66. zum Opfer fallen – стать жертвой

67. der Persönlichkeitsabbau = der -verfall – деградация личности

68. pushen = puschen = in Schwung treiben = antreiben = anregen =
= aufpeitschen – возбуждать, побуждать

69. der Rausch – состояние измененного восприятия после употребления алкоголя

70. Er hat einen Rausch – навеселе

71. seinen Rausch ausschlafen – протрезветь

72. rebellieren = protestieren – выразить протест, побуянить

73. nehmen = konsumieren = benutzen = verbrauchen –
потреблять

74. relaxen = sich entspannen – расслабиться, снять напряжение

75. ruinieren – разрушить (жизнь)

76. Sause machen – расслабиться, «оттянуться»

77. die Sause – легкое подпитие

78. die Schädigung – повреждение, ущерб, вред

79. die Sinnestäuschung = die Wahrnehmungsveränderung –
помутнение сознания, восприятия

80. saufen = viel trinken = sich blöde saufen – пить, напиваться до
потери памяти

81. der Saufabend = der Sauf = das Saufgelage – попойка, пьянка

82. der Saufbold = der Säufer = der Trinker = der Saufigel –
горький пьяница, пропойца

83. der Saufbruder = der Saufkumpan – собутыльник

84. der Saufkram = das Getränke = das Saufzeug – напитки

85. der Säuferwahnsinn – белая горячка, алкогольный психоз

86. die Spannung – напряжение

87. die Spannung einfach gleiten lassen – расслабиться

88. Schmerzen lindern – смягчать боль

89. die Konzentrationsschwäche – снижение концентрации
90. die Selbstmordneigung – склонность к самоубийству
91. die Wachstumsstörungen – нарушение роста
92. die Sucht – зависимость
93. die Tobsucht = der Wahnsinn – сумасшествие
94. in Tobsucht verfallen – впасть в буйное помешательство
95. der Tobsuchtverfall – припадок, приступ сумасшествия
96. der Trouble – раздражение, волнение, неприятность
97. keinen Trouble haben – не иметь никаких проблем
98. die Übelkeit – тошнота
99. überspielen (untr.) – обыграть, переиграть
100. Unsicherheit und nervöse Spannungen überspielen – преодолеть неуверенность и нервное напряжение
101. die Veränderung des Bewusstseins und der örtlichen Orientierung – изменение сознания и ориентации в пространстве
102. versinken – утонуть
103. der Verfolgungswahn – мания преследования
104. verführen zu Dat. – соблазнять
105. voll = betrunken = sich voll und toll saufen = bis zum Stehkragen voll sein – быть пьяным, напиваться до потери сознания
106. unter Alkoholeinwirkung stehen – быть под воздействием алкоголя
107. voll da sein = ganz bei der Sache sein = voll leistungsfähig sein – быть в нормальном состоянии
108. volllaufen = sich (j-n) volllaufen lassen = sich betrinken = j-n betrunken (voll) machen – напиваться до потери пульса
109. die Vollbläue = schwere Trunkenheit – запой
110. sich betrinken – напиваться
111. der Vollrausch = die die Volltrunkenheit – полное опьянение
112. wahrnehmen – воспринимать
113. die Wahrnehmung – восприятие
114. der Zwang – давление, принуждение; необходимость, неизбежность
115. Alkoholtrinken wird zunehmend zum Zwang – выпивка все больше становится зависимостью

2 Übungen zum Wortschatz

1. Setzen Sie richtige Präpositionen ein, übersetzen Sie:

1. j-n ... Alkohol setzen; 2. ... dem Affen sein; 3. ... der Sucht loskommen; 4. ein stufenloser Übergang ... Genuß ... Gewöhnung; 5. ... Opfer fallen; 6. ... Tobsucht verfallen; 7. ... Alkoholkonsum verführen; 8. ... Aufklärung ... Drogen bewahren.

2. Erklären Sie die Bedeutung folgender Begriffe:

1. die Alkoholabhängigkeit; 2. die Alkoholkriminalität; 3. der Angstzustand; 4. die Ausnüchterungszelle; 5. die Fahne; 6. der Persönlichkeitsabbau; 7. die Selbstmordneigung; 8. der Verfolgungswahn; 9. die Vollbläue; 10. Die Sucht.

3. Führen Sie folgende verbale auf die entsprechenden Partizipalkonstruktionen zurück:

1. Deine Unsicherheit und nervösen Spannungen müssen überspiegelt werden. 2. Sein Freund hat ihn alkoholsüchtig gemacht. 3. Wenn er betrunken ist, neigt er zum Selbstmord. 4. Die Alkoholkriminalität steigt mit jedem Jahr. 5. Die Aufklärung bewahrt die Jugend von Alkohol. 6. Alle Schmuggler müssen verhaftet werden. 7. Alkoholgetränke bringen den Menschen in eine erregte Stimmung. 8. Dieses alkoholhaltige Getränk hat den Menschen aufgepeitscht. 9. Er entwöhnt sich jetzt des Alkohols. 10. Der Mann hat sich des Alkohols entwöhnt. 11. Dieser junge Mann entspannt sich. 12. Die Frau ist von Alkohol anhängig geworden.

4. Übersetzen Sie aus dem Russischen ins Deutsche:

1. Высокий уровень алкогольной зависимости молодежи превратился сегодня в одну из наиболее актуальных проблем, так как потребление спиртных напитков влечет за собой физическую и духовную деградацию личности. 2. Спиртное можно свободно приобрести в магазине, оно продается на дискотеках и в клубах, оно импортируется и изготавливается в самой стране, и создается впечатление, что властями ничего не предпринимается, чтобы как-то сократить его потребление среди молодежи. 3. Алкоголь становится очень популярным, так как он относительно доступен и приносит желаемое ощущение свободы и раскрепощения

(die Befreiung). 4. Число зависимых растет с каждым годом, и вместе с ним растет количество преступлений, которые совершаются в состоянии алкогольного опьянения. 5. Общественные организации и учебные заведения пытаются путем просвещения предостеречь молодежь от алкоголя, выпуская специальную литературу и организуя демонстрационные просмотры. 6. В городах открываются учреждения, которые помогают людям избавиться от алкогольной зависимости и снова вернуться к нормальной жизни, которые предоставляют возможность получить профессиональную врачебную и психологическую помощь и поддержку. 7. Однако не все люди осознают, что им необходима профессиональная помощь, и вместо того, чтобы начать лечение, пытаются убедить себя и других, что у них все в порядке. 8. Не всем зависимым удастся самостоятельно „завязать“, поэтому им приходится проводить довольно длительное время в клиниках, расходы на лечение при этом часто принимает на себя государство. 9. Хотя он ежедневно выпивал, никто никогда не видел его пьяным в стельку. 10. Большинство алкоголиков „со стажем“ не может представить свою жизнь без ежедневного потребления спиртного, что приводит их в возбужденное состояние или же наоборот приносит желаемое расслабление и спокойствие.

5. Übersetzen Sie aus dem Russischen ins Deutsche:

1. Если бы он не напился до потери пульса, он бы не мучился на следующее утро страшным похмельем. 2. Если бы он не находился под воздействием алкоголя, он бы не совершил того преступления и не был бы приговорен к трем годам лишения свободы. 3. Если бы она не находилась в последнее время под постоянным стрессом, она бы не пыталась расслабиться, выпивая каждый вечер. 4. Если бы в тот день он был в нормальном состоянии, он не забыл бы о той договоренности, и его бы не уволили. 5. Если бы они не были пьяны, они бы могли воспринимать все адекватно. 6. Если бы он не впал в буйное помешательство, его бы не арестовали, и ему бы не пришлось ночевать в тюрьме. 7. Если бы он понимал, что алкоголь не может принести облегчения и смягчить боль, он бы не напивался каждый вечер. 8. Он любил упрекать всех в том, что его жизнь не удалась, повторяя, что если бы он получил своевременную поддержку, он

бы никогда не стал алкоголиком. 9. Если бы родители вовремя поместили его в лечебницу, он мог бы начать новую жизнь. 10. Если бы вчера он употреблял безалкогольные напитки, у него не было бы сегодня похмелья.

6. Übersetzen Sie aus dem Russischen ins Deutsche: scheinen oder glauben.

1. Кажется, он уже прошел курс реабилитации в одной из клиник города. 2. Кажется, этот мужчина потерял работу из-за своей алкогольной зависимости. 3. Ему кажется, что он знал раньше сидящего напротив него участника программы анонимных алкоголиков. 4. Кажется, участие в программе анонимных алкоголиков помогло ему „завязать” с выпивкой. 5. Кажется, эта программа предостерегает об опасностях алкогольной зависимости. 6. Его сосед, кажется, совершил самоубийство в состоянии алкогольного опьянения. 7. Кажется, его лишили родительских прав, так как содержание алкоголя в его крови было слишком высоким. 8. Ему кажется, что он не совершал того преступления, хотя и был очень пьян. 9. Кажется, его родители не дают ему карманных денег, пока он общается со своими „друзьями“, которые, как они думают, сделали его алкогольно зависимым. 10. Ему кажется, что он может легко прекратить употреблять спиртное. 11. Кажется, он упрекал свою семью в своей зависимости и сломанной жизни. 12. Кажется, в последние годы значительно возросло количество преступлений на почве алкоголя.

7. Lesen Sie eine Lebensgeschichte. Setzen Sie den unterstrichenen Teil des Textes in die indirekte Rede.

Mein Name ist Arthur – ich bin Alkoholiker...

Diesem lapidaren Satz habe ich meine wieder erlangte körperliche und geistige Gesundheit zum größten Teil zu verdanken. Diese wenigen Worte haben für mich eine Bedeutung erlangt, die nur meine Freunde in AA ganz begreifen können.

Vor nunmehr 28 Monaten kam ich zum ersten Mal zu einem AA-Meeting. Innerlich zitternd und bebend, weil ich noch unter den Nachwirkungen meines letzten, zwei Tage dauernden Exzesses litt, war

ich doch voller Hoffnung, wie sie ein Bankrotteur haben muss, der seinen letzten Euro zum Wettschalter trägt: „Alles oder Nichts“. – Was ich damals nicht wusste, war die Tatsache, dass meine Chance tausendmal größer war als die eines finanziellen Bankrotteurs, denn ich konnte bei AA nur gewinnen. Es gab keine Nieten.

Als Heranwachsender hatte ich den ersten Vollrausch, und seitdem war der Alkohol dominierend in meinem Leben. Immer in finanziellen Schwierigkeiten - immer auf der Flucht vor mir selbst – Schulden – immer kurz vor der Entlassung stehend - den Arbeitsplatz oft wechselnd und immer mit dem festen Vorsatz: „Ab morgen kein Tropfen mehr – und ein neues Leben anfangen“.

Aber der Alkohol ließ sich nicht von mir beherrschen, sondern er beherrschte mich. Wegen einer Bagatellschuld wollte ich zur Fremdenlegion, nachdem ich wieder einmal, statt eine Rate zu bezahlen, alles vertrunken hatte. Im letzten Augenblick stellte mich die Kriminalpolizei, und ich wurde auf „Staatskosten“ wieder nach Hause befördert. Dabei lernte ich so ziemlich alle Haftanstalten, die auf dem Wege lagen, von innen kennen.

Da ich gewillt war, meine Schuld zu bezahlen, wurde ich bald wieder auf freien Fuß gesetzt. Doch alle guten Vorsätze waren dahin, als ich - die ausgefüllte Zahlkarte in der Tasche - in eine Gaststätte ging und zwei Glas Bier und zwei Schnäpse getrunken hatte. Mein Erinnerungsvermögen setzte wieder ein, als ich am anderen Tage auf einer Parkbank erwachte.

Auch die Ehe, in die ich mich nach einiger Zeit flüchtete, vermochte nicht, den unaufhaltsam fortschreitenden körperlichen und geistig-seelischen Verfall zu bremsen. Haft – Führerscheinentzug – Ausnüchterungszelle – trockenes Würgen – Angst – Schweißausbrüche – und schließlich der völlige Zusammenbruch nach einer sieben Tage dauernden „Tour“. Selbstmordversuch – das war das Fazit.

Wie meine Frau das die ganze Zeit ertragen hat, ist unbeschreiblich. Wenn ich heute zurückblicke, wird mir erst voll bewusst, wie weit ich heruntergekommen war.

Nach Tagen völliger Verzweiflung nahm ich zunächst brieflich mit einer AA-Gruppe in der Nähe meiner Heimatstadt Kontakt auf. Der erste Besuch eines Meetings folgte. Als ich dann aufhörte, auch nur einen einzigen Schluck Alkohol zu trinken und mich bemühte, nach dem Vorbild meiner neuen Freunde zu leben, als ich auf den Rat der „älteren“

AA hörte und mir vornahm, immer nur die nächsten 24 Stunden nicht zu trinken, da lösten sich fast alle meine Probleme wie von selbst.

Was mir früher durch den Alkoholdunst verborgen blieb, enthüllte sich mir - und mir wurde klar, wie viel ich nachzuholen hatte, um mein 15 Jahre dauerndes Dämmerdasein wettzumachen. Aber auch selbst dann, wenn ich es nicht schaffen sollte, auch nur einen einzigen Tag aufzuholen, werde ich nicht verzweifeln, denn ich habe mich selbst gefunden. Eine wunderbare Ruhe und Gelassenheit ist in mir. Meiner Arbeit kann ich ungehindert nachgehen, und ich kann menschliche, finanzielle und sonstige Schwierigkeiten lösen. Nach einem Jahr Nüchternheit konnte ich wieder Auto fahren.

Es scheint mir heute wie ein Wunder, dass aus einem Menschen, der die Welt nicht mehr verstand,

- weil der Alkohol ihn auf der geistigen Stufe eines Minderjährigen stehen ließ,

- weil er ihn aushöhlte und ihm die Kraft und die Möglichkeit nahm, in dieser Welt als vollwertiger Mensch zu leben, zu empfinden und zu denken,

- der sein Leben wegwerfen wollte, weil er damit nichts Rechtes mehr anzufangen wusste,

- der sein Dasein verfluchte und unzähligen Menschen nur Kummer und Leid bereitete,

dass aus diesem Menschen jemals wieder ein vollwertiges Mitglied der menschlichen Gesellschaft werden würde.

Dies alles war nur möglich, weil Männer und Frauen, Alkoholiker, die sich meiner annahmen und zu denen ich vom ersten Augenblick an Vertrauen hatte, mir das Verständnis entgegenbrachten, das ich brauchte und sonst nirgends fand, und weil diese es konnten, weil ja auch sie Alkoholiker waren.

Ich fand eine Kameradschaft und Zuflucht und darin immer jemanden, der bereit war, mir zuzuhören, zu raten und zu helfen, soweit es in seinen Kräften stand. Man kann sich dort „frei“ sprechen wie sonst nirgends und hat dann wieder Raum in seinem Inneren für neue Erkenntnisse und bessere Taten. Ein normal trinkender Mensch konnte früher meine Art zu trinken nicht verstehen, und er versteht auch heute nicht, dass ein einziger Schluck Alkohol dieselbe Kettenreaktion auslösen würde, die mich an den Rand der Verzweiflung und beinahe ins Grab brachte.

Aus mir, dem einsamen Alkoholiker, der sein Leben nicht mehr meistern konnte und der aus dieser Welt fliehen wollte, wurde langsam ein Mensch, der das Leben liebt, weil er mit Hilfe der Gemeinschaft von AA eine geistige Wiedergeburt erlebt hat.

Aufgaben zu dem Text.

1. Erzählen Sie den Text nach. Gebrauchen Sie dabei Konjunktiv II-Formen. Beginnen Sie:

Wäre Arthur vor 28 Monaten zu dem ersten AA-Meeting nicht gekommen, hätte er keine Hoffnung gehabt. ...

8. Erklären Sie die Bedeutung folgender Wortverbindungen anhand Ihrer eigenen Beispiele; finden Sie entsprechende russische Äquivalente.

1. einen Affen haben; 2. sich Dat. einen Affen kaufen; 3. einen Kater haben; 4. ein heißes Eisen; 5. am Ende seines Lateins sein; 6. eine lahme Ente sein; 7. an einem dünnen Faden hängen; 8. j-m eine Falle stellen; 9. das Fass zum Überlaufen bringen; 10. ein weites Feld sein; 11. sein Geld zum Fenster hinauswerfen; 12. ein schlimmer Finger sein.

9. Übersetzen Sie aus dem Russischen ins Deutsche. Gebrauchen Sie dabei die unten angeführten Wortverbindungen.

1. Со временем мнение родителей утрачивает значение, и все их предостережения не принимаются всерьез. Так как большинство молодых людей весьма неопытны и плохо ориентируются в окружающей их действительности, они легко могут попасть в ловушку так называемой самостоятельной жизни и в конечном итоге остаться ни с чем.

◀ Etwas auf die leichte Achsel nehmen; noch ein unbeschriebenes Blatt sein; weg vom Fenster sein; in die Falle fallen; baden gehen.

2. Он слабый, инертный человек, и если он попадает в критическое положение, он начинает пить, так как верит в то, что уже ничего нельзя сделать, и даже не прилагает усилий, чтобы хоть как-то изменить ситуацию.

Der Bart ist ab; zwischen Baum und Borke sitzen; eine lahme Ente; das Blatt wenden.

3. Некоторые люди предпочитают закрывать глаза на то, что их близкие нуждаются в помощи, но не могут самостоятельно завязать с алкоголем. Они просто пытаются избежать трудностей, оправдывая себя тем, что не знают, что с этим делать.

Am Ende seines Lateins sein; das Brett bohren, wo es am dünnsten ist; trocken werden; j-m unter die Arme greifen; beide Augen auf etwas zudrücken.

4. Не надо впустую тратить слова, пытаясь предостеречь молодежь от алкоголя. Алкогольная зависимость молодежи представляет собой особую тему для разговора, которая должна содержать лично значимую информацию. Нельзя просто осуждать человека, если он оступился, ему нужно помочь понять, что он заблуждается, но при этом всегда может рассчитывать на других людей, которые поддержат его в решении изменить свою жизнь.

Den Daumen nach unten halten; zum Fenster hinaus reden; auf dem falschen Dampfer sein; ein weites Feld sein.

5. Под воздействием алкоголя он впал в ярость и убил случайного прохожего. После того как он осознал, что он сделал, он, будучи в отчаянии, попытался скрыться, что ему, однако, не удалось. На суде он раскаивался, но ему это не было засчитано, и он был осужден на 20 лет лишения свободы.

Am Boden zerstört sein; eine Biene machen; sich an die Brust schlagen; zu Buch(e) stehen; j-n um die Ecke bringen.

10. Gefahren des Alkoholkonsums. Sagen Sie anders, verwenden Sie das Passiv, wo es möglich ist.

1. Man bezeichnet den Alkohol als die Droge Nummer 1. in der Welt.

2. Die Anzahl der Alkoholabhängigen hat weltweit die der Drogensüchtigen um ein Vielfaches überstiegen. 3. Der Alkoholkonsum im Jugendalter ist besonders gefährlich und kann die Leistungsfähigkeit einschränken. 4. Da der jugendliche Organismus besonders alkoholempfindlich ist, können sich bei einer relativ geringer Alkoholmenge erhebliche negative Wirkungen des Alkohols zeigen. 5. Der Alkohol enthemmt den Menschen und

verführt zum Leichtsinn. 6. Wenn man auf leeren Magen trinkt, kennt niemals die Grenze zwischen Genuss und Missbrauch von Alkohol. 7. Der Alkohol erhöht die Stimmung und fördert die Geselligkeit. 8. Unter dem Alkoholeinfluss neigt der Mensch immer zu ungesteuerten Handlungen und der Aggressivität. 9. Die Eltern _____ fürchten, dass ihre Kinder unter Alkoholeinfluss am Steuer einen Unfall verursachen können. 10. Man kann von der Alkoholabhängigkeit nur mit der Therapie in der Klinik loskommen.

11. Maßnahmen zum Reduzieren vom Nikotin- und Alkoholkonsum unter den Jugendlichen.

a) Bilden Sie aus dem Wortmaterial Passivsätze mit den Modalverben.

Zigarettenautomaten abschaffen, Tabak- und Alkoholwerbung verbieten, Verkauf von Alkohol- und Tabakwaren an Kinder und Jugendliche unter 18 stärker kontrollieren, uneingeschränkter Zugang zu alkoholhaltigen Getränken verhindern, Preise für Zigaretten und alkoholische Getränke erhöhen, Aufklärung der Eltern und Jugendlichen über die Risiken des Nikotins- und Alkoholkonsum verstärken.

b) Vervollständigen Sie die Sätze, indem Sie aus den kursiv gedruckten Wortgruppen die Infinitivkonstruktionen mit „um...zu“ bilden:

1. Verschärfte Maßnahmen sollen getroffen werden // *die Verhinderung des freien Zugangs zu alkoholischen Getränken.*

2. Kontrollen im Verkehr müssen verschärft werden // *die Senkung der Anzahl der Autounfälle unter Alkoholeinfluss am Steuer.*

3. Die Krankenkassen müssen die Kosten übernehmen // *die Einrichtung von mehr Therapieplätzen für Alkohol Kranke.*

4. Man muss nach Möglichkeiten suchen // *die Verbesserung der Lebensbedingungen für Jugendliche, die in Gegenden mit hohen sozialen Spannungen z.B. in Plattenbausiedlungen leben.*

5. Man muss mehr Jugendzentren als Anlaufpunkte schaffen // *die Verhinderung der Bildung von radikalen Gruppierungen.*

6. Regionale Jugendkonferenzen können organisiert werden // *die Diskussionen über die Lösung der Wünsche und Probleme der Jugendlichen.*

7. In Wohnvierteln mit hoher Jugendarbeitslosigkeit können

freizeitgestaltende Kurse wie Computerkurse und berufsvorbereitende Seminare angeboten werden // *die Förderung der späteren Integration in den Arbeitsmarkt.*

8. Man kann solche Projekte wie alkoholfreie Parties („Soda- Parties“) entwickeln // *die Entwertung des Rituals, Alkoholisches zu trinken.*

9. An den Schulen soll verstärkt kontrolliert werden // *die Umsetzung des Alkoholverbots.*

10. Die Schulen müssen mehr Sportprogramme anbieten // *die Ablenkung der Jugendlichen vom Alkoholkonsum*

c) Verdecken Sie die Sätze unter a) und b), und nennen Sie die Maßnahmen zum Reduzieren vom Nikotin – und Alkoholkonsum unter den Jugendlichen.

12. Alkoholgefährdet oder alkoholkrank?

Lesen Sie die Sätze, und bestimmen Sie, ob der Mensch alkoholkrank oder alkoholgefährdet ist. Gruppieren Sie die Informationen in zwei Spalten unten.

1. Wenn der Mensch nach seelischen Spannungen zum Alkohol greift, so ist er alkohol-gefährdet.

2. Wenn er morgens Alkohol trinkt, ist er in der chronischen Phase der Alkoholkrankheit.

3. Wenn er zunehmend von schwachen auf stärkere alkoholhaltige Getränke übergeht, so ist er sicher auf dem Weg zur Alkoholabhängigkeit.

4. Wenn der Mensch nach wenig Alkohol ein unzähmbares Verlangen nach mehr Alkohol verspürt, ist er stark alkoholgefährdet.

5. Wenn er innerhalb eines Tages ohne Alkohol nicht auskommen kann, ist er alkoholkrank.

6. Wenn er durch das Trinken sich selbst und seine Umwelt schädigt, ist er alkoholkrank und braucht dringende Behandlung.

7. Wenn der Mensch durch sein gewohnheitsmäßiges Trinken sein Wesen verändert, so ist er in der kritischen Phase der Alkoholkrankheit.

8. Falls der Mensch mit dem Trinken von sich selbst nicht aufhören kann, so muss er entweder Selbsthilfegruppe oder Suchtberatungsstelle besuchen.

9. Falls er zur Abstinenz unfähig ist, braucht er die Behandlung in der psychiatrischen Klinik.

10. Falls der Mensch gewaltige Belastungen im privaten und beruflichen Bereich hat, kann er alkoholkrank werden.

alkoholgefährdet Er greift zur Flasche nach seelischen Spannungen.	alkoholkrank Er trinkt morgens.
--	------------------------------------

13. Jeder Einzelfall ist anders

a) Formen Sie die Kausalsätze in die präpositionalen Genitivgruppen um. Gebrauchen Sie dabei die Präpositionen wegen, infolge, aufgrund, dank:

Beispiel:

Weil er beruflich überfordert war, stieg er in den Alkoholkonsum ein. =

Aufgrund der beruflichen Überforderung stieg er in den Alkoholkonsum ein.

1. Weil seine Frau längere Zeit schwer krank war, kam er zum anhaltenden Gebrauch von Alkohol.

2. Da er große finanzielle Verschuldung hatte, begann er heimlich allein zu trinken.

3. Weil erhebliche Schwierigkeiten mit den Kindern hatte, rutschte er in das tägliche Trinken.

4. Da er mit seinem Vorgesetzten und innerhalb der Arbeitsgruppe immer wieder in Konflikt geriet, verspürte er großes Verlangen nach Alkohol.

5. Da es bei ihm beruflich sehr stressig zugeht, wurde er Alkoholiker.

6. Weil er seit seiner Entlassung bereits anderthalb Jahre arbeitslos war, flüchtete er nach und nach in die Trunksucht.

7. Da er mit seinen Kollegen sowie mit den Leuten in der Umgebung Kontaktschwierigkeiten hatte, wurde er nervös, gereizt und griff manchmal zur Flasche.

8. Da der Alkohol entspannend und angstmindernd wirkt, gewöhnte er sich an das Trinken.

9. Weil im Betrieb zu vielen Gelegenheiten Alkohol getrunken wurde, gerieten viele Mitarbeiter in Alkoholabhängigkeit. (Alkoholmissbrauch)

b) Fassen Sie die Fälle zusammen, die zum Alkoholmissbrauch führen. Belegen Sie Ihre Aussagen mit Beispielen aus der Realität.

14. Verhalten der Kollegen im beruflichen Umfeld des alkoholkranken Mitarbeiters

a) Verbinden Sie die Sätze mit um...zu oder damit. Das Modalverb wird im 2. Satz wegfallen:

Beispiel:

Die Kollegen helfen dem Alkoholkranken. / Er soll wissen, dass sein Problem auch das Problem seiner Kollegen ist.= Die Kollegen helfen dem Alkoholkranken, damit er weiß, dass sein Problem auch das Problem seiner Kollegen ist.

1. Die Kollegen verheimlichen oft die Probleme des Betroffenen. / Sonst kann ihm gekündigt werden.

2. Die Kollegen müssen die Gespräche mit dem Betroffenen nicht auf die lange Bank schieben. / Sie tragen damit zur Verlängerung des Problems bei.

3. Die Kollegen müssen dem kranken Kollegen aktiv helfen. / Er kann seinen Arbeitsplatz behalten.

4. Die Kollegen dürfen alkoholbedingte Probleme des Mitarbeiters nicht verharmlosen. / Damit können sie den Krankheitsverlauf des Mitarbeiters nur begünstigen.

5. Es lohnt sich nicht das Fehlverhalten des Süchtigen zu tolerieren. / Er kann dadurch nur weiter trinken.

6. Man macht auch den Vorgesetzten auf das Problem des Mitarbeiters aufmerksam. / Man kann durch ein sofortiges Handeln die Alkoholabhängigkeit des Mitarbeiters unterbrechen.

7. Die Kollegen machen den Vorgesetzten auch auf die Leistungsminderung des alkoholsüchtigen Mitarbeiters aufmerksam. / Er kann dringend effektive Maßnahmen ergreifen.

8. Ich glaube, man muss dem Süchtigen statt Hinweise und Abmachungen sofort die Kündigung androhen. / Er darf am Arbeitsplatz keinen Alkohol trinken.

9. Man muss gegenüber den am Arbeitsplatz trinkenden Arbeitnehmern harte Strafen anwenden. / Sie müssen damit zur Vernunft gebracht werden.

b) Wie müssen sich die Kollegen eines alkoholkranken Mitarbeiters verhalten? Welche Gefahren sehen Sie darin für den

Süchtigen? Äußern Sie sich darüber im Plenum. Gebrauchen Sie dabei die folgenden Wendungen:

- helfen aus Mitgefühl / den Arbeitsplatz verlieren / Angst um seinen Arbeitsplatz;
- kündigen / die Kündigung androhen / den Vorgesetzten aufmerksam machen auf;
- die Probleme verharmlosen, verheimlichen / das Fehlverhalten tolerieren;
- die Fehler decken / harte Strafen anwenden / das Problem verlängern;
- effektive Maßnahmen ergreifen / aktiv helfen / das Gespräch mit., nicht verschieben.

15. Führen Sie die Sätze anhand der Informationen aus den vorher gemachten Übungen zu Ende:

1. Die Gefahr des Alkoholkonsums sehe ich darin, ...
2. Es besteht kein Zweifel, dass Alkoholiker ...
3. Ich bin sicher, dass das Problem des Alkoholkranken ...
4. Wenn man die alkoholbedingte Probleme des Menschen verharmlost, ...
5. Unbestreitbar ist, wenn der Mensch jeden Morgen trinkt, ...
6. Ja, das ist wahr, der Mensch greift manchmal zur Flasche, ...
7. Es führt aber nicht automatisch zum Alkoholmissbrauch, wenn ...
8. Ich habe festgestellt, falls der Mensch zur Abstinenz unfähig ist, ...
9. Es scheint mir sehr übertrieben, wenn man behauptet,
10. Ich kann es mir vorstellen, der Mensch kann sich an das Trinken gewöhnen, ...
11. Zweifellos flüchtet man in die Trunksucht, ...
12. Ich glaube, man darf gegenüber den Alkoholkranken keine harten Strafen anwenden, ...
13. Ich sehe es so, solange man alkoholhaltige Getränke verkauft, ...

16. a) Diskutieren Sie die unten stehenden Probleme. Benutzen Sie die angegebenen Vorgaben. Belegen Sie Ihre Aussagen mit Beispielen aus der Realität:

1. Aus welchen Gründen flüchten die Leute in den Alkoholkonsum?

Berufliche Ängste: den Arbeitsplatz verlieren; Konflikte mit dem Vorgesetzten; der Stress am Arbeitsplatz; Versagensängste der Überforderung; Termindruck; ***Private Auslöser:*** Mangel an Liebe in der Umgebung; persönliche Enttäuschungen; Langeweile; Trennung oder Scheidung; Verzweiflung; sinnloses Leben; Vereinsamung; Abhängigkeit von verhaltensgestörten Kindern; finanzielle Schwierigkeiten; Verschuldung; Tod eines Angehörigen; Arbeitslosigkeit; keine Zukunftsaussichten; schlechte Einflüsse in der Umwelt der Jugendlichen; Bildungsbarrieren; Streitigkeiten in der Familie; keine Atmosphäre des Vertrauens, der Ruhe in der Familie; wenig Zuwendung gegenüber den Kindern seitens der Eltern; wachsender Leistungsdruck in der Schule und zu Hause.

2. Wie sind die Folgen des Alkoholkonsums?

Körperliche und psychische Schäden: in Abhängigkeit geraten von D.; leiden an, unter..; zerstören, ruinieren die Gesundheit; aggressiv, gereizt werden; Nachlass der Konzentrationsfähigkeit; Gedächtnisstörungen; Herzmuskelschäden; Händezittern; Störungen des Gleichgewichts; gerötete Nase; Rötung und Schwellung der Augenlider; Leberzirrhose; Nervosität, Reizbarkeit, Depression, Übelkeit; Stimmungsschwankungen (aggressiv, passiv, gereizt); Unruhe, Schlaflosigkeit, ständige Müdigkeit; Vergesslichkeit; häufige Schweißausbrüche; frieren, zittern; Krämpfe, Schwindel, Erbrechen, Bauchschmerzen, Angstzustände

Das soziale Verhalten: zunehmende Isolierung; sich von D. distanzieren; später zum Dienst kommen; oft krank sein, vor allem am Montag; Vergesslichkeit; Unzuverlässigkeit; Selbstmitleid haben; Unaufrichtigkeit; die Kleidung vernachlässigen; den Freundeskreis zum Negativen wechseln; sich von der Umwelt isolieren; unfähig sein mit anderen Kontakt aufzunehmen; die Kontrolle über eigenes Tun verlieren; kriminelle Handlungen begehen, um an Alkohol zu kommen.

3. Wie sind die Folgen des Alkoholkonsums für den Staat?

große finanzielle Aufwendungen zur Versorgung und Behandlung der

Süchtigen; zusätzliche Kosten im Betrieb (Betriebsunfälle, die Senkung der Arbeitsleistung, Antisuchtprogramme); die Zunahme der Kriminalität; die Ursachen erforschen, die zur Sucht führen; diese Ursachen beseitigen; Ausgaben für die Aufklärungsarbeit.

b) Schreiben Sie zu einem der Probleme einen Aufsatz.

17. Wie reagieren Sie, wenn ...

Erzählen Sie über Ihre Gefühle, Handlungen und Gründe, die Sie bewegen, sich in bestimmten Situationen verschieden zu benehmen.

1. Sie haben einen Bekannten, den Sie von Kindheit an kennen. Früher war er intelligent, ernst und immer freundlich Ihnen gegenüber. Jetzt ist er aber schon längst alkoholsüchtig, und spricht mit Ihnen, wenn er Geld fürs Gesöff braucht.

2. Einen von Ihren guten Freundinnen beginnt Alkohol zu konsumieren. Ihre Eltern ahnen das nicht, weil Sie viel auf Reisen sind. Sie (persönlich) verstehen, dass ihre Freundin allmählich süchtig wird.

3. Sie gehen mit Ihrem Freund / Ihrer Freundin im Park spazieren. Da nähert sich eine Frau / ein Mann, deren / dessen Fahne Sie noch einen Meter entfernt gespürt haben, und bittet Sie um Hilfe. In einigen Minuten fällt sie / er auf den Boden runter.

4. Sie sind zu einer Party eingeladen. Da gibt es einen jungen Mann, der sich innerhalb von einigen Stunden voll betrunken hat. Seine Worte und Handlungen blamieren ihn, aber niemand sagt ihm was.

5. Sie fahren mit dem Bus. Der Platz daneben ist frei. Da steigt ein Betrunkener ein und nimmt diesen Platz ein. Er ist eher freundlich als aggressiv, ist aber mit seinen Gesprächen zu aufdringlich.

6. Die Eltern Ihres Freundes haben sich vor vielen Jahren wegen der Alkoholsucht des Vaters scheiden lassen. Jetzt ist er aber trocken und will in die Familie zurück. Ihr Freund braucht Ihre Hilfe: welche Ratschläge können Sie ihm geben?

18. Lesen Sie den Text und diskutieren Sie darüber.

Der Säufer.

(Aus „Der Kleine Prinz“ von Antoine de Saint-Exupery)

Den nächsten Planeten bewohnte ein Säufer. Dieser Besuch war sehr kurz, aber der tauchte den kleinen Prinzen in eine tiefe Schwermut.

„Was machst du da?“ fragte er den Säufer, den er stumm vor einer

Reihe leerer und einer Reihe voller Flaschen sitzend antraf.

„Ich trinke“, antwortet der Säufer mit düsterer Miene.

„Warum trinkst du?“ fragte ihn der kleine Prinz.

„Um zu vergessen“, antwortet der Säufer.

„Um was zu vergessen?“ erkundigte sich der kleine Prinz, der ihn schon bedauerte.

„Um zu vergessen, dass ich mich schäme“, gestand der Säufer und senkte den Kopf.

„Weshalb schämst du dich?“ fragte der kleine Prinz, der den Wunsch hatte, ihm zu helfen.

„Weil ich saufe!“ endete der Säufer und verschloss sich endgültig in sein Schweigen.

Und der kleine Prinz verschwand bestürzt.

Die großen Leute sich entschieden sehr, sehr wunderlich, sagte er zu sich auf seiner Reise.

Spekulation:

Worüber sich der kleine Prinz in Betrachtung der großen Leute verwundern könnte:

- dass so wenige nein sagen, wenn sie nein meinen, und ja sagen, wenn sie ja meinen.

- dass sie so wenig Vertrauen haben.

- dass sie so befangen sind.

- dass sie sich zu soviel zwingen lassen.

- dass sie soviel haben müssen.

- dass sie sich kaum darum kümmern, wie Dinge wirklich riechen, sich anfühlen, sich anhören, aussehen. Dass sie so häufig sagen: ich muss mich darum kümmern, und so selten: ich muss mich um mich kümmern.

- dass sie soviel Bekannte haben und so wenig Freunde.

1. Was kann ein Alkoholiker im Anfangsstadium in Selbsthilfe tun? Begründen Sie Ihre Meinung.

- Medikamente nehmen, die beim Trinken Übelkeit verursachen;

- Sich überlegen, warum er trinkt, und eine andere Lösung suchen;

- den Alkohol aufgeben;

- Selbsthilfeorganisationen wie den Anonymen Alkoholikern beitreten.

2. Denkt mal wieder!

Fakt 1: Leute, die Schnaps trinken wollen, müssen Branntweinsteuer zahlen.

Fakt 2: Aus Steuermitteln werden Entziehungskuren finanziert, damit Leute, die Branntweinsteuer zahlten, keinen Schnaps mehr trinken wollen.

Folgerung?

3 Probleme und Texte zum Lesen und Diskutieren

1. Verführungsversuche: die Alkoholwerbung.

- Champagner kann zaubern, wenn man verliebt ist
- Schade, dass es für einen solch trockenen Aperitif nicht mehr Anlässe gibt.
- Am Ende eines Tages wartet ein großer Weinbrand auf Sie
- Weinbrand-Genießen
- Ihr guter Freund unter den Klaren
- Nicht hat si viel Esprit wie alter Cognac
- in den besten Häusern zu Hause
- Lebensart
- für Männer, die mehr leisten / für harte Männer / das richtige für Männerdurst
- der Longdrink der guten Laune
- was Kenner lieben

1. Erläutern Sie, mit welchen Mitteln die Werbung zum Alkoholgenuss auffordert?

2. Welche Versprechungen werden dem Alkoholtrinker in den Sprüchen gemacht?

3. Halten Sie diese Form der Alkoholwerbung für verantwortlich gegenüber Jugendlichen und Suchtgefährdeten? Was kann man dagegen tun?

2. Wie es anfangen kann.

Ich wollte mich mal richtig entspannen.

Ich war immer sehr schüchtern, und als ich das erste Mal zum

Tanzen ging, war ich bange, ich könnte mich falsch bewegen; ich traute mich nicht, ein Mädchen aufzufordern. Dann trank ich einen Cognac, und plötzlich ging es prima! Meine Hemmungen waren wie weggeblasen! Da bin ich die nächsten Male halt immer „gedopt“ zum Tanzen gegangen.

Wir wollten die Welt verändern

Ich bin Alkoholikerin, und ich weiß, dass ich mein ganzes Leben lang Alkoholikerin bleibe, dass die Krankheit latent (verborgen) in mir schlummert, dass ein Glas Alkohol mich zurückbringt in den Sumpf, in dem ich jahrelang gelebt habe.

Wie es begonnen hat, weiß ich nicht mehr so genau, ich war vielleicht 14. Vielleicht 15, als ich nach einem Popkonzert so richtig viel getrunken habe. Wir waren zu mehreren, und wir waren von der Musik angeregt, vielleicht sogar aufgeregt. Wir gingen hinterher in eine Disko und danach in so eine Art Bar. Wir tranken Cola mit Rum, und wir diskutierten solange die Bar offen hatte. Ich kann heute nicht mehr sagen, ob ich schon damals dieses Gefühl des Losgelöstseins, diese Lässigkeit, als ginge das Leben rundum mich nicht an, gespürt habe. Aber ich kann mich erinnern, dass wir von diesem Tag an begannen, öfter abends in Diskos und Kneipen zu gehen, und dass wir immer Alkohol tranken. Wir, das war eine Clique von Jungen und Mädchen im letzten Schuljahr. An diesen Abenden machten wir Zukunftspläne, wollten wir die Welt verändern, die wir so beschissen fanden. Wir hatten Ideen und tauschten diese aus, und dann waren wir glücklich. Niemand von uns war mit dem Leben, das er zuhause zu führen gezwungen war, einverstanden. Wir alle warteten darauf, dass wir 18 würden, um uns dann selbst in die Hand nehmen zu können. Der Krach mit den Eltern blieb nicht aus. Je unverständener wir uns fühlten, umso mehr hielten wir zusammen, umso mehr verbrachten wir unsere Freizeit gemeinsam. Unsere Leistungen in der Schule wurden schlechter.

1. *Zeichnen Sie den Lebensweg dieser Alkoholiker nach. Worin sehen Sie entscheidende Fehler?*

2. *Beziehen Sie Stellung zu folgender Aussage: „Dem Alkohol zu verfallen und abhängig zu werden, ist schließlich ein ganz persönliches Problem“.*

3. *Versuchen Sie, in der Gruppe praktische Vorschläge zu*

erarbeiten, die vor allem Jugendliche vor Alkoholmissbrauch schützen können.

3. Selbsthilfe-Gruppen.

Abstinente (hier: alkoholische Getränke meidende) Gruppen sind u.a. Guttempler (Mitglieder eines Ordens, der seinen Mitgliedern, egal, ob Alkoholiker oder nicht, das Gelübde abverlangt, dem Alkohol abzuschwören), das evangelische Blaue Kreuz, der katholische Kreuzbund und die Anonymen Alkoholiker (eine Vereinigung von Betroffenen und ihren Angehörigen, die ohne weltanschauliche Bindung sich in Gesprächen Mut machen, um gemeinsam Erfolg zu haben).

Es wäre Unsinn, eine abstinente Gruppe gegen die andere auszuspielen. Trotzdem erscheint der „nüchterne“ Ansatz der Anonymen Alkoholiker (AA) besonders erfolgversprechend. Die Basis dieser Arbeit ist das offene Eingeständnis, Alkoholiker zu sein. Dass die Flasche stärker ist, als man selbst, nur diese Erkenntnis ist nach Meinung der AA die Basis des Versuchs durchzuhalten. Dazu aber muss der Betroffene erfahren haben, wie tief er schon gesunken ist. Er muss seinen eigenen Tiefpunkt gehabt haben, um zu sehen, wohin es unweigerlich führt, wenn er weiter säuft.

In den AA-Selbsthilfegruppen suchen Alkoholiker Rat bei „sich selber“. Da steht einer auf und sagt: „Ich bin Reiner. Ich bin Alkoholiker“. Und dann erzählt er, was er erlebt hat. Damit hilft er sich, indem er sich ausspricht, was ihn quält. Und er hilft anderen, die sehen, dass sie nicht allein sind mit ihren Problemen. „Mich hält nur die Gruppe aufrecht“, hört man oft von „trockenen“ Alkoholikern. Man sieht, dass es auch ohne Alkohol geht. Das macht Mut. Und man sieht, dass man akzeptiert wird mit all seinen Schwierigkeiten.

4. Mein Name ist Günter – ich bin Alkoholiker...

Elf Jahre meines Lebens habe ich im Rausch verbracht. Dass es heute nicht mehr so ist, verdanke ich allein der Tatsache, dass es die Anonymen Alkoholiker gibt. Dabei deutete nichts darauf hin, dass ich einmal Alkoholiker werden würde. Ich hatte ein gutes Elternhaus, erlernte den Maurerberuf und wurde mit 18 Jahren zum Grenzdienst eingezogen. Damals kam ich zum ersten Mal mit dem Alkohol in Berührung. Es wurde täglich aus Langeweile getrunken. Dazu kam, dass

wir eine Kapelle gründeten. Das bedeutete für mich, dass ich noch mehr Zeit und Gelegenheit hatte, Alkohol zu trinken. Damals konnte ich aber trotz vielen Trinkens nicht bemerken, dass der Alkohol eine negative Wirkung auf mich hatte.

Auch wenn ich an einem Abend einmal sehr viel trank, genügte es, einmal richtig auszuschlafen, um wieder einsatzfähig zu sein. Meine Vorgesetzten schätzten mich, da ich alle gestellten Aufgaben zu ihrer Zufriedenheit erledigte. Und so kam es, dass ich ziemlich schnell befördert wurde. Zu dieser Zeit lernte ich meine Frau kennen. Obwohl ich ständig mehr trank, ist es ihr nicht aufgefallen, dass mir damals das Trinken schon zur Gewohnheit geworden war.

Selbst meine zukünftige Schwiegermutter schätzte mich anfangs. Als sie aber merkte, dass ich täglich mehr trank, verbot sie mir den Umgang mit ihrer Tochter. Trotzdem hielt meine Frau zu mir. Nach Beendigung meiner Dienstzeit heirateten wir.

Zunächst arbeitete ich in meinem Beruf als Maurer. Auf der Baustelle sowie bei Richtfesten wurde immer sehr viel getrunken, was mir aber nicht mehr genügte. Die Folge davon war, dass ich zu Hause weitertrank oder von der Arbeit aus gleich in die Gastwirtschaft ging. Wir wohnten damals auf einem Zimmer und konnten uns unnötige Ausgaben nicht leisten.

Es kam dadurch oft zu Ehestreitigkeiten, was natürlich für mich ein Grund mehr war, weiterzutrinken. Es genügte mir nun nicht mehr, während der Arbeit und nach Feierabend zu trinken – jetzt musste ich schon morgens eine oder mehrere Flaschen Bier haben, um überhaupt arbeiten zu können.

Wegen meiner Trinkerei musste ich mehrmals meine Arbeitsstelle wechseln. Da ich aber meine Arbeit noch einigermaßen anständig verrichtete, drückte man oft wegen des Trinkens ein Auge zu.

An nüchternen Tagen versprach ich meiner Frau immer wieder, mich zu bessern, was aber wieder vergessen war, sobald ich Alkohol hatte. Manchmal nahm ich mir vor, nur ein oder zwei Glas zu trinken – meistens entstanden daraus Trinkgelage von mehreren Stunden oder sogar Nächten. Jetzt passierte es mir schon, dass ich mich am nächsten Morgen gar nicht mehr erinnern konnte, wo ich getrunken hatte und wie lange. Jeder Sonntag endete in der Gosse. Den größten Teil des Geldes für den Lebensunterhalt musste meine Frau verdienen, da sie von mir nichts oder nur sehr wenig zu erwarten hatte.

Hatte ich einmal keinen besonderen Grund wegzugehen, fing ich absichtlich Streit an, um dann wieder nächtelang nicht nach Hause zu kommen. Oft war ich mittags schon wieder so betrunken, dass ich durch die Straßen schwankte und einmal sogar angefahren wurde.

War ich einmal nüchtern, versprach ich, mich zu bessern, trank ein paar Tage nicht und holte anschließend das Versäumte doppelt nach.

In all den Jahren habe ich nicht bemerkt, dass ich meine Frau mit meinem Lebenswandel zugrunde richtete. Sie stellte mich vor die Entscheidung: entweder Alkohol oder Familie!

Ich brauchte beides – aber den Alkohol an erster Stelle! Obwohl ich wusste, dass meine Frau recht hatte, ging alles so weiter wie bisher.

Dann entdeckte meine Frau einen Artikel in einer Zeitschrift, in dem über die Anonymen Alkoholiker berichtet wurde. Sie schrieb an die in dem Artikel angegebene Adresse eines AA-Dienstbüros, denn mir fehlte der Mut dazu. – Und ein paar Wochen später besuchte ich das erste Mal eine AA-Gruppe. Auf den ersten Blick schien ich der einzige Alkoholiker zu sein, denn außer mir sah keiner danach aus. Als ich die ersten Lebensgeschichten hörte, merkte ich, dass alle das gleiche Problem hatten. Keiner war damit allein fertig geworden.

Wie alle anderen versuchte ich, nur immer 24 Stunden lang nüchtern zu bleiben. Der Anfang fiel mir sehr schwer. Aber mit Hilfe meiner Freunde und nach regelmäßigen Gruppenbesuchen wurde ich langsam mit dem AA-Programm vertraut und versuchte, danach zu handeln. Doch ich hatte es mir zu leicht gemacht. Nach vier Rückfällen aber hatte ich endlich begriffen, dass ich als Alkoholiker nie wieder normal trinken kann. Keiner machte mir Vorwürfe, sondern alle versuchten mir zu helfen. Das gab mir wieder Mut und Kraft, an mich selbst zu glauben.

Dem AA-Programm und meinen Freunden habe ich es zu verdanken, dass ich heute keinen Alkohol mehr trinke. Ich führe jetzt wieder ein normales Familienleben und kann mich heute an Dingen erfreuen, die ich früher nicht wahrnahm. Täglich versuche ich, dem Alkohol zu widerstehen und lebe nach dem Wahlspruch:

Es ist keine Schande, krank zu sein – es ist aber eine Schande, nichts dagegen zu tun!

Aufgaben zum Text.

1. Erklären Sie die Bedeutung der unterstrichenen Stellen im Text.

2. Wählen Sie das richtige Verb: trennbar oder untrennbar.

... (überblicken) wir mal die Entwicklung solcher Krankheit wie Alkoholismus. Um nicht zu ... (übersehen), beginnen wir mit den Gründen, die einen süchtig machen können. ... (sich übereilen) wir nicht mit der Behauptung, dass es nur einen Grund gibt, der den Menschen in diesen Abgrund stößt. Fachleute haben ... (sich übersehen) solche Fälle, um diese Meinung zu ... (widerlegen). So, ... (überdenken) wir mal, warum muss jemandes Leben in der Gosse enden?

Unsere Gesellschaft ... (überspannen) die Forderungen, so dass wir gezwungen sind, uns selbst zu ... (überbieten), um unseren Arbeitsplatz zu behalten, um den Vorstellungen unserer Freunde oder Verwandten zu entsprechen. Neben unseren beruflichen Ängsten, sind private Auslöser kaum ... (überaltern). Nicht alle sind genug vorbereitet, um alle diese Schwierigkeiten zu ... (überstehen). Einige ... (übersteigen) die meisten Hindernisse, andere sind nicht imstande, dies alles zu ... (überwältigen). Sich selbst ... (überlassen), (untergehen) ... sie in den meisten Fällen, weil ihre Nahen ihre Kräfte im Kampf gegen diese Krankheit ... (überschätzen) haben. Es kann aber noch schlimmer sein: manchmal ... (überschreiten) man solche Probleme, als ob solche überhaupt nicht gäbe.

3. Übersetzen Sie aus dem Russischen ins Deutsche.

1. Не всегда причина алкогольной зависимости кроется в семейных проблемах, а наоборот, как в случае с Гюнтером, произрастает из благополучия, скуки размеренной жизни. 2. Как ни странно, большинство алкоголиков хорошо помнит то время, когда они впервые начали выпивать, однако тогда они не связывали появляющееся благодаря алкоголю чувство раскрепощения с каким бы то ни было негативным воздействием на свой организм. 3. Нередки случаи, когда окружающие предпочитают не замечать проблем человека, пока он справляется со своими обязанностями, оказывая ему тем самым медвежью услугу. 4. Некоторые люди, как, например, жена Гюнтера, не обращают внимания на предостережения других, пытаюсь найти в ставшем уже зависимым

человеке что-то хорошее и побудить его измениться. 5. Очень часто, пытаясь спасти своих близких, они рискуют своей жизнью, своим семейным счастьем, тем не менее не редки случаи, когда их усилия не проходят даром. 6. В отличие от самих зависимых, им необходимо вдвойне больше сил и мужества, чтобы бороться с этой болезнью: с одной стороны им приходится поддерживать своих близких, с другой – находить силы не сдаться самим. 7. Однако, говоря открыто, самостоятельно очень трудно побороть эту болезнь и ее последствия, так как успех зависит от личного опыта и советов других пострадавших. 8. Вместо того чтобы пытаться действовать на свой страх и риск, лучше воспользоваться помощью специалистов, которые работают по проверенной и действенной схеме. 9. Жена Гюнтера поступила весьма благоразумно, обратившись в программу анонимных алкоголиков, так как она видела, что мало чего может достичь сама. 10. Тем не менее необходимо признать, что не последнее место здесь имеет свободное и добровольное решение Гюнтера, без чьего понимания и принятия свой зависимости эта попытка наверняка бы закончилась неудачей.

4. Beantworten Sie die Fragen zum Text.

1. Warum wollen Alkoholiker nicht gestehen, dass sie krank sind und Hilfe brauchen?

2. Warum drücken oft Freunde und Verwandte ein Auge zu, wenn man bemerkt, dass jemand in ihrer Umgebung Alkohol zu konsumieren beginnt?

3. Wie kommt das dazu, dass nur das Geständnis seiner Sucht helfen kann?

4. Wie ist man auf die Idee gekommen, solche Selbsthilfegruppe wie die der AA zu bilden?

5. Glauben Sie, dass diejenigen, die schon trocken geworden sind, trotzdem solche Gruppen besuchen müssen, um der Sucht keine weiteren Chancen zu geben?

6. Wie können Sie die Popularität der so genannten Kodierung in unserem Lande erklären? Warum zieht man diese Methode dem AA-Programm in unserem Land vor?

7. Wenn sie einen Alkoholsüchtigen in Ihrer Umgebung hätten, welche Methode würden Sie ihm empfehlen? Warum?

Kommentieren Sie den Spruch am Ende des Textes.

5. Jugend und Alkohol.

Jedes Jahr trinken ca. 750 000 Menschen in der BRD das erste Mal Alkohol. Für ca. 10 % kann dies der Beginn einer zweifelhaften Alkoholikerkarriere sein. Jugendalkoholismus findet man kaum in einer Statistik – spektakulärer sind die jugendlichen Drogenabhängigen – aber die meisten User illegaler Drogen haben zuvor Erfahrungen mit der Pulle gemacht.

Kinder werden frühzeitig an den Geschmack von Alkohol gewöhnt: in vielen Süßigkeiten und Lebensmitteln, die sogar ausdrücklich für diese Altersgruppe angepriesen werden, ist Alkohol enthalten. So wird frühzeitig der alkoholische Geschmack antrainiert, denn normalerweise wird dieser beißende Geschmack abstoßend.

Bereits Kinder sammeln ihre ersten Erfahrungen mit Alkohol. Omas Geburtstag – es darf zur Feier des Tages ein Schlückchen Sekt genippt werden. Für die Kinder ist es sozusagen der erste Schritt in die Erwachsenenwelt. Die Erwachsenen machen es den Kindern vor: Alkohol gehört zum Erwachsensein! Meistens darf zur Konfirmation das erste Mal „richtig“ getrunken werden – die Jugendlichen sind dann gerade mal 14 Jahre alt.

Viele Erwachsene machen sich keine Gedanken, wenn Kinder mit Alkohol in Berührung kommen – das sollten sie jedoch wissen:

- das kindliche Nervensystem reagiert empfindlicher als das eines Erwachsenen – bereits ab 0,5 Promille Alkohol im Blut kann ein Kind bewusstlos werden. Bei Alkoholvergiftung muss sofort ein Arzt aufgesucht werden.

- Je geringer das Gewicht des Kindes ist, umso mehr bewirkt die aufgenommene Alkoholmenge einen höheren Blutalkoholgehalt im Körper – bereits kleine Mengen Alkohol können tödlich sein!

- Beim Schulkind liegt die Gefahrenzone bei ca. 3 Gramm Alkohol je Kilogramm Körpergewicht, während beim Erwachsenen erst doppelt so viel zum Tode führt.

- Beim kleineren Kind fehlt das sonst so typische rauschhafte Anfangsstadium – das Kind kann schlagartig vom wachen Zustand in tiefe Betäubung fallen!

- Alkohol beeinträchtigt die seelisch-geistige und körperliche Entwicklung der Kinder.

Gerade die Pubertät ist eine schwierige Phase. Die Jugendlichen wollen sich vom Elternhaus lösen, haben aber in der Welt der

Erwachsenen noch große Schwierigkeiten sich zu behaupten. Die körperliche Entwicklung, der erste Liebeskummer, schulischer Leistungsdruck erschweren diese Zeit enorm. Alkohol kommt in dieser Entwicklungszeit wie gerufen. Er schmeckt den jungen Erwachsenen zwar nicht unbedingt, wirkt aber enthemmend, entspannend und hilft dabei sich über Verbote hinwegzusetzen. Der Alkohol lässt das mangelnde Selbstvertrauen vergessen und auch die Zukunftsängste werden lässig überspielt. In vielen Cliques gilt Alkoholkonsum als Zeichen von Stärke, dadurch entsteht der Gruppenzwang mitzutrinken.

Alkoholismus wird in unserer Gesellschaft toleriert, er ist Bestandteil der Erwachsenenwelt. Wer als Jugendlicher mithalten will, muss auch mittrinken, als Abstinenzler gilt er schnell als Außenseiter. Dazu trägt auch wesentlich die Werbung mit Sprüchen wie „Spaß im Glas“ bei. Der verantwortungsbewusste Umgang mit Genussmitteln kann jedoch erlernt werden, dazu haben wir als Erwachsene auch eine Vorbildfunktion.

- Setzen Sie sich öfters mit der ganzen Familie zusammen und sprechen Sie über aktuelle Probleme.

- Hören Sie Ihrem Kind immer zu. Zeigen Sie, dass Sie Verständnis für Sorgen und Probleme haben. Schaffen Sie eine Vertrauensbasis. Auch Nebensächlichkeiten können für das Kind oder Jugendlichen „weltbewegend“ sein.

- Beleben Sie Familientraditionen, auf die sich die Kinder freuen – z.B. gemeinsames Samstagsfrühstück etc.

- Seien Sie Ihren Kindern ein Vorbild, indem Sie den eigenen Suchtmittelgenuss (Alkohol, Zigaretten) einschränken.

- Geben Sie den Kindern geistige Anregungen, machen Sie Spielenachmittage o.ä. Machen Sie gemeinsame Ausflüge, an denen die Kinder auch Spaß haben etc.

- Nehmen Sie den Kindern nicht alle Aufgaben ab. Lassen Sie die Kinder altersgerecht Verantwortungen und Pflichten übernehmen.

- Kinder und Jugendliche müssen eigene Erfahrungen sammeln. Dazu gehören auch Trauer, Wut und Enttäuschung. Lassen Sie die Kinder Probleme auch selber lösen.

Jedes Extrem in der Familie kann sich negativ auswirken. Gibt man den Kindern zu viele Freiheiten, zu wenig Beachtung und Interesse, so fühlen sie sich leicht vernachlässigt. Auch das Gegenteil wirkt sich negativ aus. Das Überbehütetsein und zu viel Strenge gibt Kindern und

Jugendlichen zu wenig Möglichkeiten, sich frei zu entfalten. Das gesunde Mittelmaß zu finden ist nicht leicht, aber erstrebenswert.

Hilfe – da stimmt was nicht!?

Was mache ich, wenn mein Sohn / Tochter angetrunken von einer Party kommt? Erst mal Ruhe bewahren. Vorhaltungen und Vorwürfe sind jetzt fehl am Platz. Sprechen Sie am nächsten Tag in Ruhe mit dem Jugendlichen darüber. Verbote erzeugen Trotzreaktionen. Sachliche Aufklärung kann hilfreich sein.

Solange dies der Ausnahmefall ist, sollten Sie den Alkoholkonsum beim Jugendlichen nicht überbewerten. Dennoch behalten Sie den Konsum im Auge. Trinkt der Jugendliche öfters? Bedient er sich gelegentlich heimlich an Ihrer Hausbar? Dann sollten die Allarmglocken schrillen. Suchen Sie eine Suchtberatungsstelle auf. Sprechen Sie mit erfahrenen Fachleuten über Ihre Sorgen und Probleme. Oder Schauen Sie bei Elternberatung online, dort finden Sie ein und kostenfreies Informations- und Beratungsangebot für Eltern von suchtgefährdeten oder abhängigen Kindern und Jugendlichen online.

Aufgaben zum Text

1. Beantworten Sie die Fragen.

1. Warum gibt es keine Statistik für Jugendalkoholismus in Deutschland?
2. Wie werden Kinder an den Alkoholgeschmack gewöhnt?
3. Wie machen Kinder ihre ersten Erfahrungen mit Alkohol?
4. Warum sollten die Eltern aufmerksamer sein, wenn die Kinder zum ersten Mal in Kontakt mit Alkohol kommen?
5. Warum gilt die Pubertät als eine schwierige Phase in der Jugendentwicklung?
6. Wie können die Eltern zum Vorbild für ihre Kinder werden?
7. Welche Übergriffe kann es in Fragen der Familienverhältnisse geben?

2. Wählen Sie das richtige Verb.

1. beschließen – sich entschließen:

1. Seit langem konnte er ... nicht, mit dem Alkoholkonsum aufzuhören.
2. Die Firma hat deswegen ..., ihn wegen seiner Trunkenheit zu entlassen.
3. Das hat ihn so beeinflusst, dass er endlich

zu der Entzugskur 4. Dabei hat der Arzt mehrmals wiederholt, dass er nicht länger zögern darf, sondern er muss 5. Das Parlament hat ..., die Steuer für Alkohol zu steigen, aber die Bürger können ..., das zu glauben.

2. meiden – vermeiden:

1. Es ist leichter, Alkohol zu ..., anstatt sich später des Alkohols zu entwöhnen. 2. Er ist schon trocken geworden, und ... deswegen die Gesellschaft seiner ehemaligen Saufkumpane. 3. Es ist kein Wunder, dass ihn der Erfolg ... - in der letzten Zeit hat er die Arbeit wegen seiner Trunksucht vernachlässigt. 4. ... (Imperativ), dass man dich zusammen mit diesem Süchtigen sieht. 5. Wir empfehlen Ihnen diese Kur, weil wir jeden Rückfall ... möchten.

3. fortfahren – fortsetzen:

1. Wenn Sie Ihr Trinken ..., werden Sie bald süchtig. 2. Wenn Sie zu trinken ..., werden Sie 3. Er ... sich durch Alkoholkonsum zu entspannen, ohne zu bemerken, dass das sein Leben ruiniert. 4. ... Sie nur fort! Sie brauchen mehr Zeit, um von der Sucht loszukommen. 5. Die Diskussion über Probleme des Jugendalkoholismus kann sich endlos

3. Übersetzen Sie aus dem Russischen ins Deutsche.

1. Хотя в Германии очень актуальна проблема алкогольной зависимости молодежи, статистика не показывает данных касательно увеличения числа употребляющих регулярно и в больших дозах спиртное. 2. Никто не задумывается о том, что взрослые сами приучают детей к алкоголю, производя спиртосодержащие сладости или предлагая выпить „за здоровье любимой бабушки“. 3. Однако имеются важные факты о влиянии алкоголя на детский организм, с которыми следует ознакомиться всем тем, кому небезразлично благополучное будущее своих детей. 4. Детский организм сильнее реагирует на алкоголь – что для взрослого человека является средством получения удовольствия, для ребенка может быть смертельно опасным. 5. Для подростков алкоголь выступает в весьма соблазнительной роли, предоставляя им, с одной стороны, возможность уйти от своих страхов, а с другой – приобщая к заманчивому миру взрослых и самостоятельных людей. 6. По мнению молодежи, еще не нашедшей своего места в обществе

и пытающейся найти свой путь самоутверждения, именно алкоголь является тем средством, которое поможет решить их проблемы. 7. Алкоголь – не только атрибут взрослой жизни, но и средство давления, которое оказывается на подростка, чье желание стать полноправным членом группы нередко перебарывает моральный запрет на употребление спиртного. 8. Увеличению числа зависимых в немалой мере способствует реклама, которая подчеркивает особый статус напитка и тем самым клиента, который его приобретает. 9. Нельзя бороться с проблемой, не прибегая к определенным действенным мерам, как то пропаганда здорового образа жизни или подражание достойному примеру родителей. 10. Некоторым родителям, однако, свойственно доходить в своей заботе до крайностей, чего ни в коем случае нельзя делать, так как ребенок должен иметь возможность проявить свободу, возможность действовать на свой страх и риск, чтобы получить важный жизненный опыт.

4. Zum Sprechen und Diskutieren.

1. Erzählen Sie darüber, wie Sie Ihre ersten Erfahrungen mit Alkohol gesammelt haben.

2. Wie oft und bei welchem Anlass trinken Sie? Welche Getränke werden von Ihnen bevorzugt? Warum?

3. Meinen Sie, dass Alkohol und eine feierliche Stimmung zusammengehören?

4. Sind Sie damit einverstanden, dass das Vorbild der Eltern die Kinder vor oben genannten Gefahren schützen kann?

5. Erzählen Sie über die von Ihren Eltern getroffenen Maßnahmen, die Sie vor Alkoholkonsum bewahren mussten?

6. Alkoholismus.

Alkoholismus ist eines der großen Gesundheitsprobleme unserer Zeit. Er schädigt nicht nur den Alkoholiker. Andere haben ebenfalls unter den Auswirkungen des Alkoholismus zu leiden: zu Hause, am Arbeitsplatz, auf der Straße.

Ärzte und Wissenschaftler versuchen seit langem, eine allgemein gültige Erklärung für die Ursachen der Alkoholkrankheit zu finden.

Die Weltgesundheitsorganisation der Vereinten Nationen bezeichnet Alkoholismus als Krankheit. Für die Bundesrepublik Deutschland hat

das Bundessozialgericht den Alkoholismus als Krankheit anerkannt. In Österreich wurde Alkoholismus 1953 vom Hauptverband der österreichischen Sozialversicherungsträger als Krankheit anerkannt.

Die Anonymen Alkoholiker beteiligen sich gemäß ihrer Präambel nicht an öffentlichen Auseinandersetzungen über den Alkoholismus.

So wie es die Anonymen Alkoholiker sehen, ist Alkoholismus eine Krankheit. Der Alkoholiker kann sein Trinken nicht kontrollieren. Er ist vom Alkohol abhängig. Nach unserer Erfahrung ist der Alkoholiker körperlich, geistig und seelisch krank. Wenn er nicht mit dem Trinken aufhört, wird sich sein Alkoholismus in der Regel verschlimmern. Nach Meinung der AA kann man Alkoholismus nur zum Stillstand bringen. Dazu gehört totale Abstinenz und die Änderung der Lebensführung im weitesten Sinne - z.B. durch Leben im AA-Programm. Diesen Zustand nennen die Anonymen Alkoholiker Genesung. Verletzt ein genesender Alkoholiker die Abstinenz, fällt er wieder in den Zustand des abhängigen Trinkens zurück.

Daraus ergibt sich die Empfehlung der Anonymen Alkoholiker: **Lass' heute das erste Glas stehen!**

Alkoholismus bedeutet, dass ein Mensch in Bezug auf Alkohol in eine seelische und körperliche Abhängigkeit gerät. Dabei wird die körperliche Abhängigkeit durch physische Entzugssymptome in Trinkpausen, die seelische Abhängigkeit durch das zwingende Verlangen nach weiterem Alkoholkonsum charakterisiert.

Der Konsum von alkoholischen Getränken hat für die betroffene Person Vorrang gegenüber Verhaltensweisen, die zuvor einen höheren Stellenwert besessen haben, so dass es in weiterer Folge zu psychosozialen und körperlichen Schäden kommt. In diesem Fall spricht man von Alkoholkrankheit.

Wann ist ein Mensch alkoholkrank?

Ein Mensch ist alkoholkrank, wenn:

- er nach dem Konsum einer geringen Alkoholmenge ein unzehmbares Verlangen nach mehr Alkohol verspürt,
- er weiter trinkt, obwohl er weiß, dass er aufhören sollte,
- er immer mehr Alkohol braucht, um dieselbe Wirkung zu erzielen,
- er heimlich und alleine trinkt,

- er durch seinen Alkoholkonsum einen Organschaden in Kauf nimmt,
- er durch sein Trinkverhalten die Beziehung zu seinen Mitmenschen stört,
- er trinkt, um Entzugssymptome zu mildern,
- es zu einer Zentrierung des Denkens und Strebens nach Alkohol kommt und dies zu einer fortschreitenden Vernachlässigung des sozialen Lebens oder anderer Interessen führt.

Wann ist man gefährdet, alkoholkrank zu werden?

Alkoholkrank wird man nicht von heute auf morgen. Diese Krankheit entwickelt sich schleichend, und kein Konsument alkoholischer Getränke ist davor gefeit.

Kritisch wird die Situation, wenn:

- Alkohol zum Essen oder Ausgehen einfach dazugehört und nicht mehr wegzudenken ist,
- bei psychischen oder sozialen Belastungen getrunken wird,
- die Vorstellung, für einige Zeit abstinent zu leben, Unbehagen bereitet,
- man sich erst nach einigen Gläsern richtig ausgeglichen und wohl fühlt.

Treffen mehrere dieser Punkte zu, sollte man sein Trinkverhalten grundsätzlich überdenken. Ein tägliches Quantum bis zu 16 g reinen Alkohols bei Frauen und 24 g bei Männern (20 g entsprechen einem halben Liter Bier oder einem Viertel Wein) gilt nach derzeitigem Stand der Wissenschaft als unbedenklich (Harmlosigkeitsgrenze). Überschreitet der tägliche Konsum 20–40 g bei Frauen bzw. 60 g bei Männern spricht man von Alkoholmissbrauch, der ein deutlich erhöhtes Risiko für Folgeschäden nach sich zieht (Gefährdungsgrenze). Derzeit gibt es Bestrebungen der Weltgesundheitsorganisation (WHO), die Toleranzgrenze auf 7 g zu senken.

Die körperlichen Folgen von Alkoholmissbrauch gehen von einer akuten Alkohol-Intoxikation, einem Rausch, über Entzugserscheinungen, bis hin zu Störungen der Nerven und einer Schädigung der Leber.

Bei der Therapiegestaltung ist es wichtig, dass sie individuell für jeden Patienten angepasst wird. Rahmen für solche Konzepte bietet das Phasenmodell.

Eine notwendige Voraussetzung für eine erfolgreiche Therapie ist in jedem Fall der Wunsch aufzuhören, und die Willensstärke, diese schweren Phasen durchzustehen. Dabei spielt auch die Unterstützung des sozialen Umfelds eine wichtige Rolle.

Ein erster Verdacht auf ein Alkoholproblem entsteht meist aus auffälligem Verhalten und körperlichen Merkmalen.

Alkoholranke sind oft leicht reizbar und reagieren sehr empfindlich auf die Konfrontation mit ihrem Problem. Oft hortet ein Abhängiger auch Trinkvorräte. Meist wird versucht, den geheimen Konsum zu verstecken und die Alkoholfahne wird durch Kaugummis oder andere Hilfsmittel kaschiert.

Wie viele Menschen sind in Österreich betroffen?

Auch wenn die Problematik in der breiten Öffentlichkeit nicht als solche wahrgenommen wird: Alkohol ist in Österreich eindeutig die „Volksdroge Nummer 1“. Nur rund ein Sechstel der Erwachsenen ist abstinent, ein Viertel trinkt täglich und 40 % greifen mindestens einmal in der Woche zum Glas.

So gelten etwa 330.000 Menschen als alkoholkrank und knapp 900.000 Österreicher konsumieren Alkohol in einem gesundheitsschädlichen Ausmaß. Diese Zahlen bedeuten wiederum, dass etwa 20 % der Erwachsenen ein Alkoholproblem haben. Pro Jahr sterben in Österreich etwa 8.000 Menschen an den Folgen des Alkoholkonsums.

Herr und Frau Österreicher trinken am liebsten Bier, gefolgt von Wein. Grundsätzlich ist die Art des Getränkes für den Alkoholismus aber nicht maßgeblich - letztendlich kommt es nur auf die zugeführte Menge reinen Alkohols an.

Der durchschnittliche Alkoholiker ist männlich (ein Drittel der Alkoholiker ist weiblich) und zwischen 30 und 50 Jahre alt. Die Entwicklung einer Alkoholabhängigkeit dauert im Durchschnitt 10 Jahre.

In Österreich ist Alkoholkonsum ein oft zentraler Bestandteil des sozialen Beisammenseins. Zu fast jedem Anlass wird mit einem Glas Alkohol angestoßen und der Konsum gilt als lässig und erwachsen.

Nach dem gängigem Modell von Prof. E. M. Jellinek lässt sich die Entwicklung der Alkoholkrankheit in Phasen beschreiben:

- Voralkoholische Phase
- Einleitungsphase
- Kritische Phase
- Chronische Phase

Aufgaben zum Text

1. Beantworten Sie die Fragen zum Text:

1. Welche Erscheinungsformen gibt es beim Alkoholismus?
2. Warum hat man den Alkoholismus als Krankheit anerkannt?
3. Welche körperlichen Folgen kann Alkoholmissbrauch haben?
4. Welche Therapiemöglichkeiten gibt es?
5. Wie erkennt man Alkoholismus?
6. Wie erkenne ich, dass jemand in meiner Umgebung zu viel trinkt?
7. Wie entsteht Alkoholsucht?

2. Übersetzen Sie den Text aus dem Russischen ins Deutsche:

1. Средний человек впервые знакомится с алкоголем в 15 лет, т. е. не просто пьет пиво, а выпивает не менее 1 дринка (кружка пива = рюмка водки = бокал вина). В России – это возраст 13 лет. Не менее 10 % наших детей узнают, что такое „дринк”, уже в 9 лет.

Официально озвученное потребление в России в 2008 г. составило до 18 литров чистого этилового спирта на душу населения (с 10 л учтённого и 8 л неучтённого алкоголя)! В то же время многие эксперты утверждают, что необратимое изменение генофонда нации и её вырождение наступает при подушном потреблении алкоголя более 7 л. При этом в лучшем случае наблюдается этническое замещение нации.

По оценочным данным ВОЗ, употребление алкоголя обуславливает около 10 % суммарного количества болезней в Европе.

Главная трагедия заключается в том, что человек не видит грани, перейдя которую он превращается из умеренно пьющего в алкоголика. Зависимость формируется исподволь безо всяких предупреждений. Каждый следующий бокал вина может привести к пожизненному заболеванию. Однажды запущенный механизм уже никогда не останавливается, поэтому алкоголизм неизлечим.

Наиболее интенсивное потребление алкоголя приходится на возраст 18–22 года. Именно тогда юноши и девушки и становятся алкоголиками. Но потребуются несколько лет, прежде чем их болезнь станет очевидной для окружающих.

В России алкоголизмом страдают от 10 до 15 % всех мужчин. По женщинам показатель немного лучше, но и спиваются они гораздо быстрее.

Последствия:

Все вы знаете, что алкогольные циррозы играют значительную роль в смертности. В Европе здесь традиционно лидируют страны, где пьянство закреплено культурными традициями. Пьют и умирают от цирроза больше всего во Франции, затем идут Италия с Испанией.

Алкоголь значительно повышает риск развития рака. 75 % раков органов головы и шеи приходится на алкоголиков. Алкоголизм удваивает риск развития рака пищевода, прямой кишки и груди. Даже если женщина пьёт всего 3 бокала вина в день, риск развития рака груди для неё возрастает в 1,5 раза.

Алкоголики также часто умирают от пищеводного кровотечения при синдроме Мэллори – Вейса. Алкогольный панкреонекроз (расплавление поджелудочной железы и самопереваривание организма), страшная смерть – в нашей стране отнюдь не редкость.

Алкоголь провоцирует подагру, ведёт к уменьшению плотности костной ткани, к жуткой деградации центральной и периферической нервной системы. Злоупотребление алкоголем чётко повышает риск развития инсульта и инфаркта миокарда.

Причины:

Так почему же алкоголь всё это вызывает, как он работает?

1. Продукт распада алкоголя является токсичным для человеческого организма веществом. Он повреждает клетки печени и других органов напрямую.

2. Алкоголь очень калориен и в этом его большое зло! По энергетической ценности он уступает только растительному маслу. Человек, выпивающий пол-литра водки, съедает эквивалент 200 г сливочного масла. Это очень важный момент в понимании всего дальнейшего процесса деградации организма! По мере развития алкоголизма человек пьёт всё больше, а ест всё меньше, ибо насыщается самим спиртом, не получая никаких пластических веществ взамен. Нехватка витаминов, белков и прочего очень быстро ведёт к деградации всего организма, и без того

отравляемого ацетальдегидом. По мере того как алкоголик наращивает дозу, этанол начинает заметно подавлять аппетит через рецепторы головного мозга, что усугубляет проблему.

Дефицит железа и белков нарушает синтез клеток крови. Поэтому у алкоголиков развивается анемия, иммунитет не справляется с инфекциями и раковыми клетками.

3. Алкоголь нарушает и синтез жирных кислот, что в итоге ведёт к жировому перерождению печени, что заканчивается ее циррозом.

Последние исследования сходятся на том, что 40–60 % алкогольной зависимости обусловлено исключительно генетически, а в остальном – комплексом „гены – среда”. Дело всё в тех самых ферментах, расщепляющих алкоголь.

Так, например, 40 % азиатов пить много просто не способны, так как алкоголь вызывает у них жуткую интоксикацию с тошнотой, рвотой и головной болью (похмелье). Таким людям алкоголизм не грозит.

Есть, однако, такие люди, у которых очень быстро формируется зависимость. У некоторых «везунчиков» необратимая зависимость формируется буквально с первой же попойки.

Где лично вы находитесь в этой генетической линейке, можно узнать только путём проб и ошибок. Ошибкой при этом будет алкоголизм со всеми вытекающими последствиями. Кто понимает, даже не пытается. Жаль только, что с учётом вышеизложенного пробовать начинают уже подростки, которые просто не интересуются такой информацией.

Мифы:

1. Развитие алкоголизма зависит от вида напитка.

Зависимость формируется именно на алкоголь (т. е. этиловый спирт) и никак не зависит от того, в чём его растворили – в пиве, вине или водке.

2. Пиво пить безопаснее водки.

Здесь надо просто подсчитать. Если брать 5 % пива и 40 % водки, то получается, что 2 бутылочки пива (1 литр) равны 125 г водки. Совершенно неважно, какой напиток пьёт человек! Просто одного напитка пьют больше, другого меньше, а доза спирта при этом выпивается одинаковая.

3. Врачи рекомендуют умеренное потребление алкоголя для профилактики атеросклероза.

Во-первых, исследования показывают некоторое снижение в заболеваемости атеросклерозом в группах только умеренно выпивающих людей. В ряде стран никакого снижения не наблюдали вовсе. Во-вторых, учёные отнюдь не убеждены, что атеросклероз здесь профилактруется самим алкоголем, а не другими механизмами, связанными с употреблением спиртного или вовсе от него независимыми.

Вот почему рекомендации врачей однозначны: если вы не пьёте, ни в коем случае не начинайте! Если уж так случилось, что алкоголь вам не чужд, строго контролируйте дозу так, чтобы она не превышала умеренной.

4. Пейте красное вино, оно отлично чистит сосуды!

Все независимые исследования, которым хоть как-то можно доверять, ведут речь о связи «атеросклероз – алкоголь» вне зависимости от вида напитка. Некоторые утверждают, что в красном вине содержатся весьма полезные для организма вещества, которые, однако, легко можно обнаружить в других продуктах (чае, фруктах, зелени).

5. Алкоголь спасает на морозе.

Очень опасный миф! – Ни в коем случае не нельзя пить, если замёрзли на улице! Миф этот порождён физиологическим действием этанола, который быстро расширяет периферические сосуды, из-за чего кожа согревается, но именно на этом месте тело всё тепло и теряет, и очень скоро ощущение тепла сменяется общим переохлаждением.

◀ *3. Lesen Sie die Aussagen berühmter Personen über Alkohol und Alkoholkonsum.*

1. Abstinenzler sind Leute, die niemals entdecken, was sie Versäumen (Marcello Mastroianni).

2. Ich trinke zu viel. Letztes Mal, als ich eine Urinprobe abgeben musste, war eine Olive dabei (Rodney Dangerfield).

3. Die chemische Analyse der sogenannten dichterischen Inspiration ergibt 99 Prozent Whisky und einem Prozent Schweiß (William Faulkner).

4. Was ich habe ist Charakter in meinem Gesicht. Es hat mich eine Masse langer Nächte und Drinks gekostet, das hinzukriegen (Humphrey Bogart).

5. Wenn du nicht trinkst, dann sind alle deine Geschichten langweilig und enden mit: und dann bin ich nach Hause gegangen (Jim Jefferies).

6. Das Zwischenstadium zwischen Sozialismus und Kapitalismus ist Alkoholismus (Norman Brenner).

7. Man kann nicht den ganzen Tag lang trinken, wenn man nicht gleich morgens anfängt (Celia Rivenbark).

8. Ich bin kein harter Trinker. Manchmal vergehen Stunden und ich habe keinen einzigen Tropfen getrunken (Noel Coward).

9. Arbeit ist der Fluch der trinkenden Klasse (Oscar Wilde).

10. Während einer Wanderung in den Alpen habe ich meinen Korkenzieher verloren. Musste tagelang nur von Brot und Wasser leben (W.C.Fields).

11. Früher bin ich joggen gegangen. Aber die Eiswürfel sind aus meinem Glas gefallen (David Lee Roth).

12. Schöne Frauen sorgen dafür, dass wir Bier kaufen. Hässliche sorgen dafür, dass wir es trinken (Al Bundy).

13. Alkohol in ausreichender Menge genossen, bewirkt alle Symptome der Trunkenheit (O. Wilde).

14. Das Leben ist an manchen Tagen halt nur im Vollrausch zu ertragen (Oliver Kalkove).

15. Eine Entzugsklinik ist was für Menschen die aufgeben (T-Shirt Aufdruck).

16. Weine niemals, wenn du Milch verschüttet. Es hätte Whiskey sein können (Pappy von Maverick).

17. Ich bin auf diese Diät gegangen, kein Trinken, kein schweres Essen. Und in 14 Tagen habe ich zwei Wochen verloren (Joe E. Lewis).

18. Wo früher meine Leber war, ist heute eine Minibar (Volksweisheit).

19. So geht es mit Tabak und Rum: erst bist du froh, dann fällst du um (W. Busch).

20. Wodka macht aus allen Menschen Russen (Ivan Rebroff).

21. Eigentlich brauche ich nur einen Drink, um richtig betrunken zu werden. Ich kann mich aber nicht daran erinnern, ob es der 13. oder der 14. ist (George Burns).

22. Wenn man das Trinken, Rauchen und Liebe aufgibt, lebt man nicht wirklich länger, es wirkt nur so (Clement Freud).

23. Bier lässt sich so fühlen, wie du eigentlich ohne Bier fühlen solltest (Henry Lawson).

24. Ich hätte nie von Scotch auf Martini umsteigen sollen (Humphrey Bogart, seine angeblich letzten Worte, 14. Januar 1957).

Kommentieren Sie diese Sprüche:

– *Welche Eindrücke machen sie auf Sie;*

– *Womit sind Sie völlig einverstanden;*

– *Welche Zitate gefallen Ihnen nicht;*

– *Wie können Sie die Menschen charakterisieren, denen folgende Aussagen gehören.*

4. Inszenieren Sie eine Talkshow zum Thema: Warum ist Alkohol so attraktiv für Jugendliche?

Литература

1. Мальцева, Д. Г. Немецко-русский словарь современных фразеологизмов / Д. Г. Мальцева. – 2-е изд., стереотип. – М.: Русский язык – Медиа, 2005. – 507 с.
2. Пашенко, Л. А. Deutsch – немецкий язык: учебное пособие для студентов вузов / Л. А. Пашенко. – Мн.: ТетраСистемс, 2006. – 379 с.
3. Тагиль, И. П. Немецкий язык. Тематический справочник / И. П. Тагиль. – СПб., 2003. – 254 с.
4. Brender, I. Happy-high-tot: Fakten über Drogen / I. Brender. – Otto Maier Verlag Ravensburg, 1972. – 95 S.
5. Politik für berufliche Schulen / Cornelsen Verlag Schwann-Girardet, Düsseldorf. – 1988. – 480 S.



Производственно-практическое издание

Карebo Ольга Николаевна,
Богатко Елена Владимировна

НЕМЕЦКИЙ ЯЗЫК
ДИСКУРСИВНАЯ ПРАКТИКА:
ПРОБЛЕМЫ МОЛОДЕЖИ

Практическое пособие

для студентов 3 курса специальности
1-02 03 06-02 «Немецкий язык»

Редактор *В. И. Шкредова*
Корректор *В. В. Калугина*

Подписано в печать 02.06.2015. Формат 60x84 1/16.

Бумага офсетная. Ризография. Усл. печ. л. 2,8.

Уч.-изд. л. 3,1. Тираж 25 экз. Заказ 419.

Издатель и полиграфическое исполнение:
учреждение образования
«Гомельский государственный университет
имени Франциска Скорины».

Свидетельство о государственной регистрации издателя, изготовителя,
распространителя печатных изданий № 1/87 от 18.11.2013.

Специальное разрешение (лицензия) № 02330 / 450 от 18.12.2013.

Ул. Советская, 104, 246019, Гомель.

