

Tool: 03

# Information: Psychische Folgen



Du hast bereits Infos zum **Thema Alkohol** erhalten.

Jetzt lernst Du,

welche psychischen Folgen Alkohol hat.

**Lies Dir nun den Text durch.**

## Psychische Folgen von Alkohol

Alkohol verändert die eigenen Gefühle.

Viele denken:

Ohne Alkohol geht es nicht.

Mit Alkohol kann man Probleme besser vergessen.

Oder den Stress bei der Arbeit.

Alkohol löst aber keine Probleme.

Alkohol macht Probleme.

Abhängige Menschen schämen sich oft.

Denn sie können nicht mehr ohne Alkohol leben.

Sie wollen nicht zeigen,

dass sie hilflos sind.

Sie ziehen sich zurück.

Sie werden einsam.

Viele kümmern sich nicht mehr um sich selbst.

Sie verlieren die Lust am Leben.

---

**Quelle:**

Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen (Hrsg.) (2020): Alkohol ist riskant. Ein Heft in  
Leichter Sprache. 4. Auflage. S. 10