vinetur

Umfrage in Deutschland: 51 Prozent der jungen Erwachsenen waren im vergangenen Jahr so betrunken, dass sie nicht mehr geradeaus gehen konnten

Laut Umfrage sahen 40 Prozent der 18- bis 30-Jährigen mindestens einmal im Monat einen Elternteil betrunken

Mittwoch, 25. November 2026



Eine neue Umfrage in Deutschland zeichnet ein geteiltes Bild des Alkoholkonsums unter jungen Erwachsenen: Eine bemerkenswerte Minderheit gibt an, noch nie Alkohol getrunken zu haben, viele andere berichten jedoch von starkem Alkoholkonsum und davon, während ihrer Kindheit zu Hause häufig mit Trunkenheit konfrontiert gewesen zu sein.

Am Dienstag, dem 24. November, veröffentlichte Pronova BKK, eine deutsche Krankenkasse, die Ergebnisse einer repräsentativen Online-Umfrage unter 1.228 Erwachsenen. Demnach hatten mehr als zwei Drittel der Befragten mindestens einmal einen betrunkenen Elternteil erlebt. Besonders ausgeprägt war dieses Muster bei den 18- bis 30-Jährigen. Laut Umfrage gaben 40 Prozent dieser Altersgruppe an, ihre Eltern mindestens einmal im Monat unter Alkoholeinfluss gesehen zu haben.

Dieselbe Altersgruppe berichtete auch von einem hohen Ausmaß an riskantem Alkoholkonsum im eigenen Leben. Pronova BKK zufolge waren 51 Prozent der 18- bis 30-Jährigen in den vergangenen zwölf Monaten mindestens einmal so betrunken, dass sie nicht mehr geradeaus gehen konnten. Fast ebenso viele in dieser Gruppe gaben an, Erinnerungslücken, Erbrechen nach starkem Alkoholkonsum oder Scham über ihr Verhalten am nächsten Tag erlebt zu haben.

Die Umfrage deutet darauf hin, dass Alkohol in vielen deutschen Haushalten zum sichtbaren Alltag gehört. Die Hälfte der Befragten gab an, dass alkoholische Getränke wie Bier, Wein oder Schaumwein zu Hause fast immer vorrätig sind. Pronova BKK stellte außerdem fest, dass 64 Prozent der Deutschen ihren Vater und 44 Prozent ihre Mutter schon einmal betrunken erlebt hatten.

Die Ergebnisse weisen auf einen Zusammenhang zwischen den Erfahrungen zu Hause und der Häufigkeit des späteren Alkoholkonsums hin, auch wenn die Umfrage keinen Ursache-Wirkungs-Zusammenhang belegt. Von den Personen, die angaben, mindestens einmal pro Woche Alkohol zu trinken, berichteten 37 Prozent, dass ihre Eltern mindestens einmal im Monat betrunken gewesen seien. Bei denjenigen, die keinen Alkohol trinken oder damit aufgehört haben, lag dieser Anteil bei 24 Prozent.

Die Studie ergab auch, dass viele Befragte schon in jungen Jahren mit Alkohol in Berührung kamen. Jeder dritte Deutsche gab an, vor dem 16. Geburtstag zum ersten Mal Alkohol getrunken zu haben. Bei den 31- bis 45-Jährigen lag der Anteil bei 41 Prozent, bei den unter 31-Jährigen bei 37 Prozent.

Bei vielen fand der erste Schluck im Beisein von Freunden oder Bekannten statt, doch auch Eltern waren in einer beträchtlichen Zahl der Fälle dabei. Unter den Befragten der Generation Z gaben 30 Prozent an, dass ihre Eltern anwesend waren, als sie zum ersten Mal Alkohol probierten. Das waren 12 Prozentpunkte mehr als bei den über 30-Jährigen.

Pronova BKK zitierte Patrizia Thamm, Fachkraft für Gesundheitsförderung bei der Krankenkasse, mit den Worten, Eltern seien wichtige Vorbilder, weil Kinder und Jugendliche beobachteten, wie Erwachsene mit Alkohol umgingen. Klare Grenzen und offene Gespräche über Gesundheitsrisiken seien wichtig. Junge Menschen sollten wissen, dass sie sich an ihre Eltern wenden können, wenn sie zu viel getrunken haben.

Laut Umfrage ist starker Rausch auch in der Gesamtbevölkerung weit verbreitet. Drei Viertel der Deutschen gaben an, in ihrem Leben mindestens einmal stark betrunken gewesen zu sein. Jeder Achte sagte, dies sei ihm zum ersten Mal vor dem 16. Geburtstag passiert. Am häufigsten lag das Alter beim ersten solchen Erlebnis bei 16 oder 17 Jahren; dies gaben 27 Prozent der Befragten an.

Gleichzeitig zeigen die Daten, dass nicht alle jungen Erwachsenen Alkohol trinken. Pronova BKK zufolge gaben 9 Prozent der 18- bis 30-Jährigen an, noch nie Alkohol konsumiert zu haben – mehr als doppelt so viele wie im Gesamtdurchschnitt. Die Zahlen deuten darauf hin, dass die Generation Z keine einheitliche Gruppe ist. Für Hersteller, Einzelhändler, Bars und Restaurants könnten sie ein komplexeres Bild der Generation Z zeichnen: Während manche keinen Alkohol trinken, ist episodischer exzessiver Alkoholkonsum bei anderen weiterhin verbreitet. Diese Unterscheidung könnte verantwortungsvolle Verkaufs- und Ausschankpraktiken beeinflussen.

Die Umfrage ergab außerdem, dass manche junge Erwachsene trotz der berichteten negativen Folgen weiterhin großes Vertrauen in ihre Trinkfestigkeit haben. Pronova BKK zufolge stimmten 39 Prozent der Befragten aus der Generation Z der Aussage zu, sie könnten andere beim Trinken mühelos unter den Tisch trinken.

Die Krankenkasse teilte mit, dass die Studie mit dem Titel „Alkohol im Alltag, in Familie und Beruf“ im Juli und August 2026 online durchgeführt wurde. Sie umfasste 400 Befragte aus der Generation Z, die in der Umfrage als 30-Jährige oder Jüngere definiert wurde. Untersucht wurde der Alkoholkonsum im Familienleben, im Alltag und im beruflichen Umfeld, basierend auf den persönlichen Erfahrungen und selbstberichteten Verhaltensweisen der Befragten.