

# Trinken 13 jährige Kaffee??

**Beitrag von „dacula“ vom 4. Juli 2011 20:35**

Hallo,

ich werde mit meiner 7. Klasse Waffeln machen und dazu wollten die lieben Kleinen Kaffee trinken! Ich war total schockiert, angeblich dürfen sie das zu Hause. Abgesehen davon, dass es bei mir nicht in Frage kommt, dass sie Kaffee trinken, egal was sie zu Hause so gewöhnt sind, frage ich mich, ob das denn normal ist, dass 13 jährige Kaffee trinken. Also meine Tochter ist 12 und ich denke sie ist noch seeeeeeeehr weit davon entfernt Kaffee zu trinken. Ich würde ihr das auf keinen Fall erlauben, vielleicht mit 16... Was meinst ihr? Bin ich zu streng?

---

**Beitrag von „Moebius“ vom 4. Juli 2011 21:15**

In der Schule würde ich beim Frühstück mit 13jährigen nicht unbedingt Kaffee anbieten. Meinen eigenen Kindern das erst mit 16 zu erlauben halte ich aber auch für überzogen. Ich glaube ich selbst trinke ungefähr seit meinem 10. Lebensjahr Kaffee, wenn auch die ersten paar Jahre mit 50% Milch.

Die meisten schädlichen Eigenschaften, die man Kaffee nachsagt, sind wissenschaftlich heute nicht mehr haltbar.

---

**Beitrag von „Linna“ vom 4. Juli 2011 21:30**

also, in der schule würde ich das auch keinesfalls machen.

wie es beim eigenen kind so wird... mal sehen, was in 11 jahren ist 😄 . die erzieherin in der spielgruppe fragt meinen sohnemann im scherz morgens (wenn er sich erst mal ins bällebad setzt und nur stiert) manchmal, ob er einen kaffee möchte. wenn ich mir vorstelle, der kommt in die pubertät und ist so gar nicht aus dem bett zu bekommen...wir unterhalten uns dann noch mal.

---

### **Beitrag von „Piksieben“ vom 4. Juli 2011 22:18**

Ich habe mich das auch gefragt, als mein Sohn anfang, Kaffee zu trinken. Merkwürdigerweise macht man sich dabei ja mehr Gedanken als bei Cola. Da spukt wohl noch der alte Kanon in den Köpfen: C-A-F-F-E-E trink nicht so viel Kaffee, nicht für Kinder ist der Türkentrunk, schwächt die Nerven macht dich blass und krank ...

Was heißt schon "streng"? Viele Kinder mögen doch keinen Kaffee, und viele vertragen ihn sicher auch nicht gut. Aber wenn man ihn mit 13 mag und verträgt - warum nicht?

Unser Sohn trank ihn auch mit ungefähr 13 - und mit viel, viel Milch.

In der Schule könntest du doch Malzkaffee reichen. Mir wäre es mit echtem Kaffee auch zu heikel. Ich vertrage den ja selbst nicht, und dabei bin ich schon steinalt 😊

---

### **Beitrag von „leppy“ vom 5. Juli 2011 08:44**

Ich selber hab mit ca. 14 angefangen Kaffee zu trinken. Viele in meiner Klasse haben damals aber vorher schon angefangen täglich welchen zu trinken. Ich denke, es ist so das Beginner-Alter.

Würde auch Getreidekaffee anbieten, eventuell noch koffeinfreien Kaffee, aber keinen "richtigen".

Gruß leppy

---

### **Beitrag von „Melosine“ vom 5. Juli 2011 09:20**

Mein Sohn ist 14 und meint auch immer mal wieder, er müsse Kaffee trinken wollen. Gibt es aber nicht. Ich würd mal nicht alles glauben, was dir die Kids erzählen. 😊 Ich höre auch immer, was die anderen alles dürfen. Stimmt aber nur bedingt.

Als Mutter wäre ich etwas... verärgert, wenn den Kindern in der Schule Kaffee gegeben würde, während ich darauf achte, dass er keinen trinkt.

---

## Beitrag von „Piksieben“ vom 5. Juli 2011 17:28

Melosine, warum darf dein Sohn keinen Kaffee trinken?

---

## Beitrag von „dacia“ vom 5. Juli 2011 23:48

ich bin echt sehr erstaunt, dass das Einstiegsalter 13/14 sein soll. Ich wollte am Ende des Schuljahres mit meiner 9 frühstücken und eigentlich wollte ich da auch nur Tee trinken:-). na ja, also in der 7 gibts auf gar keinen Fall Kaffee, die Schüler sollen mich für altmodisch, spießig usw halten, egal.

In der 9 na ja... jetzt, nach all diesen Beiträgen bin ich doch etwas verunsichert... Oder es gibt einfach nur Saft und fertig:-). Ich habe vor 2 Jahren mit der jetzigen 9 die damals ja 7 war gefrühstückt und da war Kaffee überhaupt noch kein Thema.

---

## Beitrag von „Melosine“ vom 6. Juli 2011 09:36

[Zitat von Piksieben](#)

Melosine, warum darf dein Sohn keinen Kaffee trinken?

Meinst du die Frage ernst?

Wenn ja: z.B. weil Kaffee nicht besonders gesund ist, abhängig macht, er eh schon Cola in sich reinschüttet, wenn ich nicht dabei bin und ich nicht will, dass er (jetzt schon) den Koffeinkick braucht.

---

## Beitrag von „silja“ vom 6. Juli 2011 10:16

Meine beiden Kinder haben in dem Alter noch keinen Kaffee getrunken, hatten auch gar nicht den Wunsch. Und wenn sie Kaffee hätten trinken wollen, hätte ich ihnen das auch verboten. Auf

keinen Fall wäre ich damit einverstanden gewesen, wenn sie in der Schule Kaffee angeboten bekämen.

Gruß  
silja

---

### **Beitrag von „Moebius“ vom 6. Juli 2011 12:29**

#### Zitat von Melosine

Meinst du die Frage ernst?

Wenn ja: z.B. weil Kaffee nicht besonders gesund ist..

Wie oben schon mal geschrieben: das ist ein heute weitgehend widerlegtes Vorurteil. Wenn keine gesundheitliche Prädisposition zu einer Unverträglichkeit bestimmter Inhaltsstoffe besteht, ist Kaffee in normalen Maßen gesundheitlich nicht bedenklich. Der einzige belegte Nachteil von Kaffee ist, dass sich der Körper bei starkem regelmäßigen Konsum daran gewöhnt und manche Personen bei vollständigem "Entzug" dann mit Kopfschmerzen reagieren.

---

### **Beitrag von „Nafets“ vom 6. Juli 2011 13:40**

Ehrlich gesagt finde ich den Cola-Konsum da weitaus bedenklicher als die gelegentliche Tasse Kaffee.

Edit: Den Konsum anderer "Süßgetränke" übrigens auch.

---

### **Beitrag von „neleabels“ vom 6. Juli 2011 16:36**

(In eigener Erinnerung nachforsch...)

Ich habe schon ziemlich früh Kaffee getrunken - ich denke, schon in der 7. Klasse, da musste ich immer schon um sieben in den Bus zur Schule einsteigen und war müde. Und das war 1981, als man Kaffee noch für giftig hielt. 😊

Nele

---

### Beitrag von „Piksieben“ vom 6. Juli 2011 16:46

#### Zitat von Nafets

Ehrlich gesagt finde ich den Cola-Konsum da weitaus bedenklicher als die gelegentliche Tasse Kaffee.

Edit: Den Konsum anderer "Süßgetränke" übrigens auch.

Find ich nämlich auch. Wenn ich schon die riesigen Pullen Cola und Eistee sehe, die die Schüler so mit sich rumschleppen, schüttelt es mich. Da sind eine Tasse Milchkaffee und ein Mineralwasser sicher die bessere Wahl.

Mal abgesehen davon finde ich es irgendwie albern, ein Getränk zu verbieten, das nicht verboten ist (so wie Alkohol). In jeder Bäckerei können die Jungs sich einen Kaffee holen. Die Eltern trinken in der Regel auch Kaffee, und in Maßen ist nun wirklich nichts dabei.

---

### Beitrag von „\*Eichhoernchen\*“ vom 6. Juli 2011 18:12

Ich glaube es wird einfach früher, weil es jetzt chick ist mit nem Kaffee to go durch die Gegend zu rennen. Es geht da glaube ich weniger um den richtigen Filterkaffee als um Capuccino, Cafelatte etc.

---

### Beitrag von „Melosine“ vom 6. Juli 2011 18:15

Aus diesem Grund gibt's bei uns auch keine Cola in rauen Mengen. Nur, wenn er mit seinen Freunden unterwegs ist, trinkt er natürlich doch viel davon.

Ich finde es durchaus ok, zu Hause Zeichen zu setzen, dass das Trinken von koffeinhaltigen Getränken nicht regelmäßig und in großen Mengen erfolgen sollte. Koffein ist eine "Droge" und der Körper gewöhnt sich dran. Was soll daran gut sein? Warum soll ich meinen Sohn Kaffee trinken lassen?

[http://www.sucht-ar.ch/pdf\\_popups/koffein.pdf](http://www.sucht-ar.ch/pdf_popups/koffein.pdf)

---

### **Beitrag von „Piksieben“ vom 6. Juli 2011 18:43**

Man wird sich doch noch wundern dürfen 🙄

Man muss das natürlich nicht gut finden, aber gleich verbieten und "Zeichen setzen", so lange überhaupt keine Gefahr besteht?

Mein Sohn z. B. trinkt maximal 2 Tassen Kaffee am Tag, meistens sogar gar keine, und Cola in Maßen, er will ja nicht dick werden. Ich bin noch nie auf die Idee gekommen, darum irgendein Gewese zu machen. Außer halt als er 13 war, da habe ich auch mal in einem Forum rumgefragt und danach war das Thema durch.

---

### **Beitrag von „Ruhe“ vom 6. Juli 2011 19:01**

Ein ehemaliger Schüler von mir hat auf seiner Abschlussfahrt in der 10.Klasse mal einen riesigen Koffer dabei. Am Zielort holte er dann eine Kaffeemaschine(so eine "normale" frü 10 Tassen wie im Lehrerzimmer) raus. Ich staunte nicht schlecht. Er gab an, dass er morgens anständigen Kaffee brauche. er könne ja nicht wissen, wie der in der Jugendherberge sei.

Ich selbst habe erst im Ref. anfangen Kaffee zu trinken.

---

### **Beitrag von „Melosine“ vom 6. Juli 2011 20:57**

Man muss das ja auch nicht so hochkochen, piksieben. Wenn ich meinem Sohn diesen Thread zeige, wird er sich sicher freuen... 😊 Ich möchte es einfach nicht und habe gute Gründe dafür, wenn sich das besser anhört als "Zeichen setzen". Deswegen würd eich es auch nicht toll finden, wenn es in der Schule Kaffee gibt. Das war die Antwort zur Ausgangsfrage.

Ruhe: 😊

---

### **Beitrag von „Shadow“ vom 6. Juli 2011 21:33**

Kaffee bei 13jährigen in der Schule geht meiner Meinung nach GAR NICHT.  
Ebenso wenig würde ich meinem Kind erlauben, in diesem Alter Kaffee zu trinken.  
Und wenn ich höre, dass Kinder im Grundschulalter schon Kaffee von ihren Eltern bekommen...



Klar, Unmengen Cola, Eistee etc sind auch nicht gut. Das gäbe es bei meinen Kindern auch nicht, nur zu besonderen Anlässen.

Da wär ich auch hart.

---

### **Beitrag von „Friesin“ vom 6. Juli 2011 21:50**

Ich würde Kaffee in der Schule ebenfalls nicht anbieten, und wenn die Kinder ihn noch so oft daheim bekommen.

Allerdings habe ich auch meinen eigenen Kindern keinen Kaffee mit 13 angeboten, übrigens auch keine Cola/Eistee oder gar Alkohol. Ersteres bekamen sie zu Hause nur an Geburtstagen. Freilich haben sie Cola auch bei Bekannten mal getrunken, doch es war die Ausnahme. Sie trinken es heute noch sehr selten, das gleiche gilt teilweise für Kaffee. Und meine Kinder sind erwachsen mittlerweile 😊

---

### **Beitrag von „SteffdA“ vom 7. Juli 2011 01:44**

Zitat

Koffein ist eine "Droge" ...

Droge = getrocknete Pflanzenteile [hier bei "Wortherkunft"](#)

Viel Spaß mit dem Pfefferminztee 😎

---

### **Beitrag von „Melosine“ vom 7. Juli 2011 09:46**

😞 Typische Lehrerantwort, Steff. Und so unnötig... Hab das Wort ja nicht umsonst in Anführungszeichen gesetzt.

Schöne Ferien dann noch! 😊

---

### **Beitrag von „simsalabim“ vom 7. Juli 2011 12:53**

Ich hab mal überlegt, aber mir fällt nicht ein, ab welchem Alter ich Kaffee getrunken habe!

Ich stimme Melo zu, die Kinder erzählen viel, wenn der Tag lang ist. Das muss nicht alles stimmen. Beim Frühstück in der Schule gibts genug Möglichkeiten, was man ausweichend trinken kann. Was daheim passiert in Bezug auf Kaffee interessiert mich als Lehrer nicht.

---

### **Beitrag von „Dalyna“ vom 9. Juli 2011 11:42**

Ich glaub, ich war 13 und blieb immer bei Milchkaffee mit viel Milch. Bei meinen 10ern und in der Oberstufe hab ich da kein Getöse gemacht, in der 8 gab es beim gemeinsamen Frühstück keinen Kaffee, war aber auch nie Thema.

---

### **Beitrag von „Chayenne“ vom 9. Juli 2011 21:17**



Echt interessant die Diskussion. Wenn ich mir denke dass ich den ersten Kaffee meines Lebens mit 14 von einer Lehrerin (allerdings privat daheim) bekam. Natürlich mit äußerst viel Milch. Hab dann hin und wieder Milch mit Kaffee getrunken. Erst so ab der 10. glaub ich hab ich dann richtig Kaffee getrunken.

In unserem Kollegstufenzimmer damals hatten wir natürlich eine Kaffeemaschine, aber in dem normalen Aufenthaltsraum wurde, als ich in der Kollegstufe war, ein Kaffeeautomat angeschafft. Zugänglich für ALLE Schüler. Also rein theoretisch hätten sich auch die Kleinen aus der 5. bedienen können. Und da gab es überhaupt keine Probleme. Auch nicht Seitens der Eltern. Und diese Schule war in einem guten Viertel. Also auch mit Mädchen (war ne Mädchenschule) wo sich die Eltern auch wirklich interessieren was ihre Kinder tun.

Meine Mama fand des auch gar ned schlimm als ich mit Kaffee angefangen hab. Sie hat sogar extra den Kaffee gekauft den es da bei meiner Lehrerin gab, weil ich meinte der schmeckt. Und auch die ganze Cola Geschichte. Ich find das alles sowieso übertrieben. Bei uns daheim gabs früher (und damit mein ich so als ich so ca. 5-9 war) nur Fanta und Cola. Ich hab immer Cola getrunken. Und soweit ich mich erinnere auch in Mengen. Abgelöst wurde das dann durch Apfelschorle (besser beim Sport) und Eistee.

Klar, diese Zuckergetränke befürworte ich jetzt auch nicht per se. Aber wenn sie den ganzen Tag nicht mit Schokoriegeln und Pommes gepaart werden... Ich werd meinem Kind zwar später auch eher Wasser anbieten, aber verbieten werd ich ihm das andere sicher nicht. Hab das als Kind schon nicht verstanden warum die anderen keine Cola dürfen und das bei mir Standardgetränk ist. Und ganz ehrlich, geschadet hats mir nicht. Weder das Cola noch der Kaffee. Ich glaub hätt mir meine Mama das immer verboten wär ich erst recht im Teenie-Alter immer zu McDonalds und Co. gegangen und hätt das getrunken.

Auf Cola schlaf ich mittlerweile sogar ein. Wenn ich ned schlafen kann, ein Schluck Cola und ich penn weg. Und das is viel besser als irgendwelche Tabletten 😄

Fazit: Ich würd Kaffee als Lehrer bei einem gemeinsamen Frühstück mit der Klasse auch nicht anbieten. Dennoch muss man bei allem auch nicht so übervorsichtig sein. Also im Nicht-Lehrerleben. Es gibt im Endeffekt so viel was nicht gut is. Ob Essen oder Trinken oder sonstiges. Nicht immer gleich so Panik schieben.

(Sorry, hab heut erst wieder "Nuhr die Ruhe" von Dieter Nuhr gesehen. Und ich find einfach er hat Recht. Nicht immer gleich in Panik verfallen)

---

## Beitrag von „Suiram“ vom 11. Juli 2011 23:29


Ich habe mi 13 auch schon Kaffee getrunken udn schon früher Espresso und es hat mir auch nicht geschadet. Ich denke, bei Alkohol und Zigaretten sollte es in der Schule aufhören, egal welche Klasse, aber Kaffee ist ja wohl kein Problem. Das kann man mit 13 schon gut selber

entscheiden.

---

### **Beitrag von „Bohnenkraut“ vom 11. Juli 2011 23:47**

Hallo zusammen,

vielleicht kommt man ganz einfach um diese Diskussion herum, indem man (für sich selbst ) eine Kanne Kaffee auf den Tisch stellt. Sollten sich tatsächlich ein oder zwei Schüler bedienen, wird es sie nicht umbringen. Wenn die Kanne alle ist, dann ist es so. Als Alternative sollten Limo, Saft und (guter) Eistee auf dem Tisch stehen. Die Coladiskussion ist wirklich alt wie Steinkohle. Wir sind nicht die Retter der Welt sondern "nur" Lehrer. Ich würde versuchen, dem ganzen keine große Bedeutung beizumessen.