

## Höheres Alkohol-Mindestalter verbessert Lernen und Psyche

**Eine Studie der Universität Zürich zeigt anhand spanischer Reformen, dass Jugendliche deutlich weniger Alkohol trinken, wenn das Mindestalter für Alkoholkonsum erhöht wird. Der rückläufige Konsum führt zugleich zu besseren schulischen Leistungen und einer stabileren psychischen Gesundheit - Erkenntnisse, die auch für die Schweiz relevant sein könnten.**

Trotz eines rückläufigen Trends ist Alkoholkonsum unter europäischen Teenagern im internationalen Vergleich weiterhin auffallend hoch: Fast die Hälfte der 15- bis 16-Jährigen gibt in der Europäischen Schulbefragung an, im vergangenen Monat Alkohol konsumiert zu haben, und rund 30 Prozent berichten von exzessivem Trinken. Nun zeigt eine neue Studie von Carmen Villa, Assistenzprofessorin am Department of Economics der Universität Zürich, dass die Anhebung des Mindestalters für den Alkoholkonsum von 16 auf 18 Jahre die schulischen Leistungen und die psychische Gesundheit von Jugendlichen deutlich verbessern kann.

### **Umfangreiche Analyse spanischer Alkoholreformen**

Carmen Villa und Co-Autor Manuel Bagués von der University of Warwick untersuchten vier spanische Regionen, die in den letzten zwanzig Jahren ihre Alkoholgesetze verschärft haben. Diese Reformen umfassten in der Regel ein höheres Mindestalter für den Konsum, strengere Verkaufsregeln und neue Werbevorgaben. Da die Reformen in unterschiedlichen Regionen und zu unterschiedlichen Zeitpunkten eingeführt wurden, konnten die Forschenden das Verhalten von Jugendlichen vor und nach den Änderungen vergleichen. Grundlage der Analyse waren Daten von rund 250'000 Schüler:innen, 180'000 PISA-Teilnehmenden und 600'000 Personen aus der Volkszählung 2021.

### **Weniger Alkohol, mehr Lernerfolg**

Nach einer Verschärfung der Alkoholgesetze sank die Wahrscheinlichkeit, dass sich Jugendliche im Alter von 14 bis 17 Jahren im Vormonat betrunken haben, um 7 bis 17 Prozent und das Rauschtrinken ging um 14 Prozent zurück. «Diese Effekte traten sowohl in den Selbstauskünften als auch in den Angaben zum Trinkverhalten von Freund:innen auf, was auf tatsächliche Verhaltensänderungen hindeutet», erklärt Carmen Villa.

Der Rückgang von Rauschtrinken und Alkoholvergiftungen führte zudem zu erheblichen Bildungsgewinnen: Schüler:innen, für die ein höheres Mindestalter für den Alkoholkonsum galt, erzielten bei den PISA-Prüfungen um 4 Prozent bessere Ergebnisse. Dies entspricht etwa zwei zusätzlichen Monaten Schulbildung. Diese Verbesserung deckt sich mit Erkenntnissen der medizinischen Fachliteratur. Demnach beeinträchtigt Alkohol die kognitive Entwicklung während der Adoleszenz, einer Lebensphase, in der das Gehirn besonders empfindlich auf seine Wirkungen reagiert.

### **Bessere psychische Gesundheit**

Auch die psychische Gesundheit verbesserte sich in jenen Regionen, in denen das gesetzliche Mindestalter für Alkoholkonsum angehoben wurde. Die Wahrscheinlichkeit, dass Jugendliche

Medikamente gegen Angstzustände und Schlaflosigkeit einnahmen, war um 10 Prozent geringer. «Unsere Ergebnisse weisen auf einen kausalen Zusammenhang zwischen Alkoholkonsum und psychischer Gesundheit hin und decken sich mit bestehenden medizinischen Erkenntnissen», sagt Villa. Bemerkenswert ist, dass diese Vorteile ohne Veränderungen anderer Verhaltensweisen eintraten. Die Zeit, die die Jugendlichen für Lernen, soziale Aktivitäten, Internetnutzung oder Sport aufwandten, blieb unverändert. Ebenso ersetzten sie Alkohol nicht durch andere Substanzen wie Cannabis oder Zigaretten. «Dieses Muster deutet darauf hin, dass die beobachteten akademischen Verbesserungen direkt auf die neurokognitiven Effekte von Alkohol zurückzuführen sind und nicht auf indirekte Veränderungen des Lebensstils», so Villa.

### **Potenzial für die Schweiz**

Die Studienergebnisse sind auch für die Schweiz von Bedeutung, in der 16-Jährige legal Bier und Wein konsumieren dürfen und die Trinkquote unter Jugendlichen über dem EU-Durchschnitt liegt. Die Befunde aus Spanien legen nahe, dass strengere Altersgrenzen pädagogische Vorteile haben könnten. «Eine Erhöhung des Mindestalters für den Alkoholkonsum ist ein kosteneffizientes Instrument, um die kognitive Entwicklung von Jugendlichen zu fördern», sagt Villa.

### **Literatur:**

Manuel Bagues, Carmen Villa. Minimum legal drinking age and educational outcomes. Journal of Health Economics. December 2025. DOI: [10.1016/j.jhealeco.2025.103078](https://doi.org/10.1016/j.jhealeco.2025.103078)