

Pausenlos gesund Unterrichtsmaterial

Cannabis und Sucht

Kopiervorlagen für die Sekundarstufe I

Inhalt:

Informationen für Lehrkräfte

Einführung

Cannabis als Nutzpflanze

Cannabis – was passiert im Gehirn?

Cannabis als Suchtmittel

Material für Lehrkräfte



Pausenlos gesund Unterrichtsmaterial

Cannabis und Sucht

Informationen für Lehrkräfte



Unterrichtsmaterial zum Thema Cannabis und Sucht

Fächer

Biologie, Naturwissenschaften, Ethik, Sozialwesen, Natur und Technik, Gemeinschaftskunde

Klassenstufen

7–10

Fachbegriffe

Droge, Suchtmittel, Sucht, körperliche/seelische Abhängigkeit (physisch, psychisch), legal, illegal, Legalisierung, stoff(un)gebundene Sucht, Nervensystem, Bindungsstelle (Rezeptor), Dopamin, Hormon, Belohnungszentrum, Botenstoff, Missbrauch, Cannabis, THC, CBN, CBD, Nervenzelle, Konsum, Großhirn, Zwischenhirn, Toleranz, Cannabis sativa

Erklärung der Symbole



Einzelarbeitsblatt:

- Das Arbeitsblatt ist unabhängig einsetzbar.
- Es kann auch als Hausaufgabe oder für Vertretungsstunden genutzt werden.
- Für die Bearbeitung werden ca. 20 Min. veranschlagt.



Team-Arbeitsblatt:

- Dieses Arbeitsblatt kann mitunter erst nach Bearbeitung der Einzelarbeitsblätter gelöst werden.
- Der Anspruch in den Kompetenzen und in der Zusammenarbeit ist höher als bei Einzelarbeitsblättern.



Lösungsblatt:

- Lösungsblätter enthalten die korrekten Antworten oder Musterlösungen.



Informationen für Lehrkräfte:

- Sie beschreiben das Ziel des vorliegenden Materials sowie die fachlichen Grundlagen und geben Hinweise für den Einsatz im Unterricht.



Material für Lehrkräfte:

- Dies enthält zusätzliche Materialien für die Gestaltung von Unterrichtseinheiten, z. B. Bildkarten.

Einführung

Anliegen des vorliegenden Materials ist die Vermittlung von Informationen über das Thema Sucht allgemein und Cannabis im Speziellen. Ein Schwerpunkt liegt auf der angemessenen Darstellung der Risiken des Cannabiskonsums. Schülerinnen und Schüler sollen zum eigenverantwortlichen Handeln befähigt werden und eine eigene Haltung zum Konsum von Cannabis entwickeln. Insgesamt geht es darum, einen verantwortungsvollen Umgang mit Suchtmitteln zu fördern. Die Darstellung enthält auch Aspekte der Nutzung der Pflanze Cannabis sativa im Sinne einer Nutz- und Heilpflanze. Zudem soll die Sichtweise von Sucht als behandlungsbedürftiger Krankheit zu einer Entstigmatisierung Betroffener beitragen, da Hilfs- und Beratungsangebote vielfach nicht oder erst nach jahrelangem Konsum in Anspruch genommen werden.

Ob Zigaretten, Alkohol oder Cannabis: Viele Jugendliche kommen mit Drogen, wie z. B. Cannabis, in Berührung. Bislang waren Besitz und privater Eigenanbau jedoch illegal in Deutschland. Mit dem Inkrafttreten des Cannabisgesetzes (kurz: CanG) erfolgte am 01. April 2024 nun die Teillegalisierung. Für Minderjährige sind Erwerb, Besitz, Konsum und Anbau weiterhin verboten. Doch auch schon vor der Legalisierung galt Cannabis bei Jugendlichen als eines der am häufigsten konsumierten Rauschmittel. Dies unterstreicht die Relevanz einer cannabisbezogenen Aufklärungs- und Präventionsarbeit.

Darüber hinaus thematisiert das Material die Entstehung einer Sucht. Hier sollen Schülerinnen und Schüler erkennen, dass viele Faktoren zur Entstehung einer Sucht beitragen. Verläufe sowie Risiken sind individuell. Auch folgt die Entstehung einer Sucht keinem Determinismus, d. h., Risikofaktoren führen nicht zwangsläufig zu Abhängigkeit. Gleichzeitig stellen einige Aspekte auch Schutzfaktoren und Unterstützung beim Weg aus der Abhängigkeit dar, zum Beispiel das soziale Umfeld und die Familie.

Das ergänzende Material für die Lehrkraft kann als Einstieg in Diskussionsrunden, für die Wiederholung und Konsolidierung des Wissens oder Vertiefung spezifischer Aspekte oder auch zum Abschluss der Lehrinheit eingesetzt werden.





Inhalt und Erläuterungen

1. Einführung in das Thema Sucht

Sucht – was ist das eigentlich?



Lernziele & Kompetenzen:

Die Schülerinnen und Schüler können die Merkmale von Sucht/Abhängigkeit beschreiben. Sie können stoffgebundene und stoffungebundene Süchte nennen und erläutern.

Hinweis:

Die Mindmap kann auch in Ergänzung zur Bearbeitung der Lehrbuchinhalte oder als Hausaufgabe aufgegeben werden, um die Lerninhalte zu konsolidieren. Zudem eignet sie sich als Grundlage für Kurzvorträge und lässt sich um weitere Aspekte ergänzen.

2. Cannabis als Nutzpflanze

Cannabis sativa als Nutzpflanze



Lernziele & Kompetenzen:

Die Schülerinnen und Schüler können die Verwendung von Cannabis sativa L. als Nutz- und Heilpflanze beschreiben. Sie lernen den Verbreitungsweg der Pflanze kennen. Die Schülerinnen und Schüler wiederholen die Organe der Pflanze. Sie lernen die drei zentralen Wirkstoffe der Pflanze Cannabis sativa L. sowie deren Wirkung kennen.

3. Cannabis – was passiert im Gehirn

Cannabis – was passiert im Gehirn?



Nervensystem im Un-/Gleichgewicht



Lernziele & Kompetenzen:

Die Schülerinnen und Schüler lernen die Wirkorte (Hirnstrukturen) und Wirkung von THC im Gehirn kennen. Sie beschreiben die Wirkung körpereigener Botenstoffe wie auch von THC bei der Aufrechterhaltung des Gleichgewichts im Nervensystem. Die Schülerinnen und Schüler lernen die Aufgabe der Blut-Hirn-Schranke kennen und stellen diese in Bezug zur Wirkung von Suchtmitteln.

Hinweis:

Im Unterrichtsgespräch lassen sich der evolutionäre Nutzen des Belohnungszentrums sowie der Zusammenhang mit dem Lernen herausstellen. Eine belohnende Handlung, z. B. nahr- und schmackhaftes Essen gefunden zu haben, führt dazu, dass wir uns gut fühlen und dies wiederholen wollen. Dazu wird das Erlebnis als Erinnerung gespeichert. Dies sichert das Überleben, kann aber eben auch die Entstehung einer Sucht begünstigen.



Inhalt und Erläuterungen

4. Cannabis als Suchtmittel

Cannabis als Suchtmittel



Cannabis – Langzeitfolgen



Lernziele & Kompetenzen:

Die Schülerinnen und Schüler lernen die Verbreitung und Konsumhäufigkeit von Cannabis kennen und stellen diese grafisch dar. Sie erkennen allgemeine Einflussfaktoren auf die Entstehung von Sucht. Die Schülerinnen und Schüler beschreiben die Veränderung des THC-Gehalts von Cannabis über die Zeit und die daraus resultierenden Folgen für die Wirkung. Die Schülerinnen und Schüler erfassen erwünschte und unerwünschte Wirkungen sowie langfristige Folgen des Cannabiskonsums. Sie setzen sich kritisch mit typischen Aussagen zum Cannabiskonsum auseinander.

Hinweis:

Im Unterrichtsgespräch bietet es sich an, die Einflussfaktoren auf die Entstehung einer Sucht mit Beispielen zu veranschaulichen. Auch die Tafeldarstellung als Suchtdreieck sowie der Einsatz von Wortkarten, die den Faktoren (Droge/Suchtmittel, Person, Umwelt) zugeordnet werden, ist möglich (siehe dazu: Material für die Lehrkräfte). Hier gilt es herauszustellen, dass es sich bei den Faktoren einerseits um Risikofaktoren handelt, diese aber auch als Schutzfaktoren wirken (z. B. Unterstützung durch das soziale Umfeld). Schülerinnen und Schüler sollen erkennen, dass nicht allein das Suchtpotential der Droge oder eine genetische Prädisposition zur Abhängigkeit führt. Vielmehr trägt eine Vielzahl von Aspekten dazu bei. Einige Aspekte sind zudem veränderbar: Schülerinnen und Schüler können durch Erfolgserlebnisse im Sport oder in der Freizeit ihr Selbstwertgefühl steigern; durch Sozialkompetenztrainings lassen sich soziale Beziehungen verbessern.

Das Puzzle zu den Langzeitfolgen des Konsums eröffnet die Möglichkeit zur Selbstkontrolle. Es ist in entsprechender Anzahl der Teams doppelseitig zu kopieren und auszuschneiden.

Im Unterrichtsgespräch bietet es sich auch an zu thematisieren, warum bspw. eindeutige Zusammenhänge zwischen Cannabiskonsum und der Entstehung von Psychosen oder Einflüsse in der Schwangerschaft nicht ohne Weiteres auszumachen sind. Hier wäre ein geeigneter Raum für ethische Aspekte der Forschung (z. B. Forschung an Schwangeren) und die Frage, wie Forschung funktioniert (Experimente vs. Befragungen; wie viele Menschen befragt man?). An dieser Stelle ist der Rückgriff auf das Suchtdreieck und die vielen verschiedenen Einflussfaktoren bei Entstehung einer Sucht nützlich.



Zusätzliche Materialien und Ideen für den Unterricht

Memory oder Glückstopf

Hier werden zentrale Begriffe des Themas kurz erklärt. Das Spiel bietet sich als Memory zur Wiederholung und Konsolidierung der Lerninhalte an, bspw. in der Freiarbeit. Darüber hinaus können die Wortkarten für die „Glückstopf“-Methode zur Aktivierung des Vorwissens oder zur Wiederholung verwendet werden. Dies unterstützt das kontinuierliche Lernen der Schülerinnen und Schüler. Sie erkennen Lernlücken und üben ihr Wissen prägnant zu formulieren. Für den Glückstopf werden nur die fettgedruckten Begriffe ausgeschnitten, zusammengefasst und in einen Behälter (z. B. Stoffbeutel, Schatztruhe) gelegt. Reihum zieht jede/r Schüler/in einen Zettel und erklärt den jeweiligen Begriff. Die anderen dürfen dabei helfen und Ergänzungen einbringen.

Placemat

Placemat ist eine Methode, bei der sich Schülerinnen und Schüler schriftlich austauschen. Ziel ist es, Argumente, Meinungen oder Ideen zu einem Thema zu sammeln. Dazu wird die Klasse in Gruppen von drei bis fünf Lernenden eingeteilt und an einem Gruppentisch platziert. Gruppenmitglieder kommentieren die schriftlichen Aussagen der Lernenden. So entsteht eine Sammlung von Argumenten und die Lernenden werden zu einem intensiven Austausch angeregt. Es bietet sich an, die Vorlagen auf A3-Papier zu kopieren. Jeder Lernende hat ein Schreibfeld vor sich, um dort Gedanken (stichpunktartig) einzutragen. Dabei herrscht Stille. Die Schreibzeit sollte max. zehn Min. betragen, lässt sich aber verkürzen. Dann rutschen die Lernenden einen Stuhl weiter und ergänzen oder kommentieren die Beiträge der anderen Schülerinnen und Schüler mit einem andersfarbigen Stift. Das Schreiben endet, wenn die Ausgangsposition erreicht ist. Dann lesen die Lernenden die Beiträge der anderen und diskutieren darüber.

Die Gruppe einigt sich auf ein Gruppenergebnis und trägt dieses in das Feld in der Mitte ein. Die Ergebnisse können dann vorgestellt und zwischen den Gruppen verglichen oder diskutiert werden. Je nach Alter und Zusammensetzung der Gruppen kann es erforderlich sein, die Diskussion im Plenum zu moderieren, Ergebnisse zusammenzutragen und gemeinsam an der Tafel/dem Smartboard festzuhalten.

Mögliche Themen für das Placemat finden sich bspw. im Material „Cannabis – Langzeitfolgen“, sind jedoch grundsätzlich frei wählbar. Beispiele sind: „Alkohol ist gefährlicher als Cannabis“, „Cannabis macht nicht süchtig“, „Cannabis ist total gefährlich“. Die Themen können auch aus vorherigen Gesprächen und Meinungsäußerungen der Schülerinnen und Schüler abgeleitet werden, bspw. aus einem Meinungsbild. Placemat kann hier den Abschluss der Unterrichtseinheit bilden, wobei die Lernenden mit ihren Eingangsaussagen konfrontiert werden und anhand ihres erworbenen Wissens u. U. eine differenziertere Meinung entwickelt haben. Gleichmaßen kann das Placemat am Beginn der Unterrichtseinheit stehen, um Meinungen zu erfassen, die in einem abschließenden Unterrichtsgespräch nach der Unterrichtseinheit reflektiert werden.



Zusätzliche Materialien und Ideen für den Unterricht

Was nehme ich mit?

Angelehnt an die Methode des Fünf-Finger-Feedbacks geht es darum, die Schülerinnen und Schüler zum Nachdenken darüber zu bringen, was ihnen an der Unterrichtseinheit (nicht) gefallen hat, was sie überrascht hat, was sie mitnehmen und worüber die gern mehr erfahren hätten. Zu den fünf verschiedenen Aussagen soll jeweils ein Satz in das Cannabisblatt geschrieben werden. Die Methode ist ideal, um die Unterrichtseinheit abzuschließen und die Inhalte zu rekapitulieren. Die Rückmeldungen der Schülerinnen und Schüler können in einem Unterrichtsgespräch münden.

Tafelkarten Suchtdreieck

Die Tafelkarten sind zum Ausdrucken und bei mehrfacher Verwendung zum Laminieren gedacht. Sie dienen dazu, das Suchtdreieck im Plenum zu besprechen und zu verdeutlichen, dass viele verschiedene Faktoren die Entstehung einer Sucht beeinflussen. Zudem lassen sich Beispiele ergänzen und so die Faktoren verdeutlichen. Die Begriffe des Suchtdreiecks können auch die Grundlage einer Mindmap bilden.

Aufstellung

Diese Methode bietet sich als Einstieg in die Unterrichtseinheit an, um Einstellungen der Schülerinnen und Schüler zum Konsum von Cannabis zu erfassen und ggf. zu diskutieren. Sie erfordert einigen Raum und sollte daher auf einem Flur oder auch draußen ausgeführt werden. Im Flur werden Wort- oder Symbolkarten auf einer Linie platziert, die so lang ist, dass sich alle Schülerinnen und Schüler darauf verteilen können. Beispiel: An einem Ende der Linie steht die Aussage „stimme zu“, Gegenpol „stimme nicht zu“ am anderen Ende. Als Bildkarten sind „Daumen hoch/ runter“ oder Smileys denkbar. Die Lehrkraft liest Aussagen vor, zu denen die Lernenden sich positionieren sollen.

Mögliche Aussagen:

- „Cannabis hilft beim Relaxen/Abschalten/Entspannen.“
- „Cannabis bewirkt, dass man sich gut fühlt.“
- „Cannabis macht kreativer.“
- „Cannabis bewirkt, dass man Spaß hat.“
- „Viele Leute kiffen.“
- „Man kann dem Kiffen kaum entgehen.“
- „Es ist manchmal schwer, Nein zu sagen.“
- „Meine Freunde/Familie sind gegen Cannabis.“
- „Die Meinung meiner Freunde/Familie ist mir wichtig.“
- „Cannabis hilft, wenn man schlecht drauf ist.“
- „Kiffen ist Belohnung.“
- „Wenn man kiffet, kommt man besser mit anderen klar.“
- „Wenn man kiffet, fühlt man sich nicht so allein.“



Quellen und weiterführende Literatur

Behrendt K, Backmund M, Reimer J, Hrsg. Drogenabhängigkeit (Suchtmedizinische Reihe Band 4). 6. Auflage, Juli 2021. Hamm: Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen e. V; 2021.

Berking, M. & Rief, W., Hrsg. Klinische Psychologie und Psychotherapie für Bachelor: Band 1: Grundlagen und Störungswissen. Berlin: Springer; 2012.

Bernardi P, Böddicker N, Brinkmann E, Hauch H, Malzkorn B, Reidt E et al. Methodensammlung für Dozierende der Heinrich-Heine-Universität Düsseldorf: Heinrich Heine Universität Düsseldorf; 2021. Verfügbar unter: <https://www.sell.hhu.de/fileadmin/redaktion/Lehre/Hochschuldidaktik/Downloads/Methodensammlung2021.pdf> [03.02.2023].

Birbaumer N-P, Schmidt RF. Biologische Psychologie. 7., überarbeitete und ergänzte Auflage, Sonderausgabe. Heidelberg: Springer; 2010.

Bonini SA, Premoli M, Tambaro S, Kumar A, Maccarinelli G, Memo M et al. Cannabis sativa: A comprehensive ethnopharmacological review of a medicinal plant with a long history. *J Ethnopharmacol* 2018; 227:300–15. doi: 10.1016/j.jep.2018.09.004.

Brandes R, Lang F, Schmidt RF, Hrsg. Physiologie des Menschen: Mit Pathophysiologie. 32. Auflage. Berlin: Springer; 2020.

Bundesministerium für Gesundheit. Fragen und Antworten zum Cannabisgesetz; 2024. Verfügbar unter: <https://www.bundesgesundheitsministerium.de/themen/cannabis/faq-cannabisgesetz.html>.

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, Hrsg. Cannabis: Materialien für die Suchtprävention in den Klassen 8-12. 1. Aufl. Köln; 2020.

Cascini, F., Aiello, C. & Di Tanna, G. L. Increasing Delta-9-Tetrahydrocannabinol Content on Herbal Cannabis Over Time: Systematic Review and Meta-Analysis. *Current Drug Abuse Reviews* 2012; (5):32–40. <https://doi.org/10.2174/1874473711205010032>.

Crini G, Lichtfouse E, Chanet G, Morin-Crini N. Applications of hemp in textiles, paper industry, insulation and building materials, horticulture, animal nutrition, food and beverages, nutraceuticals, cosmetics and hygiene, medicine, agrochemistry, energy production and environment: a review. *Environ Chem Lett* 2020; 18(5):1451–76. doi: 10.1007/s10311-020-01029-2.

Crocq M-A. History of cannabis and the endocannabinoid system. *Dialogues Clin Neurosci* 2020; 22(3):223–8. doi: 10.31887/DCNS.2020.22.3/mcrocq.

Fonseca BM, Rebelo I. Cannabis and Cannabinoids in Reproduction and Fertility: Where We Stand. *Reprod Sci* 2022; 29(9):2429–39. doi: 10.1007/s43032-021-00588-1.

Freeman TP, Groshkova T, Cunningham A, Sedefov R, Griffiths P, Lynskey MT. Increasing potency and price of cannabis in Europe, 2006-16. *Addiction* 2019; 114(6):1015–23. doi: 10.1111/add.14525.

Güntürkün O. Biologische Psychologie. 2., aktualisierte Auflage: Hogrefe; 2019.

Hanewinkel R, Hansen J, Neumann C, Petersen F. Präventionsradar - Kinder und Jugendgesundheit in Schulen: Ergebnisbericht Schuljahr 2021, 2021.

Hoch E, Friemel CM, Schneider M, Hrsg. Cannabis Potenzial und Risiko: Eine wissenschaftliche Bestandaufnahme. 1. Aufl. Heidelberg: Springer; 2019. Verfügbar unter: <https://www.bundesgesundheitsministerium.de/service/publikationen/details/cannabis-potenzial-und-risiken-capris.html> [22.08.23].

Hoyer J, Knappe S, Hrsg. Klinische Psychologie & Psychotherapie, 3., vollständig überarbeitete und erweiterte Auflage. Berlin, Heidelberg: Springer; 2021.

Jungaberle H, Majic T, Heyden M von, Hrsg. Handbuch Psychoaktive Substanzen. Berlin: Springer; 2018.

Kielholz P, Ladewig D. Die Abhängigkeit von Drogen. München: dtv; 1973.

Maggirwar SB, Khalsa JH. The Link between Cannabis Use, Immune System, and Viral Infections. *Viruses* 2021; 13(6). doi: 10.3390/v13061099.

Morales AM, Jones SA, Kliamovich D, Harman G, Nagel BJ. Identifying Early Risk Factors for Addiction Later in Life: A Review of Prospective Longitudinal Studies. *Curr Addict Rep* 2020; 7(1):89–98. doi: 10.1007/s40429-019-00282-y.

Mühling S. Sucht- und Substanzbezogene Störungen im Dorsch Lexikon der Psychologie; 2022. Verfügbar unter: <https://dorsch.hogrefe.com/stichwort/sucht-und-substanzbezogene-stoerungen> [17.08.2023].



Quellen und weiterführende Literatur

Nawi AM, Ismail R, Ibrahim F, Hassan MR, Manaf MRA, Amit N et al. Risk and protective factors of drug abuse among adolescents: a systematic review. *BMC Public Health* 2021; 21(1):2088. doi: 10.1186/s12889-021-11906-2.

Psychyrembel Online. Blut-Hirn-Schranke; 2020. Verfügbar unter: <https://www.psychyrembel.de/Blut-Hirn-Schranke/K03XD/doc/> [18.08.2023].

Psychyrembel Online. Entzugssyndrom; 2021. Verfügbar unter: <https://www.psychyrembel.de/Entzugssyndrom/K06XS/doc/> [18.08.2023].

Psychyrembel Online. Tetrahydrocannabinol; 2022. Verfügbar unter: <https://www.psychyrembel.de/Tetrahydrocannabinol/H0J0S/doc/> [18.08.2023].

Psychyrembel Online. Cannabis; 2021. Verfügbar unter: <https://www.psychyrembel.de/cannabis/P06AP/doc/> [18.08.2023].

Psychyrembel Online. Craving; 2021. Verfügbar unter: <https://www.psychyrembel.de/cravinmg/K05B4/doc/> [24.08.2023].

Rauschert C, Möckl J, Seitz N-N, Wilms N, Olderbak S, Kraus L. The Use of Psychoactive Substances in Germany. *Dtsch Arztebl Int* 2022; 119(31-32):527–34. doi: 10.3238/arztebl.m2022.0244.

Ren G, Zhang X, Li Y, Ridout K, Serrano-Serrano ML, Yang Y et al. Large-scale whole-genome resequencing unravels the domestication history of *Cannabis sativa*. *Sci Adv* 2021; 7(29). doi: 10.1126/sciadv.abg2286.

Russo EB. Taming THC: potential cannabis synergy and phytocannabinoid-terpenoid entourage effects. *Br J Pharmacol* 2011; 163(7):1344–64. doi: 10.1111/j.1476-5381.2011.01238.x.

Schneider M, Ott D, Eichin P. Wie wirken Cannabis und Cannabinoide im Gehirn und Körper?: Präventionsmaterialien für Jugendliche, Lehrerinnen, Lehrer und Eltern; 2019. Verfügbar unter: <https://www.bundesgesundheitsministerium.de/service/publikationen/details/wie-wirken-cannabis-und-cannabinoide-im-gehirn-und-koerper.html> [22.08.2023].

Schröger E, Grimm S, Müller, D. *Biologische Psychologie*. 2. Aufl. Berlin, Heidelberg: Springer; 2022.

World Health Organization. Alkohol, E-Zigaretten, Cannabis: neuer Bericht von WHO/Europe zeigt besorgniserregende Trends beim Substanzgebrauch unter Jugendlichen; 2024. Verfügbar unter: <https://www.who.int/europe/de/news/item/25-04-2024-alcohol--e-cigarettes--cannabis--concerning-trends-in-adolescent-substance-use--shows-new-who-europe-report>.



Pausenlos gesund Unterrichtsmaterial

Cannabis und Sucht

Arbeitsblätter – Einführung



Sucht – was ist das eigentlich?

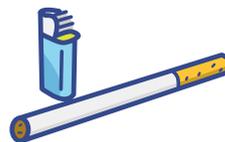
Sucht ist ein starkes, zwanghaftes Verlangen nach einem Stoff (= Suchtmittel) oder einer Verhaltensweise. Man ist abhängig davon. Einfach aufzuhören geht nicht. Sucht ist auch eine Krankheit und kann schwerwiegende gesundheitliche und soziale Folgen haben. Man unterscheidet **stoffgebundene** und **stoffungebundene Süchte**. Stoffgebundene Süchte sind zum Beispiel die Sucht nach Schmerzmitteln, nach Alkohol und das Rauchen. Man spricht auch von **Konsum** und meint damit zum Beispiel das Rauchen, Einnehmen oder Spritzen eines Stoffs. Stoffungebundene Süchte sind zum Beispiel Kauf- und Spielsucht.

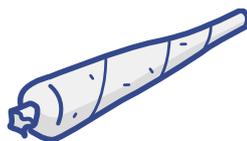
Missbrauch bedeutet eine Droge weiterhin zu nehmen, obwohl es zu Problemen mit Freunden, der Familie oder in der Schule führt, z. B. wegen Streit oder schlechter Noten. **Abhängigkeit** zeigt sich durch das Verlangen und den Kontrollverlust. Die Gedanken kreisen ständig um den Stoff und man kann nicht mehr aufhören, ihn einzunehmen. Gleichzeitig braucht man immer mehr von dem Stoff, um die gleiche Wirkung zu erreichen. Das heißt, es entwickelt sich eine Toleranz.

Wenn man aufhört, kann es zu Übelkeit, Zittern, Schmerzen oder Herzrasen kommen. Außerdem bleibt das Verlangen; auch Ängste und Schlafstörungen sind möglich.

1. Welche Süchte sind gemeint? Beschrifte!

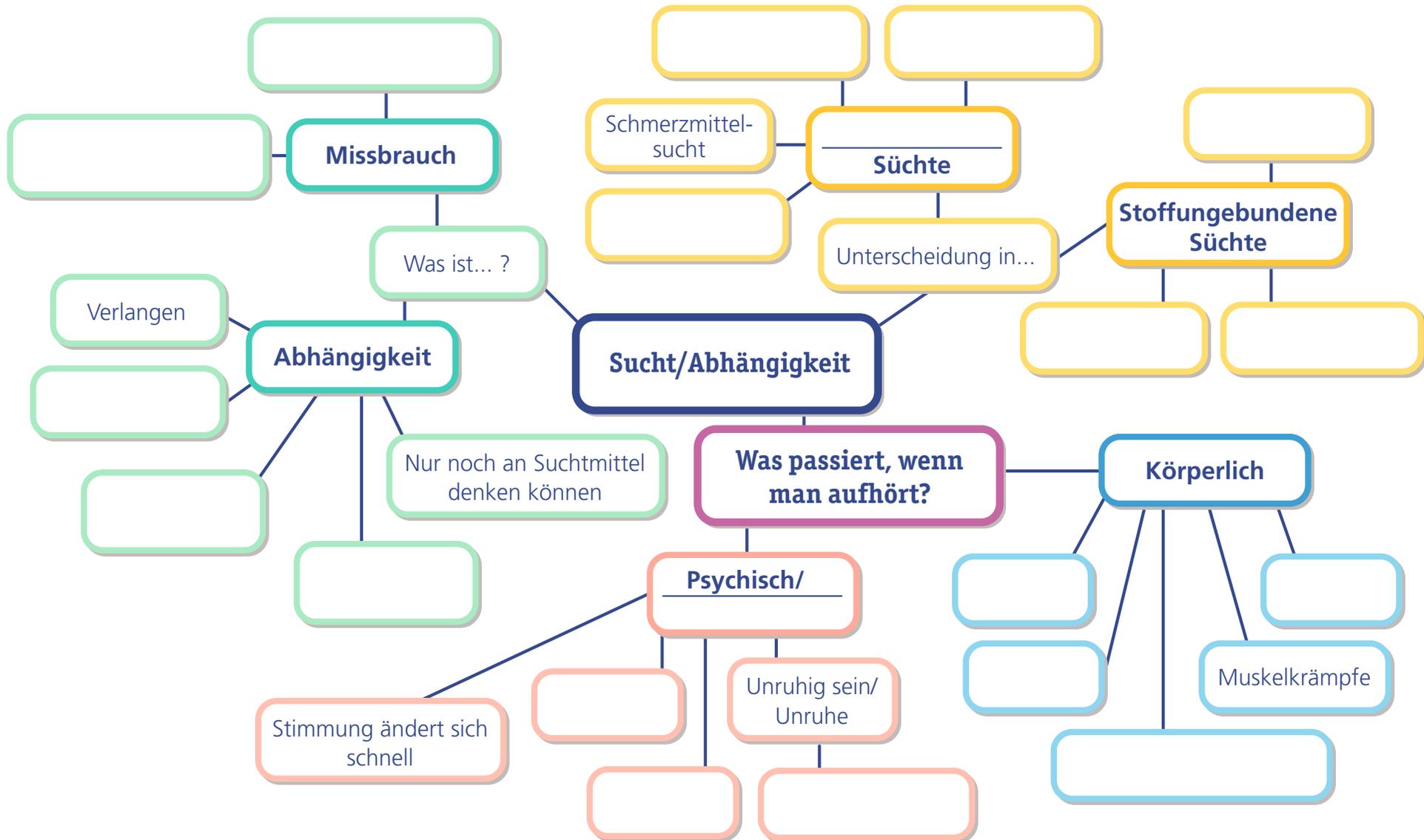
Internetsucht, Cannabissucht, Rauchen/Nikotinsucht, Spielsucht, Ess-Brech-Sucht, Alkoholsucht, Kaufsucht, Schmerzmittelsucht







2. Ergänze die Mindmap mit Hilfe des Textes.





Pausenlos gesund Unterrichtsmaterial

Cannabis und Sucht

Lösungsblätter – Einführung



Sucht – was ist das eigentlich?

Sucht ist ein starkes, zwanghaftes Verlangen nach einem Stoff (= Suchtmittel) oder einer Verhaltensweise. Man ist abhängig davon. Einfach aufzuhören geht nicht. Sucht ist auch eine Krankheit und kann schwerwiegende gesundheitliche und soziale Folgen haben. Man unterscheidet **stoffgebundene** und **stoffungebundene Süchte**. Stoffgebundene Süchte sind zum Beispiel die Sucht nach Schmerzmitteln, nach Alkohol und das Rauchen. Man spricht auch von **Konsum** und meint damit zum Beispiel das Rauchen, Einnehmen oder Spritzen eines Stoffs. Stoffungebundene Süchte sind zum Beispiel Kauf- und Spielsucht.

Missbrauch bedeutet eine Droge weiterhin zu nehmen, obwohl es zu Problemen mit Freunden, der Familie oder in der Schule führt, z. B. wegen Streit oder schlechter Noten. **Abhängigkeit** zeigt sich durch das Verlangen und den Kontrollverlust. Die Gedanken kreisen ständig um den Stoff und man kann nicht mehr aufhören, ihn einzunehmen. Gleichzeitig braucht man immer mehr von dem Stoff, um die gleiche Wirkung zu erreichen. Das heißt, es entwickelt sich eine Toleranz.

Wenn man aufhört, kann es zu Übelkeit, Zittern, Schmerzen oder Herzrasen kommen. Außerdem bleibt das Verlangen; auch Ängste und Schlafstörungen sind möglich.

1. Welche Süchte sind gemeint? Beschrifte!

Internetsucht, Cannabissucht, Rauchen/Nikotinsucht, Spielsucht, Ess-Brech-Sucht, Alkoholsucht, Kaufsucht, Schmerzmittelsucht



Spielsucht



Alkoholsucht



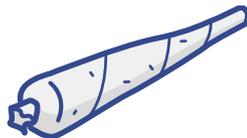
Rauchen/
Nikotinsucht



Kaufsucht



Schmerzmittelsucht



Cannabissucht



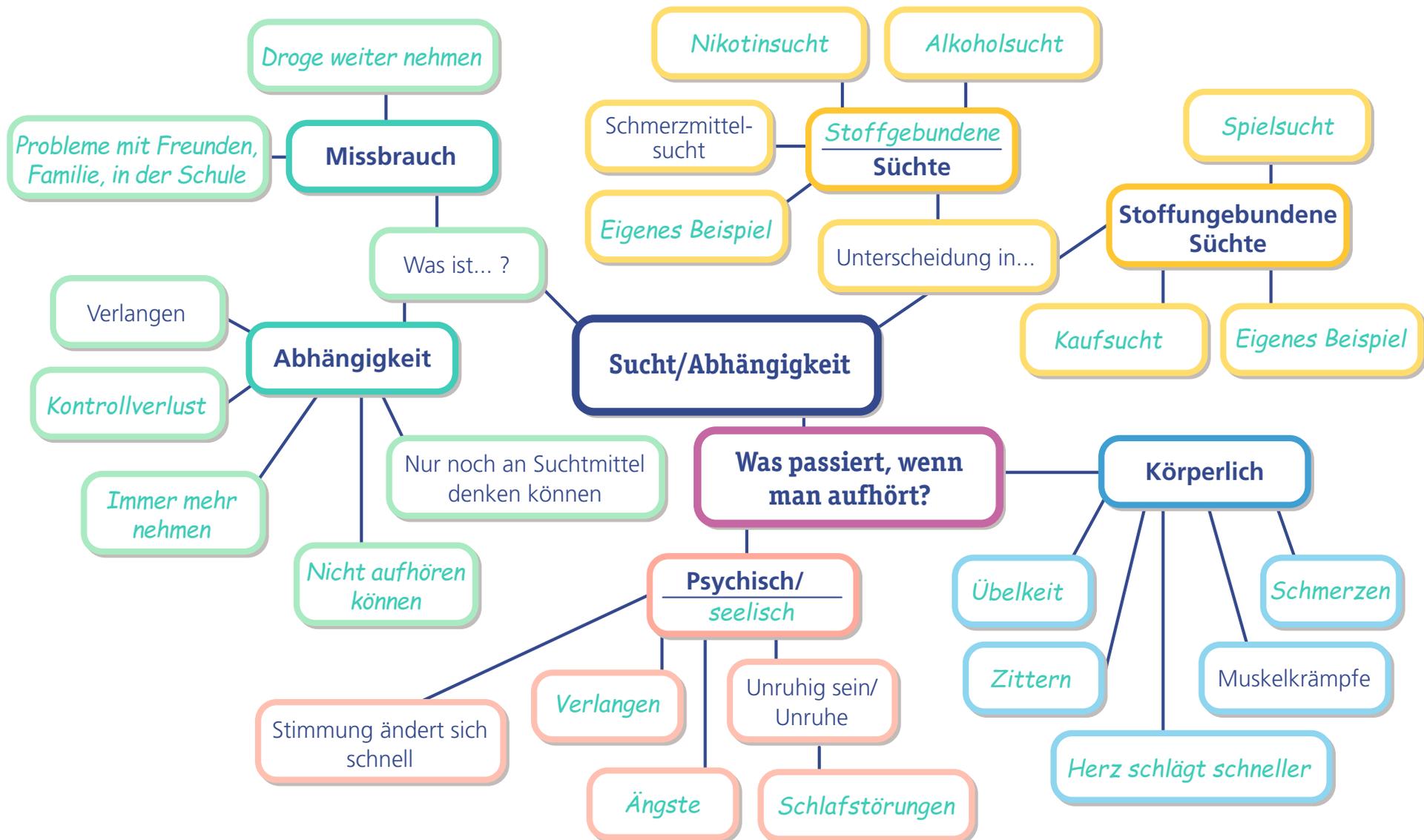
Internetsucht



Ess-Brech-Sucht



2. Ergänze die Mindmap mit Hilfe des Textes.





Pausenlos gesund Unterrichtsmaterial

Cannabis und Sucht

Arbeitsblätter – Cannabis als Nutzpflanze

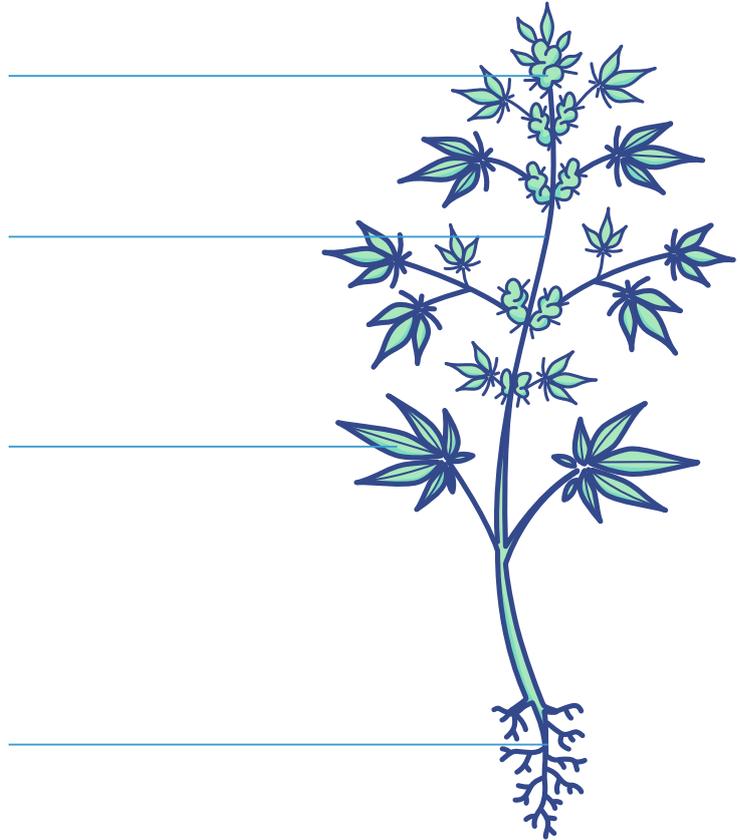


Cannabis sativa als Nutzpflanze

Der wissenschaftliche Name von Hanf ist **Cannabis sativa**. Cannabis ist eine der ältesten Nutz- und Heilpflanzen. Sie ist genügsam und wächst fast überall. Die Pflanze stammt aus Ostasien und wurde bereits vor 12.000 Jahren in der Nähe des Altai-Gebirges (u. a. Mongolei, Russland, China) angebaut. Von dort kam sie wohl durch umherziehende Stämme in den Mittleren und Nahen Osten und gelangte schließlich über Europa bis nach Nord- und Südamerika. Cannabis ist vielseitig und kann für unterschiedliche Zwecke verwendet werden. Aus Hanffasern sollen z.B. die Segel und Seile des Schiffes gewesen sein, mit dem Columbus nach Amerika segelte. Schon vor über 4000 Jahren wurde Cannabis in China als Heilpflanze benutzt, z.B. gegen Malaria. Auch Römer und Griechen verwendeten sie, zum Beispiel gegen Schmerzen und Entzündungen (ca. 400 v. u. Z.).

1. Beschrifte die Cannabis-Pflanze:

die Sprossachse, das Blatt, die Blüten, die Wurzel



2. Wofür kann Cannabis sativa benutzt werden? Finde alle 10 versteckten Begriffe und notiere sie.

Baustoff

| | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| A | F | L | M | E | D | I | Z | I | N | E |
| P | Ö | F | G | K | E | S | Ö | T | A | R |
| A | D | R | O | F | N | T | B | N | E | F |
| P | L | B | R | T | O | S | R | T | R | N |
| I | H | A | B | M | S | D | T | M | I | R |
| E | N | O | M | Ö | N | U | B | N | M | S |
| R | I | G | H | P | F | H | A | M | D | E |
| H | S | T | I | L | E | F | L | B | L | I |
| C | B | M | E | T | D | N | S | R | O | F |
| S | E | G | E | L | T | E | Ö | Z | L | E |
| E | O | R | A | U | I | R | T | L | M | Ö |
| V | D | A | K | L | E | I | D | U | N | G |

v1.03



Cannabis sativa als Nutzpflanze

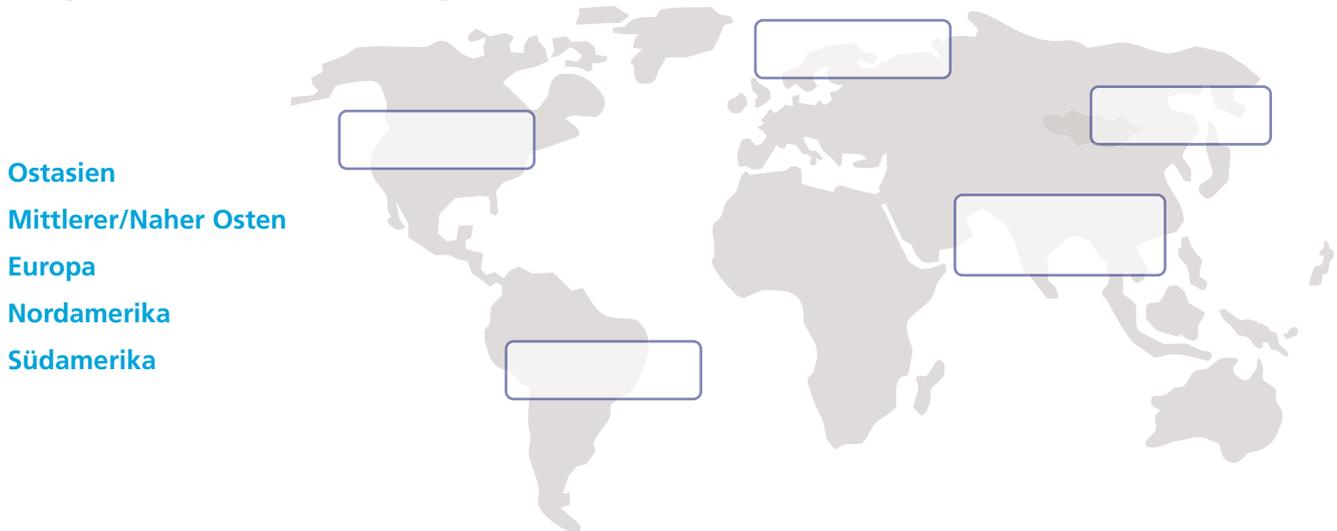
3. Welche Teile der Pflanze werden genutzt? Ordne ihnen die Begriffe zu:
das Öl, der Stoff, das Seil, das Vogelfutter



Fasern aus Sprossachse und Blättern: _____

Nuss (Frucht): _____

4. Zeichne den Verbreitungsweg der Pflanze Cannabis sativa in die Weltkarte ein.
Ergänze auch die Namen der Regionen.



5. Lies den Text und ergänze die Tabelle.

Cannabis hat über 500 Inhaltsstoffe. Davon sind vor allem drei für die Wirkung verantwortlich:

THC (Tetrahydrocannabinol) wirkt auf das Nervensystem, verändert das Bewusstsein und bewirkt das Hochgefühl.

CBN (Cannabinol) löst Krämpfe und Muskelverspannungen. CBD (Cannabidiol) ist Gegenspieler des THC:

Es mildert die THC-Wirkung auf das Nervensystem ab, entspannt und beruhigt.

| Name | Abkürzung | Wirkung |
|----------------------|-----------|---------|
| Tetrahydrocannabinol | _____ | _____ |
| Cannabinol | _____ | _____ |
| Cannabidiol | _____ | _____ |

6. Begründe:

Cannabis sativa ist eine Nutzpflanze, weil _____



Pausenlos gesund Unterrichtsmaterial

Cannabis und Sucht

Lösungsblätter – Cannabis als Nutzpflanze

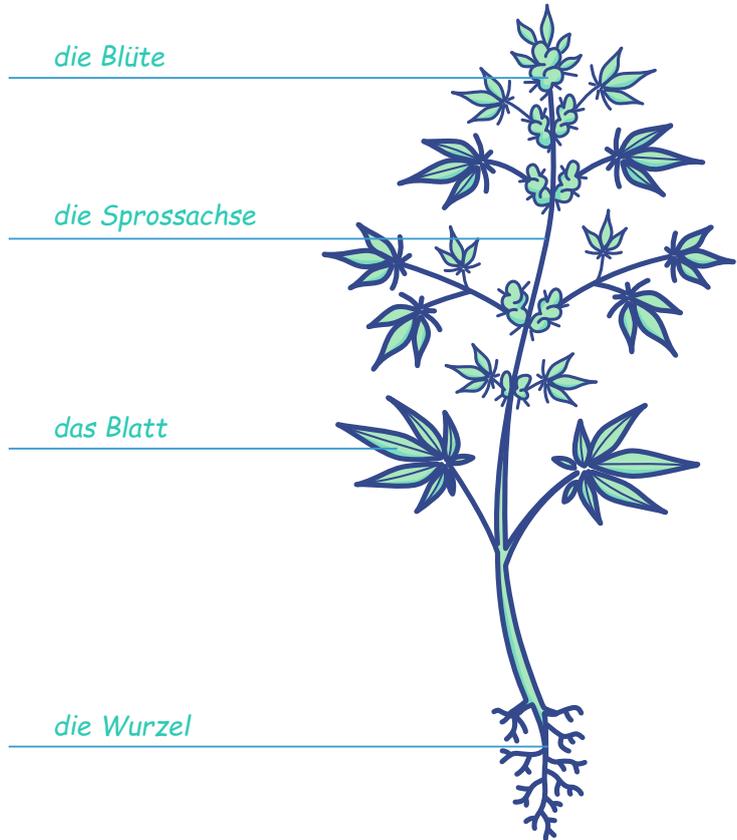


Cannabis sativa als Nutzpflanze

Der wissenschaftliche Name von Hanf ist **Cannabis sativa**. Cannabis ist eine der ältesten Nutz- und Heilpflanzen. Sie ist genügsam und wächst fast überall. Die Pflanze stammt aus Ostasien und wurde bereits vor 12.000 Jahren in der Nähe des Altai-Gebirges (u. a. Mongolei, Russland, China) angebaut. Von dort kam sie wohl durch umherziehende Stämme in den Mittleren und Nahen Osten und gelangte schließlich über Europa bis nach Nord- und Südamerika. Cannabis ist vielseitig und kann für unterschiedliche Zwecke verwendet werden. Aus Hanffasern sollen z.B. die Segel und Seile des Schiffes gewesen sein, mit dem Columbus nach Amerika segelte. Schon vor über 4000 Jahren wurde Cannabis in China als Heilpflanze benutzt, z.B. gegen Malaria. Auch Römer und Griechen verwendeten sie, zum Beispiel gegen Schmerzen und Entzündungen (ca. 400 v. u. Z.).

1. Beschrifte die Cannabis-Pflanze:

die Sprossachse, das Blatt, die Blüten, die Wurzel



2. Wofür kann Cannabis sativa benutzt werden? Finde alle 10 versteckten Begriffe und notiere sie.

Baustoff

Seil

Kleidung

Netz

Medizin

Segel

Papier

Seife

Lampenöl

Vogelfutter

| | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| A | F | L | M | E | D | I | Z | I | N | E |
| P | Ö | F | G | K | E | S | Ö | T | A | R |
| A | D | R | O | F | N | T | B | N | E | F |
| P | L | B | R | T | O | S | R | T | R | N |
| I | H | A | B | M | S | D | T | M | I | R |
| E | N | O | M | Ö | N | U | B | N | M | S |
| R | I | G | H | P | F | H | A | M | D | E |
| H | S | T | I | L | E | F | L | B | L | I |
| C | B | M | E | T | D | N | S | R | O | F |
| S | E | G | E | L | T | E | Ö | Z | L | E |
| E | O | R | A | U | I | R | T | L | M | Ö |
| V | D | A | K | L | E | I | D | U | N | G |

v1.03



Cannabis sativa als Nutzpflanze

3. Welche Teile der Pflanze werden genutzt? Ordne ihnen die Begriffe zu:

das Öl, der Stoff, das Seil, das Vogelfutter

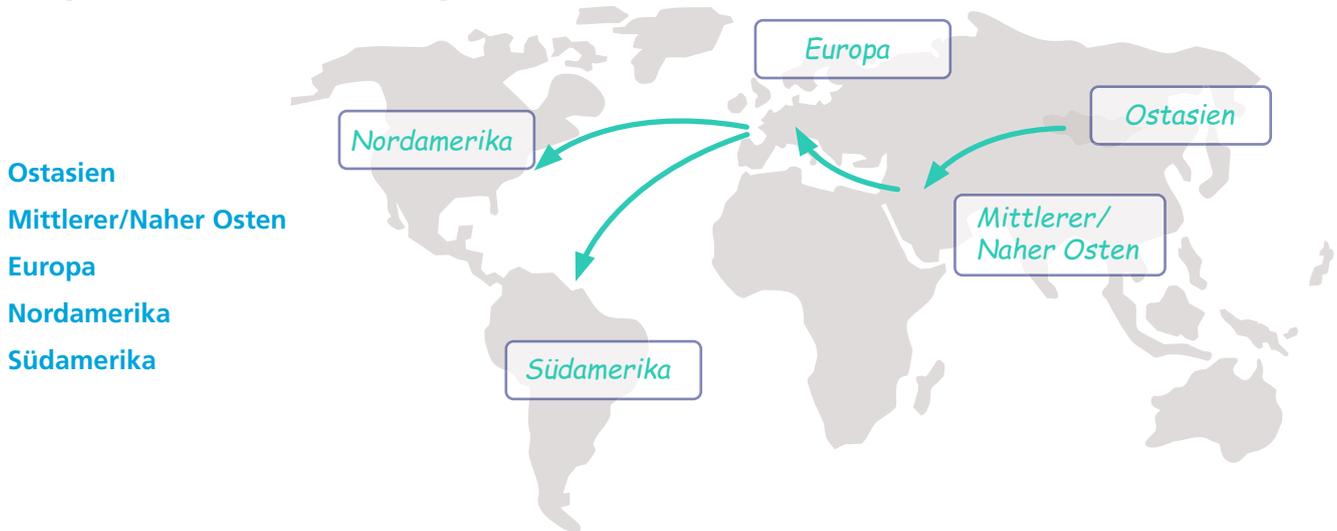


Fasern aus Sprossachse und Blättern: das Seil, der Stoff

Nuss (Frucht): das Öl, das Vogelfutter

4. Zeichne den Verbreitungsweg der Pflanze Cannabis sativa in die Weltkarte ein.

Ergänze auch die Namen der Regionen.



5. Lies den Text und ergänze die Tabelle.

Cannabis hat über 500 Inhaltsstoffe. Davon sind vor allem drei für die Wirkung verantwortlich:

THC (Tetrahydrocannabinol) wirkt auf das Nervensystem, verändert das Bewusstsein und bewirkt das Hochgefühl.

CBN (Cannabinol) löst Krämpfe und Muskelverspannungen. CBD (Cannabidiol) ist Gegenspieler des THC:

Es mildert die THC-Wirkung auf das Nervensystem ab, entspannt und beruhigt.

| Name | Abkürzung | Wirkung |
|----------------------|-----------|--------------------------------------------------|
| Tetrahydrocannabinol | THC | auf das Nervensystem und Bewusstsein, Hochgefühl |
| Cannabinol | CBN | krampflösend, gegen Verspannungen |
| Cannabidiol | CBD | beruhigend, entspannend |

6. Begründe:

Cannabis sativa ist eine Nutzpflanze, weil daraus viele unterschiedliche Produkte/Sachen hergestellt

werden können, z. B. Kleidung oder Seife.



Pausenlos gesund Unterrichtsmaterial

Cannabis und Sucht

Arbeitsblätter – Cannabis – was passiert im Gehirn?



Cannabis – was passiert im Gehirn?

1. Welche Wirkungen von Cannabis kennst du? Notiere sie!



Hier geht es darum, wie es zu diesen Wirkungen kommt:

Im Körper und vor allem im Gehirn gibt es ein **Signalsystem**, das die Nervenzellen miteinander verbindet. Sie regen sich an oder hemmen sich gegenseitig. Dazu haben Nervenzellen **Bindungsstellen** (= Rezeptoren). Dort können körpereigene Botenstoffe (wie z.B. Endocannabinoide) binden. Sie halten das Nervensystem und damit auch die Körperfunktionen im **Gleichgewicht**, z. B. den Herzschlag. Wenn man zum Bus rennen muss, schlägt das Herz schneller. Sitzt man dann im Bus, sorgen die körpereigenen Botenstoffe dafür, dass das Herz wieder langsamer schlägt.

Endocannabinoide sind Botenstoffe, die der Körper selbst herstellt. Sie sind dem Cannabis ähnlich.

THC (Tetrahydrocannabinol), ein Wirkstoff des Cannabis, bindet an den Bindungsstellen für körpereigene Botenstoffe. Nur gab es vorher kein Ungleichgewicht, das ausgeglichen werden musste. Die Weitergabe von Informationen im Nervensystem wird also gestört. Die Folgen können unterschiedlich sein: Das Herz schlägt schneller; man fühlt sich entspannt oder eben auch traurig.



2. Schneide die Textboxen aus und klebe sie an die passende Stelle in der Abbildung.

Das eingeatmete THC wird über die **Lunge** in das Blut aufgenommen und im Körper verteilt.

THC wirkt im vorderen Teil des **Großhirns**, der für das Denken, Planen, die Wahrnehmung und die Aufmerksamkeit wichtig ist.

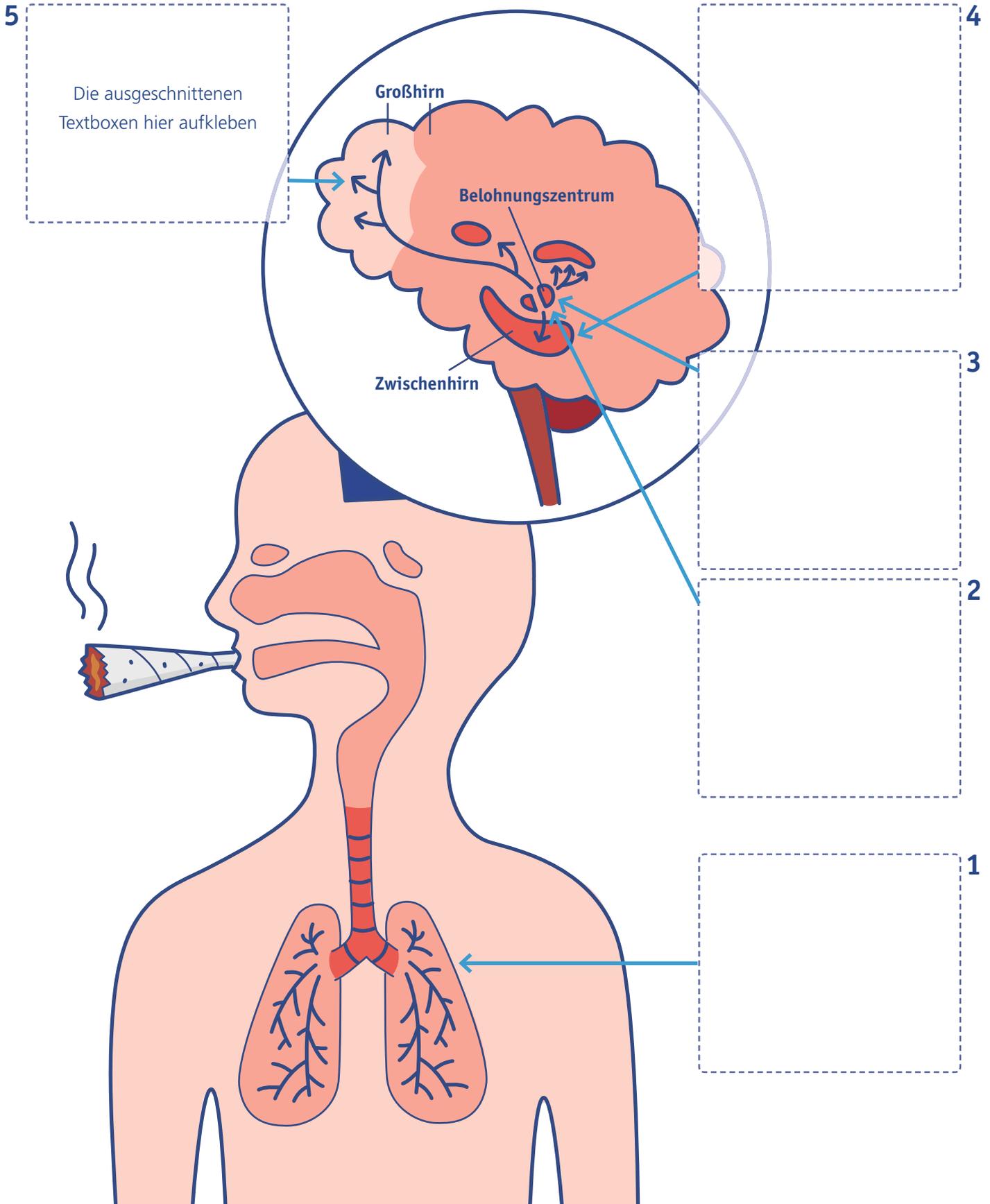
Dopamin wirkt auch in einem Teil des **Zwischenhirns**, der bei der Speicherung von Erinnerungen wichtig ist (limbisches System). Deshalb erinnern wir uns an das Glücksgefühl besonders gut und können süchtig danach werden.

Über das Blut gelangt THC ins Gehirn, genauer in das **Belohnungszentrum**. Es bindet an Rezeptoren für körpereigene Botenstoffe (wie z. B. Endocannabinoide).

Im **Belohnungszentrum** wird der Botenstoff **Dopamin**, unser „Glückshormon“, ausgeschüttet. Es lindert Schmerzen. Es bewirkt auch, dass wir uns gut fühlen und glücklich sind.



Cannabis – was passiert im Gehirn?





Cannabis – was passiert im Gehirn?

3. Vervollständige die Tabelle mithilfe der Abbildung.



| ORGAN/-TEIL | WAS PASSIERT BEIM KIFFEN? |
|-----------------------|---------------------------|
| der Mund | |
| die Lunge | |
| das Blut | |
| das Belohnungszentrum | |
| das Zwischenhirn | |
| das Großhirn | |

4. Die **Blut-Hirn-Schranke** ist eine Barriere zwischen dem Blut und den Nervenzellen im Gehirn. Sie ist ein Filter, der die Nervenzellen schützt. Manche Stoffe können aus dem Blut zu den Nervenzellen gelangen, andere nicht.

Welche Aufgabe hat die Blut-Hirn-Schranke?

Kann THC die Blut-Hirn-Schranke überwinden? Begründe deine Antwort!

THC wirkt _____

Welche Suchtmittel können die Blut-Hirn-Schranke überwinden? Nenne Beispiele.



Nervensystem im Un-/Gleichgewicht

1. Lest noch einmal den Text über die körpereigenen Botenstoffe und die Wirkung von THC.

Beschreibt, was im Nervensystem passiert. Die Bilder und folgende Stichwörter helfen euch dabei:



Gleichgewicht

Ungleichgewicht

wiederherstellen

ausgleichen

Normalbetrieb

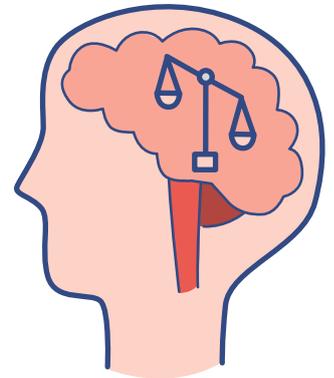
Hochbetrieb



„Ich sitze
entspannt auf der
Couch.“

„Ich bin
spät dran und
muss zum Bus
laufen.“

Körpereigene Botenstoffe _____



Wenn man
kifft und THC
auf das Nerven-
system wirkt.

Und es kommt zur Wirkung des THC (z. B. gute Stimmung oder Angst).





Nervensystem im Un-/Gleichgewicht



1. Lest noch einmal den Text über die körpereigenen Botenstoffe und die Wirkung von THC.

Beschreibt, was im Nervensystem passiert. Die Bilder und folgende Stichwörter helfen euch dabei:

Gleichgewicht

Ungleichgewicht

Botenstoffe

auszugleichen

Normalbetrieb

Hochbetrieb



„Ich sitze
entspannt auf der
Couch.“

Das Nervensystem arbeitet im _____ .

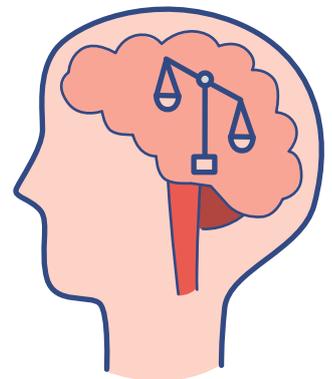
Es ist im _____ .

„Ich bin spät dran
und muss zum Bus
laufen.“

Das Nervensystem läuft auf _____ .

Es besteht ein _____ .

Körpereigene _____ stellen das Gleichgewicht wieder her.



Wenn man
kifft und THC auf
das Nervensystem
wirkt.

Obwohl im Gehirn kein Ungleichgewicht besteht, wird versucht es

_____ . So entsteht erst das _____

Und es kommt zur Wirkung des THC (z. B. gute Stimmung oder Angst).





Pausenlos gesund Unterrichtsmaterial

Cannabis und Sucht

Lösungsblätter – Cannabis – was passiert im Gehirn?



Cannabis – was passiert im Gehirn?

1. Welche Wirkungen von Cannabis kennst du? Notiere sie!



Mögliche Lösung: Unruhe, Euphorie, intensive Farben und Töne, Lustlosigkeit, Übelkeit

Hier geht es darum, wie es zu diesen Wirkungen kommt:

Im Körper und vor allem im Gehirn gibt es ein **Signalsystem**, das die Nervenzellen miteinander verbindet. Sie regen sich an oder hemmen sich gegenseitig. Dazu haben Nervenzellen **Bindungsstellen** (= Rezeptoren). Dort können körpereigene Botenstoffe (wie z.B. Endocannabinoide) binden. Sie halten das Nervensystem und damit auch die Körperfunktionen im **Gleichgewicht**, z. B. den Herzschlag. Wenn man zum Bus rennen muss, schlägt das Herz schneller. Sitzt man dann im Bus, sorgen die körpereigenen Botenstoffe dafür, dass das Herz wieder langsamer schlägt.

Endocannabinoide sind Botenstoffe, die der Körper selbst herstellt. Sie sind dem Cannabis ähnlich.

THC (Tetrahydrocannabinol), ein Wirkstoff des Cannabis, bindet an den Bindungsstellen für körpereigene Botenstoffe. Nur gab es vorher kein Ungleichgewicht, das ausgeglichen werden musste. Die Weitergabe von Informationen im Nervensystem wird also gestört. Die Folgen können unterschiedlich sein: Das Herz schlägt schneller; man fühlt sich entspannt oder eben auch traurig.



2. Schneide die Textboxen aus und klebe sie an die passende Stelle in der Abbildung.

Das eingeatmete THC wird über die **Lunge** in das Blut aufgenommen und im Körper verteilt.

THC wirkt im vorderen Teil des **Großhirns**, der für das Denken, Planen, die Wahrnehmung und die Aufmerksamkeit wichtig ist.

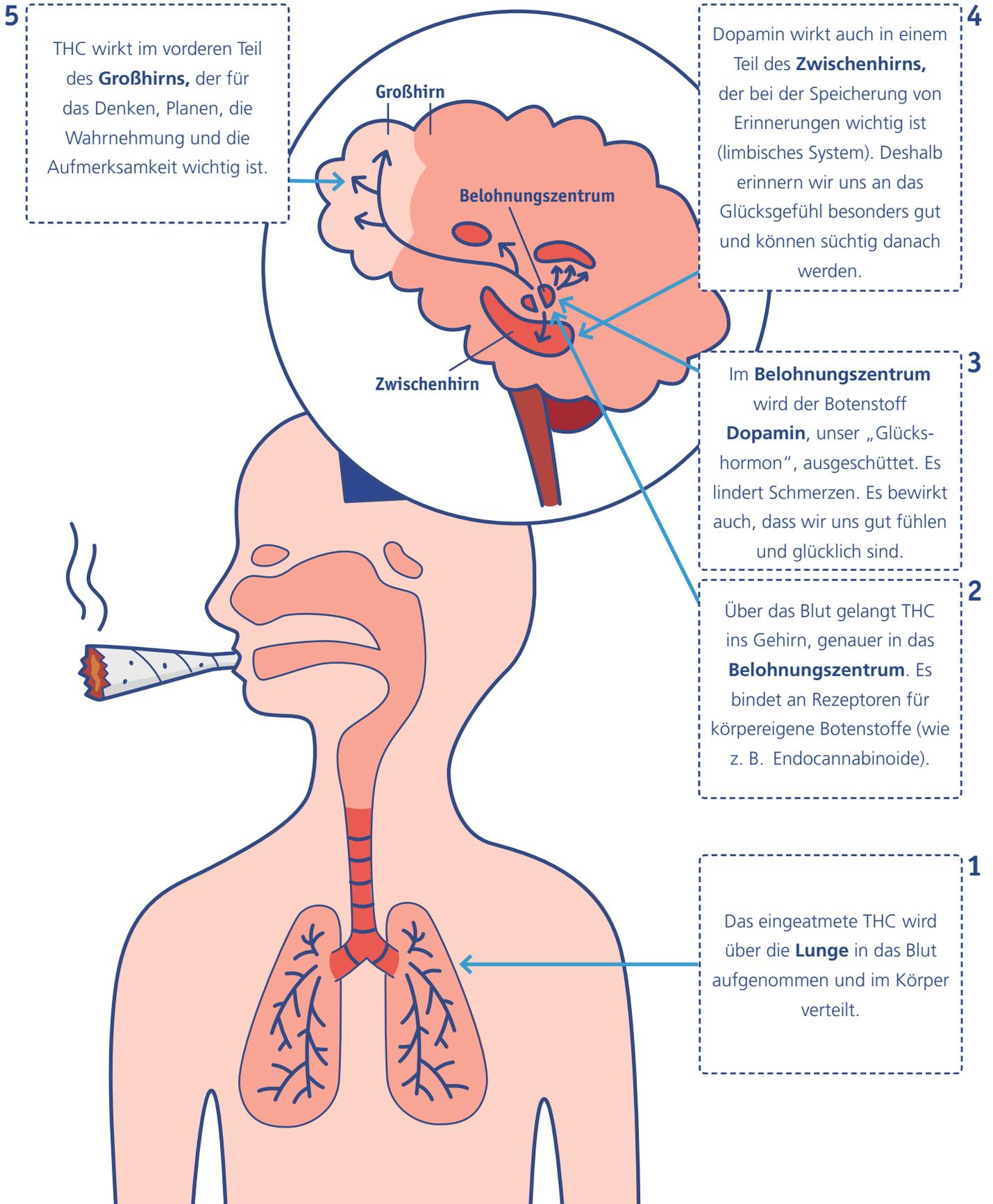
Dopamin wirkt auch in einem Teil des **Zwischenhirns**, der bei der Speicherung von Erinnerungen wichtig ist (limbisches System). Deshalb erinnern wir uns an das Glücksgefühl besonders gut und können süchtig danach werden.

Über das Blut gelangt THC ins Gehirn, genauer in das **Belohnungszentrum**. Es bindet an Rezeptoren für körpereigene Botenstoffe (wie z. B. Endocannabinoide).

Im **Belohnungszentrum** wird der Botenstoff **Dopamin**, unser „Glückshormon“, ausgeschüttet. Es lindert Schmerzen. Es bewirkt auch, dass wir uns gut fühlen und glücklich sind.



Cannabis – was passiert im Gehirn?



v1.03



Cannabis – was passiert im Gehirn?

3. Vervollständige die Tabelle mithilfe der Abbildung.



| ORGAN/-TEIL | WAS PASSIERT BEIM KIFFEN? |
|-----------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| der Mund | - Einatmen des Cannabis-Rauchs |
| die Lunge | - Aufnahme des THC (über die Lungenbläschen) in das Blut |
| das Blut | - Verteilung des THC im gesamten Körper |
| das Belohnungszentrum | - Teil des Zwischenhirns - Hat Rezeptoren für körpereigene Botenstoffe - Hier wird Dopamin ausgeschüttet, hier entsteht das Glücksgefühl |
| das Zwischenhirn | - z. B. Bilden/Speichern von Erinnerung |
| das Großhirn | - Teil des Gehirns, der für Denken, Planen, Wahrnehmung und Aufmerksamkeit zuständig ist |

4. Die **Blut-Hirn-Schranke** ist eine Barriere zwischen dem Blut und den Nervenzellen im Gehirn. Sie ist ein Filter, der die Nervenzellen schützt. Manche Stoffe können aus dem Blut zu den Nervenzellen gelangen, andere nicht.

Welche Aufgabe hat die Blut-Hirn-Schranke?

Sie schützt das Gehirn/die Nervenzellen.

Kann THC die Blut-Hirn-Schranke überwinden? Begründe deine Antwort!

Ja, THC kann die Blut-Hirn-Schranke überwinden. Es bindet an den Nervenzellen.

THC wirkt im Belohnungszentrum.

Welche Suchtmittel können die Blut-Hirn-Schranke überwinden? Nenne Beispiele.

Alkohol, Nikotin, Heroin usw.



Nervensystem im Un-/Gleichgewicht

1. Lest noch einmal den Text über die körpereigenen Botenstoffe und die Wirkung von THC.

Beschreibt, was im Nervensystem passiert. Die Bilder und folgende Stichwörter helfen euch dabei:



Gleichgewicht

Ungleichgewicht

wiederherstellen

ausgleichen

Normalbetrieb

Hochbetrieb



„Ich sitze
entspannt auf der
Couch.“

Das Nervensystem ist im Gleichgewicht/ Normalbetrieb.



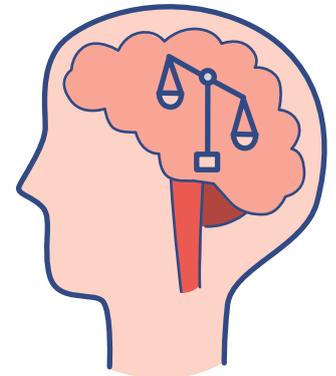
„Ich bin
spät dran und
muss zum Bus
laufen.“

Das Nervensystem läuft auf Hochbetrieb.

Es besteht ein Ungleichgewicht.

Körpereigene Botenstoffe ..sorgen dafür, dass das

Gleichgewicht wiederhergestellt wird.



Wenn man
kiff und THC
auf das Nerven-
system wirkt.

Obwohl kein Ungleichgewicht besteht, wird versucht es

auszugleichen. So entsteht erst ein Ungleichgewicht.

Und es kommt zur Wirkung des THC (z. B. gute Stimmung oder Angst).





Nervensystem im Un-/Gleichgewicht

1. Lest noch einmal den Text über die körpereigenen Botenstoffe und die Wirkung von THC.

Beschreibt, was im Nervensystem passiert. Die Bilder und folgende Stichwörter helfen euch dabei:

Gleichgewicht

Ungleichgewicht

Botenstoffe

auszugleichen

Normalbetrieb

Hochbetrieb



„Ich sitze entspannt auf der Couch.“

Das Nervensystem arbeitet im Normalbetrieb.

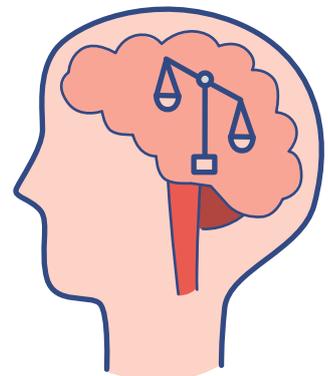
Es ist im Gleichgewicht.

„Ich bin spät dran und muss zum Bus laufen.“

Das Nervensystem läuft auf Hochbetrieb.

Es besteht ein Ungleichgewicht.

Körpereigene Botenstoffe stellen das Gleichgewicht wieder her.



Wenn man kiff und THC auf das Nervensystem wirkt.

Obwohl im Gehirn kein Ungleichgewicht besteht, wird versucht es

auszugleichen. So entsteht erst das Ungleichgewicht

Und es kommt zur Wirkung des THC (z. B. gute Stimmung oder Angst).





Pausenlos gesund Unterrichtsmaterial

Cannabis und Sucht

Arbeitsblätter – Cannabis als Suchtmittel



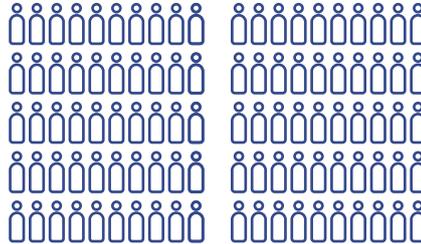
Cannabis als Suchtmittel



Vor der **Legalisierung** galt Cannabis als Nummer eins unter den illegalen Drogen bei Jugendlichen. Zwölf Prozent der Siebt- bis Zehntklässler haben schon einmal Cannabis geraucht. Aber weniger als zwei Prozent kiffen regelmäßig, also täglich oder fast jeden Tag. Genauso viele kiffen mindestens einmal pro Woche oder einmal im Monat. Das heißt, 96 Prozent der Schülerinnen und Schüler der 7. bis 10. Klasse kiffen seltener als einmal pro Monat.

Cannabis kann süchtig machen: Davon betroffen sind ungefähr neun Prozent der Menschen, die Cannabis regelmäßig zu sich nehmen. Cannabisabhängigkeit zeigt sich **körperlich** und vor allem **psychisch**. Ängstlichkeit, innere Unruhe und Nervosität sind typisch. Außerdem ziehen sich Betroffene von Freunden und Familie zurück.

1. Wie viele Jugendliche haben schon einmal Cannabis geraucht? Markiere sie in der Grafik.



2. Wie oft rauchen Jugendliche Cannabis? Beschrifte die Anteile. Von 100 Jugendlichen kiffen...

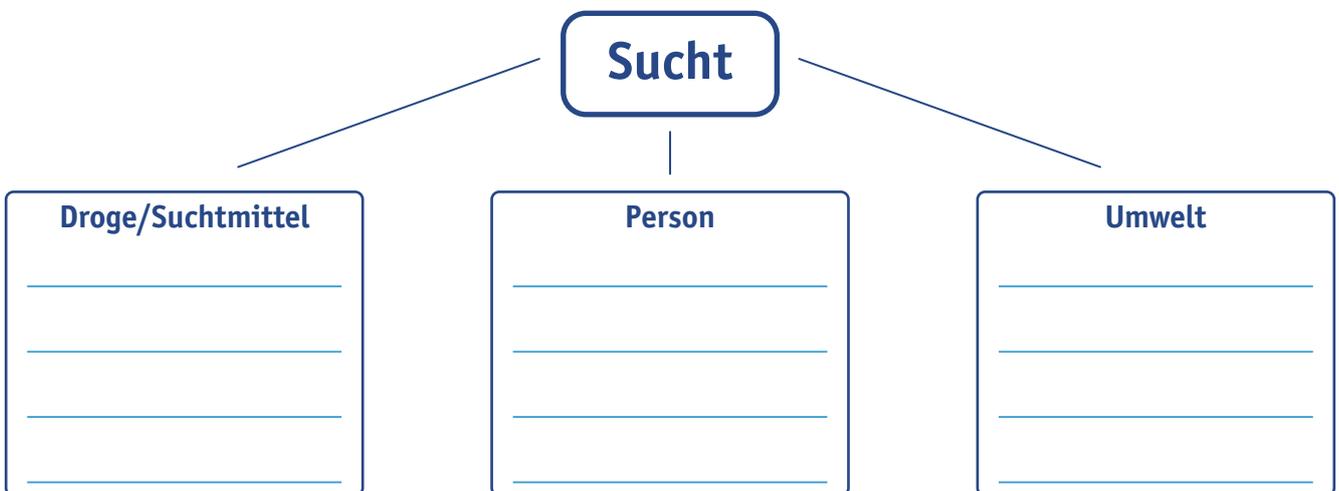
- 1x pro Woche
- (fast) täglich
- 1x pro Monat
- < 1x pro Monat



3. Wovon hängt ab, ob jemand süchtig wird?

Ordne die Begriffe den drei Stichworten Droge/Suchtmittel, Person und Umwelt zu. Notiere sie darunter.

- Familie, Freunde
- Art der Droge
- Preis, Verfügbarkeit
- Persönlichkeit, Selbstwert
- Gene
- Arbeit, Schule, Freizeit
- Wohnsituation
- Lebensgeschichte
- Dosis
- Stärken, Schwächen





Cannabis als Suchtmittel

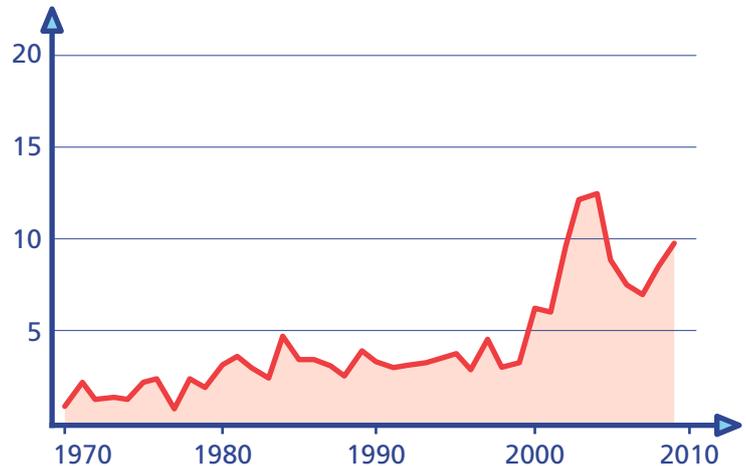
In den letzten Jahrzehnten hat sich der THC-Gehalt von Cannabis verändert.



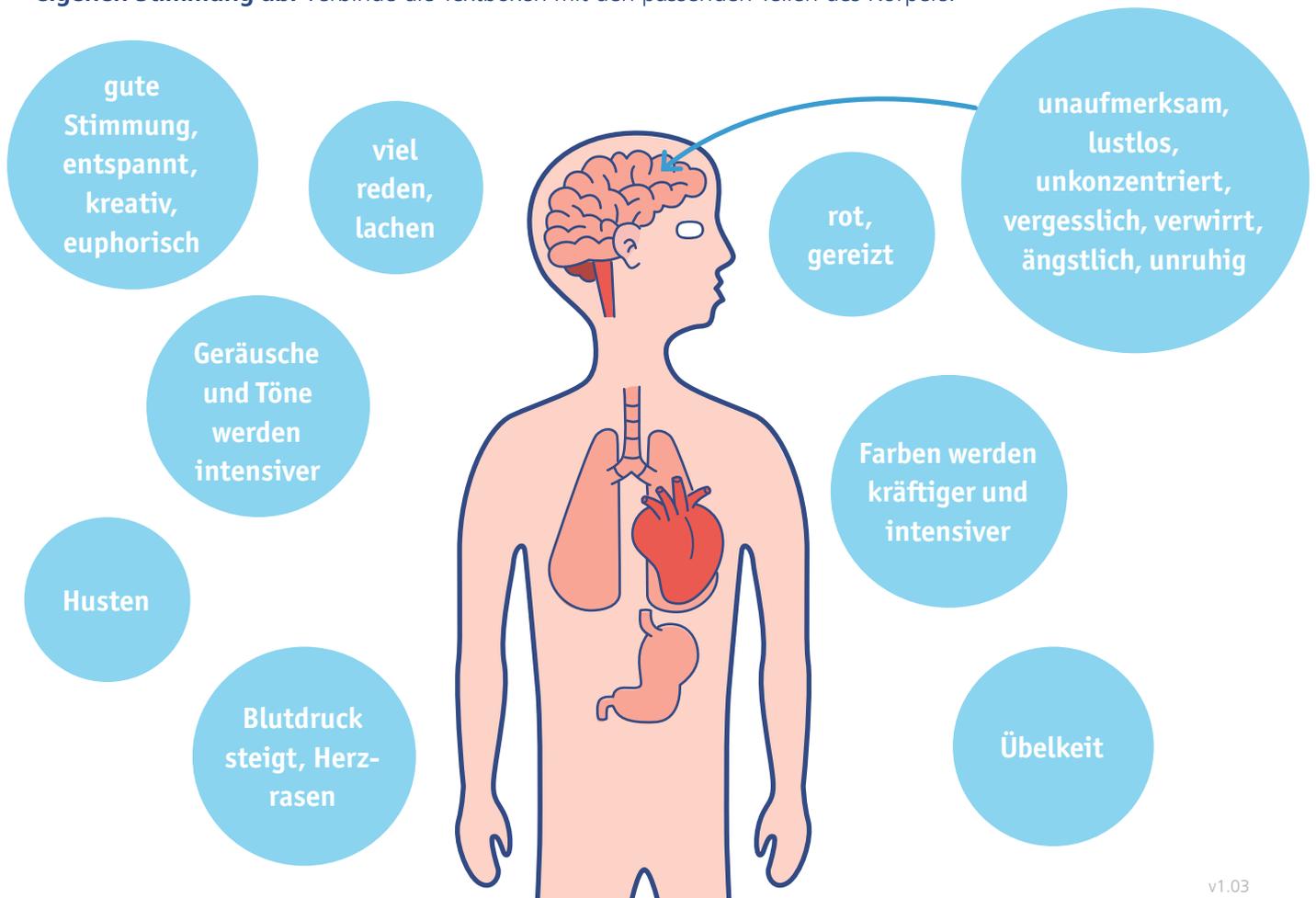
1. Sieh dir dazu die Abbildung an und beschreibe die Veränderung.

2. Welche Folgen hat die Veränderung?

Durchschnittlicher THC-Gehalt
in Prozent



3. Wer Cannabis raucht, erhofft sich bestimmte Wirkungen. Möglich sind aber auch unerwünschte Wirkungen. Welche Erfahrung man macht, hängt z. B. von der Cannabis-Menge, der Situation und der eigenen Stimmung ab. Verbinde die Textboxen mit den passenden Teilen des Körpers.



v1.03



Cannabis – Langzeitfolgen

1. Löst gemeinsam das Puzzle zu den Folgen des Dauerkiffens.
Haltet eure Erkenntnisse hier stichpunktartig fest.



The diagram shows a human silhouette with internal organs highlighted. Lines connect these organs to text boxes for notes:

- Gehirn** (Brain): Located at the top right, connected to the brain.
- Herz und Kreislauf** (Heart and Circulation): Located on the right side, connected to the heart.
- Schwangerschaft** (Pregnancy): Located at the bottom right, connected to the pelvic region.
- Lunge** (Lung): Located on the left side, connected to the lungs.
- Hormone** (Hormones): Located on the left side, connected to the abdominal region.

2. „Die Leute sagen ...“ – Wie seht ihr das? Sucht euch zwei Statements aus und tauscht euch darüber aus.

Cannabis macht
wenigstens nicht
aggressiv.

Cannabis wird
schließlich auch als
Medizin benutzt!

Alkohol ist
gefährlicher als
Kiffen.

Kiffen und Schule
sind gut miteinander
vereinbar.

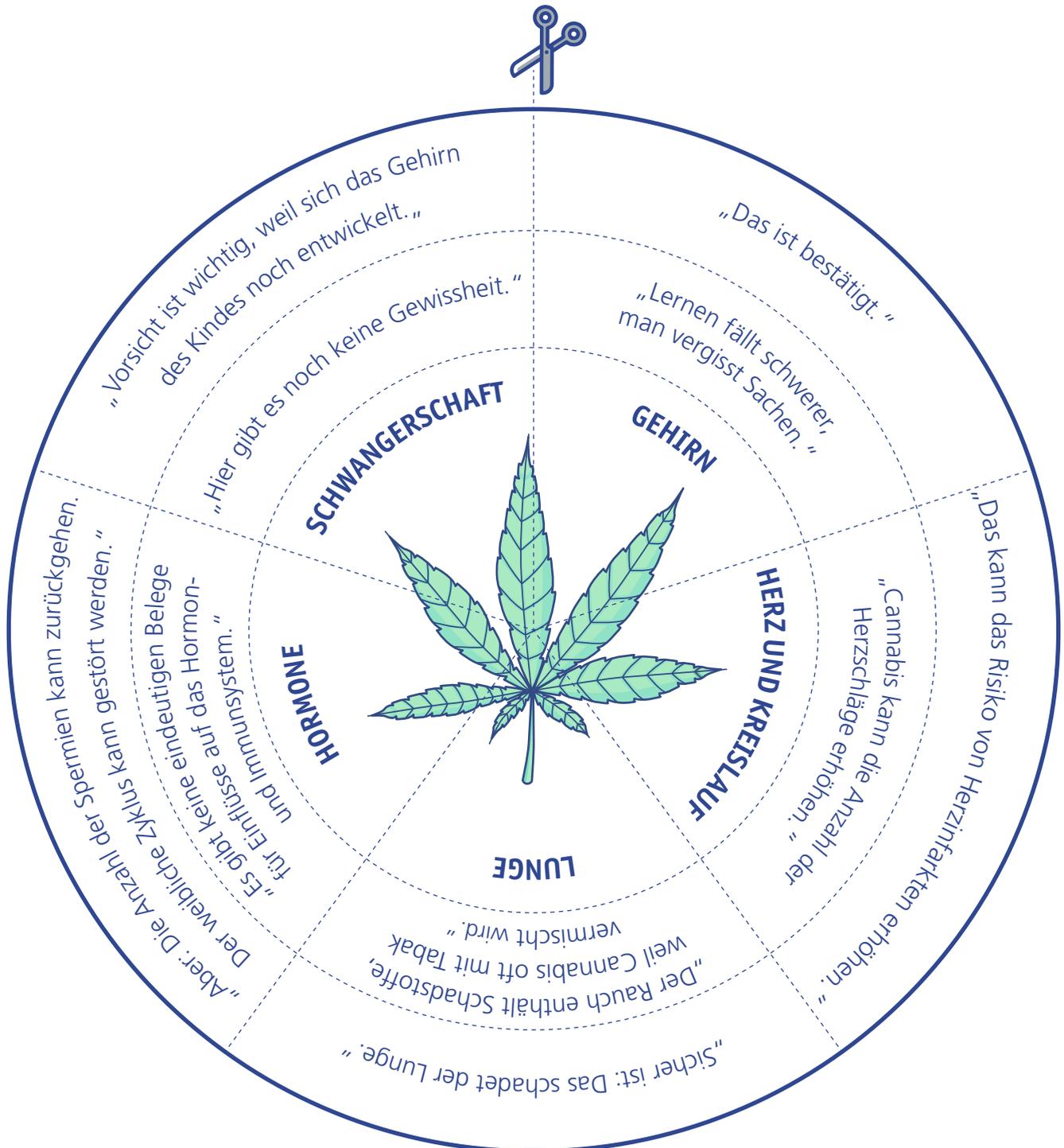
Wenn ich kiffe, bin
ich kreativer.

Ich kann richtig gut
schlafen, wenn ich
gekifft habe.

v1.03



Cannabis als Suchtmittel





Cannabis als Suchtmittel





Pausenlos gesund Unterrichtsmaterial

Cannabis und Sucht

Lösungsblätter – Cannabis als Suchtmittel



Cannabis als Suchtmittel

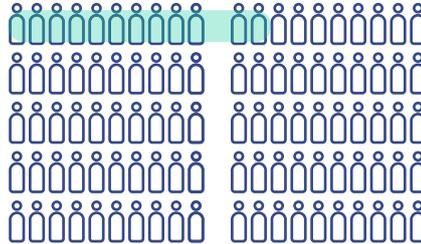


Vor der **Legalisierung** galt Cannabis als Nummer eins unter den illegalen Drogen bei Jugendlichen. Zwölf Prozent der Siebt- bis Zehntklässler haben schon einmal Cannabis geraucht. Aber weniger als zwei Prozent kiffen regelmäßig, also täglich oder fast jeden Tag. Genauso viele kiffen mindestens einmal pro Woche oder einmal im Monat. Das heißt, 96 Prozent der Schülerinnen und Schüler der 7. bis 10. Klasse kiffen seltener als einmal pro Monat.

Cannabis kann süchtig machen: Davon betroffen sind ungefähr neun Prozent der Menschen, die Cannabis regelmäßig zu sich nehmen. Cannabisabhängigkeit zeigt sich **körperlich** und vor allem **psychisch**. Ängstlichkeit, innere Unruhe und Nervosität sind typisch. Außerdem ziehen sich Betroffene von Freunden und Familie zurück.

1. Wie viele Jugendliche haben schon einmal Cannabis geraucht?

Markiere sie in der Grafik.



2. Wie oft rauchen Jugendliche Cannabis?

Beschrifte die Anteile. Von 100 Jugendlichen kiffen...

1x pro Woche

(fast) täglich

1x pro Monat

< 1x pro Monat

< 1x pro Monat

1x pro Monat

1x pro Woche

(fast) täglich

3. Wovon hängt ab, ob jemand süchtig wird?

Ordne die Begriffe den drei Stichworten Droge/Suchtmittel, Person und Umwelt zu. Notiere sie darunter.

Familie, Freunde

Art der Droge

Preis, Verfügbarkeit

Persönlichkeit, Selbstwert

Gene

Arbeit, Schule, Freizeit

Wohnsituation

Lebensgeschichte

Dosis

Stärken, Schwächen

Sucht

Droge/Suchtmittel

Preis, Verfügbarkeit,

Art der Droge, Dosis

Person

Stärken, Schwächen,

Lebensgeschichte,

Persönlichkeit, Gene,

Selbstwert

Umwelt

Arbeit, Schule, Freizeit,

Wohnsituation, Familie,

Freunde



Cannabis als Suchtmittel

In den letzten Jahrzehnten hat sich der THC-Gehalt von Cannabis verändert.



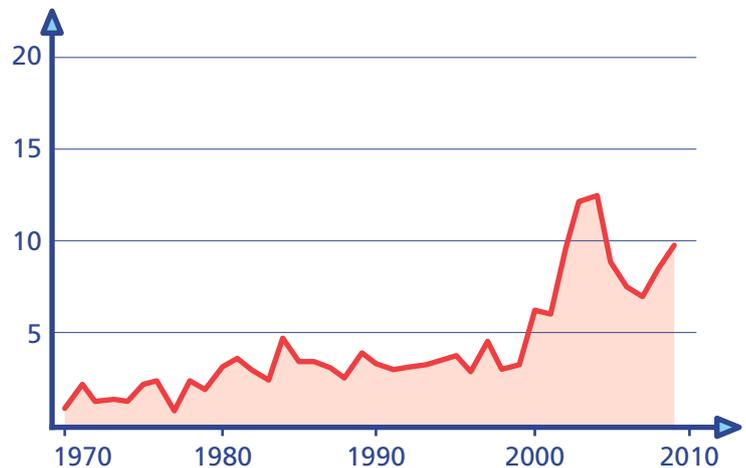
1. Sieh dir dazu die Abbildung an und beschreibe die Veränderung.

Der THC-Gehalt von Cannabis hat zugenommen.

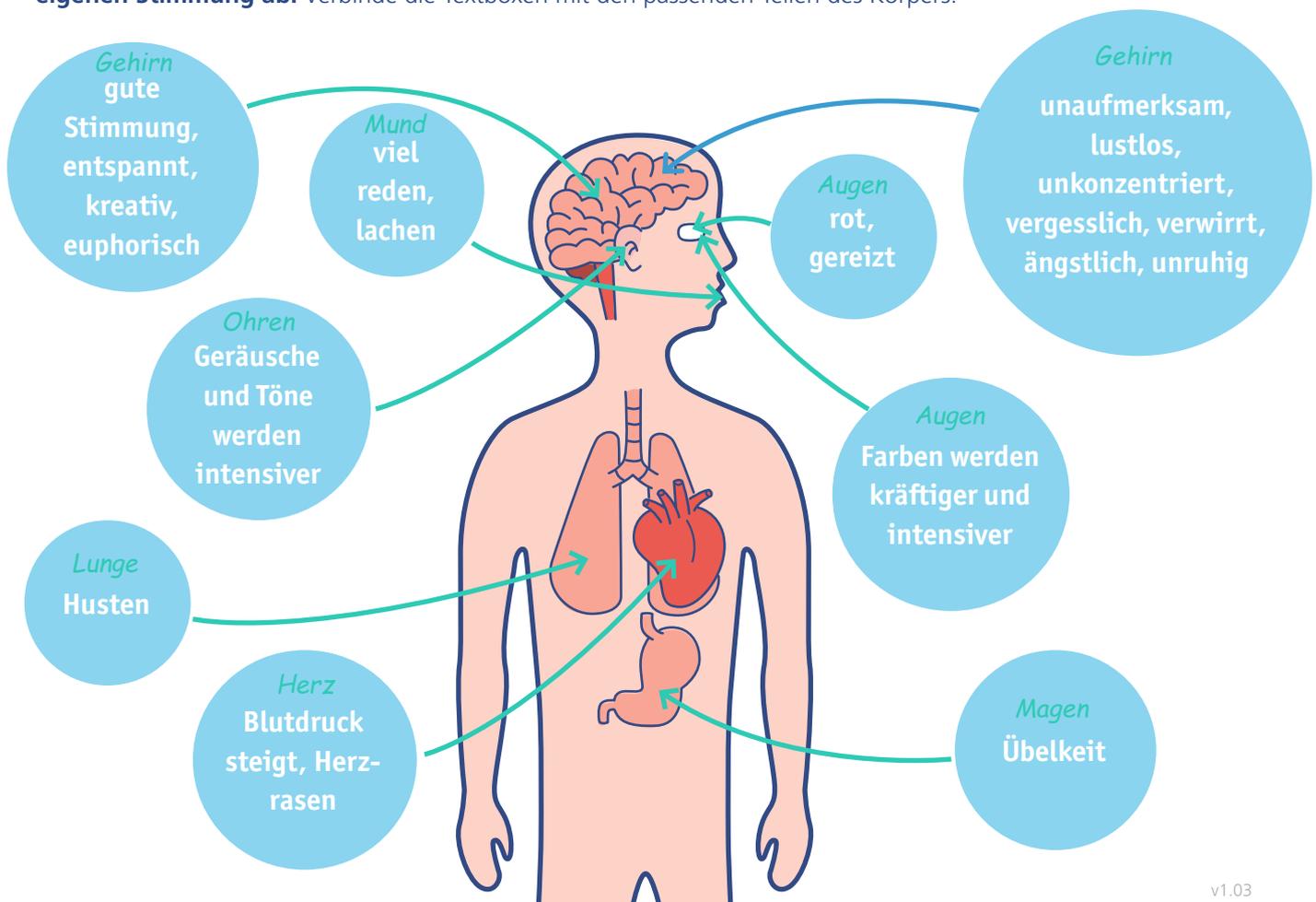
2. Welche Folgen hat die Veränderung?

Wenn mehr THC im Cannabis ist, ist auch die Wirkung von Cannabis heute stärker als früher.

Durchschnittlicher THC-Gehalt
in Prozent



3. Wer Cannabis raucht, erhofft sich bestimmte Wirkungen. Möglich sind aber auch unerwünschte Wirkungen. Welche Erfahrung man macht, hängt z. B. von der Cannabis-Menge, der Situation und der eigenen Stimmung ab. Verbinde die Textboxen mit den passenden Teilen des Körpers.



v1.03



Cannabis – Langzeitfolgen

1. Löst gemeinsam das Puzzle zu den Folgen des Dauerkiffens.
Haltet eure Erkenntnisse hier stichpunktartig fest.



Gehirn
*Lernen fällt schwerer,
man vergisst Sachen.*

Herz und Kreislauf
*Anzahl der Herzschläge
kann steigen, Risiko von
Herzinfarkt möglich.*

Schwangerschaft
*Vorsicht, weil sich das
Gehirn des Kindes noch
entwickelt.*

Lunge
*Der Rauch enthält
Schadstoffe, weil
Cannabis oft mit Tabak
vermischt wird.*

Hormone
*Einfluss auf weiblichen
Zyklus und auf die
Spermienzahl beim Mann.*

2. „Die Leute sagen ...“ – Wie seht ihr das? Sucht euch zwei Statements aus und tauscht euch darüber aus.

Cannabis macht
wenigstens nicht
aggressiv.

Cannabis wird
schließlich auch als
Medizin benutzt!

Alkohol ist
gefährlicher als
Kiffen.

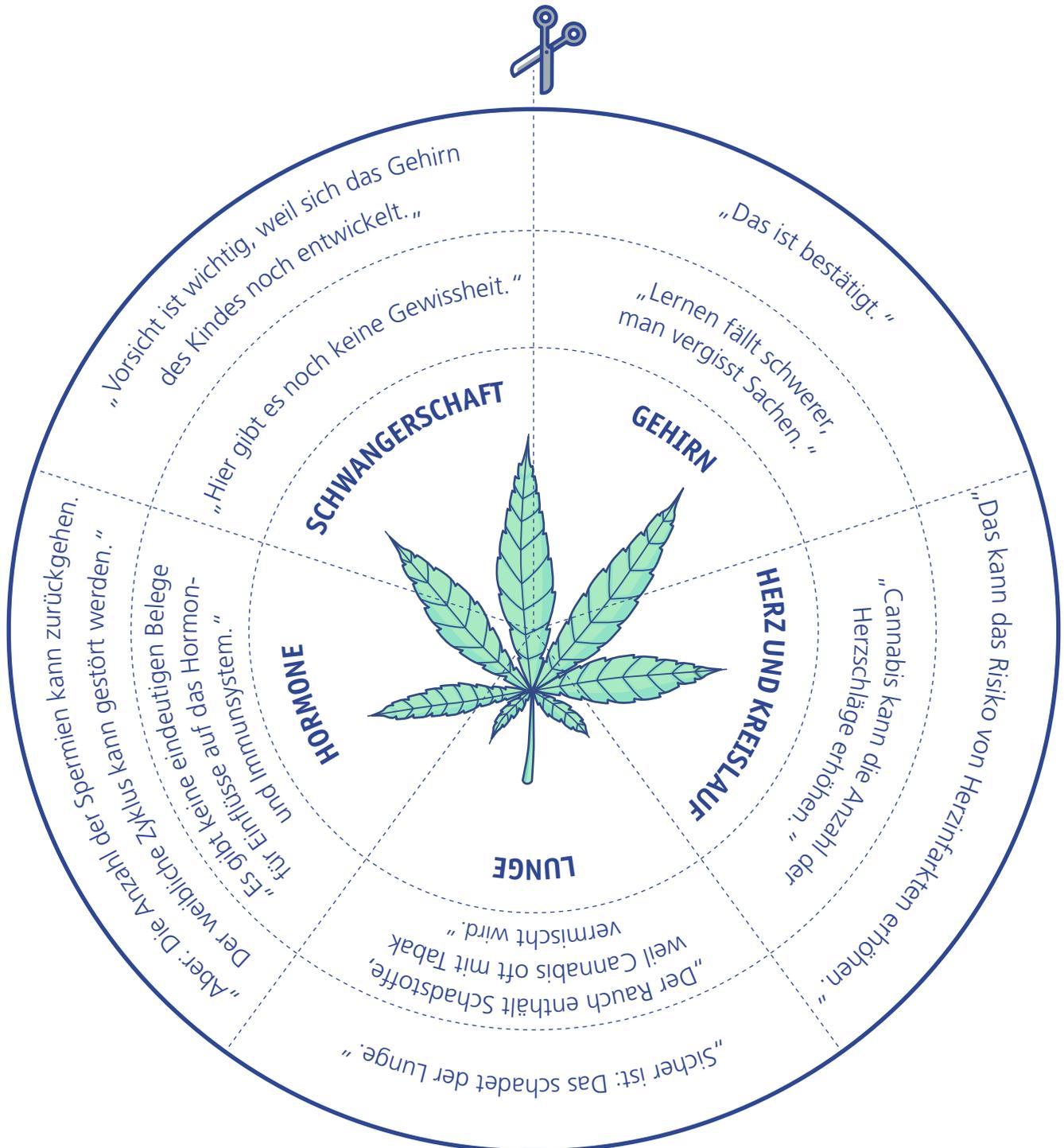
Kiffen und Schule
sind gut miteinander
vereinbar.

Wenn ich kiffe, bin
ich kreativer.

Ich kann richtig gut
schlafen, wenn ich
gekifft habe.



Cannabis als Suchtmittel





Cannabis als Suchtmittel





Pausenlos gesund Unterrichtsmaterial

Cannabis und Sucht

Material für Lehrkräfte



Memory/Glückstopf

Die Wortkartenpaare lassen sich als **Memory** zur Wiederholung und Konsolidierung der Lerninhalte nutzen.

Eine zweite Variante ist die Verwendung nach der „**Glückstopf**“-Methode. Sie dient der Aktivierung des Vorwissens oder der Wiederholung und unterstützt das kontinuierliche Lernen der Schülerinnen und Schüler. Diese erkennen Lernlücken und üben ihr Wissen prägnant zu formulieren.

Wie geht's? Für den Glückstopf werden nur die fettgedruckten Begriffe ausgeschnitten, zusammengefaltet und in einen Behälter (z. B. Stoffbeutel, Schatztruhe) gelegt. Reihum zieht jede/r Schüler/in einen Zettel und erklärt den jeweiligen Begriff. Die anderen dürfen dabei helfen und Ergänzungen einbringen.



Memory/Glückstopf



| | | | |
|-----------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|
| THC | Tetrahydrocannabinol, Wirkstoff von Cannabis, beeinflusst das Nervensystem und das Bewusstsein | CBD | Cannabidiol, Wirkstoff von Cannabis, wirkt entspannend und beruhigend |
| Cannabis sativa | Seit Jahrtausenden bekannte Nutz- und Heilpflanze aus Asien mit vielfältigen Einsatzmöglichkeiten | Stoffgebundene Sucht | Krankhafte Abhängigkeit von einem Stoff, z. B. Alkohol |
| Stoffungebundene Sucht | Krankhafte Abhängigkeit von einem Verhalten, z. B. Kaufsucht | Konsum | Ein Suchtmittel einnehmen, z. B. rauchen, spritzen, trinken |
| Abhängigkeit | Zeigt sich durch das Verlangen und den Kontrollverlust | Missbrauch | Eine Droge weiterhin nehmen, obwohl das schon zu Problemen führt |
| Körperliche Entzugserscheinungen | Treten bei körperlicher Abhängigkeit auf, wenn die Droge nicht mehr genommen wird, z. B. Zittern, Schmerzen, Übelkeit | Psychische/see-lische Entzugserscheinungen | Treten bei psychischer Abhängigkeit auf, z. B. starkes Verlangen, Angst, Aggressivität |

v1.03



Memory/Glückstopf



| | | | |
|--------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| CBN | Cannabinol, Wirkstoff von Cannabis, wirkt krampflösend | Dopamin | Botenstoff im Körper, auch „Glückshormon“ genannt; bewirkt, dass wir uns gut fühlen und glücklich sind |
| Belohnungszentrum | Teil des Gehirns, dort wird Dopamin (= Glückshormon) ausgeschüttet, wichtig für Lernen und Motivation; dort dockt auch THC an | Toleranz | Mehr von einem Suchtmittel brauchen, um die gleiche Wirkung zu erzielen |
| Suchtmittel | Droge, also ein Stoff, von dem man abhängig werden kann | Legal | Gesetzlich erlaubt, nicht verboten, z. B. Alkohol, Zigaretten |
| Illegal | Gegen das Gesetz, verboten, z. B. Verkauf und Besitz von Heroin | Verhaltenssucht | Stoffungebundene Sucht, z. B. Kaufsucht, Spielsucht |
| Psychisch | Seelisch, geistig | Physisch | Körperlich |

v1.03



Placemat-Vorlagen

Placemat ist eine Methode, bei der sich Schülerinnen und Schüler schriftlich austauschen. Ziel ist es, Argumente, Meinungen oder Ideen zu einem Thema zu sammeln. Dazu wird die Klasse in Gruppen von drei bis fünf Lernenden eingeteilt und an Gruppentischen platziert. Gruppenmitglieder kommentieren die schriftlichen Aussagen der Lernenden. So entsteht eine Sammlung von Argumenten und die Lernenden werden zu einem intensiven Austausch angeregt. Es bietet sich an, die Vorlagen auf A3-Papier zu kopieren. Jeder Lernende hat ein Schreibfeld vor sich, um dort Gedanken (stichpunktartig) einzutragen. Dabei herrscht Stille. Die Schreibzeit sollte max. zehn Min. betragen, kann aber verkürzt werden. Dann rutschen die Lernenden einen Stuhl weiter und ergänzen oder kommentieren die Beiträge der anderen Schülerinnen und Schüler mit einem andersfarbigen Stift. Das Schreiben endet, wenn die Ausgangsposition erreicht ist. Dann lesen die Lernenden die Beiträge der anderen und diskutieren darüber.

Die Gruppe einigt sich auf ein Gruppenergebnis und trägt dieses in das Feld in der Mitte ein. Die Ergebnisse können dann vorgestellt und zwischen den Gruppen verglichen oder diskutiert werden. Je nach Alter und Zusammensetzung der Gruppen kann es erforderlich sein, die Diskussion im Plenum zu moderieren, Ergebnisse zusammenzutragen und gemeinsam an der Tafel/dem Smartboard festzuhalten.

Mögliche Themen für das Placemat finden sich bspw. im Material „Cannabis – Langzeitfolgen“, sind jedoch grundsätzlich frei wählbar. Beispiele: „Alkohol ist gefährlicher als Cannabis“, „Cannabis macht nicht süchtig“, „Cannabis ist total gefährlich“. Die Themen können auch aus vorherigen Gesprächen und Meinungsäußerungen der Schülerinnen und Schüler abgeleitet werden, bspw. aus einem Meinungsbild. Placemat kann hier den Abschluss der Unterrichtseinheit bilden, wobei die Lernenden mit ihren Eingangsaussagen konfrontiert werden und ausgehend vom erworbenen Wissen u. U. eine differenziertere Meinung entwickelt haben. Gleichmaßen kann das Placemat am Beginn der Unterrichtseinheit verwendet werden, um Meinungen zu erfassen, was in ein abschließendes Unterrichtsgespräch nach der Unterrichtseinheit mündet.

für 3er-Gruppen:

**gemeinsames
Ergebnis:**

für 4er-Gruppen:

**gemeinsames
Ergebnis:**

für 5er-Gruppen:

**gemeinsames
Ergebnis:**



Was nehme ich mit?

Es handelt sich um eine Feedback- und Reflexionsmethode. Angelehnt an die Methode des Fünf-Finger-Feedbacks sollen die Schülerinnen und Schüler dazu angeregt werden zu überlegen, was ihnen an der Unterrichtseinheit (nicht) gefallen hat, was sie überrascht hat, was sie mitnehmen und worüber sie gern mehr erfahren hätten. Zu den fünf verschiedenen Aussagen sollen sie jeweils einen Satz in das Cannabisblatt schreiben. Die Methode bietet sich dazu an, die Unterrichtseinheit abzuschließen und die Inhalte zu rekapitulieren. Die Rückmeldungen der Schülerinnen und Schüler können in ein Unterrichtsgespräch münden.

In abgewandelter Form kann sie auch für die Erwartungskklärung vor der Lehrereinheit genutzt werden.

Mögliche Aussagen sind:

- „Das interessiert mich.“
- „Darüber möchte ich mehr erfahren.“
- „Damit braucht mir keiner kommen!“ (Das interessiert mich nicht.)
- „Drogen sind ...“ oder „Cannabis ist ...“
- „Mein Interesse am Thema ist ...“



Was nehme ich mit?

Das nehme ich mit!

Das ist mir zu kurz gekommen!

Das war super!

Das hat mir nicht gefallen.

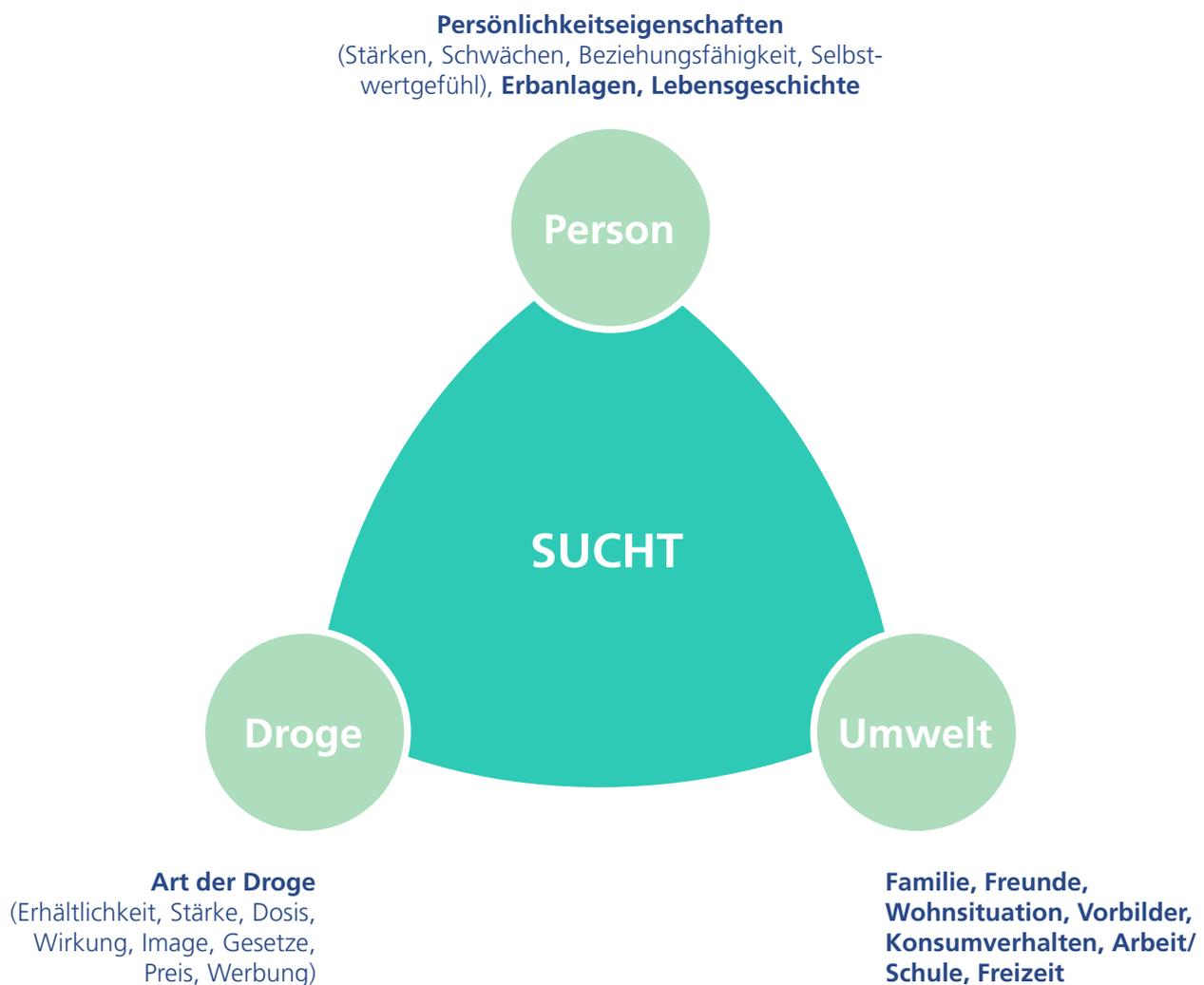
Das wusste ich vorher nicht.



Tafelkarten – Suchtdreieck

Die Tafelkarten sind zum Ausdrucken und bei mehrfacher Verwendung zum Laminieren gedacht. Sie dienen dazu, das Suchtdreieck im Plenum zu besprechen und zu verdeutlichen, dass viele verschiedene Faktoren die Entstehung einer Sucht beeinflussen. Zudem lassen sich Beispiele ergänzen und so die Faktoren näher erläutern. Die Begriffe des Suchtdreiecks können auch die Grundlage einer Mindmap bilden.

Das Suchtdreieck: Wie entsteht Sucht?





Person



Droge/ Suchtmittel



Umwelt



Gene



Arbeit



Schule



Freizeit



Preis



Verfügbarkeit



Dosis



Art der Droge



Familie und Freunde



Lebens- geschichte



Persönlichkeit



Stärken und Schwächen



Werbung



Vorbilder



Wohnort



Konsum- verhalten