

# Wirkung und Folgen



<b>Thema</b>	Wirkung von Cannabis und Folgen des Konsums	
<b>Zeitbedarf</b>	2 Lektionen	
<b>Fächer</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>&gt; Natur und Technik</li><li>&gt; Wirtschaft, Arbeit, Haushalt</li><li>&gt; Ethik, Religionen, Gemeinschaft</li></ul>	
<b>Methoden</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>&gt; Gruppenarbeit</li><li>&gt; Expertenteams</li><li>&gt; Befragungen</li><li>&gt; Plenumsdiskussion</li></ul>	
<b>Einsatz</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>&gt; Fachspezifischer Unterricht</li><li>&gt; Altersdurchmisches Lernen</li><li>&gt; Bestandteil von Projekttagen</li></ul>	
<b>Material</b>	> Planung	2
	> Zusatzinformationen zu den Unterrichtsteilen	3–4
	> Kopiervorlagen ‹Wissen A–D›	5–10
	> Kopiervorlagen ‹Fragebogen A–D›	11–14



## Einführung

Die Wirkung von Cannabis hängt von der Dosis, vom THC-Gehalt sowie von den Erwartungen der konsumierenden Person ab. Ihre psychische Befindlichkeit sowie der Kontext, in dem sie Drogen konsumiert, beeinflussen die Wirkung ebenfalls. Folgende Kategorien behandeln die Wirkung von Cannabis und die Folgen des Konsums:

- > Wissen A, Wirkung von Cannabis und die Folgen bei gelegentlichem Konsum
- > Wissen B, Faktoren, die die Wirkung von Cannabis beeinflussen
- > Wissen C, Folgen von regelmässigem Cannabiskonsum
- > Wissen D, Die Folgen von Cannabiskonsum im Alltag

Die Jugendlichen sollen sich vertieft mit dem Zusammenhang zwischen Erwartung und Wirkung auseinandersetzen, sich Expertenwissen aneignen und Strategien diskutieren, um Konsum zu vermeiden.

## Kompetenzen

- > Die Schülerinnen und Schüler kennen die Wirkung von Cannabis.
- > Sie kennen die Faktoren, die die Wirkung beeinflussen.
- > Sie kennen die hauptsächlichen Folgen des Cannabiskonsums.
- > Fachliche Kompetenzen nach Lehrplan 21: ERG.5.1.c, WAH.4.1.b, NMG.1.2.f

## Vorbereitung

- > Unterrichtssequenzen studieren und Input vorbereiten
- > Klassensätze Merkblätter «Wissen A–D» kopieren (Seiten 5–10)
- > Sie setzen sich mit dem Aspekt «Wissen und Handeln» auseinander

## Ablauf/Module

Input
  Gruppenarbeit
  Klassenverband

Zeit	Themen/Aufträge	Methode/Form	Material/Hinweise
5'	Kurze Einführung in Thema und Kompetenzen	Input	
10'	Arbeitsauftrag 1. Teil: Teams bilden, interne Erhebung	Befragung	> S. 3, 11–14
15'–20'	Arbeitsauftrag 2. Teil: Auseinandersetzung mit dem Thema	Fachteams	> S. 3, 5–10
40'–45'	Arbeitsauftrag 3. Teil: Gegenseitige Befragung der Teams, Auskunft geben zu den Risiken	Teamwettbewerb und Wissensvermittlung	> S. 3, 5–14
5'	Einzelne Themenranglisten bekannt geben und Hauptgewinnerteams bestimmen	Auswertung und Ehrung	> S. 3, 11–14
5'–10'	Schlussreflexion	Lehrgespräch	> S. 4



## Vorgehen

Diese Unterrichtseinheit ist als kleiner Wettbewerb unter «Fachteams» aufgebaut. Teilen Sie die Klassen in 4 gleich grosse Gruppen (Team A bis D). Jede dieser Gruppen bildet ein Fachteam, das sich mit einem der 4 folgenden Themen auseinandersetzt:

- > Wirkung von Cannabis und die Folgen bei gelegentlichem Konsum (Team A)
- > Faktoren, die die Wirkung von Cannabis beeinflussen (Team B)
- > Folgen von regelmässigem Cannabiskonsum (Team C)
- > Die Folgen von Cannabiskonsum im Alltag (Team D)

1. Bestimmen Sie pro Gruppe eine Person, die die Teamleitung übernimmt. Sie erhält den Fragebogen zum entsprechenden Thema. Ohne den Fragebogen den Teammitgliedern zu zeigen, stellt die leitende Person die oben beschriebenen Fragen. Auf dem Fragebogen kreuzt sie die Antworten der Gruppe an. So lässt sich der Wissensstand der Gruppenmitglieder feststellen, bevor sie sich mit den einzelnen Aspekten anhand der Merkblätter (Seiten 5–10) zu Expertinnen und Experten weiterbilden.

2. Verteilen Sie nun die Merkblätter «Wissen A–D» an die entsprechenden Teams (ein Blatt pro Teammitglied). Zusammen gehen die Schülerinnen und Schüler die einzelnen Punkte mehrmals durch und vergleichen sie mit dem Fragebogen. Nun sind sie gegenüber den anderen Teams Expertinnen und Experten auf ihrem Gebiet. Stellen Sie sicher, dass alle wissen, was THC heisst: THC (Tetrahydrocannabinol) ist der psychoaktive Hauptwirkstoff im Cannabis. Er kommt ausschliesslich im Hanf vor. Besonders reich an THC sind die unbefruchteten, weiblichen Blütenstände (etwa 6 bis 20 % THC-Gehalt). Im Rest der Pflanze ist der Anteil weit geringer (knapp 1 %), in den Samen der Pflanze ist gar kein THC enthalten. Die Blätter nahe der Blüte enthalten ca. 5–6 % THC. Weibliche und männliche Pflanzen unterscheiden sich stark im Wirkstoffgehalt.

3. Jetzt kann der «Wettbewerb der Fachleute» beginnen. Bestimmen Sie 2 Plätze, die akustisch voneinander getrennt sind. In 3 Runden sollen sich parallel immer 2 Teams gemäss Fragebogen gegenseitig befragen. Jeweils unmittelbar im Anschluss besprechen Sie die ungelösten oder falsch gelösten Punkte bzw. klären Sie über Wirkung, Faktoren oder Folgen auf:

Erste Runde:	Team A ↔ Team B	Team C ↔ Team D
Zweite Runde:	Team A ↔ Team C	Team B ↔ Team D
Dritte Runde:	Team A ↔ Team D	Team C ↔ Team B

4. Die Teams geben ihre Ranglisten mit der Gesamtpunktzahl bekannt. Das Team, das im Gesamttotal aller Fragebogen die meisten richtigen Antworten aufweist, gewinnt den Wettbewerb.



### **Schlussreflexion**

Die Risiken des Cannabiskonsums lassen sich nur vermeiden, indem man der Konsumauf-forderung widersteht. Dazu ist das Wissen über die Risiken und Folgen von Cannabis-konsum nötig. Je mehr jemand darüber weiss, desto geringer ist die Gefahr, sich zum Konsum verleiten zu lassen. Durch diese Unterrichtseinheit wissen die Schülerinnen und Schüler über Cannabis, seine Wirkung und die Risiken Bescheid.

Das Wissen alleine genügt aber nicht. Die Jugendlichen sind gefordert, das erlangte Wissen in Handlung umzusetzen. Zum Üben eignen sich die anderen Freelance-Haupteinheiten zum Thema Cannabis (siehe «Motive und Rituale» und «selbstbewusst und klar»). Diskutieren Sie im Klassenverband abschliessend die Frage: «Das Wissen über die Wirkung und die Folgen ist wichtig, reicht aber alleine nicht, um dem Cannabiskonsum zu widerstehen. Was glaubt ihr, braucht es zusätzlich, um mit dem Cannabiskonsum gar nicht erst zu beginnen oder, wenn jemand bereits konsumiert, damit aufzuhören?»



## Die Wirkung von Cannabis und die Folgen bei gelegentlichem Konsum

### Mögliche Wirkung von Cannabis:

#### > Empfindung

Häufig ist der Rausch von euphorischen Gefühlen und Gelassenheit gekennzeichnet. Das Selbstbewusstsein wird als erhöht empfunden. Allerdings kann die Euphorie kippen. Angst und Panikgefühle sind die Folge. Psychotische Symptome wie Verwirrtheit und Verfolgungsideen («Paranoia») sind möglich («Horrortrip»).

#### > Denken

Übliche Denkmuster treten in den Hintergrund. Das Denken ist geprägt durch neuartige Ideen und Einsichten, verbunden mit starken Gedankensprüngen. Aus Gedankensprüngen wird ein uferloses Durcheinander im Kopf. Konsumierende können keinen klaren Gedanken fassen, sind orientierungslos oder steigern sich in fixe Ideen bis hin zur Besessenheit.

#### > Gedächtnis

Das Kurzzeitgedächtnis wird gestört. Was vor 5 Minuten war, ist schon wieder vergessen. Gleichgesinnte erleben dies oft als amüsant. Durch das gestörte Kurzzeitgedächtnis kommt es zu Erinnerungslücken und Filmrissen. Das Kurzzeitgedächtnis wird insbesondere beim Lernen intensiv gefordert, z. B. um Fremdwörter auswendig zu lernen oder Mathematikformeln zu begreifen. Darum ist der Cannabiskonsum bei Jugendlichen besonders schädlich.

#### > Wahrnehmung

Konsumierende neigen zu Überempfindlichkeit bis hin zu Halluzinationen. Anfangs empfinden sie vor allem Licht und Musik intensiver. Sonst Nebensächliches wird deutlicher wahrgenommen. Die Zeit scheint langsamer zu verstreichen.

#### > Kommunikation

Das Gemeinschaftserlebnis wird intensiver wahrgenommen. Konsumierende haben das Gefühl, sich besser in Andere hineinversetzen zu können. Oft empfinden sie jedoch Isolation anstelle des gemeinsamen Erlebens. Konsumierende fühlen sich in «ihrem eigenen Film gefangen» und bekommen wenig von der Umwelt mit. Sie erleben sich als ausgegrenzt und können sich nicht mehr mitteilen.

#### > Körper

Einerseits erhöht sich der Herzrhythmus, andererseits fühlt man sich entspannt. Ein Gefühl der Leichtigkeit bei gleichzeitiger Verlangsamung der Bewegungen tritt ein. Der Mund und die Kehle sind trocken, die Pupillen erweitert und die Augen gerötet. Auch die Reaktionsfähigkeit verändert sich, die Konzentration nimmt ab. Neben einem verstärkten Hungergefühl können Bewegungsstörungen auftreten. Herzrasen, Übelkeit und Schwindel können sich einstellen. Ein Kreislaufkollaps ist möglich.



## Faktoren, die die Wirkung von Cannabis beeinflussen

Die Wirkung von Cannabis hängt in erster Linie von der Dosis und vom THC-Gehalt ab. Weitere Faktoren können die Wirkung zusätzlich beeinflussen. So kann die Wirkung von Cannabis sehr unterschiedlich sein: von euphorischen Gefühlen bis zu lähmender Trägheit. Manche behaupten, nichts zu spüren, anderen wird einfach nur schlecht. Es gibt grosse Unterschiede, sowohl zwischen Konsumierenden als auch zwischen den einzelnen Rauschzuständen bei ein und derselben Person. Grundsätzlich lässt sich die Wirkung daher schlecht vorhersehen. Bekannt ist aber, welche Faktoren die Wirkung beeinflussen:

### > Cannabismenge

Natürlich hängt die Wirkung von der konsumierten Menge ab. In der Regel wird Cannabis geraucht. Wie viel Cannabis in einem Joint enthalten ist, können Drittrauchende nicht erahnen. Sie müssen deshalb mit unliebsamen Überraschungen rechnen. Dasselbe gilt, wenn Cannabis in Nahrungsmittel gemischt wird (Kekse, Kuchen usw.). Je höher die Dosis, desto stärker kann die als negativ erlebte Wirkung sein.

### > Unterschiedlicher THC-Gehalt

Die psychoaktive Substanz im Cannabis ist das THC (Tetrahydrocannabinol). Je nachdem woher das Cannabis stammt, kann der THC-Gehalt im Marihuana oder Haschisch sehr unterschiedlich hoch sein und die Wirkung entsprechend ausfallen. Besonders in Innenanlagen gezüchtete Marihuanasorten können einen hohen THC-Anteil enthalten.

### > Konsumform

Geraucht wirkt Cannabis meist unmittelbarer und intensiver, als wenn es gegessen oder getrunken wird. Dies hat mehrere Gründe: Wird Cannabis gegessen, so muss es über den Verdauungstrakt in die Blutbahn aufgenommen werden, um zum Gehirn zu gelangen. Dabei gelangt weniger THC in die Blutbahn als beim Rauchen. Beim Inhalieren von Cannabisrauch gelangt THC direkt über die Lunge in die Blutbahn. Beim Essen von Cannabis baut die Leber bereits einen Teil des THC ab. In natürlichen Cannabisprodukten ist das THC überwiegend in seiner inaktiven Form, der Tetrahydrocannabinolsäure, vorhanden. Damit daraus das psychoaktiv wirksame THC entsteht, muss es erhitzt werden, z. B. im Joint. Im Backofen lässt sich derselbe Effekt erzielen. Beim Essen von Cannabis kann es wegen der verzögerten Wirkung leicht zu höheren Dosierungen kommen als beabsichtigt. Bei hohen Dosierungen können jedoch besonders die als unangenehm erlebten Wirkungen zunehmen.



## > Cannabisarten

Cannabis wird meist in Form von Marihuana (getrocknete Blüten und Blätter) oder Haschisch (aus dem Harz der Blütenstände), selten als Haschischöl (konzentrierter Auszug des Harzes) konsumiert. Der THC-Gehalt nimmt in der Regel in der genannten Reihenfolge zu. Wie bereits erwähnt, kann der Wirkstoffgehalt je nach Anbaugebiet, -methode und Verarbeitung stark schwanken.

Marihuana beinhaltet etwa 0,5 bis 5 % THC. Speziell gezüchtete Indoor-Pflanzen allerdings haben eine viel höhere THC-Konzentration und können bis zu 20 % THC enthalten. Umgangssprachlich heisst Marihuana auch Gras, Heu, Pot, Kif, Ganja, Mary Jane. Haschisch hingegen hat einen THC-Gehalt von 10 bis 30 % und wirkt darum stärker als Marihuana. In der Umgangssprache nennt man Haschisch auch Hasch, Shit, Bolle, Piece, Chnübli, Stoff oder Dope. Cannabisöl hat einen sehr hohen THC-Gehalt von etwa 50 bis 80 % und wirkt darum viel stärker als Haschisch oder Marihuana. Cannabisöl heisst auch Oil, Red Oil oder Indian Oil.

Ein wichtiger Aspekt ist, dass bei der Haschischproduktion leichter Zusatzstoffe beigegeben werden können als bei relativ unverarbeitetem Marihuana. Je nachdem, was beigemischt wird, muss mit unliebsamen Nebenwirkungen gerechnet werden.

## > Konsumtechnik

Wird Cannabis gegessen oder getrunken, setzt die Wirkung verzögert ein. Dabei kann es leicht zu höheren Dosierungen kommen als beabsichtigt. Am häufigsten ist das Rauchen von Cannabis. Zeitweise werden Rauchgeräte wie Bong (spezielle Wasserpfeife) oder Shisha benutzt. Dabei inhaliert die oder der Konsumierende mit einem Atemzug eine wesentlich grössere Menge Rauch.

## > Konsumhäufigkeit und -dauer

Regelmässig Konsumierende müssen nach und nach die Cannabismenge erhöhen, um dieselbe Wirkung zu erzielen. Sie erhöhen dadurch auch die allgemeinen Risiken und Nebenwirkungen.

## > Befindlichkeit

Die verschiedenen Gefühlszustände der Konsumierenden können den Rausch beeinflussen. Wer sich nicht gut fühlt, wird vom Kiffen bestimmt nicht glücklicher. Cannabis kann die gute wie die schlechte Stimmung verstärken. Es kommt allerdings vor, dass der positiv empfundene Effekt unerwartet während des Rausches ins Negative umschlägt.

## > Konsumsituation

Die Wirkung von Cannabis kann mit der Befindlichkeit eines Menschen zusammenhängen. Ebenso können die aktuelle Situation und Umgebung sowie die Menschen, mit denen man zusammen ist, die Wirkung beeinflussen.



## Folgen von regelmässigem Cannabiskonsum

### Aus der Forschung bislang bekannte Folgen:

#### Körperliche Folgen:

- > Aufmerksamkeit, Konzentration und Lernfähigkeit werden beeinträchtigt.
- > Die Lungenfunktion wird beeinträchtigt und die Gefahr, an Lungenkrebs zu erkranken, ist erhöht. Cannabisrauch enthält mehr krebserregende Stoffe als eine vergleichbare Menge Tabakrauch. Bei Joints raucht man sowohl Tabak als auch Cannabis.
- > Bei Frauen ist Cannabiskonsum vermutlich mit Hormonstörungen und einem leicht erhöhten Risiko von Unfruchtbarkeit verknüpft. Missbildungen bei Kindern sind nicht auszuschliessen.  
Auswirkungen auf die Schwangerschaft sind umstritten. Es gibt Fachleute, die aussagen, dass sich die Schwangerschaft verkürze und das Gewicht des Neugeborenen verringere. Allerdings hat der Tabak starke Auswirkungen auf die oben erwähnten Risiken.
- > Bei Männern führt ein chronischer Cannabiskonsum zu fehlgebildeten Spermien.
- > Es ist nicht auszuschliessen, dass Cannabiskonsum in der Pubertät die Entwicklung verzögert.
- > Es können Entzugssymptome beobachtet werden: Brechreiz, Schweissausbrüche, Zittern, Schlaf- und Appetitlosigkeit.
- > Gemäss Studien lässt der langjährige und hochdosierte Cannabiskonsum bestimmte Gehirnteile schrumpfen. In den meisten Studien ist aber von leichten Einbussen in den Bereichen Lernvermögen und Gedächtnis die Rede. Gleichzeitig wird darauf hingewiesen, dass die Ergebnisse nur für Erwachsene gelten. Es müsse davon ausgegangen werden, dass das sich entwickelnde Gehirn von Kindern und Jugendlichen sehr viel verletzlicher sei und schädliche Einflüsse des Cannabiskonsums daher nicht auszuschliessen seien. Der Zeitpunkt des ersten Konsums ist dabei relevant.





### Psychische und soziale Folgen

- > Es kann sich eine psychische Abhängigkeit entwickeln. Dabei geht die Kontrolle über den Konsum verloren. Ein erhöhtes Risiko diesbezüglich besteht bei einem täglichen Konsum.
- > Kann Cannabis Psychosen\* auslösen? Die Forschung ist dazu geteilter Meinung. Der Zusammenhang zwischen Cannabiskonsum und dem Ausbruch einer Psychose ist trotz zahlreicher und zum Teil sehr aufwändiger Studien bislang nicht abschliessend geklärt. Kaum noch Zweifel bestehen allerdings an der Aussage, dass für Psychosen anfällige Personen ihr Risiko erhöhen, wenn sie kiffen.
- > Chronischer Cannabiskonsum kann mit Rückzugstendenzen aus dem sozialen Umfeld einhergehen. Den Aufgaben des Alltags in Schule, Studium, Beruf usw. stehen die Betroffenen oft gleichgültig gegenüber.

Weitere psychische und soziale Folgen sind:

- > Eine labile psychische Gesundheit
- > Ausschliesslich drogenkonsumierende Freunde
- > Mangelnde soziale Unterstützung (im Familien- und Bekanntenkreis)
- > Allgemeine soziale Perspektivenlosigkeit (z. B. Arbeitslosigkeit)
- > Einschränkung der Bewegungs- und Reisefreiheit (Angst, erwischt zu werden)
- > Kritische Lebensereignisse (z. B. Verlassenwerden vom Partner)

Diese Folgen kommen bei einem frühzeitigen Beginn des Cannabiskonsums (unter 16 Jahren) mit zunehmendem Alter verstärkt zum Tragen.

*\* Der Begriff Psychose bezeichnet eine Gruppe schwerer psychischer Störungen, die mit einem zeitweiligen weitgehenden Verlust des Realitätsbezugs einhergehen.*



## Die Folgen von Cannabiskonsum im Alltag

Cannabiskonsum verursacht nicht nur körperliche und psychische Folgen. Auch im Alltag kann er erhebliche Probleme und Gefahren mit sich bringen.

### **Im Strassenverkehr:** (Selbst- und Fremdgefährdung)

- > Durch Beeinträchtigung von Aufmerksamkeit und Konzentration sowie durch Veränderungen in der Wahrnehmung erhöht sich die Selbst- und Fremdgefährdung. Dies gilt für das Lenken von Motorfahrzeugen wie für das Mitfahren. Das gleiche Risiko besteht natürlich auch bei motorlosen Fortbewegungsmitteln (Rad, Skateboard usw.) sowie für Fussgängerinnen und Fussgänger.

### **In der Schule**

- > Aufmerksamkeit, Konzentration und Lernfähigkeit werden beeinträchtigt. Die Folgen sind Leistungsabfall, schlechte Noten und dadurch wesentlich verminderte Chancen bei der Lehrstellensuche oder bei der Aufnahme an weiterführende Schulen.
- > Konflikte mit der Schulhausordnung, Disziplinarmaßnahmen, Information der Erziehungsberechtigten bis zum Schulverweis sind möglich.

### **Bei der Arbeit**

- > Bei der Arbeit mit gefährlichen Maschinen sowie beim Führen von Motorfahrzeugen besteht ein stark erhöhtes Risiko. Bei verantwortungsvollen, leitenden und führenden beruflichen Tätigkeiten kann es aufgrund veränderter Wahrnehmung und verminderter Aufmerksamkeit zu Fehlreaktionen kommen. Damit einher gehen die Auswirkungen auf Mensch und Umwelt und die eigenen Finanzen sowie der Entzug von verantwortungsvollen Tätigkeiten bis zur Kündigung der Arbeitsstelle.

### **In Sport, Freizeit und Hobby**

- > Durch mangelnde Aufmerksamkeit und Selbstüberschätzung steigt die Unfallgefahr beträchtlich. Zudem werden die Risiken nicht mehr richtig eingestuft. Cannabiskonsumtinnen und -konsumenten gefährden nicht nur sich selbst. Nicht selten passieren Unfälle mit Unbeteiligten.
- > Die sportliche Leistung geht durch fehlende Konzentration sowie durch den Abbau der Kondition (Lungenfunktion) beim gemischten Tabak-Cannabiskonsum zurück.
- > Bei regelmässigem Konsum wird die Freizeit oft nur noch mit «Gleichgesinnten» verbracht. Alles dreht sich um Cannabis (Beschaffung und Konsum).

### **Rechtliche Folgen:**

- > Cannabiskonsumtinnen und -konsumenten laufen Gefahr, mit dem Gesetz in Konflikt zu kommen. Besitz, Konsum, Anbau und Handel mit Cannabisprodukten, die einen THC-Gehalt ab 0,3 % haben, fallen unter das Betäubungsmittelgesetz und sind illegal. Lediglich Industriehanf hat weniger THC (Textilfasern, Wärmedämmstoff für Bausulationen usw.).
- > Enorme Risiken bestehen beim Konsumieren und/oder Mitführen von Cannabis während Auslandsreisen oder bei Grenzübertritten in Länder, in denen die Gesetze wesentlich restriktiver sind als bei uns und umgesetzt werden.



Kopiervorlage

**Frage: Welche Wirkung und Folgen können bei gelegentlichem Konsum eintreten?**

**Wichtig:** Es sollen nicht die Folgen von *regelmässigem* Konsum genannt werden! Entsprechende Felder ankreuzen.

**Wichtig:** Den Fragebogen so halten, dass die Befragten diesen nicht sehen können.

Am Schluss alle nicht erratenen Wirkungen und Folgen mitteilen und anhand des Merkblattes «Wissen A» erklären.

	Gruppen:	A	B	C	D
<b>&gt; Empfindung</b>					
Euphorische Gefühle, Glücksgefühle		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Lachdrang		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gelassenheit, Entspanntheit		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Angst und Panikgefühle		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Verwirrtheit und Verfolgungsideen		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>&gt; Denken</b>					
Neuartige Ideen		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Starke Gedankensprünge		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Konzentrationschwäche, keine klaren Gedanken		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Orientierungslosigkeit		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Fixe Ideen bis hin zur Besessenheit		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>&gt; Gedächtnis</b>					
Kurzzeitgedächtnis gestört		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Erinnerungslücken		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>&gt; Wahrnehmung</b>					
Überempfindlichkeit		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Halluzinationen		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Wahrnehmung von Nebensächlichem		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Zeit scheint langsamer zu verstreichen		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>&gt; Kommunikation</b>					
Intensive Wahrnehmung von Gemeinschaftserlebnis		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gefühl, sich besser in Andere hineinversetzen zu können		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sich isoliert und ausgegrenzt fühlen		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>&gt; Körper</b>					
Erhöhter Herzrhythmus bis Herzrasen		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gefühl der Leichtigkeit		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Verlangsamung der Bewegungen		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Trockenheit in Mund und Kehle		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
erweiterte Pupillen, gerötete Augen		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Verminderte Reaktionsfähigkeit		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Verstärktes Hungergefühl		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Bewegungsstörungen		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Übelkeit und Schwindel		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kreislaufkollaps möglich		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Total angekreuzte Felder (max. 29)</b>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Rangliste (1. 2. 3. und 4. Rang)</b>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



Kopiervorlage

**Frage: Welche Faktoren beeinflussen die Wirkung von Cannabis – mit welchen Folgen?**

Entsprechende Felder ankreuzen. **Wichtig:** Den Fragebogen so halten, dass die Befragten diesen nicht sehen können. Am Schluss alle nicht erratenen Faktoren mitteilen und anhand des Merkblattes «Wissen B» erklären.

Gruppen:	<b>A</b>	<b>B</b>	<b>C</b>	<b>D</b>
<b>&gt; Cannabismenge</b>				
Wirkung: Je nach Cannabismenge die auf einmal konsumiert wird	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Folge: Oft weiss man nicht, wie viel Cannabis beigemischt wurde	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>&gt; THC-Gehalt</b>				
Wirkung: Je nach Höhe bzw. prozentualem Anteil von THC	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Folge: Wirkung unvorhersehbar, da THC-Konzentration oft unbekannt ist	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>&gt; Konsumform (Vergleich bei gleicher Menge)</b>				
Wirkung: Geraucht wirkt es schneller	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Folge: Starke Wirkung plus zusätzliche Risiken des Tabakkonsums	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Wirkung: Nahrungsmitteln beigemischt wirkt es langsamer	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Folge: Durch verzögerte Wirkung zu schnell zu viel «nachgeschoben»	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>&gt; Konsumhäufigkeit und -dauer</b>				
Wirkung: Regelmässig Konsumierende brauchen höhere Dosen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Folgen: Die allgemeinen Risiken und Nebenwirkungen erhöhen sich dadurch	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>&gt; Befindlichkeit</b>				
Wirkung: Die Befindlichkeit kann die Wirkung beeinflussen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Folge: Schlechte Stimmung kann durch Cannabis verschlechtert werden	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>&gt; Konsumsituation</b>				
Wirkung: Art der Umgebung, Situation und Menschen wirkt mit	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Folge: Je nachdem kann die Wirkung negativ ausfallen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Total angekreuzte Felder (max. 15)</b>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Rangliste (1. 2. 3. und 4. Rang)</b>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



Kopiervorlage

**Frage: Welche Folgen kann regelmässiger Cannabiskonsum haben?**

**Wichtig:** Es sollen nicht die Folgen des gelegentlichen Konsums genannt werden!

Entsprechende Felder ankreuzen. **Wichtig:** Den Fragebogen so halten, dass die Befragten diesen nicht sehen können. Am Schluss alle nicht erratenen Folgen mitteilen und anhand des Merkblattes «Wissen C» erklären.

Gruppen:	<b>A</b>	<b>B</b>	<b>C</b>	<b>D</b>
<b>&gt; Körperliche Folgen</b>				
Aufmerksamkeit, Konzentration und Lernfähigkeit werden beeinträchtigt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Lungenfunktion beeinträchtigt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Erhöhte Gefahr von Lungenkrebs	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Zusammen mit Tabak erhöhte Gefahr von Missbildungen bei Neugeborenen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Zusammen mit Tabak erhöhte Gefahr von Frühgeburten	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Erhöhte Gefahr von Hormonstörungen bei Frauen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Erhöhte Gefahr von Unfruchtbarkeit bei Frauen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Fehlbildung von Spermien bei Männern	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Erhöhte Gefahr verzögerter körperlicher Entwicklung in der Pubertät	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Entzugserscheinungen wie Brechreiz, Schweissausbrüche	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Entzugserscheinungen wie Zittern, Schlaf- und Appetitlosigkeit	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hirnschädigungen bei jahrelangem, hochdosiertem Konsum möglich	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>&gt; Psychische und soziale Folgen</b>				
Psychische Abhängigkeit bei täglichem Konsum	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Bei Veranlagung erhöhtes Risiko einer Psychose	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gleichgültigkeit gegenüber den Anforderungen des Alltags	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Fast nur drogenkonsumierende Freunde	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mangelnde soziale Unterstützung (im Familien- und Bekanntenkreis)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Allgemeine soziale Perspektivenlosigkeit (z. B. Arbeitslosigkeit)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ständige Angst, erwischt zu werden	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kritische Lebensereignisse (z. B. Verlassenwerden v. Partner/Partnerin)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Total angekreuzte Felder (max. 21)</b>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Rangliste (1. 2. 3. und 4. Rang)</b>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



Kopiervorlage

**Frage: Welche Folgen können nach Cannabiskonsum im Alltag auftreten?**

**Wichtig:** Es sollen keine körperlichen und psychischen Folgen genannt werden!

Entsprechende Felder ankreuzen. **Wichtig:** Den Fragebogen so halten, dass die Befragten diesen nicht sehen können. Am Schluss alle nicht erratenen Folgen mitteilen und anhand des Merkblattes «Wissen D» erklären.

Gruppen:	<b>A</b>	<b>B</b>	<b>C</b>	<b>D</b>
<b>&gt; Im Strassenverkehr (Selbst- und Fremdgefährdung)</b>				
Unfallgefahr beim Lenken von Motorfahrzeugen (PW, LKW, Mofa usw.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Unfallgefahr beim Benutzen von motorlosen Fahrzeugen (Rad, Boards usw.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Unfallgefahr für Mitfahrende	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Unfallgefahr für Fussgängerinnen und Fussgänger	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>&gt; In der Schule</b>				
Leistungsabfall und schlechte Noten	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Verminderte Chancen bei der Lehrstellensuche	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Geringe Chancen Aufnahmeprüfungen in weiterführende Schulen zu schaffen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Disziplinarmaßnahmen in der Schule	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Information an die Eltern durch die Schulleitung	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Schulverweis möglich	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>&gt; Bei der Arbeit</b>				
Unfallgefahr im Umgang mit Maschinen und Geräten	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Unfallgefahr beim Lenken von Fahrzeugen (Traktoren, Hubstapler usw.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gefahr von Fehlentscheidungen mit Folgen auf Mensch, Umwelt, Finanzen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Entzug von verantwortungsvollen Tätigkeiten	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Verlust der Arbeitsstelle	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>&gt; In Sport, Freizeit und Hobby</b>				
Grundsätzlich erhöhte Unfallgefahr und Fremdgefährdung	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Verminderung der sportlichen Leistung	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vernachlässigen von Hobbys und anderen Freizeitbeschäftigungen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Zeit nur noch mit Drogenkonsum und «Gleichgesinnten» verbringen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>&gt; Rechtliche Folgen</b>				
Konflikte mit der Polizei	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gerichtlich erlassene Strafen und Sanktionen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vorbestrafung	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Haftung bei Unfällen mit Fremdverschulden	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gesetzeskonflikte und Strafen bei Auslandsreisen und Grenzübertreten	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Total angekreuzte Felder (max. 24)</b>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Rangliste (1. 2. 3. und 4. Rang)</b>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>