

# Drogen und ihre Wirkweise

Name:

Date:



**Lies dir den folgenden Erfahrungsbericht durch und beantworte die dazugehörigen Fragen.**

## **Mein Weg in und aus der Ecstasy-Sucht**

Mein Name ist Tom und ich möchte euch von meiner Erfahrung mit Ecstasy erzählen. Es begann alles, als ich 16 Jahre alt war. Auf einer Party reichte mir ein Freund eine kleine Pille und sagte, dass ich mich damit fantastisch fühlen würde. Neugierig und ohne viel nachzudenken, nahm ich die Pille. Die Wirkung setzte schnell ein: Ich fühlte mich euphorisch, voller Energie und unglaublich verbunden mit den Menschen um mich herum. Die Musik klang intensiver und ich hatte das Gefühl, jede Emotion in mir wäre verstärkt. Ecstasy, auch bekannt als MDMA, beeinflusst das zentrale Nervensystem und führt dazu, dass große Mengen der Neurotransmitter Serotonin, Dopamin und Noradrenalin freigesetzt werden. Diese Stoffe sind für unsere Stimmung und Emotionen verantwortlich. Anfangs schien es wie ein harmloser Spaß. Doch mit der Zeit brauchte ich immer häufiger eine höhere Dosis, um denselben Effekt zu erzielen. Was ich nicht wusste: Ecstasy hat auch viele negative Nebenwirkungen. Nach einer durchfeierten Nacht folgte oft ein tiefes Loch. Ich war erschöpft, depressiv und antriebslos. Das lag daran, dass meine Serotoninspeicher im Gehirn leer waren und sich erst wieder auffüllen mussten. Zudem hatte ich oft Muskelkrämpfe, trockenen Mund und Herzrasen. Die Nächte, in denen ich Ecstasy nahm, wurden immer häufiger, und bald drehte sich mein ganzes Leben nur noch um die nächste Party und den nächsten Kick. Eines Nachts hatte ich einen schlimmen Zusammenbruch. Ich fühlte mich extrem ängstlich und hatte Panikattacken. Es war, als ob die Welt um mich herum zusammenbrach. Ich hörte Stimmen und sah Dinge, die nicht da waren. Später erfuhr ich, dass ich eine substanzinduzierte Psychose hatte, ausgelöst durch meinen exzessiven Drogenkonsum. Diese Psychosen können auch nach einmaligem Konsum auftreten und sind nicht immer heilbar.

Das war der Wendepunkt für mich. Mit Hilfe meiner Familie und eines Therapeuten begann ich, mich aus der Sucht zu kämpfen. Es war ein harter Weg, aber ich schaffte es. Heute bin ich clean und weiß, wie gefährlich Ecstasy wirklich ist. Die Droge hat nicht nur mein Leben, sondern auch meine Gesundheit gefährdet. Mein Rat an euch: Lasst die Finger von Ecstasy und anderen Drogen. Es mag zunächst harmlos erscheinen, aber die Folgen können verheerend sein. Passt auf euch auf und trifft kluge Entscheidungen für eure Zukunft.

**Beschreibe die positiven und negativen Wirkungen von Ecstasy, die Tom in seiner Geschichte erfahren hat.**

---

---

---

**Erkläre, wie Ecstasy das zentrale Nervensystem beeinflusst und welche langfristigen Folgen dies haben kann.**

---

---

---

# Drogen und ihre Wirkweise



Name:

Date:

**Schau dir das folgende Video an und bearbeite im Anschluss die Aufgaben.**



## **Youtube: Wie entsteht Sucht im Gehirn?**

To watch the youtube video just scan the QR code.

<https://www.youtube.com/watch?v=TwfF6ZpvQMs>

**Kreuze die richtige Antwort an.**

**Ab wie viel Promille, folgt eine falsche Einschätzung von Entfernungen?**

- bis 0,3 Promille    1-2 Promille    ab 0,3 Promille

**Alkohol ist eine Gesellschaftsdroge**

- Falsch    Richtig    Nicht wenn ich mir dessen bewusst bin

**Was für Schäden verursacht Alkohol vor allem in Jungen Jahren**

- Er kann Gedächtnis Problemen und Problemen mit der Emotionalen Regulierung hervorrufen  
 Ab 16 Jahren entstehen keine Schäden mehr    Er ist in kleinen mengen nicht schädlich

**Wieso ist Gruppenzwang ein häufiges Problem beim Konsum von Alkohol und anderen Drogen**

- Gruppenzwang ist in der heutigen Gesellschaft selten ein Problem  
 Weil in der Gruppe seltener Dinge konsumiert werden wie alleine  
 Gruppenzwang, kann ein heranzuführen an Konsum begünstigen, nein sagen ist jedoch absolut in Ordnung.

**Warum verlieren natürliche Verstärker und andere Dinge bei einer süchtigen Person an Bedeutung?**

- Weil das Belohnungssystem nur noch auf die Droge reagiert  
 Weil das Gehirn keine Dopamin mehr produziert  
 Weil der Konsum zur neuen sozialen Norm wird

**Welche Strategie kann hilfreich sein, um die Kontrolle über das eigene Verhalten beim Ausstieg aus einer Sucht zurückzugewinnen?**

- Mehr Zeit mit Freunden zu verbringen, die konsumieren
- Konsumauslösenden Reizen aus dem Wege zu gehen
- Nur gelegentlich die Droge zu konsumieren

**Was bedeuten die Fachbegriffe? Finde die Paare.**

Dopamin ●	● Verhalten, das durch wiederholte Handlungen automatisiert wird und schwer zu ändern ist.
natürliche Verstärker ●	● Ein Botenstoff, der im Gehirn ausgeschüttet wird und Wohlbefinden erzeugt.
Belohnungssystem ●	● Angeborene Bedürfnisse wie Nahrung oder sozialer Kontakt, die das Belohnungssystem aktivieren.
Gewohnheitsmäßiges Verhalten ●	● Eine Gehirnstruktur, die uns zu überlebenswichtigen Aktivitäten lenkt und durch Dopamin aktiviert wird.

**Erkläre, wieso deiner Meinung nach Personen Alkohol trinken. Siehst du einen Vorteil im Konsum von Alkohol?**

---

---

---

**Beschreibe die Gefahren von Alkoholkonsums. Wieso sollte verantwortlich mit dem Konsum von Alkohol umgegangen werden?**

---

---

---