



Sucht - Cannabis – 3. Zyklus

Wirkungen und Risiken beim Cannabiskonsum – Wettbewerb unter «ExpertInnenteams»

Zielgruppe

- 3. Zyklus

Kompetenzen

- SuS wissen über die Wirkungen Bescheid
- SuS sind über die wichtigsten Risiken des Cannabiskonsums im Bilde
- SuS wissen über die wirkungsbeeinflussenden Faktoren Bescheid

Arbeits- und Sozialformen

- Gruppenarbeit
- ExpertInnenteams
- Befragungen
- Plenum

Zeitfenster

- 2 Lektionen

Vorbereitung/Material

- Unterrichtssequenzen studieren
- Fragebogen und Info-Blätter «Wissen» kopieren

Ablauf

Zeit	Inhalt	Material
5'	LP stellt Thema und Lernziele vor.	
10'	<p>LP teilt Klasse in vier gleich grosse Gruppen. Jede dieser Gruppen wird zum ExpertInnenteam, in dem sie sich je mit einem der vier folgenden Themen auseinandersetzen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Team A: «Wirkungen und erste Risiken» • Team B: «Wirkungsfaktoren» • Team C: «Risiken bei regelmässigem Konsum» • Team D: «Risiken im Alltag» <p>LP bestimmt pro Gruppe eine Person, die die Teamleitung übernimmt. Dieser gibt die LP den Fragebogen zum entsprechenden Thema. Ohne den Fragebogen den Teammitgliedern zu zeigen, stellt die leitende Person die oben beschriebenen Fragen und kreuzt die Antworten an.</p>	Fragebogen A,B,C,D



Zeit	Inhalt	Material
20'	<p>LP verteilt nun den entsprechenden Teams ihre themenspezifischen «Info-Blätter» aus (eines pro Teammitglied). Zusammen gehen die SuS die einzelnen Punkte mehrmals durch und vergleichen sie mit dem Fragebogen. Nun sind sie gegenüber den anderen Teams Expertinnen und Experten auf ihrem Gebiet.</p>	<p>Klassensatz Info-Blätter «Wissen» A,B,C,D</p>
45'	<p>Jetzt kann der «ExpertInnen-Wettbewerb» beginnen.</p> <p>Die LP bestimmt zwei Plätze, die akustisch voneinander getrennt sind.</p> <p>In drei Runden befragen sich parallel immer zwei Teams gemäss Fragebogen gegenseitig:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Erste Runde: Team A befragt Team B; Team C befragt Team D und umgekehrt • Zweite Runde: Team A befragt Team C; Team B befragt Team D und umgekehrt • Dritte Runde: Team A befragt Team D; Team C befragt Team B und umgekehrt <p>Jeweils unmittelbar nach der Befragung werden die ungelösten oder falsch gelösten Punkte besprochen bzw. über die Wirkungen, Faktoren oder Risiken aufgeklärt.</p>	
5'	<p>Die Teams geben ihre Ranglisten mit der Gesamtpunktzahl bekannt. HauptgewinnerInnen-Teams sind die Gruppen, die im Gesamttotal, alle Fragebogen zusammengezählt, die meisten richtigen Antworten aufweisen.</p>	
10'	<p>Diskutieren Sie im Klassenverband abschliessend die Frage: «Das Wissen über die Wirkungen und Risiken 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? »</p>	

Quelle

- Be Freelance, Cannabis, Rausch und Risiko
Download (31.01.2022):http://www.be-freelance.net/images/freelance/pdf/unterricht/t_a_c/03_rausch_und_risiko/ue_c_2.pdf

Fragebogen A

Frage: Welche Wirkungen und erste Risiken können bei gelegentlichem Konsum eintreten?

	Gruppen:	A	B	C	D
Empfindung					
– Euphorische Gefühle, Glücksgefühle					
– Lachdrang					
– Gelassenheit, Entspantheit					
– Angst und Panikgefühle					
– Verwirrtheit und Verfolgungsideen					
Denken					
– Neuartige Ideen					
– Starke Gedankensprünge					
– Konzentrationsschwäche, keine klaren Gedanken					
– Orientierungslosigkeit					
– Fixe Ideen bis hin zur Besessenheit					
Gedächtnis					
– Kurzzeitgedächtnis wird gestört					
– Erinnerungslücken					
Wahrnehmung					
– Überempfindlichkeit					
– Halluzinationen					
– Wahrnehmung von nebensächlichem					
– Zeit scheint langsamer zu verstreichen					
Kommunikation					
– Gemeinschaftserleben intensiver wahrnehmen					
– Gefühl, sich besser in Andere hineinzusetzen					
– Sich isoliert und ausgegrenzt erleben					
Körper					
– Erhöhung des Herzrhythmus bis Herzrasen					
– Gefühl der Leichtigkeit					
– Verlangsamung der Bewegungen					
– Mund und die Kehle sind trocken					
– Pupillen erweitert und die Augen gerötet					
– Verminderte Reaktionsfähigkeit					
– Erhöhtes Hungergefühl					
– Bewegungsstörungen					
– Übelkeit und Schwindel					
– Kreislaufkollaps möglich					
Total angekreuzte Felder (max. 29)					
Rangliste (1.2.3. und 4. Rang)					

Quelle: http://www.be-freelance.net/images/freelance/pdf/unterricht/t_a_c/03_rausch_und_risiko/ue_c_2.pdf

Fragebogen B

Frage: Welche Faktoren beeinflussen die Wirkung von Cannabis – mit was für Risiken?

Entsprechende Felder ankreuzen. Wichtig: Den Fragebogen so halten, dass die Befragten nicht draufsehen. Am Schluss alle nicht erratenen Faktoren mitteilen und anhand eures Info-Blattes «Wissen» B erklären.

Gruppen:	A	B	C	D
Menge Cannabis				
– Wirkung: Je nach Menge Cannabis, die auf einmal konsumiert wird				
– Risiko: Oft weiss man nicht, wie viel beigemischt wurde				
THC-Gehalt				
– Wirkung: Je nach Höhe bzw. prozentualem Anteil des THC-Gehaltes				
– Risiko: Wirkung unvorhersehbar, da THC-Konzentration oft unbekannt ist				
Konsumform (Vergleich bei gleicher Menge)				
– Wirkung: Geraucht wirkt es schneller				
– Risiko: Starke Wirkung plus zusätzliche Risiken des Tabakkonsums				
– Wirkung: Nahrungsmitteln beigemischt wirkt es langsamer				
– Risiko: Durch langsamere Wirkung zu schnell zu viel «nachgeschoben»				
Konsumhäufigkeit und -dauer				
– Wirkung: die Befindlichkeit kann die Wirkung beeinflussen				
– Risiko: Die allgemeinen Risiken und Nebenwirkungen erhöhen sich dadurch				
Befindlichkeit				
– Wirkung: die Befindlichkeit kann die Wirkung beeinflussen				
– Risiko: schlechte Stimmung kann durch Cannabis verschlechtert werden				
Konsumsituation				
– Wirkung: Art der Umgebung, Situation und Menschen wirkt mit				
– Risiko: Je nachdem kann die Wirkung negativ ausfallen				
Total angekreuzte Felder (max. 14)				
Rangliste (1.2.3. und 4. Rang)				

Quelle: http://www.be-freelance.net/images/freelance/pdf/unterricht/t_a_c/03_rausch_und_risiko/ue_c_2.pdf

Fragebogen C

Frage: Welche Risiken bestehen bei regelmässigem Cannabiskonsum?

Wichtig: Es sollen nicht die Risiken genannt werden, die bereits bei gelegentlichem Konsum entstehen können! Entsprechende Felder ankreuzen.

Wichtig: Den Fragebogen so halten, dass die Befragten nicht draufsehen. Am Schluss alle nicht erratenen Risiken mitteilen und anhand eures Info-Blattes «Wissen» C erklären.

	Gruppen:	A	B	C	D
Körperliche Risiken					
– Aufmerksamkeit, Konzentration und Lernfähigkeit werden beeinträchtigt					
– Lungenfunktion beeinträchtigt					
– Erhöhte Gefahr von Lungenkrebs					
– Zusammen mit Tabak erhöhte Gefahr von Missbildungen bei Neugeborenen					
– Zusammen mit Tabak erhöhte Gefahr von Frühgeburten					
– Erhöhte Gefahr von Hormonstörungen bei Frauen					
– Erhöhte Gefahr von Unfruchtbarkeit bei Frauen					
– Fehlbildung von Spermien bei Männern					
– Erhöhte Gefahr verzögerter körperlicher Entwicklung in der Pubertät					
– Entzugserscheinungen wie Brechreiz, Schweissausbrüche					
– Entzugserscheinungen wie Zittern, Schlaf- und Appetitlosigkeit					
– Hirnschädigungen bei jahrelangem, hochdosiertem Konsum möglich					

Psychische und soziale Risiken					
– Psychische Abhängigkeit bei täglichem Konsum					
– Bei Veranlagung erhöhtes Risiko des Ausbruchs einer Psychose					
– Gleichgültigkeit gegenüber den Anforderungen des Alltags					
– Fast nur drogenkonsumierende Freunde					
– Mangelnde soziale Unterstützung (im Familien- und Bekanntenkreis)					
– Allgemeine soziale Perspektivenlosigkeit (z.B. Arbeitslosigkeit)					
– Ständige Angst erwischt zu werden					
– Kritische Lebensereignisse (z.B. Verlassen werden von Partner/Partnerin)					

Total angekreuzte Felder (max. 20)				
Rangliste (1.2.3. und 4. Rang)				

Quelle: http://www.be-freelance.net/images/freelance/pdf/unterricht/t_a_c/03_rausch_und_risiko/ue_c_2.pdf

Fragebogen D

Frage: Welche Risiken können beim Cannabiskonsum im Alltag auftreten?

Wichtig: Es sollen keine körperlichen und psychischen Risiken genannt werden!
 Entsprechende Felder ankreuzen. Wichtig: Den Fragebogen so halten, dass die Befragten nicht draufsehen. Am Schluss, alle nicht erratenen Risiken mitteilen und anhand eures Info-Blattes «Wissen» D erklären.

	Gruppen:	A	B	C	D
Risiken im Strassenverkehr (Selbst- und Fremdgefährdung)					
– Unfallgefahr beim Lenken von Motorfahrzeugen (PW, LKW, Moped, usw.)					
– Unfallgefahr beim Benutzen von motorlosen Fahrzeugen (Rad, Boards, usw.)					
– Unfallgefahr für Mitfahrende					
– Unfallgefahr für Fussgängerinnen und Fussgänger					

Risiken in der Schule					
– Leistungsabfall und schlechte Noten					
– Verminderte Chancen bei der Lehrstellensuche					
– Geringe Chancen Aufnahmeprüfungen in weiterführende Schulen zu schaffen					
– Disziplinar massnahmen in der Schule					
– Information an die Eltern durch die Schulleitung					
– Schulverweis möglich					

Risiken bei der Arbeit					
– Unfallgefahr im Umgang mit Maschinen und Geräten					
– Unfallgefahr beim Lenken von Fahrzeugen (Traktoren, Hubstapler usw.)					
– Gefahr von Fehlentscheidungen mit Folgen auf Mensch/Umwelt/Finanzen					
– Entzug von verantwortungsvollen Tätigkeiten					
– Verlust der Arbeitsstelle					

Risiken im Sport, Freizeit und Hobby					
– Grundsätzlich erhöhte Unfallgefahr und Fremdgefährdung					
– Verminderung der sportlichen Leistung					
– Vernachlässigen von Hobbys und anderen Freizeitbeschäftigungen					
– Zeit nur noch mit Drogenkonsum und «Gleichgesinnten» verbringen					

Rechtliche Risiken					
– Konflikte mit der Polizei					
– Gerichtlich erlassene Strafen und Sanktionen					
– Vorbestrafung					
– Haftung bei Unfällen mit Fremdverschulden					
– Gesetzeskonflikte und Strafen bei Auslandsreisen und Grenzübertreten					

Total angekreuzte Felder (max. 24)					
Rangliste (1.2.3. und 4. Rang)					

Quelle: http://www.be-freelance.net/images/freelance/pdf/unterricht/t_a_c/03_rausch_und_risiko/ue_c_2.pdf

Die Wirkung von Cannabis und die Risiken bei gelegentlichem Konsum

Folgende Wirkungen können eintreten:

- **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 zu Besessenheit.

- **Gedächtnis**

Das Kurzzeitgedächtnis wird gestört. Was vor fünf Minuten war, gerät bereits in Vergessenheit. Unter gleichgesinnten wird dies oft als amüsanter erlebt. Durch das gestörte Kurzzeitgedächtnis kommt es zu Erinnerungslücken und «Filmrissen». Das Kurzzeitgedächtnis wird insbesondere bei Lernenden sehr stark gebraucht, z. B. um Fremdwörter auswendig zu lernen oder Mathematik-formeln zu begreifen. Darum ist der Cannabiskonsum bei Jugendlichen besonders schädlich.

- **Wahrnehmung**

Konsumierende neigen zu Überempfindlichkeiten bis hin zu Halluzinationen. Anfangs wird vor allem die Licht- und Musikempfindlichkeit intensiviert. 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 wird aber statt dem gemeinsamen Erleben Isolation empfunden. 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 macht sich breit. Der Mund und die Kehle sind trocken, die Pupillen erweitert und die Augen gerötet. Ebenfalls verändert sich die Reaktionsfähigkeit und es zeigen sich Schwächen bei der Konzentration. Ein erhöhtes Hungergefühl stellt sich ein und Bewegungsstörungen können auftreten. Herzrasen, Übelkeit und Schwindel können sich einstellen. Ein Kreislaufkollaps ist möglich.

Quelle: http://www.be-freelance.net/images/freelance/pdf/unterricht/t_a_c/03_rausch_und_risiko/ue_c_2.pdf

Faktoren, die die Wirkung von Cannabis beeinflussen

Die Wirkung von einem Cannabiskonsum hängt in erster Linie von der Dosis und vom THC-Gehalt ab. Nicht zu unterschätzen sind aber verschiedene weitere Faktoren, die zusätzlich einen Einfluss auf die Wirkung haben. 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 bei ein und derselben Person. Grundsätzlich lässt sich die Wirkung daher schlecht vorhersehen. Bekannt ist aber, welche Faktoren die Wirkung beeinflussen:

- **Menge Cannabis**

Natürlich hängt die Wirkung von der Menge ab, die konsumiert wird. In der Regel wird Cannabis geraucht. Wie viel Cannabis in einen Joint gemischt wird, kann von Drittrauchenden nicht erahnt werden. Mit unliebsamen Überraschungen muss gerechnet werden. Dasselbe gilt, wenn Cannabis in Nahrungsmittel gemischt wird (Kekse, Kuchen usw.). Je höher die Dosis, desto eher können die als negativ erlebten Wirkungen zunehmen.

- **Unterschiedlicher THC-Gehalt**

Die psychoaktive Substanz im Cannabis ist das THC (Tetrahydrocannabinol). Je nachdem, woher der 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 haben. Hatte Cannabis z.B. in den 1960-ern einen THC-Gehalt von 4 bis 7 %, schwankt der THC-Gehalt heute zwischen 20 oder sogar 60 %. Entsprechend können Cannabisprodukte von früher kaum mit denjenigen von heute verglichen werden.

- **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 wird weniger THC in die Blutbahn aufgenommen, als beim Rauchen. Denn beim Inhalieren von Cannabisrauch gelangt THC direkt über die Lunge in die Blutbahn. Beim Essen von Cannabis wird ein Teil bereits in der Leber abgebaut. In natürlichen Cannabisprodukten ist das THC überwiegend in seiner inaktiven Form, der Tetrahydrocannabinolsäure, vorhanden. Damit daraus das psychoaktiv wirksame THC wird, muss es erhitzt werden, z. B. im Joint. Im Backofen kann dieser Prozess allerdings auch erzielt werden. Beim Essen von Cannabis kann es infolge des verzögerten Wirkungseintritts leicht zu höheren Dosierungen kommen als beabsichtigt. Bei hohen Dosierungen können jedoch besonders die als unangenehm erlebten Wirkungen zunehmen.

- **Art des Cannabis**

Cannabis wird meist in Form von Marihuana (getrocknete Blüten und Blätter) oder Haschisch (aus dem Harz der Blütenstände), selten als Haschisch Öl (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.

Faktoren, die die Wirkung von Cannabis beeinflussen (Fortsetzung)

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

Ein wichtiger Aspekt ist, dass bei der Haschischproduktion leichter Zusatzstoffe beigemischt werden können als bei relativ unverarbeitetem Marihuana. Je nachdem, was beigemischt wird, muss mit unliebsamen Wirkungen 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 den Bong (spezielle Wasserpfeife) benutzt, der ungefähr so wirkt, wie er heisst, weil dabei eine wesentlich größere Menge Rauch mit einem Atemzug inhaliert wird.

- **Konsumhäufigkeit und -dauer**

Regelmässig Konsumierende müssen nach und nach die Menge des Cannabis 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. Wem es nicht gut geht, 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**

So wie die Wirkung mit der Befindlichkeit eines Menschen zusammenhängen kann, haben auch die Situation und die Umgebung, in der man sich befindet, sowie die Menschen, mit denen man zusammen ist, ihren Einfluss.

Quelle: http://www.be-freelance.net/images/freelance/pdf/unterricht/t_a_c/03_rausch_und_risiko/ue_c_2.pdf

Risiken beim regelmässigen Cannabiskonsum

Folgende Risiken sind aus der Forschung bislang bekannt:

Körperliche Risiken:

- 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 der Unfruchtbarkeit verknüpft. Missbildungen von Kindern sind nicht auszuschließen. Auswirkungen auf die Schwangerschaft sind umstritten. Es gibt Fachleute, welche aussagen, dass die sich Dauer verkürzt und das Gewicht des Neugeborenen geringer sei. Allerdings hat der Tabak starke Auswirkungen auf die oben erwähnten Risiken.
- Bei Männern führt ein chronisch starker Cannabiskonsum zu fehlgebildeten Spermien.
- Es ist nicht auszuschliessen, dass Cannabiskonsum in der Pubertät die Entwicklung verzögert.
- Es können Symptome eines Entzuges beobachtet werden: Brechreiz, Schweissausbrüche, Zittern, Schlaf- und Appetitlosigkeit.
- Eine neue Studie aus Australien (Mai 2008) sagt aus, dass der langjährige und hochdosierte Konsum von Cannabis bestimmte Teile des Gehirns schrumpfen lässt. Solche neuen Studien sind allerdings mit Vorsicht zu geniessen und müssen erst durch weitere Studien bestätigt werden. Über die Frage, wie schädlich Cannabis für das Gehirn ist, gibt es eine Vielzahl, teilweise sich widersprechende Untersuchungsergebnisse. 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.

Quelle: http://www.be-freelance.net/images/freelance/pdf/unterricht/t_a_c/03_rausch_und_risiko/ue_c_2.pdf

Risiken beim regelmässigen Cannabiskonsum (Fortsetzung)

Psychische und soziale Risiken

- 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 worden. Kaum noch Zweifel bestehen allerdings an der Aussage, dass Personen, die für eine Psychose anfällig sind, das Risiko für einen Ausbruch einer Psychose erhöhen, wenn sie kiffen.
- Chronischer Cannabiskonsum kann mit Rückzugstendenzen aus dem sozialen Umfeld einhergehen. Den Aufgaben des Alltags wie Schule, Studium, Beruf usw. stehen die Betroffenen oft gleichgültig gegenüber.

Weitere psychische und soziale Risiken sind:

- Eine labile psychische Gesundheit
 - Ausschliesslich drogenkonsumierende Freunde
 - Mangelnde soziale Unterstützung (im Familien- und Bekanntenkreis)
 - Allgemeine soziale Perspektivlosigkeit (z.B. Arbeitslosigkeit)
 - Einschränkung der Bewegungs- und Reisefreiheit (Angst, erwischt zu werden)
 - Kritische Lebensereignisse (z.B. Verlassen werden vom Partner)
- Diese Risiken kommen bei einem frühzeitigen Beginn des Cannabiskonsums (unter 16 Jahren) mit zunehmendem Alter verstärkt zum Tragen.

Quelle: http://www.be-freelance.net/images/freelance/pdf/unterricht/t_a_c/03_rausch_und_risiko/ue_c_2.pdf

Risiken beim Cannabiskonsum im Alltag

Es sind nicht nur körperliche und psychische Risiken, die ein Cannabiskonsum beinhaltet. Im Alltag kann der Cannabiskonsum erhebliche Probleme und Gefahren mit sich bringen:

Risiken im Strassenverkehr: (Selbst- und Fremdgefährdung)

- Durch Beeinträchtigung der 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.

Risiken in der Schule

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

Risiken in 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 auf Grund veränderter Wahrnehmung und verminderter Aufmerksamkeit zu Fehlentscheidungen kommen – mit entsprechenden Auswirkungen auf Mensch und Umwelt, finanziellen Folgen einhergehend mit dem Entzug von verantwortungsvollen Tätigkeiten bis zur Kündigung der Arbeitsstelle.
- Bei einem Stellenabbau sind es oft Personen mit einer Suchtproblematik, die zuerst ihre Arbeit verlieren.

Risiken in Sport, Freizeit und Hobby

- Durch mangelnde Aufmerksamkeit und Selbstüberschätzung steigt die Unfallgefahr beträchtlich. Zudem werden die Risiken nicht mehr richtig eingestuft. Cannabis Konsumierende gefährden nicht nur sich selbst. Ob es nun bekiffte Snowboarder oder Skifahrer sind, die durch Fehleinschätzung abseits der Piste eine Lawine auslösen oder beim Turmspringen im Freibad nicht beachtet wird, wer gerade unten durchschwimmt, für die Betroffenen kann es lebenslängliche Folgen haben.
- 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 Risiken

- Cannabis Konsumierende 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 strafbar. Lediglich Industriehanf hat weniger THC (Textilfasern, Wärmedämmstoff für Bauprodukte usw.).
- Enorme Risiken beim Konsumieren und/oder Mitführen von Cannabis während Auslandsreisen oder bei Grenzübertreten in Ländern, in denen die Gesetze wesentlich restriktiver sind als bei uns und umgesetzt werden.

Quelle: http://www.be-freelance.net/images/freelance/pdf/unterricht/t_a_c/03_rausch_und_risiko/ue_c_2.pdf