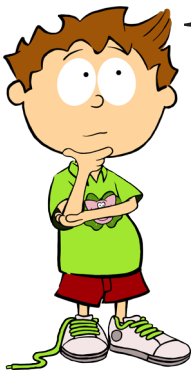


Trügerische Glückshelfer: Drogen und Sucht



**Drogen gaukeln
Glücksgefühle vor!**



Menschen haben manchmal Probleme und sind unglücklich. Es gibt zum Beispiel Stress in der Familie, Probleme bei der Arbeit oder in der Schule. Oder es werden schlimme Dinge erlebt. Aber kein Mensch will lange unglücklich sein. Und so sucht man nach Mitteln und Wegen, um aus der unglücklichen Situation herauszukommen.

Wenn diese unglücklich machende Situation aber nicht mehr auszuhalten ist und für einen selbst unveränderbar scheint, nehmen manche Menschen sogenannte Drogen. Das sind Stoffe, die man zum Beispiel in Form von Tabletten zu sich nimmt. Diese Drogen verändern die Gefühle. Sie wirken an der Stelle im Gehirn, an der die Glücksgefühle entstehen. Kurzfristig stellen sie so falsche Glücksgefühle her. Dem Gehirn wird etwas vorgemacht. Es ändert sich damit natürlich nicht die Situation, der Grund für das Traurigsein, es wird nur für einen kurzen Moment das schlechte Gefühl verdrängt.

Drogen sind trügerische Glückshelfer

Drogen stellen also ein Glücksgefühl künstlich her. Man fühlt sich glücklich, auch wenn man eigentlich traurig ist. Wenn Menschen allerdings öfter Drogen nehmen, können sie sehr bald kein echtes Glücksgefühl mehr empfinden, egal wie schön eine Situation auch ist. Aber niemand möchte ohne Glück leben. Deswegen nehmen manche Menschen immer wieder Drogen. Zum Schluss geht es nicht mehr ohne.

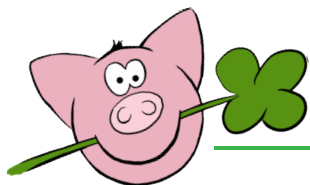


Drogen schaden der Gesundheit

Es gibt sehr viele unterschiedliche Drogen. Die meisten Drogen sind vom Gesetz verboten, das heißt, man kann sie nur heimlich kaufen und macht sich sogar strafbar. Aber es gibt auch Drogen, die erlaubt sind und die Erwachsene im Supermarkt kaufen können, wie Alkohol und Zigaretten. Egal ob Drogen erlaubt oder verboten sind, sie schaden dem Körper und können süchtig machen.



Mach dich schlau! | Was denkst du? | Macht was zusammen!



Trügerische Glückshelfer: Drogen und Sucht



Sucht bedeutet, dass das Belohnungssystem im Gehirn immer mehr von etwas haben will. Wenn man nicht mehr ohne die Droge, die einem Glück vorspielt, leben kann, wird das als psychische Abhängigkeit bezeichnet. Die Abhängigen wissen, dass es ihnen schlechter geht, wenn die Wirkung der Droge nachlässt, und müssen immer mehr und öfter Drogen nehmen. Menschen können so auch körperlich von Drogen abhängig werden. Weil der Körper sich daran gewöhnt, braucht er die Drogen dann irgendwann regelmäßig. Wenn der Körper keine Drogen mehr bekommt, fühlt sich ein süchtiger Mensch krank oder hat sogar Schmerzen. Aber wenn er mehr Drogen nimmt, geht es ihm auch nicht besser, sondern immer schlechter. Spätestens dann braucht man dringend Hilfe!



Auch Computerspiele können süchtig machen

Doch nicht nur Drogen können süchtig machen. Es gibt auch noch andere Möglichkeiten, abhängig von etwas zu werden. Viele Jugendliche spielen gerne Computer oder surfen im Internet. Solange Computerspielen ein Hobby ist, ist das kein Problem. Sich nach einem stressigen Schultag ein bisschen abzulenken oder mit Freunden zusammen zu spielen, macht Spaß. Schwierig wird es, wenn man damit nicht mehr aufhören kann: Wenn Freunde vernachlässigt werden, keine Zeit mehr da ist, für die Schule zu lernen, und nur noch in der künstlichen Welt der Computerspiele gelebt wird.

Wenn du etwas gerne und oft machst, bist du natürlich nicht gleich süchtig. Aber wenn du merkst, dass du damit nicht mehr so leicht aufhören kannst und andere Dinge schleifen lässt, dann ist es gut, darüber mit deinen Freunden oder Eltern zu sprechen.

! Überprüfe dein Wissen

Wenn du den Text gut durchgelesen hast, kannst du dein Wissen über Drogen und Sucht mit dem Arbeitsblatt „Trügerische Glückshelfer“ auf die Probe stellen.



Mach dich schlau! | Was denkst du? | Macht was zusammen!

Aktion Schulstunde zur ARD-Themenwoche 2013
© Rundfunk Berlin-Brandenburg