



**Online-Lernsystem „Alkohol im Körper“  
Lektionenvorschlag Nr. 6**

# Wie kommt es zu den Rauschwirkungen? Alkohol im Gehirn

## Erläuterungen für Lehrpersonen

<b>Einordnung</b>	Die Übung bezieht sich v.a. auf die Inhalte des Teils „Alkohol im Gehirn“.
<b>Ziel</b>	Die Schüler/-innen verbinden die Wirkungen des Alkohols auf verschiedene Gehirnareale mit Auswirkungen in konkreten Situationen. Sie überlegen, in welchen Situationen Alkohol problematische Auswirkungen haben kann.
<b>Form</b>	Kleingruppenarbeit mit Arbeitsblatt
<b>Ablauf</b>	Die Übung kann nach einer freien Auseinandersetzung mit dem Teil „Alkohol im Gehirn“ des Lernsystems durchgeführt werden. Im Prinzip ist aber auch eine Durchführung unabhängig vom Lernsystem möglich. Es ist keine Recherche notwendig, das Arbeitsblatt fasst die wichtigsten Fakten zusammen und bietet die Basis für die Bearbeitung. Die Schüler/-innen verbinden diese Fakten mit konkreten Situationen.
<b>Zeitaufwand</b>	1 Lektion (20 Minuten Arbeit in Kleingruppen, 25 Minuten Besprechung in der Klasse)
<b>Quellen für Ihre Vorbereitung</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Inhalte des Lernsystems: Insbesondere der Teil „Alkohol im Gehirn“</li><li>• Reihe „Jugendliche und Alkohol“: Heft Nummer 2 <b>Alkohol im Körper – Wirkung und Abbau</b></li><li>• Reihe „Jugendliche und Alkohol“: Heft Nummer 3 <b>Alkohol im Strassenverkehr – Risiken erkennen und Verhalten anpassen</b></li><li>• Reihe „Jugendliche und Alkohol“: Heft Nummer 4 <b>Alkohol und Rausch – zwischen Risiken und dem Wunsch nach Entgrenzung</b></li></ul>

Alle diese Hilfsmittel befinden sich auf der Website [www.suchtschweiz.ch](http://www.suchtschweiz.ch), Rubrik „Info-Materialien“

Wir bitten Lehrpersonen, uns eine Rückmeldung zu geben, wie das Lernsystem von den Schülerinnen und Schülern aufgenommen wurde, und ob sich die Lektionenvorschläge bewährt haben. So können wir unser Angebot optimieren. Rückmeldungen können Sie uns per Mail zukommen lassen an: [alkoholimkoerper@suchtschweiz.ch](mailto:alkoholimkoerper@suchtschweiz.ch)



Alkohol wirkt auf das Gehirn in erster Linie hemmend. Er bremst die Leistung verschiedener Hirnareale. Einige Beispiele sind hier aufgeführt. Links ist beispielhaft beschrieben, welche Funktionen die verschiedenen Hirnareale haben und wie sich Alkohol auswirken kann. Sucht nach Situationen, in denen sich diese Auswirkungen als Problem erweisen können.

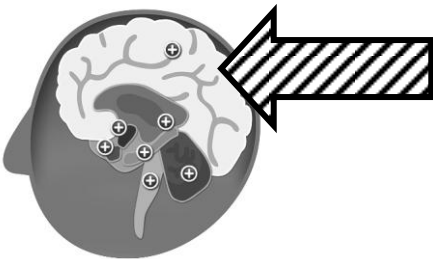


## Alkohol im Gehirn

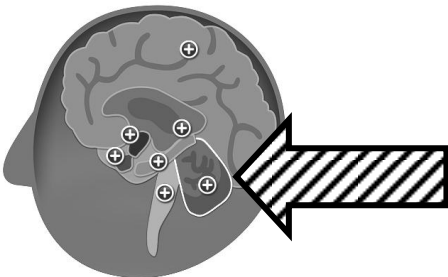
---

Warum ist das ein Problem?  
Was kann geschehen?

---



Die **Grosshirnrinde** hat besonders komplizierte Funktionen. Schon wenig Alkohol führt zum Beispiel dazu, dass die Reaktionszeiten sich verlängern. Rasch wird man zum Beispiel auch gesprächiger, Hemmungen fallen und man kann nicht mehr richtig klar denken.



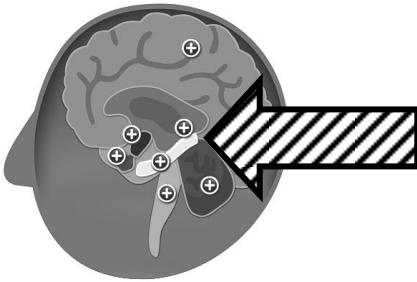
Das **Kleinhirn** hilft uns u.a., uns im Gleichgewicht zu halten. Die Koordination von Bewegungen und das Gleichgewicht werden durch Alkohol gestört.



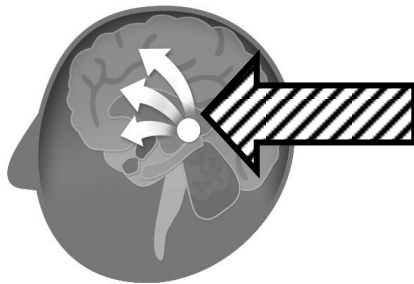
---

**Warum ist das ein Problem?  
Was kann geschehen?**

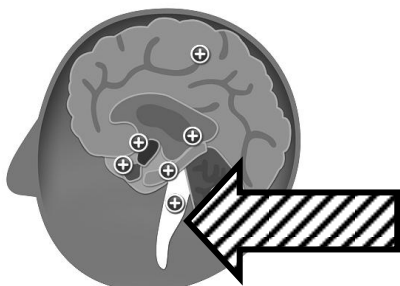
---



Der **Hippocampus** spielt unter anderem eine wichtige Rolle für unser Gedächtnis. Übermässiger Alkoholkonsum kann zum Beispiel zu Blackouts führen.



Alkohol löst im **Belohnungssystem** Gefühle aus, die wir als angenehm und belohnend erleben und an die sich das Hirn noch nach Monaten erinnern kann.



Der **Hirnstamm** sorgt insbesondere dafür, dass „automatische“ Körperfunktionen, zum Beispiel die Atmung, die Körpertemperatur oder der Puls immer stimmen. Wenn jemand sehr viel Alkohol getrunken hat, ist es möglich, dass der Hirnstamm nicht mehr richtig funktioniert.