

## Wie kam es zu dem konkreten Rückfall / zu dem ungeplanten Konsum?

Dieses Arbeitsblatt kann Dir helfen, darüber nochmal genauer nachzudenken:

The diagram is a horizontal flowchart with four main vertical sections, each representing a stage in a process. Each section consists of a smaller header box at the top and a larger, empty rectangular box below it. The sections are connected by arrows pointing from left to right.

- SITUATION**  
Wie war die konkrete Situation kurz vor dem Konsum? Wer war dabei? Wo warst du? Was genau ist passiert?
- GEFÜHL**  
Wie hast Du Dich gefühlt?
- GEDANKEN**  
Was ging Dir durch den Kopf?
- VERHALTEN**  
Wie hast Du Dich verhalten? Was hast Du getan? Was nicht?