

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle Paderborn plant in Kooperation mit dem Bündnis Mediensucht Paderborn die Gründung einer

## Selbsthilfegruppe Mediensucht für Angehörige von Betroffenen

Immer mehr Menschen sowohl Erwachsene als auch Kinder und Jugendliche verbringen immer mehr Zeit vor oder am Computer. Mittlerweile ist es fast Standard, dass selbst die Kinder ein Internetfähiges Handy besitzen und das "world wide web" somit ständig und überall präsent ist.

Oft sind Eltern/Angehörige ratlos, wie sie mit dem Umstand umgehen sollen, dass ihre Kinder/Jugendliche/Partner den Computer und Internet-Netzwerke wie zum Beispiel facebook scheinbar realen Freunden und Situationen vorziehen.

Die Frage, was ist noch „normal und unbedenklich“ und was ist schon als ungesund und süchtig anzusehen, ist manchmal schwer zu beantworten.

Was tun, wenn offensichtlich Aufgaben und reale Freunde und Kontakte vernachlässigt werden?

Was können Eltern/ Angehörige den Suchtgefahren entgegensetzen?

Welche Strategien sind hilfreich, welche professionellen Hilfsangebote gibt es?

Diese Fragen könnten neben dem Erfahrungsaustausch thematisiert werden, um Strategien zu entwickeln mit der Situation umgehen zu können. Durch den Austausch mit anderen Gleichbetroffenen können Angehörige hilfreiche Entlastung erfahren und möglicherweise wertvolle Tipps bekommen, welche Schritte anzustreben sind.

Interessierte melden sich bei der

Selbsthilfe-Kontaktstelle Paderborn

Telefon 05251 – 878 29 60 oder per Email [selbsthilfe-paderborn@paritaet-nrw.org](mailto:selbsthilfe-paderborn@paritaet-nrw.org)

Weitere Infos unter [www.selbsthilfe-paderborn.de](http://www.selbsthilfe-paderborn.de)