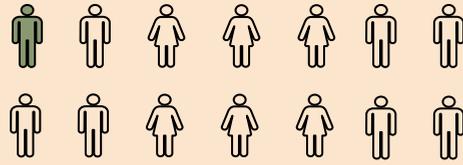


www.Was ist Social Media-Abhängigkeit.de



www.was passiert bei Social Media-Abhängigkeit.de



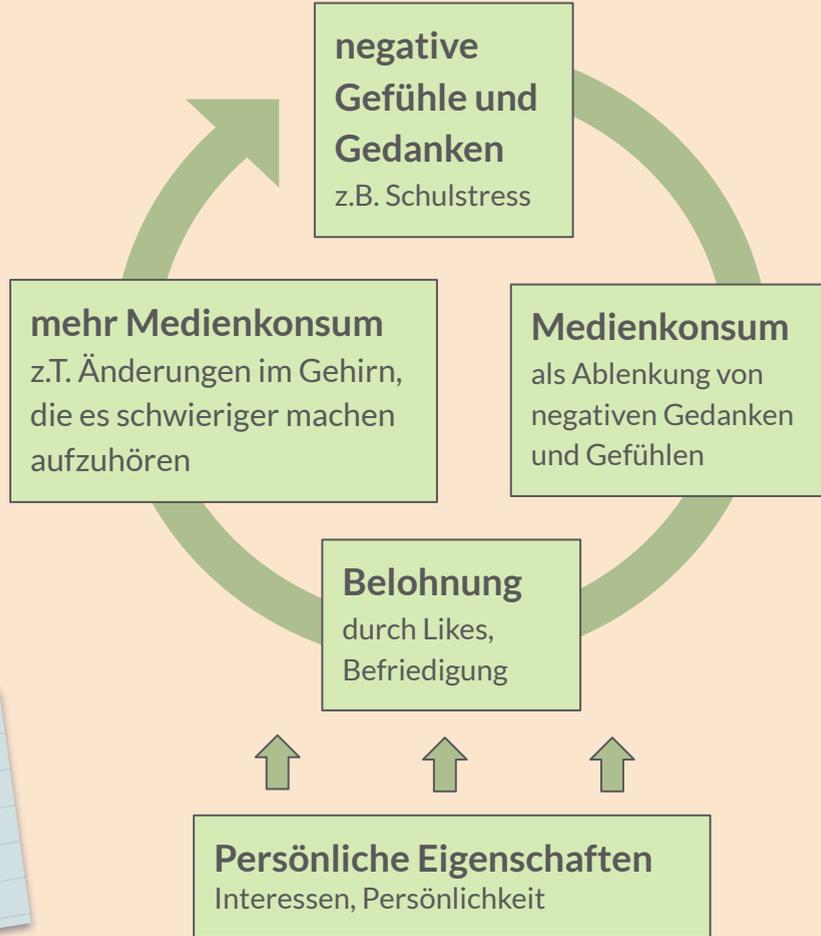
- **Starker Wunsch** nach Aktivität im Internet
- **Fehlende Kontrolle** über Beginn, Dauer und Beendigung der Tätigkeit
- **Entzugssymptome** (Unruhe, Gereiztheit, Aggressivität)
- **Vernachlässigung** von anderen Interessen
- **Anhaltender Konsum**, trotz negativer Folgen

66,7%

der 14- bis 29-Jährigen nutzen täglich Social Media.

6,7%

der Kinder und Jugendlichen weisen Suchtverhalten bei Social Media auf.



www.Was kann ich bei Abhängigkeit tun.de 

Benachrichtigungen abschalten

Apps in Unterordnern verstecken

Darüber sprechen und reflektieren

zeitliche Limits setzen

Bewusstsein für Social Media-Fallen

Handy aus dem Schlafzimmer halten

Apps deinstallieren



Gefahren auf Social Media:

- Fake News
- Filter und Schönheitsideale
- Infinite Scrolling
- Streaks für tägliche Nutzung
- Belohnungen (Likes etc.)
- Fake Profile
- Signalfarben und Benachrichtigungen

Sucht- und Drogenberatungsstelle
des Diakonischen Werkes
Marburg-Biedenkopf

Frankfurter Str. 35
35037 Marburg

06421 - 260 33
kontakt@go-onlife.de
www.go-onlife.de

Anonymes Sorgentelefon

Verein für Integration und Suchthilfe e.V.:
06431 26400

Schulpsychologie:
06421 616523

Beratungslehrkräfte:
c.dahl@kks-marburg.de
a.schueler@kks.marburg.de

<https://www.caritas.de/hilfeundberatung/onlineberatung/suchtberatung/start>

<http://www.computersuchthilfe.info/>

<http://www.klicksafe.de/>



www.Break the Stigma.de 

MITTEILUNG

Menschen jeden Geschlechts, jeden Alters und in jeder Lebenssituation können von einer Abhängigkeit betroffen sein. In einer so modernen und technisierten Gesellschaft passiert das oft schneller als gedacht.

