

Standorte

KINDER UND JUGENDLICHE

→ **Rotenturmstraße 29**, 1010 Wien



→ **Faulmanngasse 4**, 1040 Wien



→ **Grawatschgasse 4**, 1230 Wien



ERWACHSENE

→ **Salztorgasse 5**, 1010 Wien



Anmeldung – Information – Beratung

Montag bis Donnerstag von 10 bis 18 Uhr

Freitag von 10 bis 15 Uhr

Telefon 0664 11 88 222

Email mediensucht@sfu.ac.at

Beratungs- und Behandlungszeiten werden persönlich vereinbart.

Kosten bzw. Möglichkeiten von Kostenzuschuss oder Kostenübernahme werden individuell abgeklärt.

Leitung Dr. Dominik Batthyány

Email dominik.batthyany@sfu.ac.at



Therapie- und Beratungsstelle für Mediensucht

Therapie & Beratung bei Mediensucht

für Erwachsene, Kinder und Jugendliche





Wenn aus Mediennutzung Sucht wird

Neben den vielen positiven Aspekten von Internet, Computer spielen, Smartphone und anderer digitaler Medien, können bei Erwachsenen, Kindern und Jugendlichen auch Verhaltensweisen auftreten, die Sorgen bereiten. Hierzu zählt, dass die Nutzung exzessiv suchartig entgleiten kann.

Folgende Anzeichen sind mögliche Hinweise auf ein problematisches Nutzungsverhalten

- Das Computerspiel- oder Mediennutzungsverhalten tritt über einen längeren Zeitraum (mind. 12 Monate) in einer von der Norm abweichenden Form auf
- Kontrollverlust bezüglich Beginn, Ausmaß und Intensität des Computerspiel- oder Mediennutzungsverhaltens
- Abstinenzverlust – Versuche, das Computerspielen bzw. die Mediennutzung einzuschränken oder aufzugeben, scheitern wiederholt
- Unwiderstehlicher Drang bzw. Verlangen Computerspiele zu spielen oder bestimmte digitale Medien zu nutzen
- Auftreten von Entzugserscheinungen, wie z. B. Unruhe, Gereiztheit, Konzentrationsschwäche, wenn das Computerspiel- oder Mediennutzungsverhalten reduziert oder aufgegeben werden soll
- Vernachlässigung von Verpflichtungen und sozialen Kontakten (z.B. schulischer, beruflicher oder familiärer Art)
- Starke gedankliche Beschäftigung mit dem Mediennutzungsverhalten, auch während anderer Aktivitäten.
- Das Computerspielen oder das Mediennutzungsverhalten wird zunehmend zur Stimmungs- und Gefühlsregulation eingesetzt und zum einzigen Hilfsmittel Gefühle effektiv zu regulieren
- Leidensdruck – anfänglich als angenehm und belohnend empfundenen Verhalten wird zunehmend als belastend wahrgenommen

Was bietet die Therapie- und Beratungsstelle für Mediensucht?

Die Therapie- und Beratungsstelle ist eine Anlaufstelle für Erwachsene, Kinder und Jugendliche, sowie deren Angehörige (PartnerInnen, Eltern, andere Mitbetroffene). Sie bietet Hilfe bei exzessiver Nutzung von Internet (Computerspiele, Social Networks, Internetpornographie, Online-Glücksspiel, etc.) und anderen digitalen Medien. Das Angebot umfasst Beratung, Einzeltherapie, Therapie- und Selbsthilfegruppen, begleitete Freizeitangebote bzw. Buddy System und externe erlebnispädagogische Tage.

Erstberatung/Informationsgespräch

Im Rahmen eines Erstgesprächs wird gemeinsam mit Betroffenen und/oder Angehörigen die Situation abgeklärt, eine Erstberatung durchgeführt und eventuell notwendige weitere Schritte erarbeitet.

Unser Angebot

Es werden Module angeboten, die jeweils den Möglichkeiten, Bedürfnissen und Anforderungen der Betroffenen entsprechen sollen. Sie bestehen aus:

- Angehörigenberatung und Beratung von Betroffenen mit exzessivem Medienutzungsverhalten
- Kinder- und Jugendlichen- Psychotherapie
- Psychotherapie mit Schwerpunkt Mediensucht (z.B. bei problematischer bzw. pathologischer Nutzung von Internet, Computerspielen, Smartphone, etc.)
- Therapeutisch geleitete Gruppe für Betroffene
- Geleitete Gesprächsgruppe für betroffene Angehörige
- Begleitete Freizeitangebote
- Erlebnispädagogische Aktivitäten

Darüber hinaus werden Fortbildungs- und Aufklärungsveranstaltungen koordiniert und durchgeführt.