

## Kontakt

Caritasverband Mannheim e.V.  
Suchtberatung  
D 7, 5  
68159 Mannheim  
Tel. (0621) 1 25 06-130  
Fax: (0621) 1 25 06-292  
E-Mail: [suchtberatung@caritas-mannheim.de](mailto:suchtberatung@caritas-mannheim.de)

[www.caritas-mannheim.de](http://www.caritas-mannheim.de)

Ansprechpartnerin:  
Beate Dörflinger



## Internetsucht

Prävention, Hilfe und Beratung

Herausgegeben von  
Caritasverband Mannheim e.V.  
Presse- und Öffentlichkeitsarbeit  
B 5, 19a  
68159 Mannheim

Fotos: © lassedesignen / Fotolia.com, Caritasverband Mannheim  
Gedruckt auf 100 % Recyclingpapier



Caritasverband  
Mannheim e.V.

Computer und Internet üben auf Kinder, Jugendliche und Erwachsene eine große Faszination aus. Diese kann so groß sein, dass sich eine Abhängigkeit entwickelt.

Aktuelle Studien zeigen eine Verdopplung der Internetabhängigkeit seit 2013 sowohl bei Mädchen als auch bei Jungen – nämlich knapp 6 Prozent der 12- bis 17-Jährigen, Tendenz steigend. Insbesondere das Chatten und Spielen, aber auch die Internetkaufsucht nehmen zu.

Schauen Sie hin, wenn Sie bei sich selbst oder anderen den Eindruck haben, dass

- der Computer als Trostspender oder als Stressregulierung genutzt wird
- der Computers wichtiger als die reale Welt ist
- der Computer die Freizeit hauptsächlich bestimmt, andere Hobbys verloren gehen
- Schule oder Beruf vernachlässigt werden
- soziale Kontakte vernachlässigt werden
- gesundheitliche Beeinträchtigungen auftreten
- es trotzdem nicht gelingt, den Computergebrauch zu verringern
- andere Menschen über den Ausmaß der Computernutzung belogen werden.

Wenn mehrere von diesen Kriterien gleichzeitig vorliegen, spricht man von einer Internet- oder Computerabhängigkeit. Sollten Sie merken, dass Rat und Hilfe notwendig sind, lassen Sie sich dabei von uns unterstützen.

Die Angebote der Beratungsstelle sind:

- Umfassende Diagnostik
- Beratung
- Ambulante Behandlung
- Gegebenenfalls die Vermittlung in eine stationäre Behandlung

Das Angebot ist für Sie kostenlos.

