

# PRAXIS MEDIENSUCHT

Beratungsstelle für Familien  
und Mediennutzer



**Jürgen Eberle M.A.**  
Erziehungswissenschaftler

[www.praxis-mediensucht.de](http://www.praxis-mediensucht.de)

**„ABHÄNGIG WIRD JA NIEMAND, WEIL ES COMPUTER GIBT, SONDERN WEIL SICH MIT HILFE DIESER SPIELE BEDÜRFNISSE BEFRIEDIGEN LASSEN.“**

Prof. Dr. Gerald Hüther, Neurobiologe

## **SÜCHTIG NACH COMPUTER UND INTERNET?**

Computer, Internet, Fernsehen und Smartphones sind in unserer Informationsgesellschaft zu einer Selbstverständlichkeit geworden. Sie bieten viele Vorteile, jedoch bleibt es nicht immer bei einem maßvollen Umgang. Vor allem Jugendliche und junge Erwachsene lassen sich häufig von „virtuellen Welten“ verführen und vernachlässigen ihr reales Leben.

## **LEISTUNGEN PRAXIS MEDIENSUCHT**

- Erziehungsberatung, Elterncoaching
- Einzelgespräche mit Kindern und Jugendlichen
- Familienkonferenz Zuhause/ Praxis
- Mediensuchtdiagnostik
- Psychoedukation Medien- und Suchtwirkungen
- Problemsensibilisierung, Motivationsaufbau
- Training Selbstwahrnehmung/ -regulation
- Bedürfnisklärung, Entwicklungsförderung
- Beziehungs- und Persönlichkeitsentwicklung
- Kompetenz- und Kommunikationstraining
- Förderung alternativer Freizeitgestaltung
- Vorträge, Seminare, Schulunterricht, Fachtage

## **KONTAKT**

Praxis Mediensucht  
Jürgen Eberle M.A.  
Brudermühlstr. 14  
81371 München

Tel.: 0162 - 45 55 455  
info@praxis-mediensucht.de  
www.praxis-mediensucht.de