

GEORGIJEVIC/GETTYIMAGES

Reha kann helfen!

Was können Sie für Ihr Kind tun?

Was verstehen wir unter Medienabhängigkeit?

Bei Medienabhängigkeit handelt es sich um eine verhaltensbezogene Abhängigkeit. Es geht um die exzessive Nutzung von digitalen Medien (Video-Streaming, Social Media, online/offline Gaming etc.).

Wie erkenne ich Medienabhängigkeit?

Die betroffene Person hat keine Kontrolle über die Nutzung, vernachlässigt dadurch andere Aufgaben und Interessen und setzt dieses Verhalten trotz des Wissens um die schädlichen Folgen fort.

Medienabhängigkeit bei Kindern & Jugendlichen

Kinder und Jugendliche mit Medienabhängigkeit sind psychisch stärker belastet. Begleitproblematiken sind Depressionen, Angstsymptome sowie ein höheres subjektiv empfundenes Stresslevel. Es fehlt ihnen häufig an Bewältigungsstrategien, um mit negativen Emotionen und Stress umzugehen. Dies mündet beispielsweise in fehlende Impulskontrolle.

Folgen der Medienabhängigkeit

Medienabhängigkeit hat außerdem langfristige negative Folgen u. a. im Kontext Gesundheit, Schule und soziale Kontakte. Mögliche Beeinträchtigungen wie schulische Probleme, eingeschränkte berufliche Perspektiven, soziale Isolation oder Chronifizierung von psychischen Erkrankungen können zu einer starken Belastung und zu Problemen führen.

Sie sind nicht allein!

Jeder 4. bis 5. Elternteil macht sich Sorgen um die Mediennutzung des eigenen Kindes und hat Unterstützungsbedarf.

Neben präventiven Maßnahmen sind therapeutische Angebote für Kinder und Jugendliche, die bereits eine Medienabhängigkeit entwickelt haben, wichtig. Ein solches Angebot stellt die **stationäre Rehabilitation** dar.

Das 6-wöchige Rehaprogramm findet ab Anfang 2025 für Kinder und Jugendliche zwischen 12 und 17 Jahren in der Klinik Schönsicht in Berchtesgaden statt.

Die Reha können Sie ab sofort für Ihr Kind beantragen.

Modellprojekt Mak

Medienabhängigkeit bei Kindern und Jugendlichen – Entwicklung, Pilotierung und Evaluation eines nachhaltigen Rehabilitationskonzepts

In dem Modellprojekt MeKi wurde ein stationäres Rehabilitationsprogramm mit anschließender Nachsorge für Kinder und Jugendliche zwischen 12-17 Jahren mit Medienabhängigkeit entwickelt. Dieses soll den betroffenen Kindern und Jugendlichen zu einer nachhaltigen Verhaltensänderung und verbesserten Lebensqualität verhelfen.

MeKi wird durch die Deutsche Rentenversicherung Knappschaft-Bahn-See und die Charité – Universitätsmedizin Berlin in Kooperation mit der Klinik Schönsicht durchgeführt.

Das Projekt wird bis zum 31.12.2027 durch das Bundesministerium für Arbeit und Soziales gefördert.

1. BESPRECHEN SIE MIT IHREM KIND

in Ruhe die Problematik und die Möglichkeit des Rehabesuchs.



2. WENDEN SIE SICH AN DEN*DIE HAUS- ODER KINDERÄRZT*IN

und sprechen die Problematik an. Bitten Sie ihn*sie, den Screening-Test (s. QR-Code auf der Rückseite des Flyers) durchzuführen.

3. BEI POSITIVEM TESTERGEBNIS

besprechen Sie die Möglichkeit einer Rehabilitation in der Klinik Schönsicht. Lassen Sie sich beim Ausfüllen der Antragsunterlagen (s. QR-Code auf der Rückseite des Flyers) durch Ihre*n Ärzt*in unterstützen.



Folgende Unterlagen finden Sie unter dem **QR-Code:**

- Informationen zum Projekt
- Screeningtest (als PDF zum Ausdrucken)
- Antragsunterlagen für die Teilnahme am MeKi Rehabilitationsprogramm (als PDF zum Ausdrucken)



https://medizinsoziologie-rehawissenschaft.charite.de/forschung/ rehabilitationsforschung/ medienabhaengigkeit_bei_kindern_und_jugend lichen meki/

Haben Sie Fragen?

KONTAKT

Charité - Universitätsmedizin Berlin

Bereich Rehabilitationsforschung Institut für Medizinische Soziologie und Rehabilitationswissenschaft Dr. Judith Stumm Charitéplatz 1 10117 Berlin

T: +49 30 450 517 114 F: +49 30 450 7517 114

M: judith.stumm@charite.de

Rehabilitationsklinik für Kinder und Jugendliche Klinik Schönsicht GmbH

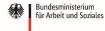
Claudia Lau Oberkälberstein 1-11 Kälbersteinstraße 14 83471 Berchtesgaden Bayern

T: +49 8652 60041 11

M: c.lau@klinikschoensicht.de



Gefördert durch:





aufgrund eines Beschlusses des Deutschen Bundestages





In Kooperation mit:



Problematische Mediennutzung im Kindes- und Jugendalter in der post-pandemischen Phase. Ergebnisbericht 2023. Studie DAK-Gesundheit und DZSKJ; 2024. Bischof G, Bischof A, Meyer C, John U, Rumpf HJ. Prävalenz der Internetabhängigkeit – Diagnostik und Risikoprofile (PINTA-DIARI). Lübeck; 2013. Deutsche Gesellschaft für Kinder- und Jugendmedizin e.V. DGKJ. SK2-Leitlinie: Leitlinie zur Prävention dysregulierten Bildschirmmediengebrauchs in der Kindheit und Jugend. 1. Auflage 2023. AWMF-Register Nr. 027-075. Bilder: freepik.com.; gettyimages.de