Inhaltsverzeichnis

I Einleitung

1 Wo bleiben die Mädchen? 3

II Ratgeberteil – Eltern

2 Was ist Internetabhängigkeit?... 11

3 Was macht mein Kind da eigentlich?..... 21

4 Häufigkeit der Diagnose und Einfluss der COVID-19-Pandemie..... 37

5 Was bei einer Sucht im Gehirn passiert 39

6 Ist mein Kind betroffen?..... 43

7 Wie entsteht eine Abhängigkeit? 49

8 Welche Erkrankungen können eine Abhängigkeit begleiten?..... 55

9 Vorteile eines normalen Konsums 63

10 Wo sollte ich schützend eingreifen? 67

11 Welche Therapiemöglichkeiten gibt es bei Abhängigkeit?..... 71

12 Warum Verbote und radikale Haltungen eher schädlich sind – Ihre Rolle als Angehörige 81

III Therapieteil – Kinder und Jugendliche

13 Könntest du abhängig sein?.... 89

14 Bereit, was zu ändern? 97

15 Was fesselt mich ans Handy?... 101

16 Ein teuflischer Kreis und seine Auswege 107

17 Alternativen und Struktur..... 121

18 Warum ich?..... 131

19 Und was mache ich jetzt mit meinen Eltern?..... 137

20 Ein anderer Weg zum Fühlen ... 143

21 Und meine Freunde? 155

22 Dranbleiben 161

IV Zeit für ein Fazit

23 Fazit für Jugendliche 171

24 Fazit für Eltern 175

Literatur 178

Hilfreiche Hinweise 180

Bibliografische Informationen
https://d-nb.info/1264364016

digitalisiert durch DEUTSCHE NATIONAL BIBLIOTHEK