

# Übermässige Mediennutzung: soziale und familiäre Bindungen

Niels Weber

Psycholog – Psychotherapeut FSP

[www.nielsweber.ch](http://www.nielsweber.ch)

# Guten Tag !

Niels Weber

Psycholog – Psychotherapeut FSP

Thérapeute de famille systémicien

Psychotherapeutische Beratung in Montriond

[contact@nielsweber.ch](mailto:contact@nielsweber.ch)



@niels\_weber

[www.nielsweber.ch](http://www.nielsweber.ch)



@semperludo

[www.semperludo.com](http://www.semperludo.com)

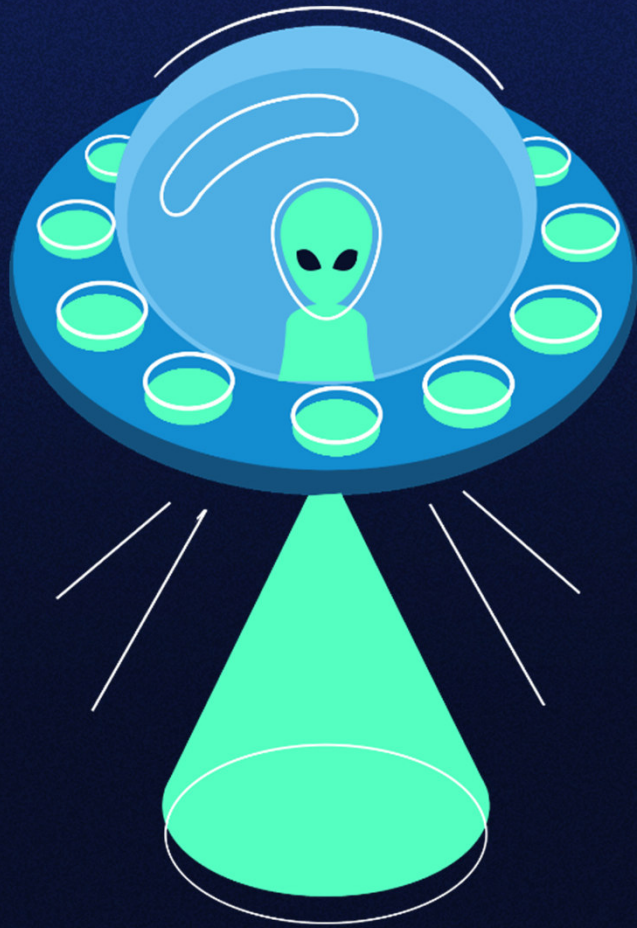


@gamingfed

[www.gamingfederati](http://www.gamingfederati)



Ville de Lausanne



# 01. SORGEN

---



# 01. SORGEN





## 01. SORGEN

**hd HEIDI.NEWS**

À LA UNE LES FLUX ▾ LES EXPLORATIONS ▾ LES NEWSLETTERS NOS OFFRES ▾ À PROPOS ▾

SCIENCES | CORONAVIRUS | INTERVIEW  
Publié le 14 mai 2020, 08:30. Modifié le 14 mai 2020, 22:30.

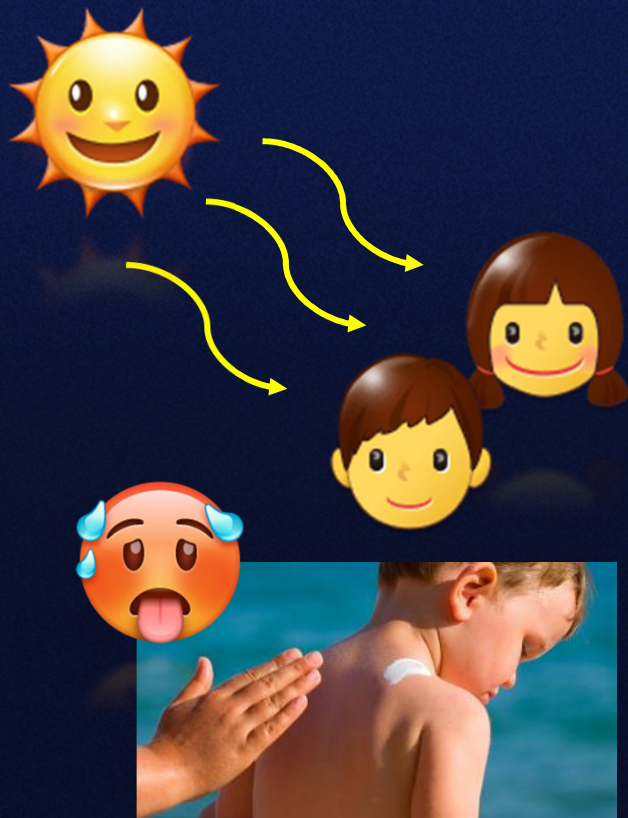
# **L'école à distance révèle que «les compétences numériques des jeunes sont surestimées»**

par [Sophie Gaitzsch](#)



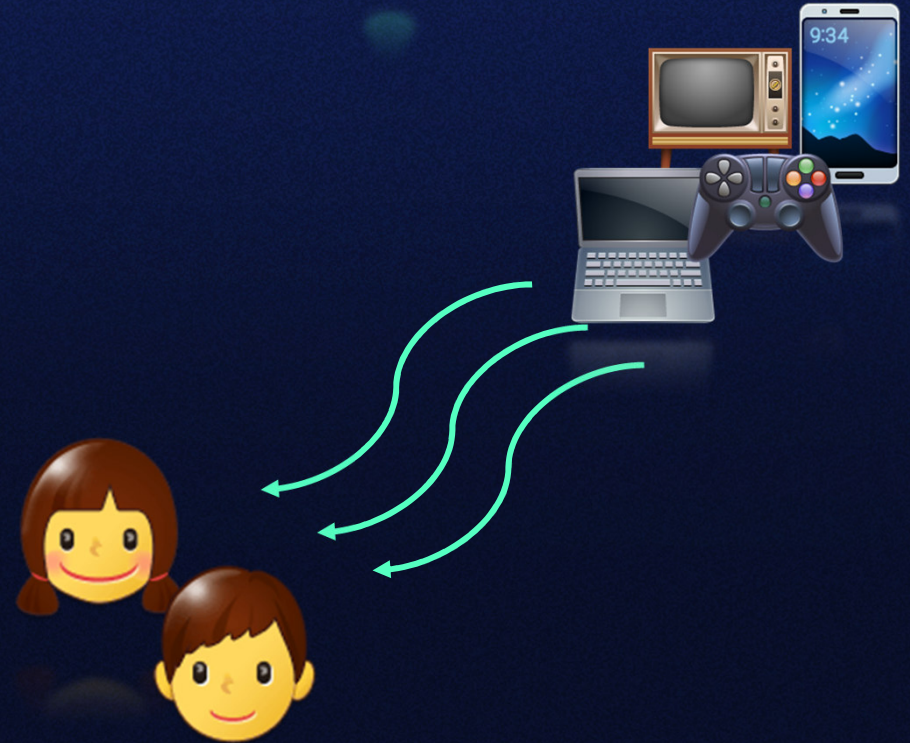


# 01. SORGEN





# 01. SORGEN







# 01. SORGEN










## 01. SORGEN

Worüber sollten wir uns  
wirklich sorgen machen?



## Kriterien zur Besorgnis

-  Schulisches Versagen
-  Beziehungen / Freizeitaktivitäten / Schlaf
-  Familiäre Spannungen
-  Leidensdruck
-  Gefährdung von sich und anderen

# 2. HANDLUNG

---





## 02. HANDLUNG

unicef  for every child  
Office of Research-Innocenti

RESEARCH ▼ PUBLICATIONS ▼

**Contextualising the link between adolescents' use of digital technology and their mental health: a multi-country study of time spent online and life satisfaction**

**AUTHOR(S)**  
Daniel Kardefelt Winther, Gwyther Rees, Sonia Livingstone

**DETAIL(S)**  
*The Journal of Child Psychology and Psychiatry*, July 2020

### Kontakte pflegen

#### Conclusions

Time spent on the Internet does not appear to be strongly linked to children's life satisfaction, and results from one country should not be assumed to transfer to another. Improving the quality of children's close relationships offers a more fruitful area for intervention than restricting their time online. Future research could consider a wider range of countries and links between the nature, rather than quantity, of Internet usage and mental health.



## 02. HANDLUNG

**LE TEMPS** SERVICES ▾ MON COMPTE ▾

RUBRIQUES ▾ EN CONTINU BLOGS VIDÉOS CHAPPATTE MULTIMÉDIA ▾ EPAPER/PDF RECHERCHER 🔍

Accueil ▸ Société ▸ Agnes von Wyl: «On pense trop souvent que les enfants ne peuvent pas avoir de troubles psychiques»

ENTRETIEN | ABONNÉ

### Agnes von Wyl: «On pense trop souvent que les enfants ne peuvent pas avoir de troubles psychiques»

La pandémie de Covid-19 en a entraîné une autre, celle des troubles psychiques, et de manière plus importante chez les jeunes. A Zurich, Agnes von Wyl a dirigé un projet de recherche qui vient de se conclure et offre quelques pistes pour une prévention accrue chez les enfants et les adolescents



« Zu viel »  
Bildschirm =  
Symptom



## 02. HANDLUNG

**GREAA** À PROPOS PUBLICATIONS DOSSIERS FORMATIONS PROJETS PLATEFORMES

GROUPEMENT ROMAND D'ETUDES DES ADDICTIONS

**NEWS**

**GUIDE POUR LES PROFESSIONNELS SUR LES USAGES DES ÉCRANS**

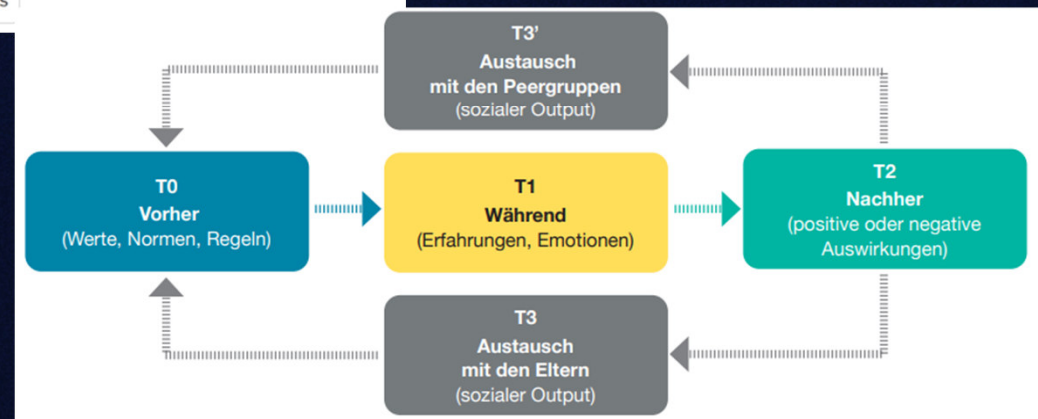
03 JUIN 2020 HYPERCONNECTIVITÉ RELIÉS USAGERS ET ENTOURAGE IMPRIMER

Le GREAA, en collaboration avec le Fachverband Sucht, publie un guide clair et synthétique pour le travail de prévention et de conseil auprès des parents et proches en lien avec la consommation des écrans de leurs jeunes. Son schéma APAN (avant, pendant, après, narration) est le coeur du guide et permet d'aborder les situations dans un contexte familial, culturel et individuel. Il a été élaboré dans le cadre du Groupe d'Experts "Cyberaddiction en Suisse" de l'OFSP. Une formation sur le guide et la thématique est agendée en automne au GREAA.

Fichier(s) joints  
GUIDE POUR LES PROFESSIONNELS SUR LES USAGES DES ÉCRANS

Deutsch:

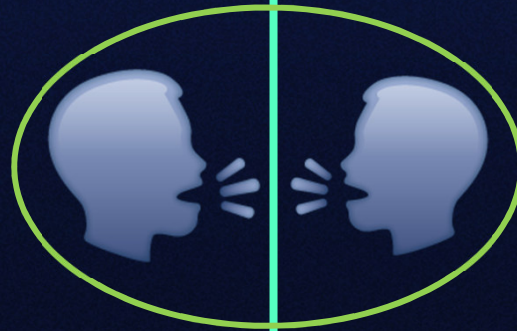
[https://fachverbandsucht.ch/download/918/Modell\\_Mediennutzung\\_D\\_WEB.pdf](https://fachverbandsucht.ch/download/918/Modell_Mediennutzung_D_WEB.pdf)

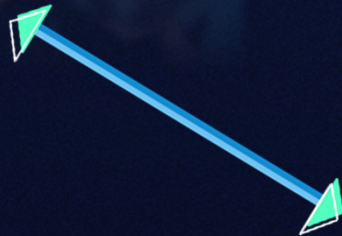


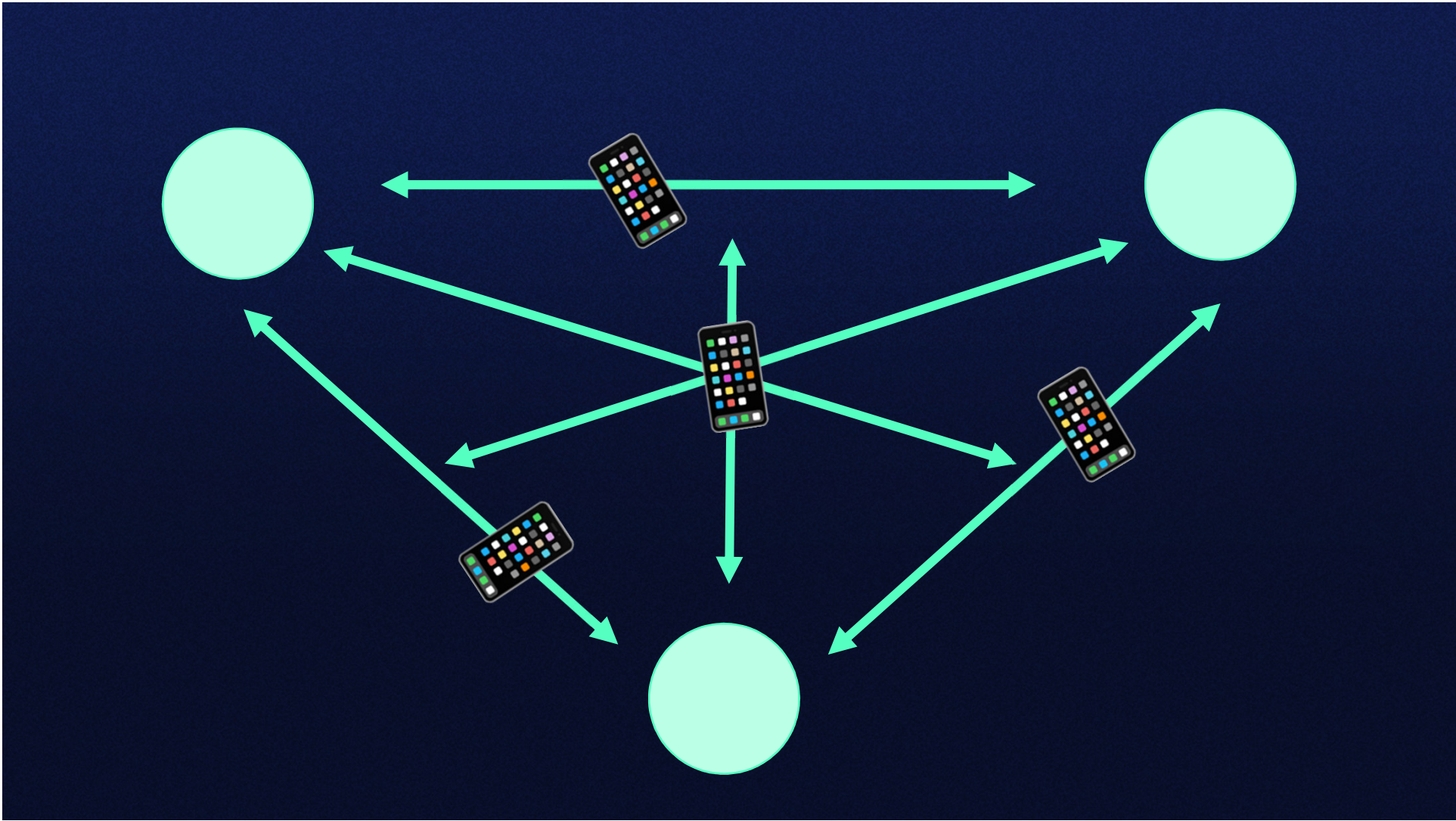














IT'S DANGEROUS TO GO  
ALONE! TAKE THIS.

- Die grösste Sorge ist nicht die Zeit
- Betroffen sind Kinder und Jugendliche, genau gleich wie Erwachsene
- Eine übermässige Nutzung ist ein Symptom (keine Sucht)
- Mangel an Selbstwertgefühl, Selbstvertrauen und Motivation
- Schlüsselement: die emotionale Bindung (familiär, sozial, etc.)

# VIELEN DANK



@semperludo



@niels\_weber