

SELBSTTEST: MAL EHRlich!

Haben Sie Wettschulden? Surfen Sie im Internet ohne aufhören zu können? Telefonieren Sie immer länger und haben hohe Handyschulden? Verbringen Sie mehr Zeit im Internet als mit Ihren Freunden/ Ihrer Familie? Nutzen Sie leistungssteigernde Mittel zur Verbesserung Ihrer sportlichen Leistung? Besteht bei Ihnen ein Zwang Sport zu treiben? Haben Sie Schlaf- und/oder Konzentrationsstörungen? Haben Sie ein schlechtes Gewissen beim Wetten, Spielen, Surfen, Essen, beim Sex...? Wollten Sie schon öfter weniger spielen, wetten, surfen, haben es aber nicht geschafft? Werden Sie unruhig, nervös oder schlecht gelaunt, wenn Sie Ihr Verlangen nicht befriedigen können? Werden Sie von den Menschen in Ihrer Umgebung auf Ihre exzessiven Verhaltensweisen angesprochen?

Wenn Sie drei dieser Fragen bejahen, kommen Sie zu uns, Sie erhalten eine kostenfreie Erstberatung.

VERKEHRSANBINDUNG

Mit dem Bus

Das Suchthilfezentrum ist vom Hauptbahnhof mit den Linien 1 und 8 Haltestelle „Schiersteiner Straße“ zu erreichen.

Mit dem Auto

Vom Hauptbahnhof auf dem ersten Ring Richtung Bad Schwalbach in die 7. Straße nach rechts abbiegen in die Schiersteiner Straße. Nach ca. 100 m auf der rechten Seite finden Sie das Suchthilfezentrum.

Träger:

JUGENDBERATUNG UND JUGENDHILFE E.V.

Taunusstraße 33 60329 Frankfurt

Zertifiziert nach DIN EN ISO 9001:2008



FACHBERATUNG FÜR VERHALTENSsÜCHTE

WIESBADEN



Suchthilfezentrum Wiesbaden

Schiersteiner Straße 4 65187 Wiesbaden

Fon 0611 90048-70 Fax 0611 90048-88

Kostenfreie Hotline 0800 33 60 329

E-Mail shz-verhaltenssucht@jj-ev.de

www.drogenberatung-jj.de

Zertifiziert nach DIN EN ISO 9001:2008



VERHALTENSSÜCHTE

**Computerspiel, Medien-, Internetsucht,
Sex-, Sport-, Arbeits-, Kaufsucht,
Essstörungen**

LEIDENSCHAFT IST DAS WAS LEIDEN SCHAFFT

Für zahlreiche Menschen werden Tätigkeiten wie spielen, wetten, im Internet surfen, arbeiten, kaufen, Sport treiben zur Leidenschaft und schließlich nur noch zu einer Last. Ihre Impulskontrolle ist gestört oder geht ganz verloren. Die Leidenschaft entwickelt sich zu einer abnormen, exzessiven Gewohnheit.

Wie bei stoffgebundenen Süchten und Abhängigkeiten werden die süchtigen Verhaltensweisen trotz negativer Konsequenzen für das eigene Wohlbefinden und für das persönliche Umfeld und entgegen besserer Einsicht fortgeführt.

ZIELSETZUNGEN DER UNTERSTÜTZUNG

- Zugang zum Netzwerk für weiterführende Hilfen, wie z.B. Schuldnerberatung, Chat- und E-Mail-Beratung, Selbsthilfegruppe
- Schadensbegrenzung und Minimierung
- Kontrollierter Umgang mit exzessiven Verhaltensweisen
- Motivierung zur Verhaltensänderung
- Verhaltensänderung erproben
- Selbstkontrollmechanismen erlernen
- Soziale und berufliche (Re-)Integration aufbauen

UNSERE ANGEBOTE FÜR ...

... Menschen mit Verhaltenssüchten

- Beratung
- Einzelgespräche und Gruppenangebote
- Gesundheits- und Verhaltenstraining
- Strategien zur Stressbewältigung
- Vermittlung in weiterführende Behandlung

... Eltern und Angehörige

- Informationsveranstaltungen
- Elternabende
- Beratung

... Multiplikatoren/-innen

- Informationsveranstaltungen
- Präventionsmaßnahmen
- Qualifizierung

**KOSTENFREIE HOTLINE
0800 33 60 329**