

(Sozialer) Medienkonsum: Wann wird's zum Problem und was mache ich dann?

DATUM	Donnerstag, 22. Oktober 2026
UHRZEIT	18:00 – 19:30 Uhr
ORT	Online (Link siehe unten)

Worum es geht

Instagram, TikTok und Co., aber auch Gaming gehören für viele Menschen ganz selbstverständlich zum Alltag. Sie können verbinden, unterhalten und informieren. Doch wo liegt die Grenze zwischen normaler Nutzung und einem Konsum, der belastet? Woran erkennt man, dass Zeit, Wohlbefinden, Schlaf oder Beziehungen darunter leiden? Gibt es so etwas wie eine Medien-Sucht?

Im Trialog betrachten wir diese Fragen aus wissenschaftlicher und klinischer Perspektive. Wir besprechen, was die Forschung über problematische Mediennutzung weiß, welche Warnsignale es gibt und welche konkreten Schritte Betroffenen und Angehörigen helfen können, einen gesünderen Umgang zu finden.

Die Veranstaltung richtet sich an alle Interessierten, Fachkenntnisse sind nicht nötig.

Referierende



Prof. Andrea Reiter
Universität Würzburg



Prof. Lorenz Deserno
Universitätsklinikum Würzburg

Teilnahme und Anmeldung

<https://www.psychologie.uni-wuerzburg.de/universitaetsambulanz/trialog-mentale-gesundheit/>