

# Ouderavond

## De Verslavende Digitale Wereld



*“Mijn zoon is niet achter zijn laptop weg te krijgen”*

*“Mijn dochter verdwijnt constant in haar smartphone”*

*“Hoe ga ik om met mijn zoon die alleen maar gamet?”*

*“Ik krijg geen contact meer met mijn zoon/dochter”*

*“Ik maak me zorgen om zijn school en zijn ontwikkeling”*



## *De Verslavende Digitale Wereld*

Verdwijnt uw zoon onmiddellijk in het gamen als hij thuiskomt en is het soms zelfs lastig om dit te onderbreken voor het avondeten? Is uw dochter voortdurend met haar smartphone bezig en lijkt het 'online leven' soms belangrijker dan het 'echte leven'? Zijn Fortnite, Minecraft, Instagram, of Snapchat belangrijker dan sporten, of met elkaar iets doen? Vinden ze het lastig om zich op huiswerk te concentreren omdat ze steeds afgeleid raken door een appje of social media?

De digitale wereld is voor jongeren de wereld waar het gebeurt. Maar zonder het zich bewust te zijn, verliezen ze zichzelf erin. Wat doen jongeren nou precies in deze wereld? Wat maakt deze wereld zo verslavend en waarom is het (jongeren)brein hier zo gevoelig voor? Hoe ga je hiermee om als ouder? Hoe kom je erover in contact zonder in het 'gevecht' te geraken?



*Deze ouderavond staat in het teken van inzicht krijgen in het digitale gedrag van uw zoon/dochter en geeft handvatten om in contact te komen en bij te sturen op (de mate van) digitaal gedrag!*

### Inhoud Ouderavond

Tijdens deze ouderavond ga ik op interactieve wijze op deze onderwerpen in. Vanuit eigen ervaringen & de theorie laat ik zien hoe het komt dat jongeren zichzelf gemakkelijk verliezen in de digitale wereld en waarom het als ouder soms lastig is ze te bereiken. De inhoud wordt medebepaald door aan te sluiten op ervaringen van ouders, dus uw inbreng en vragen zijn zeer welkom! Waar ik de deskundige ben vanuit de belevingswereld van de jongere en de psychologie, bent u de ervaringsdeskundige als opvoeder en ouder. Door dit samen te laten komen, breng ik u tot nieuwe inzichten over de digitale wereld en bied ik ideeën en handvatten om samen met uw zoon/dochter aan de slag te kunnen.

Tijdens de avond geef ik antwoord op o.a. de volgende vragen:

1. *Wat zijn de meest voorkomende digitale verleidingen en hoe werken deze*
2. *Hoe werkt het brein en waarom is het zo gevoelig voor de digitale wereld & social media*
3. *Waarom zijn jongeren zo geneigd zichzelf hierin te verliezen en hoe kan dit anders*
4. *Hoe sluit u aan bij de belevingswereld van uw zoon/dochter zonder ze blind te volgen*
5. *Waarom kunt u als ouder zo lastig tot uw zoon/dochter doordringen en hoe kan dit anders*



### Werkwijze Ouderavond

De ouderavond betreft een interactieve presentatie van +- 2 uur, waarin ik het contact met ouders zoek via vragen, voorbeelden & discussie en waarin ik (zeker ook met humor) herkenbare situaties schets en uitbeeld. Ik breng mijn verhaal op een open, persoonlijke manier en koppel dit op een laagdrempelige wijze aan een stukje theorie. Het overbrengen van de beleving is leidend: ik breng ouders zo dicht mogelijk bij de (digitale) belevingswereld van hun zoon/dochter, om dit zelf te kunnen ervaren en er van daaruit contact op te kunnen maken en anders mee om te kunnen gaan.

Na een uur is er (bij voorkeur) een korte pauze en het laatste half uur is gericht op vragen van ouders & discussie hierover. Na het programma blijf ik vaak wat langer om nog vragen van ouders persoonlijk te beantwoorden (dat vinden sommige ouders prettiger).

De ouderavond is vooral inspirerend. Ouders geven aan dat mijn persoonlijke wijze echt bij ze binnenkomt (en dat zie ik ook aan ze). Ze gaan enthousiast naar huis, lopen niet weg in de pauze en lijken ook niet naar het einde van de avond te hunkeren!

### Praktische Informatie

**Aantal deelnemers:** 10-250 personen

**Duur:** ongeveer 2 uur, inclusief pauze en voldoende mogelijkheid voor vragen

**Kosten ouderavond school:** Neem contact op voor een offerte

### Digital Awareness

Mijn naam is Laurens Veltman en met Digital Awareness coach ik mensen en bedrijven om zich niet te verliezen in digitaal gedrag, zoals **gamen, smartphone, social media, YouTube, Netflix & e-mail**. Hiervoor verzorg ik o.a. workshops, en individuele coaching voor jongeren & volwassenen, maar ook workshops voor ouders, scholen, bedrijven en professionals. In mijn werk koppel ik mijn persoonlijke ervaringen vanuit gameverslaving en poker aan mijn professie als psycholoog. Ik heb geleerd om zelf de controle te houden over mijn (digitale) verleidingen en laat nu anderen zien dat ze zelf een keuze hebben: leven in plaats van geleefd worden!



### Voor meer informatie en/of aanmelden:

Digital Awareness

Laurens Veltman

06 12 863 638

[info@digitalawareness.nl](mailto:info@digitalawareness.nl)

[www.digitalawareness.nl](http://www.digitalawareness.nl)