



De Verslavende Digitale Wereld

Verdwijnen jongeren onmiddellijk in het gamen als zij thuiskomen en is het soms zelfs lastig om dit te onderbreken voor het avondeten? Zijn jongeren voortdurend met hun smartphone bezig en lijkt het 'online leven' soms belangrijker dan het 'echte leven'? Zijn Fortnite, Overwatch, 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? Of leidt hun schoolwerk onder smartphonegebruik?

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 of docent? Hoe kom je erover in contact zonder in het 'gevecht' te geraken?



Deze thema-avond van de Ouderraad staat in het teken van inzicht krijgen in het digitale gedrag van jongeren en geeft handvatten om in contact te komen en bij te sturen op (de mate van) digitaal gedrag!

Inhoud thema-avond

Tijdens deze avond 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 volwassene soms lastig is ze te bereiken. De inhoud wordt mede bepaald door aan te sluiten op ervaringen van ouders en docenten, 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, ouder en docent. 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 of leerlingen 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 jongeren zonder ze blind te volgen*
5. *Waarom kunt u als ouder of docent zo lastig tot uw zoon/dochter doordringen en hoe kan dit anders*

Digital Awareness

Mijn naam is Laurens Veltman en met Digital Awareness coach ik jongeren & volwassenen om zich niet te verliezen in digitaal gedrag, zoals **gamen, smartphone, social media & YouTube**. Hiervoor geef ik o.a. voorlichting, workshops, groepstrajecten en individuele coaching. In mijn werk koppel ik mijn persoonlijke ervaringen vanuit gameverslaving en poker aan mijn professie als psycholoog. Ik zet in op bewustwording van de digitale wereld en hoe snel deze met je aan de haal gaat en laat zien dat er een keuze is: leven in plaats van geleefd worden!



Zie www.digitalawareness.nl en www.facebook.com/digitalawarenessNL/ voor meer informatie.