

HELP! Mijn kind is online!

Hoeveel uur schermtijd per dag is goed? Wanneer begin je met een telefoon? Waarom zijn TikTok en YouTube zo verslavend? Is Roblox of Minecraft te onderbreken zonder gedoe? Kan ik mijn kind behoeden voor cyberpesten en andere gevaren? Moet ik meekijken wat er online allemaal gebeurt? Waar let ik dan op? Hoe leer ik mijn kind van jongs af aan om te gaan met alles dat hij/zij tegenkomt?

De digitale wereld is voor kinderen steeds meer de wereld waar het gebeurt. Dit biedt mogelijkheden, maar soms ook zorgen. Wat doen kinderen nou precies online? Wat maakt deze wereld zo verslavend en wat zijn de gevaren? Hoe ga je hiermee om als ouder? Welke grenzen stel je, waar kijk je mee en hoe ga je om met bv. leeftijdsindicaties of klasgenoten die iets al wel mogen? Hoe kom je in contact zonder in het 'gevecht' te geraken?



Inhoud Ouderavond

Tijdens deze ouderavond gaat **Laurens Veltman** van **Digital Awareness** op interactieve wijze op deze onderwerpen in. Vanuit eigen ervaringen en theorie laat hij zien hoe het komt dat kinderen zichzelf gemakkelijk verliezen in de digitale wereld, waarom het als ouder soms lastig is ze te bereiken en geeft hij praktische handvatten om in contact te komen en bij te sturen. De avond is zeker ook voor ouders van jonge kinderen! Als er geen problemen zijn lijkt er vaak ook geen noodzaak te zijn, maar juist een goede basis voorkomt problemen of gedoe op een later moment. De inhoud wordt medebepaald door aan te sluiten op vragen en ervaringen van ouders, dus eigen inbreng is zeer welkom!

Tijdens de ouderavond geeft Laurens antwoord op o.a. de volgende vragen:

1. *Hoe werkt het (kinder)brein en waarom is het zo gevoelig voor social media en games?*
2. *Wat zijn de meest voorkomende digitale verleidingen en hoe werken deze?*
3. *Welke gevaren komen kinderen tegen online en hoe ga je hier als ouder mee om?*
4. *Waarom kun je als ouder soms lastig tot je kind doordringen en hoe kan dit anders?*
5. *Hoe begeleid je kinderen om veilig hun weg te vinden in alles dat ze online tegenkomen?*

Digital Awareness

Met Digital Awareness coacht Laurens Veltman mensen en organisaties om zich niet te verliezen in digitaal gedrag, zoals **telefoon, social media en gamen**. Hij verzorgt o.a. lezingen en workshops voor ouders, scholen, organisaties en (zorg)professionals. Hierin koppelt hij zijn persoonlijke ervaringen vanuit vier jaar gameverslaving en poker aan zijn werk als psycholoog en coach. Hij heeft geleerd om zelf de controle te houden over zijn (digitale) verleidingen en laat nu anderen zien dat ze zelf een keuze hebben: leven in plaats van geleefd worden!



Laurens schreef het handboek voor ouders: **'HELP! Mijn kind verdwijnt in social media of gamen'** en een autobiografie over zijn gameverslaving als puber: **'Dagboek van een gameverslaafde'**.

Op www.digitalawareness.nl vind je meer informatie over Laurens, zijn werk met Digital Awareness en beide boeken.