



# Digital Awareness

## Aanbod voor Scholen



*“Waarom vluchten jongeren zo snel in hun smartphone?”*

*“Wat maakt social media zo aantrekkelijk?”*

*“Hoe maken we jongeren bewuster over digitaal gedrag?”*

*“Hoe krijgen jongeren controle over hun gamegedrag?”*

*“Hoe gaan we als school om met digitaal gedrag?”*

## Gastles

In gastlessen help ik leerlingen op interactieve wijze bewuster te worden van de digitale verleidingen waar ze dagelijks mee te maken hebben. Ik maak contact met ze door vanuit interesse en beleving aan te sluiten bij hun belevingswereld. Dit koppel ik aan mijn eigen ervaringen en een stukje theorie, d.m.v. een simpel model van het brein dat ze zeker bijblijft. Dit triggert hun bewustzijn en zo laat ik ze op een ontspannen wijze zien wat er gebeurt en waarom, zodat ze het anders kunnen doen.



Tijdens een gastles krijgen leerlingen antwoord op o.a. de volgende vragen:

1. *Wat zijn de meest voorkomende digitale verleidingen en hoe verleiden deze je?*
2. *Waarom is het brein zo gevoelig voor de digitale wereld & social media?*
3. *Waarom ben je geneigd jezelf hierin te verliezen en hoe kan dit anders?*
4. *Hoe voelt het als de digitale wereld met je aan de haal gaat en kun je dit nog onderbreken?*
5. *Hoe kun je genieten van de digitale wereld maar toch de controle houden?*

*Een gastles kan worden afgestemd op een specifiek thema, zoals gamen, social media, of sexting.*

**Aantal leerlingen:** Max. 30, zodat er ruimte is om echt contact met ze te maken.

**Duur:** 1-2 lesuren (ook afhankelijk van leerjaar/-niveau).

**Kosten:** Neem contact op voor een offerte!

## Workshop voor docenten en/of mentoren

Wat doen leerlingen precies in de digitale wereld en wat maakt deze wereld zo verslavend? Hoe ga je hiermee om als docent? Hoe herken je een leerling die zich verliest in bv. gamen of social media en hoe maak je hier contact over? Tijdens deze workshop ga ik op interactieve wijze op deze onderwerpen in. Vanuit eigen ervaringen, theorie, en aan de hand van ingebrachte casussen laat ik zien wat er vaak gebeurt in het contact, waarom dit niet altijd tot het gewenste resultaat leidt, en hoe dit anders kan.



Tijdens de workshop 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 leerlingen zo geneigd zichzelf hierin te verliezen en hoe kan dit anders*
4. *Hoe kun je leerlingen die problemen hebben rondom digitaal gedrag herkennen*
5. *Hoe maak je hier contact over met leerlingen*
6. *Hoe wapenen leerlingen zich op school of tijdens het studeren tegen digitale verleidingen*

**Aantal deelnemers:** 10-30 personen (grotere groepen mogelijk in overleg)

**Duur:** Bij voorkeur 1,5-2 uur. Zo is het mogelijk om situaties rondom een casus meer te ervaren.

**Kosten:** Neem contact op voor een offerte!



## Ouderavond

Wat doen jongeren precies in de digitale wereld? Wat maakt deze wereld zo verslavend en waarom is het (jongeren)brein hier zo gevoelig voor? Hoe ga je hiermee om als ouder en hoe kom je in contact? Tijdens een ouderavond ga ik op interactieve wijze op deze onderwerpen in. Vanuit eigen ervaringen & theorie laat ik op een open, persoonlijke wijze zien hoe het komt dat jongeren zichzelf verliezen in de digitale wereld, waarom het als ouder zo lastig is ze te bereiken, en hoe dit anders kan.



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*

**Aantal deelnemers:** 10-250 personen

**Duur:** ± 1,5 uur, inclusief voldoende mogelijkheid voor vragen.

**Kosten:** 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, telefoon, 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 en coach. 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)

