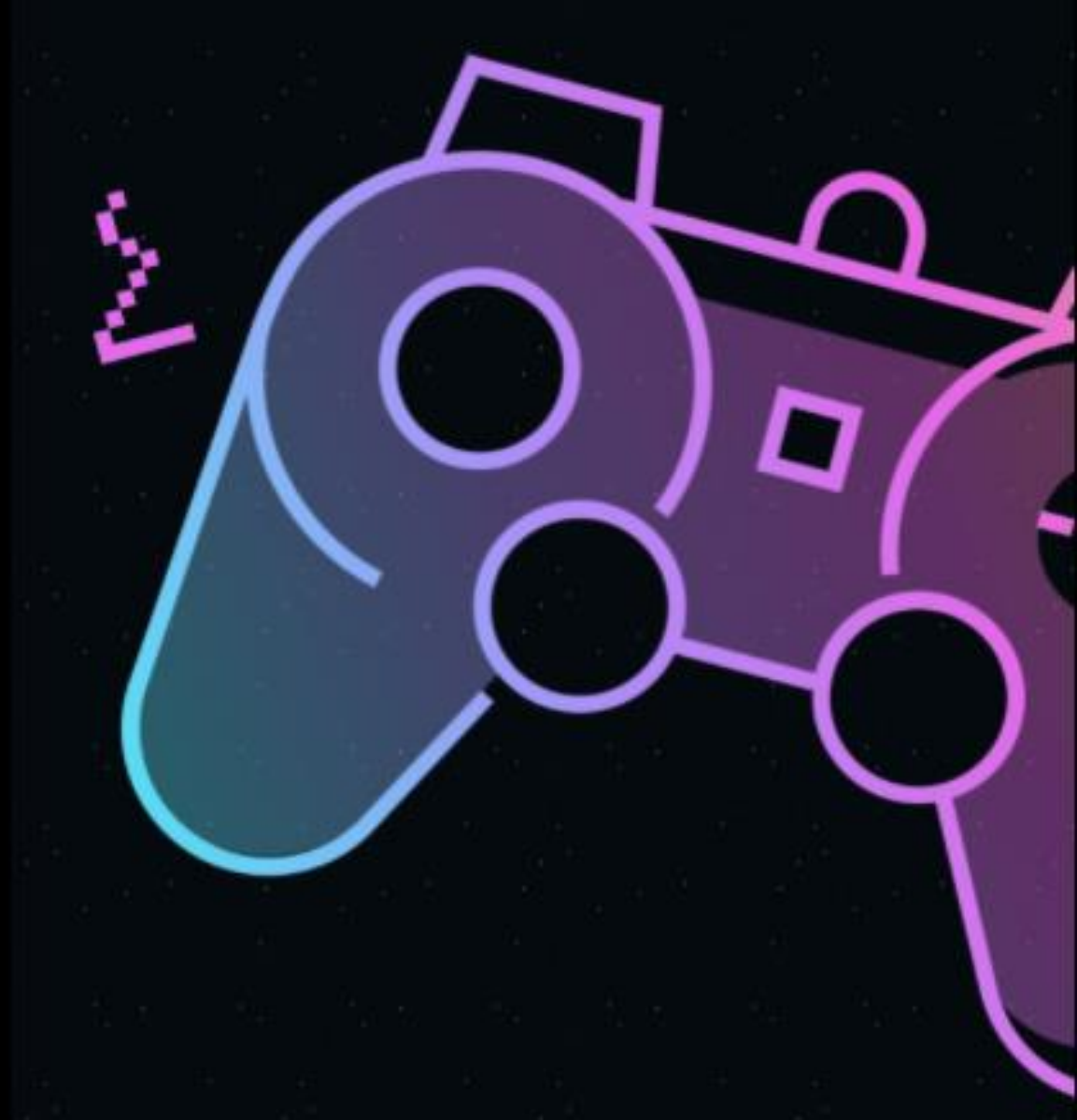
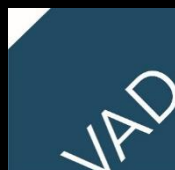


Game(L)over

Een tool voor online vroeginterventie



13 oktober 2021

Wat is Game(L)over?

- Een tool voor **online vroeginterventie**
- Voor **jongeren die riskant tot beginnend problematisch gamen.**
- Om stil te staan bij de plaats die gamen inneemt in hun leven.
- Ook hun **ouders** krijgen tips om met hun kind het gesprek aan te gaan over gamen.
- Met Game(L)over gaan ze **alleen** aan de slag, of **in het kader van een begeleiding.**



Game(L)over.

“
De plek voor jongeren én
hun ouders die op zoek zijn
naar een **nieuw evenwicht**
tussen gamen en andere
activiteiten zoals school,
vrienden, hobby's, familie, ...

Voornaam achternaam



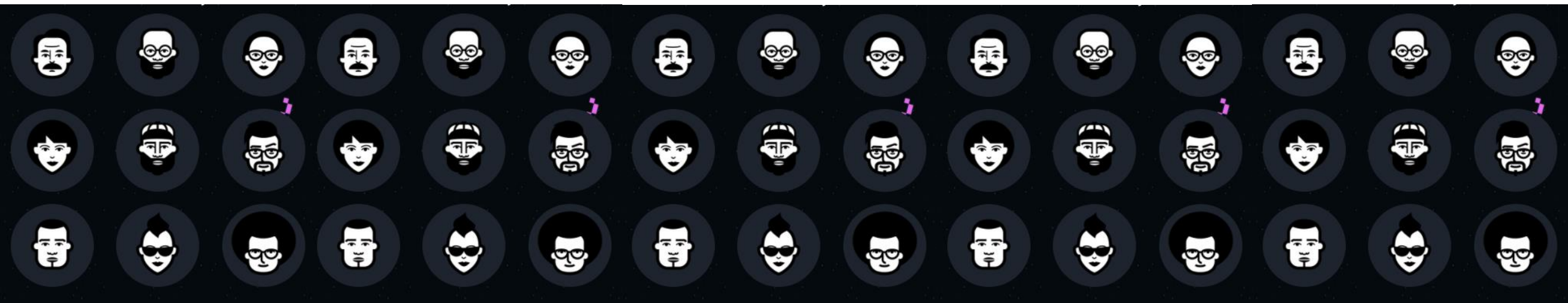
DOELGROEP


Uiteindelijke doelgroep:

- **Jongeren** die riskant tot beginnend problematisch gamegedrag vertonen
- En hun **ouders** (opvoeders)

Intermediaire doelgroep:

- Vroeginterventiewerkers
- Hulpverleners
- CLB, leerlingenbegeleiders
- Begeleiders in BJZ
- Psychologen, JAC, ...





Verdien badges

Verdien de badges van de vijf levels. Zo leer je beter met gamen om te gaan. Gratis en anoniem.

DOELSTELLINGEN

Doel = vroegtijdig interveniëren bij jongeren.

De **jongere** ...

- Krijgt **inzicht** in het eigen gamegedrag
- Onderzoekt de **impact** van gamen op zijn of haar leven
- Krijgt zicht op de **balans** tussen gamen en andere activiteiten (werken aan verandering)
- Staat stil bij de **voor- en nadelen** van zijn gamegedrag
- Denkt na over hoe het **anders** zou kunnen (controle herwinnen)



Je krijgt enkele stellingen te zien over wat ouders vaak doen wanneer ze met hun kind praten over gamen. Zijn ze herkenbaar voor jou? Swipe snel, zonder veel nadenken, naar rechts voor dingen die je 'eerder wel' doet, of naar links voor wat je 'eerder niet' doet. Wees eerlijk met jezelf.

Start

DOELSTELLINGEN

Ouders...

- Krijgen **inzicht** in het gamegedrag van hun kind
- Zien in **waarom** hun kind zo graag gamet
- Communiceren op een **positieve** manier over gamen
- Stellen duidelijke **grenzen**
- Weten waar ze terecht kunnen wanneer er **meer** nodig is

TECHNISCH

Gamerzone

- **Inkomende berichten** leiden je door de tool
- **5 levels** (oefeningen)
- Resultaten kan je opslaan als **PDF**
- **Voortgang** bijhouden

Ouderzone

- informatie
- filmpjes
- **2 oefeningen** met feedback op maat
- Resultaten kan je opslaan als **PDF**

How to- filmpje

Meer uitleg nodig?

Bekijk het
How To-filmpje op
www.vad.be



Preview Gamerzone

Voor jongeren

Een single player tool die je laat stilstaan bij de plaats die gamen in je leven inneemt.

[GA NAAR DE GAMERZONE ➔](#)

"Hope is what makes us strong. It is why we are here. It is what we fight with when all else is lost."

Pandora, God of war III



BERICHTEN



TEST JEZELF



MIJN LEVEN



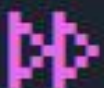
IN BALANS



MIJN AGENDA



NOTITIES



VIDEO'S



ACHIEVEMENTS

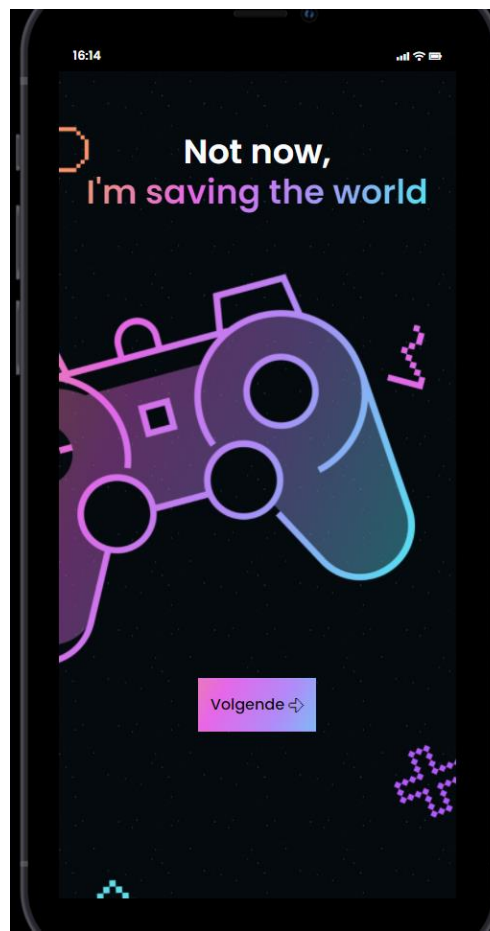


SOS

Gamerzone

Game(L)over is geen game, maar bevat wel game-elementen.

Na het personaliseren van de smartphone via een username en bijbehorende avatar, wordt de jongere mee op pad genomen.





Berichten

- Inkomende berichtjes van virtual assistent **Billy** en van **vrienden** loodsen de jongere doorheen de verschillende apps.
- Er zijn **5 levels** te overwinnen & achievements te behalen.

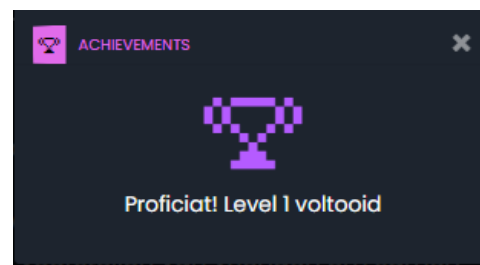


Test jezelf

Level 1

- **Zelftest** met focus op inzicht in eigen gamegedrag

“Hoe belangrijk is gamen voor jou? Is het gewoon een leuke hobby? Of neemt gamen soms toch meer plaats in dan goed voor je is? Doe de test! Zo krijg je persoonlijk advies op maat van jouw score.”



Laten we samen eens kijken
waarop het gamen de voorbije
week een invloed had?



HOBBY'S



FAMILIE



VRIENDEN



GELD



SCHOOL



GEZONDHEID

Door het gamen had je deze week
minder tijd voor andere dingen. Hoe
voel je je daarbij?



Verdrietig



Boos



Ontgoocheld



Verward



Niet OK



OK



Blij

Mijn leven

Level 2

- Gamegedrag uitdiepen in relatie tot **andere levensdomeinen:** hobby's, vrienden, familie, sport, geld, school en gezondheid.
- **Welk gevoel** brengt dat teweeg?

→ **Gevolgen van gamen** komen aan de oppervlakte



ACHIEVEMENTS



Proficiat! Level 2 voltooid

In balans

Level 3

- Swipen doorheen **voor- en nadelen**.
→ Zicht op **redenen om te veranderen**

Ik voel me (soms) somber



Klopt voor mij

Klopt niet voor mij

Ik voel me ontspannen wanneer ik game



Klopt voor mij

Klopt niet voor mij

Ik eet vaak ongezond, zoals snoep, chips of pizza



Klopt voor mij

Klopt niet voor mij

ACHIEVEMENTS



Proficiat! Level 3 voltooid

Duid aan voor een normale weekdag:

0u/24u

Slapen 0u



School 0u



Gamen 0u



TV, computer en GSM 0u



Hobby('s) 0u



Eten 0u



Wassen & klaarmaken 0u



Familie & Vrienden 0u



Andere 0u



Sometimes all you need is a little splash of colour!

Jouw week



Slapen (52u) School (38u)

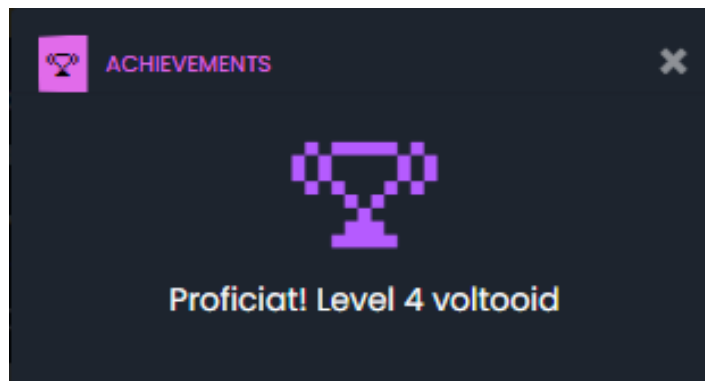
Gamen (21u) Eten (18u)

TV, computer en GSM (14u)

Andere (7u) Hobby('s) (6u)

Wassen & klaarmaken (5u)

Familie & Vrienden (5u)



Mijn agenda

Level 4

Eigen **daginfilling** in kaart brengen op:

- een weekdag en
- een weekenddag.

= Eye-opener

= Opstap naar herwinnen van controle.

Bring it on: lijstjes scrollen en actie!

Duid aan wat je de komende maand graag eens zou willen doen. Probeer uit en ervaar!

Activate

- Voetballen
- Muurklimmen
- Gevechtssport
- Zwemmen
- Werken in de tuin
- Geocachen
- Fitness
- Fietsen

Activiteit toevoegen

Go Zen

- Yoga
- Bad nemen
- Film kijken
- Boek lezen
- Lang uit slapen
- Naar een feestje gaan

Activiteit toevoegen

Activate

- Voetballen
- Werken in de tuin

Go Zen

- Boek lezen
- Naar een feestje gaan

Friends & family

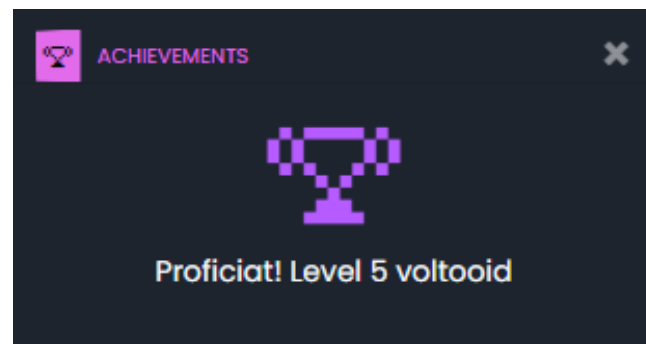
- Met vrienden eten

Je koos enkele activiteiten uit. Je weet maar hoe ze voelen door ze eens te doen.

Wat zou jou hierbij helpen?

Doe en ervaar!

[Download notities als PDF](#)



Alternatieve activiteiten

Level 5

Soms verveel je je en wordt je tijd helemaal ingenomen door gamen.

→ Inspiratie vind je in de 'Boredom Busters-app'



Videos



YOUTUBERS
OVER GAMEN



GEZOND LEVEN



In dit filmpje vertellen youtubers over de voor- en nadelen van gamen en hoe je gezond blijft als je veel achter de computer of console zit.

Deze video is een initiatief van gameninfo.nl en trimbos.nl.



Doe de test

Video-app

Slot:

- **Filmpje van youtubers** over de voor- en nadelen van gamen en hoe je gezond blijft als je veel achter de computer of console zit.
- **Link naar bewegingstest**
Gezond Leven



SOS

Zoek je hulp?

de druglijn

Heb je nood aan informatie over gamen, een luisterend oor, een advies? Of zoek je hulp om minder te gamen? Contacteer de Druglijn: anoniem en gratis.

Soms is professionele begeleiding nodig. De Druglijn verwijst je door naar een organisatie in jouw buurt. Een begeleider kan je ondersteunen om het evenwicht te herstellen tussen het gamen en de andere activiteiten in je leven.

Bel 078 15 10 20

Chat nu

Mail je vraag

SOS-app

Via homescherm of via hyperlink bij specifieke oefeningen.

Preview Ouderzone

Voor ouders

Een website met tips om met je kind het gesprek over gamen aan te gaan

[GA NAAR DE OUDERZONE →](#)

Gamet mijn kind te veel?

- Slechts bij minderheid van de jongeren geraakt **balans** grondig uit evenwicht.
- Hoe kan gamen **evolueren naar risicovol gamen?**
- Welke **signalen** kan je als ouder herkennen?

Verwijzing naar Gamerzone + Zelftest

Bekijk hoe gamen kan evolueren naar risicovol gamen.



Ontdek welke **signalen** erop kunnen wijzen dat gamen voor je kind uit balans geraakt.



Waarom gamet mijn kind zo veel?

- Hoe komt het dat veel jongeren zo **graag gamen**?
→ Zelfdeterminatietheorie
- Waarom is het zo moeilijk om **ermee te stoppen**?
→ Flow
- Waarom komt iemand in de **problemen** met gamen?
→ MMM

Hoe komt het dat veel jongeren zo graag gamen? Ontdek het in onderstaand filmpje.



Waarom is het zo moeilijk om te stoppen met gamen?



Praten over gamen zonder conflicten?

Deuropeners en **deursluiters** ontdekken

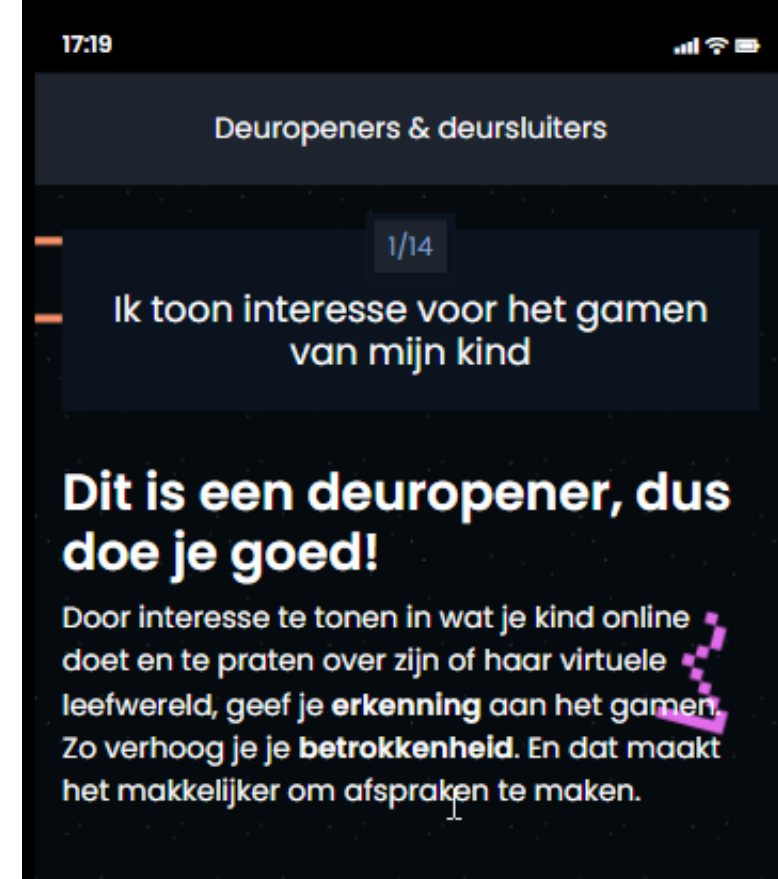
→ Doe de **oefening**

Van stilte naar praten

- Tot **nadenken** stimuleren.
- **Vertrouwen** geven in controle herwinnen.
- Waar nodig een **duwtje in de rug**.
- **Onvoorwaardelijkheid**

Praten is vooral **luisteren**.

En wat als praten **niet lukt**?



Jouw invloed als ouder

Invloed vanuit:

- **Open** staan voor gamen
- Positieve **interesse** tonen
- Positieve **bevestiging**

Uittesten hoe je **betrokkenheid** kan tonen

→ Chat met Robin

Wat vinden **jongeren zelf** van die betrokkenheid?

→ Filmpje van Gameninfo.nl



Dit is een initiatief van gameninfo.nl en trimbos.nl.



Grenzen stellen

- Jongeren hebben nood aan grenzen
→ **Waarom** is dat belangrijk en **hoe** doe je dat?
- Hoe pakken **andere ouders** dat thuis aan?
→ Filmpje van Veilig Online
- Wat kan je anders doen dan gamen?
→ Samen met je kind op zoek gaan naar **activiteiten naast het gamen.**

Bekijk hier **waarom** dat zo belangrijk is en **hoe** je dat kan doen.



Ontdek **hoe andere ouders dat thuis aanpakken** en hoe jongeren daarmee omgaan op dit filmpje van veiligonline.be/gamen.



Meer nodig?

Tips om jongere te **motiveren** om over gamen na te denken, of om met **Game(L)over aan de slag** te gaan.

Soms is er **meer hulp** nodig:

de druglijn

Game(L)over.



www.gamelover.be



de druglijn

078 15 10 20
druglijn.be