

Media osana lapsen elämää



Keskustelun avaus

Netti, sosiaalinen media, digitaaliset pelit, elokuvat, mainokset, medialaitteet, sovellukset ja kännykät ovat digitaalista mediaa ja tiivis osa useimpien lasten elämää. Jokainen vanhempi joutuu miettimään millaisia ohjeita, periaatteita ja arvoja he muodostavat mediankäytöstä ja miten ne näkyvät oman perheen arjessa.

Lapsi tarvitsee aikuisen apua mediankäytön hallintaan ja sopivien sisältöjen löytämiseen sekä siihen, että ehtii myös levätä, leikkiä, liikkua, harrastaa ja viettää aikaa kaverien kanssa. Mediankäytölle kannattaa laatia selkeät sopimukset. Säännöt ja ennakointi ehkäisevät riitoja ja auttavat lasta nauttimaan ajastaan videoiden, pelien ja erilaisten sovelluksien parissa.

Lapsen ja vanhemman kokemukset median parissa käytetystä ajasta voivat joskus olla erilaiset. Lapsi voi nauttia esimerkiksi videon katselusta tai pelaamisesta, vaikka vanhempi ei ymmärtäisi sen merkitystä lapselle. Toisaalta vanhempi voi saada oman tärkeän hetken olemalla itse tai antamalla lapsen olla medialaitteen parissa. Toisinaan

vanhempi voi huomata, että mediankäyttö saa lapsen levottomaksi, vaikka lapsi itse ei sitä huomaisi, ja silloin lapsi tarvitsee aikuisen apua.

Vanhempi voi pysähtyä pohtimaan, mitä lapsen mielessä tapahtuu ja kiinnostua lapsen kokemuksesta ja ajatuksista. Miksi jokin asia kiinnostaa tai tuntuu hauskalta? Kokeeko lapsi median äärellä esimerkiksi iloa, oppimista, jännitystä tai yhteenkuuluvuutta muiden kanssa? Miten näitä kokemuksia voi käsitellä ja jakaa lapsen kanssa? Millainen mediankäyttö tukee lapsen ja perheen hyvinvointia ja sujuvaa arkea?

Tutustuminen

- Päätetään ryhmässä ennalta siitä, puhutaanko perheen tietystä lapsesta vai yleisesti perheen kaikkien lasten mediankäytöstä. Muokkaa esittäytymistä tämän mukaan, jotta siitä ei tule liian pitkä.
- Lyhyt esittäytyminen: Lapsen nimi, ikä, mikä ohjelma, elokuva, video tai peli tällä hetkellä kiinnostaa lastasi eniten? Mikä muu tekeminen kotona on lapselle mieluista?



Keskustelukysymyksiä

Tasapaino mediankäytössä

- Mitä ajattelet lapsesi mediankäytöstä tällä hetkellä?
- Oletko tutustunut esimerkiksi peleihin tai sovelluksiin, joita lapsesi käyttää? Oletko pyytänyt lastasi kertomaan niistä?
- Osaako lapsesi itse säädellä pelien, sovellusten tai videoiden parissa käyttämäänsä aikaa tai valita hänelle sopivia sisältöjä vai tarvitseeko hän siihen aikuisen apua?
- Mistä huomaat, että lapsi tarvitsee apua? Entä sen, jos lapsi osaa / ei osaa itse säädellä mediankäyttöään?
- Oletko huomannut, että lapsesi mediankäyttö on vaikuttanut uneen, liikkumiseen, kaveri- ja perhesuhteisiin tai koulunkäyntiin? Millaisia vaikutuksia olet huomannut? Onkohan lapsi itse huomannut tällaisia vaikutuksia?
- Miten vanhempana säätelet tai rajaat lapsen ja perheen mediankäyttöä? Miten vanhempana koet tämän "sääteilytehtävän"?

Keskustelun päätös

- Millaisen lasten ja perheenne mediankäyttöä tasapainoittavan kokemuksen tai ajatuksen viet tästä yhteisestä keskusteluhetkestä mukanasasi? Vaikka ihan pienenkin!

Lapsen mediataitojen tukeminen

- Mistä lapsesi mediataidosta olet ylpeä? Entä mistä lapsesi itse on ylpeä?
- Mitä tunteita lapsen mediankäyttö sinussa herättää?
- Miten lapsesi luonne, persoona näkyy hänen tavassaan käyttää kännykkää, sovelluksia tai pelejä? Tuleeko mieleesi jokin esimerkki?
- Mihin lapsesi tarvitsee mediankäyttönsään tukea?
- Mistä huomaat, jos lapsesi tarvitsee apua median kanssa? Mistä esimerkiksi huomaat, jos lapsesi on ollut liikaa median parissa tai ollut tekemisissä sellaisten sisältöjen parissa, jotka eivät hänelle sovellu?
- Oletko rohkaissut lastasi kertomaan sinulle, jos hän törmää mediassa haitallisiin sisältöihin?
- Miten lapsesi on suhtautunut keskusteluun median haitallisista sisällöistä?
- Missä lapsesi mediankäyttöön liittyvässä asiassa olet onnistunut? Mitä haluaisit vielä osata tehdä?

Keskustelun päätös

- Millaisin media-ajatuksin lähdet täältä tänään? Mikä voisi olla hyvä lapsen tai perheen kanssa yhdessä toteutettava sovellus tai peli?

Perheen yhteinen mediankäyttö

- Mitä medioita perheessänne käytetään?
- Vietättekö yhdessä aikaa katsomalla ohjelmia tai elokuvia, kuuntelemalla musiikkia tai pelaamalla? Millaisia ne hetket ovat olleet sinulle? Entä lapsellesi?
- Mitä arvelet, mitähän lapsesi haluaisi kertoa tai opettaa sinulle mediankäytöstä, pelaamisesta tai netistä?
- Mitä voisitte opetella yhdessä seuraavaksi?
- Millaisia mediankäytön tapoja ja yhteisiä sopimuksia perheessänne on? Keitä sopimukset koskevat? Mitä niillä tavoitellaan? Ketkä ovat osallistuneet sääntöjen luomiseen?
- Millaiset sopimukset mediankäytöstä ovat mielestäsi toimivia perheessänne? Mistä huomaat, että säännöt toimivat? Entä mitä luulet, millaiset säännöt olisivat toimivia lapsen mielestä?

- Oletko huomannut, miten perheenjäsenten mediankäyttö vaikuttaa toisiin? Millä tavalla? Mitä tulisi huomioida eri-ikäisten perheenjäsenten tai sisarusten kannalta?

Keskustelun päätös

- Mieti jokin asia, jota voisitte tehdä yhdessä koko perheen kanssa median äärellä. Olisiko se yhteinen elokuvailta, musiikinkuuntelu- tai pelihetki? Mitähän lapsesi ehdottaisi? Voit käyttää apunasi Perhepalaverin paikka -mallia, jossa sovitte yhteisesti tekemisestä.

https://cdn.mll.fi/prod/2020/02/07122031/perhepalaverin_paikka_mll_2020.pdf

Jos ryhmässä viriää keskustelua muista mediaan liittyvistä aiheista, ohjaaja voi vinkata tutustumaan MLL:n Vanhempainnetin sivuihin:

- Tietoa eri-ikäisten lasten mediankäytöstä ja tukea kotien mediakasvatukseen
mll.fi/lapsetjamedia
- Tietoa lapsiperheiden hyvinvoinnin tukemisesta digiajassa
mll.fi/digihyvinvointi
- Tukea digitaalisten pelien ja pelaamisen käsittelyyn kotona
mll.fi/pelikasvatus

- Lapsi ja media – 7 vinkkiä digiajan kasvattajalle -opas
https://cdn.mll.fi/prod/2021/02/01102629/mll-lapsi-ja-media_2021_www.pdf
- Vanhemmille voi myös kertoa MLL:n maksuttomasta Vanhempainpuhelimesta, chatista ja nettikirjepalvelusta, joissa voi jutella lisää, jos lapsen mediankäyttö askarruttaa.
<https://www.mll.fi/vanhemmille/toiminta-lapsiperheille/vanhempainpuhelin/>

