

Kahdeksan kysymystä lapsen mediankäytöstä



MANNERHEIMIN
LASTENSUOJELULIITTO

Lapset ensin.

Julkaisija:

Mannerheimin Lastensuojeluliitto

Toinen linja 17, 00530 Helsinki

www.mll.fi

Käsikirjoitus: Satu Valkonen, MLL

Valokuvat: Tomi Nuotsalo

Ulkoasu: Hahmo

Taitto: Tarja Petrell

Paino: Kopio Niini Oy, 2015



Kasvattajalle

Lehdet, kirjat, digitaaliset pelit, netti ja televisio ovat osa lapsen mediaympäristöä. Jo pienet lapset käyttävät mediaa monipuolisesti viihtymiseen ja oppimiseen. Uusia laitteita ja sovelluksia tarjoutuu jatkuvasti kokeiltavaksi ja myös laitteiden käyttömahdollisuudet lisääntyvät.

Vanhempia ja muita kasvattajia saattaa askarruttaa, miten tukea ja ohjata lapsen mediankäyttöä ja suojella lasta median haitallisilta sisällöiltä. Tässä lehtisessä käsitellään keskeisiä lapsen mediankäyttöön liittyviä kysymyksiä.

Media mukana lapsen arjessa

Pelatessa ja muutoin ruudun äärellä ollessa on hyvä kiinnittää huomiota ergonomiaan ja muistaa tauot.

Lapsen kaverisuhteita kannattaa tukea, sillä ystävät ja ryhmään kuuluminen ovat tärkeitä.



 EHYT

 MLL

MANNEHEIMIN
LASTENSUOJELUHYTÖ

1. Mikä on lapselle sopiva ruutu-aika?

Sopivan ruutuajan määrittäminen ja lapsen opastaminen kohtuulliseen mediankäyttöön saattaa olla haastava tehtävä. Ajankäyttöä tärkeämpää on kuitenkin se, mitä lapsi ruudun äärellä tekee. On myös tärkeää pohtia, miten lapsen mediankäyttö rytmittyy lapsen ja perheen elämään.

Suosituksia sopivaksi ruutuajaksi on vaikea antaa. Jokainen lapsi on omanlaisensa, ja lasten tavat käyttää mediaa ovat erilaisia. On ehdotettu, ettei lapsen tulisi viettää viihhteellisen median parissa päivittäin tunteja tai kahta kauempaa. Lapsen päivään tulee mahtua myös perheen ja ys-

tävien kanssa yhdessäoloa, liikkumista ja lepoa, leikkiä ja touhua sekä joutenoloa. Monipuolisuus ja tasapaino tekemisten välillä on tärkeää.

Jos epäilet, että lapsi viettää liikaa aikaa ruudulla, juttele lapsen kanssa siitä, miksi mediankäyttö on hänelle tärkeää ja mikä siinä viehättää. Kiinnitä huomiota siihen, miten lapsi käyttäytyy ja elehtii käyttäessään mediaa ja sen jälkeen. Auta lasta tunnistamaan liiallisen ruutuajan merkkejä, kuten ärtyneisyyttä, väsymystä, keskittymiskyvyttömyyttä, univaikeuksia tai niska- ja hartiasärkyä. Sopikaa yhdessä rajat ja keksikää yhteistä tekemistä. Rohkaise lasta viettämään aikaa myös ikätovereiden kanssa.



2. Miksi televisio-ohjelmissa, elokuvissa ja peleissä on ikärajat?

Elokuvien, televisio-ohjelmien ja pelien ikärajat varoittavat lapsille haitallisista sisällöistä. Niiden tarkoitus on suojella lapsia. Ikäraja ilmaisee lapsen kehitykselle vahingollisesta sisällöstä. Ikärajojen lisäksi ilmoitetaan sisältösymboli, joka kuvastaa minkä vuoksi ikäraja on asetettu.

Lapsen kyky käsitellä mediasisältöjä on yksilöllinen. Lasta voi myös pelottaa ja ahdistaa hänelle sallitut ohjelmat. Vanhempien on huolehdittava siitä, että mediasisällöt ovat lapselle turvallisia. Huomioithan, että esimerkiksi uutis- ja ajankohtaisohjelmia, opetus- ja kulttuuriohjelmia, musiikkiohjelmia ja mainoksia ei luokitella ikärajojen mukaan. Myös Sallittu kaikenikäisille -merkintä voi olla aikuisille suunnattu ja olla lapsille sopimaton.

Ikärajojen noudattamisesta on hyvä keskustella muiden vanhempien kanssa ja sopia yhteiset pelisäännöt. Huolehdiathan myös, että et katso lapsilta kiellettyjä televisio-ohjelmia ja elokuvia tai pelaa aikuisille tarkoitettuja digitaalisia pelejä silloin, kun lapsi on läsnä.

Myös digitaalisissa peleissä on ikäraja ja sisältösymboli. Ne poikkeavat hieman televisio-ohjelmille ja elokuville asetetuista. Pelien ikärajat eivät kerro pelin vaikeusasteesta tai soveltuvuudesta vaan lapsen kehitykselle haitallisesta sisällöstä. Televisio-ohjelmien, elokuvien ja digitaalisten pelien ikärajat ovat sitovia, joten älä esitä, vuokraa tai osta niitä ikärajaa nuoremmalle.

Lue lisää ikärajoista ja niiden perusteista: www.ikarajat.fi

Televisio-ohjelmat ja elokuvat



Digitaaliset pelit



3. Miten väkivalta ja muut sopimattomat sisällöt vaikuttavat lapseen?

Vielä ei tiedetä, miten väkivalta ja muut sopimattomat sisällöt, kuten seksi, vaikuttavat lapseen. On kuitenkin viitteitä siitä, että jos lapsi katsoo paljon väkivaltaivihdettä ja pelaa väkivaltaisista pelejä, todennäköisyys väkivallan olemassaoloon myöhemmin elämässä kasvaa. Tutkimusten mukaan käyttäytymisen muutoksia selittävät kuitenkin mediaa enemmän lapsen persoonalliset tekijät, kasvuympäristö, sosiaaliset suhteet ja tilannekohtaiset tekijät.

Median vaikutusta lapseen voi havainnoida tutkailemalla esimerkiksi, kiinnittääkö lapsi korostuneesti huomiota väkivaltaan tai seksiin ja puhuu ko hän niistä paljon. Voit myös tarkkailla, onko lapsi omaksunut väkivaltaisista toimintamalleja ja missä tilanteissa hän oppimaansa soveltaa. On eri asia jäljitellä kuvitteellisissa leikeissä taisteluja kuin käyttää väkivaltaa todellisten ongelmatilanteiden ratkaisuun.

Lapsen kokemuksia mediasta kannattaa kuunnella ja jutella yhdessä tapahtumista ja niiden seurauksista. Tämä auttaa lasta hahmottamaan väkivallan haittoja ja säilyttämään kyvyn myönteellä muiden tunteita. Seksuaalinen sisältö saattaa hämmentää ja ahdistaa lasta. Ole lähellä ja jaa lapsen tunteet ja auta häntä käsittelemään näkemäänsä.

Tutustu, miten voit ottaa puheeksi lapsen kanssa sopimattomat mediasisällöt:

www.mll.fi/lapsijaporno

4. Miten lapsen pelaamiseen pitäisi suhtautua?

Digitaalisessa pelaamisessa lapsia kiehtovat lukuisat mahdollisuudet monenlaiseen toimintaan. Pelit innostavat ratkaisemaan ongelmia ja luomaan uutta, uhmaamaan luonnonlakeja ja logiikkaa, eläytymään, iloitsemaan ja viihtymään. Pelien kuvitteellinen maailma on lapsille tärkeä ja digitaalisia pelejä onkin luonnehdittu nykyajan leikkikentiksi. Toisinaan digitaalinen pelaaminen asetetaan perinteisten ulkoleikkien vastakohtaksi. On hyvä muistaa, että lasten leikki heijastelee aina aikaansa ja on parhaimmillaan lasten luoma sekoitus heitä kiinnostavista ilmiöistä.

Pelien haastavuus tai jännittävät sisällöt voivat myös virittää liiaksi lapsen mielikuvitusta ja aiheuttaa muiden mediasisältöjen tapaan levottomuutta, pelkoja ja painajaisia. Huolehdi siitä, että pelit ovat lapselle sopivia niin ikärajoiltaan kuin vaikeusasteeltaan.

Monelle pelaaminen on sosiaalista toimintaa: pelejä pelataan yhdessä kaverien kanssa, seurataan toisen pelaamista vierestä ja vaihdetaan ajatuksia pelimaailmoissa. Yhteinen tekeminen ja yhteisöllisyys ovat pelaamisen myönteisiä vaikutuksia. Muita hyviä puolia ovat uuden oppiminen, ongelmanratkaisun kehittyminen, reaktionopeuden kehittyminen, tilan hahmottaminen, kielitaidon kehittyminen ja silmä–käsi-koordinaation parantuminen. Pelaamisen hyödyt kytkeytyvät tiivistä lapsen muuhun osaamiseen. Peleissä opittujen asioiden on tarkoitus laajentaa ja syventää lapsen muuta oppimista, ei korvata sitä.

Tavallisesti vanhempia huolettaa lapsen liika pelaaminen. Pelit pitävät lapset otteessaan tarjotessaan jatkuvasti uutta koettavaa, ja ruudulta voi olla vaikea irtautua kehotuksista huolimatta. Joillekin pelit voivat aiheuttaa niska- ja hartiakipua, päänsärkyä, univaikeuksia, levottomuutta ja ärtyisyyttä tai arjen hallinnan pulmia. Pelaamisen haittoja voi estää keksimällä vaihtoehtoja tekemistä, vahvistamalla sosiaalisia suhteita sekä tukemalla lapsen vuorovaikutus- ja tunnetaitoja. Tepsivät keinot ovat usein yksinkertaisia, kuten taukojen pitäminen, peliajoista ja rajoista kiinnittäminen ja lapsen käsitys oman pelaamisen määrästä ja vaikutuksista.

Lue lisää pelikasvatuksesta:

www.pelikasvatus.fi

5. Mitä appsit ovat?

Lasten mediaympäristö koostuu paljolti appseista eli netistä ladattavista sovelluksista ja ohjelmista. Appseja ovat monet sosiaalisen median palvelut, pelit, musiikki- ja elokuvapalvelut sekä arkea hauskuttavat ja helpottavat sisällöt.

Jotkin appseista ovat ilmaisia, toisista voi ladata ilmaiseksi jonkin version ja osa on maksullisia. Maksut ovat useimmiten kerta- tai kuukausimaksuja. Ilmaiset sovellukset eivät välttämättä ole täysin maksuttomia, sillä lisäominaisuuksien ja toimintamahdollisuuksien hankkiminen voi maksaa erikseen. Myös mainonnalla katetaan kuluja. Appsien todellisia kustannuksia voi olla vaikea hahmottaa.

Appseja hankkiessa mediayhtiöt voivat kysyä erinäisiä lupia, jotka antavat mahdollisuuden kerätä tietoa laitteen käyttäjästä. Palvelun käyttöehtoihin kannattaa tutustua huolella. Palveluissa on yleensä vanhemmille ja kasvattajille tarkoitettu sivusto, josta saa lisätietoa turvallisuudesta, maksuista ja yksityisyydestä. Muista myös tarkistaa, muuttuvatko käyttäjäehdot sovellusten päivitysten yhteydessä.

Joissain appseissa on mainittu ikärajat. Ne eivät kuitenkaan perustu lakiin, kuten televisio-ohjelmien, elokuvien ja digitaalisten pelien ikärajat. Vanhemman on hyvä tietää, mitä appseja lapsi käyttää ja niiden hankkimisesta kannattaa päättää yhdessä. Lasta voi pyytää näyttämään, mitä hän sovelluksella tekee ja keiden kanssa hän on palvelussa tekemisissä. Ole kiinnostunut ja avoin vuoropuhelulle. Lapsen on helpompaa kertoa myös mahdollisista ikävistä kokemuksista, kun hän on tottunut jaka-



maan median parissa saamiaan kokemuk-
siaan kanssa.

Laitteiden asetuksilla, esto-ohjelmilla ja salasanoidella voi estää tai rajoittaa lapsen mediankäyttöä. Ne eivät kuitenkaan korvaa yhdessä sovittuja sääntöjä.

Tutustu appseihin:

www.common sense media.org/app-lists

6. Kuinka voin suojella lapsen yksityisyyttä verkossa?

Lapsen yksityisyyttä verkossa voi suojata asettamalla sovellusten ja ohjelmien käyttö- ja yksityisyysasetukset harkiten sekä opastamalla lasta suojaamaan verkossa henkilötietojaan.

Tutustu lapsen netinkäyttöön ja sopikaa yhdessä uusien sovellusten ja ohjelmien käyttöönotosta. Monet ilmaiset sosiaalisen median palvelut keräävät tietoa käyttäjistään. Perehdy lasten käyttämien palveluiden yksityisyysasetuksiin ja tarkasta säännöllisesti mahdolliset muutokset.

Lapselle on tärkeää opettaa, ettei omaa nimeä, puhelinnumeroa tai osoitetta pidä kertoa kenellekään tuntemattomalle, myöskään kuvia ei kannata lähettää vieraille. Rohkaise lasta kohteliaaseen ja kilttiin käyttöön.

Aikuisen tehtävä on suojella lasta ja siksi kannattaa pohtia tarkoin omaa toimintaa: millä tavoin ja miksi lapsesta kertoo tai julkaisee kuvia tai videoita verkossa. Lapsella on oikeus yksityisyyteen ja oikeus ilmaista oma mielipiteensä häntä koskeissa asioissa. On kohteliasta kertoa lapselle, millaista tietoa hänestä esittää ja kysyä lapsen näkemystä asiasta. Lapsen mielipidettä on kunnioitettava.

7. Onko mediankäytöstä lapselle jotain hyötyä?

Median parissa oppiminen ja muut myönteiset vaikutukset ovat mediahaittojen tapaan yhteydessä lapsen henkilökohtaisiin ominaisuuksiin ja hänen sosiaaliseen ympäristöönsä. Oppiminen ja mediankäytön hyödyt kietoutuvat myös siihen, että lapsi käyttää ikäänsä nähden sopivaa ja laadukasta mediaa. Mediasisällöillä on paljon merkitystä, ja eri medialaitteiden tai ohjelmien avulla opitaan erilaisia taitoja.

Jo ennen lukutaidon oppimista lapset voivat osallistua, luoda ja ilmaista itseään oppien monenlaisia tuottamisen tapoja. Elokuvat ja televisio-ohjelmat tarjoavat aineksia oman itsen ja maailman pohdiskeluille, ja pelaaminen kehittää strategista ajattelua. Kaikkein parhaiten lapsi oppii, kun hän voi jakaa median parissa käytetyn ajan ja kokemukset hänelle läheisten ihmisten kanssa. Tutustukaa uusiin paikkoihin, ideoikaa ja unelmoikaa ja ennen kaikkea nauttikaa mediasta yhdessä!

Lue lisää mediasisällöistä kasvatuksen näkökulmasta:

www.media-avain.fi





8. Miten edistää vastuullista mediankäyttöä?

Teknologia tuo lapsen maailmaan monia uskomattomia mahdollisuuksia, kun mediaa käytetään taitavasti. Lapsi ei opi mediataitoja yksin vain laitteita käyttämällä, vaan hän tarvitsee aikuisen apua teknologian hallinnassa, sisältöjen kriittisessä tulkinnassa ja toiset huomioivassa mediankäytössä.

Vastuullista mediankäyttöä voit tukea ohjaamalla lasta tarkastelemaan mediankäytön vaikutuksia itsessä, muissa ja ympäristössä. Kiinnitä huomiota myös omaan mediankäyttöösi ja tapaasi kunnioittaa muita mediassa.

Tutustukaa yhdessä
oppaaseen
Miten internet toimii?

www.kavi.fi



Lue lisää lasten mediankäytöstä
ja myönteisen mediasuhteen tukemisesta
MLL:n Vanhempainnetistä.

Jos lapsen mediankäyttö askarruttaa, voit myös
soittaa maksuttomaan Vanhempainpuhelimeen
tai kirjoittaa nettikirjeen. Puheluihin ja viesteihin
vastaavat MLL:n kouluttamat vapaaehtoiset
päivystäjät luottamuksellisesti.

Vanhempainpuhelin

0800 922 77

ma 10–13 ja 17–20

ti 10–13 ja 17–20

ke 10–13

to 14–20

Vanhempainnetin kirjepalvelu

www.mll.fi/vanhempainnetti



MANNERHEIMIN
LASTENSUOJELULIITTO



Co-funded by the
European Union

