MEDIAKASVATUS

Lapsi ja media

7 vinkkiä digiajan kasvattajalle

MLL MANNERHEIMIN LASTENSUOJELULIITTO

LAPSET ENSIN

Julkaisija
Mannerheimin Lastensuojeluliitto
Toinen linja 17, 00530 Helsinki
mll.fi

Käsikirjoitus: Rauna Rahja, Jenni Helenius, MLL
Valokuvat: Antti Ranki & Colourbox
Ulkoasu: Hahmo
Taitto: Tarja Petrell
2021

Tästä julkaisusta vastaa yksinomaan sen laatija.
Euroopan unioni ei vastaa sen sisältämien tietojen käytöstä.

Yhteisrahoitettu Euroopan unionin
Verkkojen Eurooppa -välineestä

Sisällys

1. Tutustu lapsesi tapoihin käyttää mediaa | s. 5
2. Tue lapsen mediataitoja | s. 6
3. Tasapainota digiarkea | s. 9
4. Sopikaa yhdessä mediankäytöstä | s. 11
5. Olet esimerkki | s. 13
6. Myönteisiä ja turvallisia kohtaamisia | s.14
   - Rohkaise myönteiseen vuorovaikutukseen | s. 14
   - Ota nettikiusaaminen vakavasti | s. 14
   - Seksuaaliset sisällöt verkossa | s. 15
   - Turvallisesti netissä | s. 17
7. Pitäkää yhdessä hauskaa | s. 18

Kasvattajalle

Media liittyy monin tavoin lapsen elämään. Netti, sosiaalinen media, pelit, televisio ja muut median sisällöt ja alustat ovat osa lapsen kasvuympäristöä. Vanhempia ja kasvattajia voi askarruttaa, millä keinoin tukea lapsen mediataitoja ja tasapainoista ja vastuullista mediankäyttöä.

Aikuisen ei tarvitse tietää kaikkea netistä, peleistä tai uusimmista sovelluksista. Myönteistä uteliaisuutta ja halua ymmärtää lapsen mediankäyttöä kuitenkin tarvitaan. Mediankäytöstä sopimisen ja lapsen taitojen tukemisen lisäksi on hyvä pyrkiä ymmärtämään, mitä mediankäyttö lapselle merkitsee.

Tässä lehtisessä käsitellään erityisesti alakouluikäisen lapsen mediankäyttöön liittyviä kysymyksiä. Medialla tarkoitetaan niin perinteisiä kuin digitaalisia median muotoja, sisältöjä ja viestintäkanavia.

Mistä mediankäyttöön liittyvästä asiasta juttelet lapsesi kanssa tänään?

1 Tutustu lapsesi tapoihin käyttää mediaa

Jokainen lapsi on omanlaisensa mediankäyttäjä. Siksi on tärkeä tutustua oman lapsen käyttämiin sovelluksiin, peleihin ja sisältöihin. Tiedätkö, millaisia asioita lapsesi tekee median parissa eniten tai mieluiten?

Mediaa käytetään eri tavoin tiedonhankintaan, vuorovaikutukseen, ilmaisuun, oppimiseen ja viihtymiseen. Netissä, sosiaalisessa mediassa ja peleissä voi syventää kaverisuhteita, löytää uusia kavereita, seurata omia esikuvia ja kiinnostuksen kohteita. Välineiden avulla voi sopia arkisista asioista ja pitää yhteyttä läheisiin. Aktiivinen mediankäyttäjä voi tuottaa omia mediasisältöjä, vaikuttaa ja osallistua itselle tärkeisiin asioihin.

Lapsille sosiaalisen median palvelut ja peliympäristöt voivat olla yksi paikka muiden joukossa viettää aikaa kavereiden ja uusien tuttavien kanssa, rentoutua ja harrastaa. Keskusteluja käydään pikaviestimissä, peleissä ja sosiaalisen median alustoilla, usein yksityisissä ryhmissä, joissa viestintä voi olla nopeaa ja spontaania.

Kysy ja kuuntele avoimin mielin, mitkä asiat ovat lapselle tärkeitä tai mukavia, mikä netissä kiinnostaa tai miten lapsen kaveripiirissä käytetään mediaa. Alakouluikäinen kertoo usein mielellään suosikkisisällöistään tai mediankäytöstään. Tällöin vanhemman kannattaa olla kuulolla ja jakaa kokemuksia hänen kanssaan.

Aikuisen suhtautumisella on väliä, miten lapsi omista kokemuksistaan kertoo. Kun nettikokemuksista voi jutella arkisesti, lapsen on usein helpompi kääntyä aikuisen puoleen myös mahdollisissa ikävissä kokemuksissa.

Avoin ja myönteinen keskusteluyhteys tukee lapsen kasvua ja mediataitoja. Lapselle kannattaa osoittaa, että arvostat hänen osaamistaan ja taitojaan. Voit kysyä apua omaan mediankäyttöösi ja antaa lapsen opettaa. Lapsen on tärkeää saada myönteistä palautetta, ja positiivista kannustusta voi antaa mediankäytöstä.

Juttele lapsen kanssa

- Mitä lapsi tekee mieluiten netissä tai puhelimellaan?
- Millaisia pelejä hän pelaa?
- Mitkä sovellukset, peliyhteisöt ja sosiaalisen median palvelut ovat lapselle tärkeitä? Mitä niissä tehdään ja kenen kanssa?
- Millaisissa tilanteissa ja mihin tarkoituksiin hän käyttää mediaa mieluiten?
- Millaisista lähteistä lapsi saa ja etsii tietoa?
- Keitä lapsi seuraa tai ihailee netissä tai peliyhteisöissä? Miksi?
- Missä asioissa vanhempi voi tukea lapsen mediankäyttöä?

2 Tue lapsen mediataitoja

Mediataidot kehittyvät vuorovaikutuksessa kavereiden, perheen ja muiden mediankäyttäjien kanssa. Kun olet perillä lapsesi käyttämistä medioista ja netinkäytön tavoista, osaat tukea häntä.

Media voi olla lapselle tärkeä harrastus. Se voi olla esimerkiksi pelaamista, valokuvaamista, videoiden tekemistä, ohjelmointia tai muuta digitaalista tekemistä tai ilmaisua. Lapsen leikkeihin ja harrastuksiin voi liittyä mediankäyttöä, kuten kuvaamista, omien sisältöjen tekemistä tai niiden seuraamista sosiaalisessa mediassa. Mediataidoista on hyötyä myös koulussa.

Digitaalisessa ajassa on tarjolla valtavasti erilaisia tiedonlähteitä. Tarvitaan kykyä tunnistaa ja tulkita vaikutuskeinoja ja erilaisten sisältöjen käyttötarkoituksia. Myös mainonnan tunnistamista on hyvä harjoitella yhdessä.

Varmista, että lapsen saatavilla on luotettavaa ja monipuolista tietoa häntä kiinnostavista aiheista ja myönteistä vertaistukea. Lapsella on oikeus osallistua ja saada tietoa median kautta.

Mediakasvatus on osa arkista kasvatusta

Mediassa toimiessa tarvitaan siis monesti samoja taitoja, kuin muutenkin elämässä. Näitä taitoja lapsi ei opi yksin. Siksi tarvitaan vanhemman tukea. Voit tukea lapsen mediataitoja yhdessä tekemällä, pohtimalla ja kokeilemalla. Millaiset taidot ovat mielestäsi tärkeimpiä?

Juttele lapsen kanssa

- Mistä lapsen mediataidosta olet ylpeä?
- Millaisissa mediataidoissa lapsi itse kokee olevansa vahvoilla?
- Millaisissa asioissa lapsi itse kokee tarvitsevansa tukea? Entä sinun mielestäsi?
- Mitä sinun olisi lapsen mielestä hyvä tietää mediankäytöstä, pelaamisesta tai netistä?
- Mitä voisit opettaa lapsellesi seuraavaksi? Mitä voisit oppia lapseltasi?

Digiajassa tarvitaan erilaisia mediataitoja

- Digihyvinvointi-taitoja: tasapaino leikin, liikunnan, unen ja median-käytön välillä
- Mielen ja kehon hyvinvoinnista huolehtimista
- Kaveritaitoja
- Tieto- ja viestintä-teknistä osaamista
- Tiedonhaun taitoja
- Turvataitoja
- Tunne- ja vuoro-vaikutustaitoja
- Erilaisten verkko-ympäristöjen ja sisältöjen ymmärrystä
- Itseilmaisun ja osallistumisen taitoja
- Kriittistä medialukutaitoa

Harkinnassa ensimmäinen oma puhelin tai älylaite?

Monissa perheissä lapsi saa ensimmäinen puhelimensa koulun alkaessa. Mitään tiettyä suositeltavaa ikää lapsen ensimmäiselle laitteelle ei kuitenkaan ole. Ensimmäisen puhelimen ei myöskään tarvitse olla älylaite.

Vanhemman on hyvä tiedostaa, mihin tarpeeseen laite lapselle hankitaan. Kun lapsi saa oman laitteen, hän siirtyy askeleen lähemmäs itsenäistä median- ja netinkäyttöä. Hän tarvitsee mediataitoja ja tietoa turvallisesta ja omalle iälleen ja kehitykselleen sopivasta mediankäytöstä.

Pohdi, millaista tukea lapsesi tarvitsee. Millaisia sisältöjä tai pelejä hän on valmis kohtaamaan? Mitä puhelimen käytöstä sovitaan yhdessä?

Lapsi löytää puhelimellaan usein paljon muutakin tekemistä ja ajanvietettä kuin mihin tarkoitukseen se on alun perin hankittu. Viimeistään ensimmäisen oman laitteen kanssa tarvitaan säännöllistä lapsen ja vanhemman yhteistä puhelimen ja netinkäytön harjoittelua ja turvallisen käytön pelisääntöjä.

Pohtikaa yhdessä seuraavia asioita:

- Mihin tarkoituksiin ja millaisissa tilanteissa omaa laitetta käytetään?
- Milloin puhelin laitetaan sivuun, esimerkiksi nukkumaan mennessä, ruokailuhetkissä, liikenteessä, opettajan kehottaessa?
- Turvalliset salasanat ja laitteen pääsykoodit, joita ei levitetä ulkopuolisille.
- Luvan kysyminen vanhemmalta sovellusten lataamiseen tai omien profiilien perustamiseen, sovellusten lataaminen vanhemman tiedossa olevan salasanan taakse.
- Mitä tietoja tai asioita lapsi saa jakaa itsestään tai läheisistään eri kanavissa?
- Asetuksilla voi tukea turvallisuutta: sovellusten ja sosiaalisen median palveluiden asetukset on hyvä asettaa aluksi yksityisiksi.
- Mahdollinen rahankäyttö puhelimella tai peleissä: vanhemman luottokorttitiedot laitetaan salasanan taakse.
- Aikuiselle kertominen, jos lapsi kohtaa jotain ikävää, kuten nettikiusaamista, hämmentäviä yhteydenottoja tuntemattomilta tai pelottavia sisältöjä.
- Koulu- ja muilla matkoilla puhelin on hyvä pitää repussa tai taskussa, jotta lapsen huomio on ympäristössä ja turvallisessa kulkemisessa.

3 Tasapainota digiarkea

Monet pelit ja sosiaalisen median sovellukset on suunniteltu niin, että viettäisimme niiden parissa mahdollisimman paljon aikaa. Kehittyvä ja kasvava lapsi tarvitsee aikuisen tukea omasta hyvinvoinnista huolehtimiseen. Hyvinvointia tukevat esimerkiksi riittävä lepo ja laadukas uni, säännöllinen liikunta ja ruokailu, mielekkäät harrastukset ja kasvokkaiset kohtaamiset.

Oman ajan ja mediankäytön hallinta ei ole lapsille aina helppoa, kuten ei aikuisillekaan. Ennakoinnista eli käytön hallintaa tukevista tavoista ja taidoista on apua. Lapsen kanssa on hyvä jutella siitä, miten älylaitteiden käyttö voi vaikuttaa esimerkiksi ajankäyttöön, nukkumiseen, koulunkäyntiin ja harrastuksiin, liikkumiseen tai kaveri- ja perhesuhteisiin. Tue lapsen taitoja hallita aikaansa ja löytää mielekästä ja myönteistä tekemistä. Mediankäytössäkin on tärkeää muistaa kohtuus.

Lapsi saattaa käyttää paljon aikaa netissä, koska siellä on kiinnostavien sisältöjen lisäksi hänelle tärkeitä kavereita. Netin tai pelien kautta voi löytyä myös uusia kavereita. Keskustelkaa lapsen kanssa siitä, aiheuttaako vuorovaikutus netissä jonkinlaisia paineita osallistumiseen tai läsnäoloon. Jutelkaa, keiden kanssa lapsi netissä viihtyy ja viettää aikaa.

Muistuta, että vaikka älylaitteiden avulla on helppo olla tavoitettavissa, aina ei tarvitse olla. Kannusta viettämään ikätovereiden kanssa aikaa kasvokkain ja tue lapsen kaverisuhteita.

Huolehtikaa ainakin näistä:

- riittävä uni
- kännykkäparkki yöksi
- koulun ja kotiaskareiden hoitaminen
- kasvokkaiset kohtaamiset ja yhteiset hetket
- ulkoilu ja liikkuminen
- perheen yhteiset sopimukset älylaitteiden käytölle
- taukojen pitäminen ruuduilta
- ergonomia ja vaihtelevat asennot pelatessa ja median ääressä

Mediankäytön motiiveja ja ajanhallintaa

Kannusta lasta havainnoimaan, miten mediankäyttö vaikuttaa häneen itseensä ja läheisiinsä. Millainen olo siitä tulee? Mihin tarpeisiin lapsi käyttää mediaa, pelaa tai katselee sarjoja tai elokuvia? Onko kyse viihtymisestä, harrastamisesta, oppimisesta, kavereiden kanssa olosta, rentoutumisesta? Entä liittyykö omaan mediankäyttöön lapsen mielestä ”tyhjäkäyntiä” tai esimerkiksi kurjien asioiden, yksinäisyyden tai tylsistymisen välttelyä?

Ajankäyttöä ja itsesäätelyä vasta harjoittelevalle lapselle on tärkeä antaa vaihtoehtoja monipuoliseen tekemiseen.

Jos mietit, kuluuko median parissa liikaa aikaa, ota asia rauhallisella hetkellä puheeksi. Juttele lapsen kanssa siitä, mikä mediassa kiehtoo ja miten arjessa pyritään tasapainoon ja monipuoliseen tekemiseen. Vanhemman on hyvä tuntea pelejä ja muita median sisältöjä, jolloin käytöstä sopiminen ja rajaaminen on usein helpompaa.

Sovellukset, pelit ja sosiaaliset mediat on usein rakennettu niin, että ne pyrkivät ottamaan aikaamme ja huomiotamme mahdollisimman paljon. Lapsi tarvitsee aikuisen apua kohtuuden tavoittelemisessa ja hyvinvoivassa ja monipuolisessa arjessa.

Tue lasta tunnistamaan liiallisen mediankäytön merkkejä, kuten ärtyneisyyttä, väsymystä, keskittymiskyvyttömyyttä, univaikeuksia tai niska- ja hartiasärkyä. Auta harjoittelemaan taitoja hallita mediankäyttöä ja keskittymään siihen, mihin kulloinkin tarvitsee.

Lapset ovat erilaisia ja kaipaavat omanlaistaan tukea. Osa kaipaa keskustelua, osa toimintaa, tekoja tai aikuisen vankempaa läsnäoloa. Jos esimerkiksi pelaamista tai älylaitteen käyttöä on sopimuksista tai kehotuksista huolimatta vaikea lopettaa, voi taukoihin tai muuhun tekemiseen kannustaa istahtamalla lapsen viereen ja auttaa yhdessä häntä löytämään sopiva kohta lopettaa.

Juttele lapsen kanssa

- Mitä lapsi ajattelee omasta mediankäytöstään?
- Miten se lapsen mielestä vaikuttaa omaan hyvinvointiin, kaveri- ja perhesuhteisiin tai koulunkäyntiin?
- Mikä lapsesta on kivaa tai mielekästä tekemistä?
- Miten paljon lapsen mielestä on sopivaa viettää päivässä aikaa median parissa tai pelaten? Entä vanhemman?
- Mitkä asiat mediankäytössä ovat lapsen mielestä hyödyksi tai iloksi, mitkä haitaksi?

4 Sopikaa yhdessä mediankäytöstä

Mediankäytölle tai pelaamiselle voidaan tarvita perheen yhteisiä sopimuksia, jotta arki sujuu ja siihen mahtuu monipuolista tekemistä. Sopimuksia on usein helpompi noudattaa, kun ne ovat yhdessä lapsen kanssa sovittuja ja perusteltuja.

Sopikaa, millaisiin tilanteisiin ja paikkoihin mediankäyttö sopii ja millaisiin ei. Ovatko esimerkiksi ruokailun, matkanteon tai kyläilyjen hetket rauhoitettu älylaitteilta? Miten huolehditaan, ettei mediankäyttö häiritse nukkumista?

Arkea voi helpottaa, jos lapsen kanssa tunnistetaan, mitkä asiat ovat ehdottomia, kuten nukkuminen, ja mitkä asiat sellaisia, joista voidaan neuvotella ja joustaa. Mediankäytön ei pitäisi hankaloittaa koulun tai velvollisuuksien hoitamista. Myös liikkumiselle ja kasvokkaisille kohtaamisille on tärkeää löytyä aikaa. Jos säännöistä keskustelu menee riitelyksi, kannattaa sopia yhdessä, että rauhoitutaan ja puhutaan hetken päästä. Mediankäytön rajoittamisen käyttäminen rangaistuksena voi lisätä riitelyä.

Jos jokin lapsen mediankäytössä huolettaa sinua, ota asia puheeksi ja kerro mikä huolettaa ja miksi. Älä lue luvatta lapsen viestejä ilman erityisen painavaa syytä, jotta välillänne säilyisi luottamus. Joskus lapsi voi epäröidä ikävien asioiden kertomista häpeän vuoksi tai siinä pelossa, että laite otetaan häneltä rangaistuksena pois. Ikävät tapahtumat eivät kuitenkaan aina ole lapsen itsensä aiheuttamia.

Joitain merkkejä haitallisesta pelaamisesta tai netinkäytöstä ovat esimerkiksi, jos lapsi ei pysty pitämään lainkaan taukoja tai pelaaminen tai netinkäyttö hallitsee jatkuvasti elämää. Tuottaako pelaamisen tai puhelimen käytön lopettaminen kohtuutonta kinaa tai ylitsepääsemätöntä mielipahaa? Asia on tärkeä ottaa puheeksi ja korjata tilanne yhdessä.

Puhutko lapsesi kanssa pelaamisesta?

→ **pelikasvatus.fi/puhu.pdf**

Huoli kouluikäisestä on aiheellinen, jos pelaaminen alkaa vaikuttaa kielteisesti esimerkiksi koulunkäyntiin, perhesuhteisiin tai kavereiden näkemiseen kasvokkain, tai lapsi alkaa laiminlyödä unta ja omaa hyvinvointiaan. Tällöin mediankäyttöä on syytä rajata ja muuttaa sääntöjä täsmällisemmiksi. On myös tärkeää tarjota tilalle muuta mielekästä tekemistä, aikuisen läsnäoloa ja yhteistä aikaa.

Mediankäyttöä voi tarvittaessa rajoittaa esimerkiksi laitteiden asetuksilla, aikaa mittaavilla sovelluksilla tai esto-ohjelmilla. Ne eivät kuitenkaan korvaa yhteistä tekemistä, keskusteluja ja sopimuksia.

Keskustele muiden kasvattajien kanssa siitä, millaiset mediaan liittyvät asiat heidän perheissään puhuttavat. Toimivia käytäntöjä on hyvä jakaa. Muista kuitenkin, että jokainen lapsi on omanlaisensa ja eri perheille sopivat erilaiset tavat toimia. Myös sisarusten välillä voi olla eroa, millaista tukea kukin tarvitsee.

Osallistu myös lapsesi koulun ja harrastusyhteisön kanssa keskusteluun siitä, miten lapsia tuetaan yhdessä vastuulliseen ja tasapainoiseen mediankäyttöön.

Juttele lapsen kanssa

- Millaisia mediankäytön tapoja ja yhteisiä sopimuksia perheessänne on? Keitä sopimukset koskevat? Mitä niillä tavoitellaan?
- Ketkä ovat osallistuneet sääntöjen luomiseen? Millaiset mediankäytön sopimukset olisivat lapsesta toimivia?
- Miten perheenjäsenten mediankäyttö vaikuttaa toisiin? Mitä tulisi huomioida eri-ikäisten perheenjäsenten kannalta?

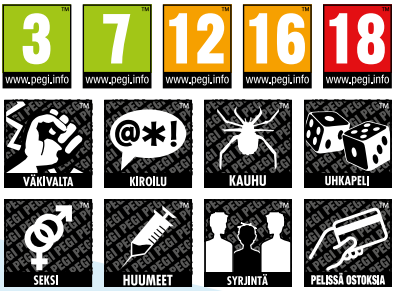
Pelien ja kuvaohjelmien ikärajat

Huolehdi ikärajoista. Se tukee turvallista mediankäyttöä. Elokuvien, tv-ohjelmien ja digitaalisten pelien ikärajat perustuvat lakiin ja varoittavat alaikäisen kehitykselle haitallisista sisällöistä.

Julkisessa esittämisessä korkeimman ikärajan, 18, suhteen laki on ehdoton. Tämä on tärkeää huomioida myös kotona.

Televisio-ohjelmat ja elokuvat

Digitaaliset pelit



Juttele lapsen kanssa

- Mistä ikärajat kertovat?
- Miten pelit, elokuvat tai nettivideot vaikuttavat mielialaan tai omaan oloon?

→ **kavi.fi/ikarajat**

5 Olet esimerkki

Lapset ja aikuiset käyttävät mediaa usein eri tavoin. Vanhemman ja kasvattajan on kuitenkin hyvä muistaa, että hän antaa lapselle esimerkkiä omalla mediankäytöllään. Paljonko vietän aikaa netissä, peleissä tai laitteiden parissa? Miten olen silloin läsnä? Miten mediankäyttöni vaikuttaa perheen arkeen? Pohdi, miltä se voi lapsen silmissä näyttää.

Kiinnitä huomiota tavanomaisiin tapoihisi käyttää eri medioita. Mieti, miten toimit muiden kanssa netissä, kohdatessa kasvotusten ja erilaisissa tilanteissa, joissa mobiililaitteet ovat läsnä. Omista käyttötavoista kertomalla voit avata keskustelua mediankäytöstä myös lapsen kanssa.

Esimerkilläsi voit opettaa lapselle muita huomioivaa netinkäyttöä ja vastuullista julkaisemista. Harkitse, mitä sisältöä julkaiset. Huomioi lapsen mielipide ja muista kysyä lupa, jos olet julkaisemassa hänen kuvaansa tai tietojaan netissä esimerkiksi omilla sosiaalisen median kanavillasi.

Juttele lapsen kanssa

- Mitä mieltä lapsi on sinun mediankäytöstäsi?
- Mikä mediankäytöntavoissanne on samanlaista, mikä erilaista?
- Millaisista asioista itse nautit, kun vietät aikaa median tai pelien parissa tai netissä? Entä lapsesi?
- Oletko kysynyt lapselta lupaa netissä itse julkaisemiisi kuviin tai päivityksiin, joissa hän esiintyy?

6 Myönteisiä ja turvallisia kohtaamisia

Netti, pelit ja sosiaalinen media ovat tärkeitä tapoja olla yhteyksissä kavereihin. Reiluja kaveritaitoja tarvitaan kasvokkaisten kohtaamisten lisäksi myös digitaalisissa ympäristöissä.

Rohkaise myönteiseen vuorovaikutukseen

Jutelkaa siitä, miten netin, pelien tai sosiaalisen median ympäristöt vaikuttavat kaverisuhteisiin ja vuorovaikutukseen. Miten eri ryhmissä vallitsevat kirjoittamattomat tai itsestään selvät säännöt tai normit vaikuttavat toimintaan netissä?

Keskustelkaa, millaista viestittely lapsen käyttämillä kanavilla, viestiketjuissa tai ryhmissä on. Millaiseen sävyyn ryhmän jäsenistä tai ulkopuolisista puhutaan? Jääkö joku ulkopuolelle? Millaista keskustelua pelatessa käydään? Millainen olo viestittelystä tulee?

Opeta lasta asettumaan toisen asemaan. Kannusta kunnioittamaan omia ja toisten rajoja. Myönteiset kohtaamiset ja reilu toiminta ovat tärkeitä netissäkin. Jos lapsella on oma kanava tai profiili netissä, muistuta tarvittaessa, että lapsen arvo on paljon enemmän kuin se, miten paljon tykkäyksiä tai seuraajia netissä koskaan kertyisi.

Ota nettikiusaaminen vakavasti

Kiusaamista tai loukkaavaa käytöstä ei pidä hyväksyä netissäkään. Muistuta, ettei muita loukkaavaa tai halventavaa sisältöä pidä julkaista eikä jakaa verkossa tai ryhmissä eteenpäin.

Vanhemman kannattaa kysellä säännöllisesti, onko lapsi kohdannut kiusaamista tai ikävää kohtelua puhelimella tai netissä.

Nettikiusaamista ovat esimerkiksi loukkaavat, uhkaavat tai nöyryyttävät viestit, perättömien huhujen levittäminen, ryhmien ulkopuolelle sulkeminen, salaa kuvattujen tai luvattomien sisältöjen ja henkilökohtaisten tietojen levittäminen.

Netin kiusaamistilanteet voivat liittyä kiusaamiseen koulussa tai harrastusryhmissä. Nettikiusaamiseen voi syyllistyä kuka tahansa, joko tarkoituksella tai ajattelemattomuuttaan.

Kannusta lasta puhumaan mahdollisista ikävistä kokemuksista. Jos lapsi kertoo loukkaavasta kohtelusta, häirinnästä tai nettikiusaamisesta, ota asia vakavasti. Ole aikuisena tukena ja valmis selvittämään kiusaamistilanteet: mitä on tapahtunut, missä ympäristöissä ja keitä tilanteisiin liittyy.

Ottakaa loukkaavat sisällöt ja viestit talteen. Palvelujen ylläpidoille on hyvä ilmoittaa loukkaavista sisällöistä.

Kiusaaja tai häiritsijä kannattaa blokata tai poistaa kontakteista.

Huomioi kiusaamista kohdanneen lapsen toiveet siitä, mikä häntä tilanteessa auttaisi. Kiusaamistilanteet on syytä selvittää asianomaisten kuten koulun, harrasteryhmän ja muiden lasten ja huoltajien kanssa. Vakavissa tapauksissa kannattaa kääntyä poliisin puoleen. Muista kehua lasta siitä, että tämä kertoi asiasta eikä jäänyt tilanteessa yksin.

Juttele lapsen kanssa

- Millaiset asiat ja teot ovat lapsen mielestä netissä kiusaamista? Entä vanhemman mielestä?
- Onko lapsi nähnyt tai kohdannut kiusaamista? Missä ympäristöissä?
- Tietääkö lapsi, mitä hänen pitäisi tehdä, jos häntä tai kaveria kiusataan netissä? Kerro, miten toivoisit hänen toimivan.
- Miten netissä kiusaamista voisi lapsen mielestä parhaiten ehkäistä?

Seksuaaliset sisällöt verkossa

Kaikki verkon sisällöt eivät ole lapsia varten. Esimerkiksi pornografisen materiaalin ikäraja on 18 vuotta.

Jos lapsi on kohdannut netissä seksuaalista tai muuta hämmentävää sisältöä, ole valmis selvittämään, minkälaisesta sisällöstä on kyse ja missä yhteydessä tai kanavalla se tuli esille.

Sopimattomia sisältöjä voi tulla vastaan kaikenlaisilla alustoilla. Lapsi ei välttämättä osaa sanoittaa näkemäänsä. Ole valmis keskustelemaan ja olemaan turvallinen aikuinen.

Kerro lapselle, että kaikki netissä oleva sisältö ei ole lapsille tarkoitettua. On viisasta suojata itseään omalle ialle sopimattomilta asioilta. Kehu lasta siitä, että hän kertoi sinulle asiasta ja kannusta toimimaan näin myös jatkossa. Voit muistuttaa lasta siitä, ettei hänellä ole hätää.

Kuulostele, tuntuuko lapsi kaipaavan juttelua kanssasi. Kerro, että lapsi voi palata asiaan myös myöhemmin, jos nähty asia tulee uniin tai jää muuten vaivaamaan. Yhteiset arkiset askareet tai mieluisten asioiden tekeminen lapsen kanssa auttavat viemään ajatuksia muualle.

Rohkaise lasta kertomaan, jos jokin yhteydenotto, viestittely tai sisältö verkossa on jäänyt painamaan hänen mieltään. Muistuta, ettei hämmentäviä tai pelottavia sisältöjä tarvitse katsoa, jos joku esimerkiksi koulussa näyttää sellaisia muille. On fiksua sanoa ei sellaiselle, mitä ei halua nähdä. Jos kuulet tällaista sattuneen, kannattaa olla yhteydessä opettajaan ja muihin vanhempiin.

Muistuta lasta, ettei kukaan saa painostaa sellaiseen, mitä toinen ei halua. Vahvista lapsen itsetuntoa ja kykyä lopettaa keskustelu ja sanoa selkeästi ei, jos yhteydenotot tai netissä toisten jakamat sisällöt tuntuvat ikäviltä tai hämmentäviltä. Häirintää ei pidä hyväksyä.

Lapsen on hyvä tietää, ettei netissä kannata jakaa itsestä esimerkiksi vähäpukeisia kuvia tai kertoa tuntemattomille

henkilökohtaisia tietojaan. On hyvä sopia, ettei lapsi jaa puhelinnumeroaan tai muita yhteystietojaan tuntemattomille ja kannustaa häntä kertomaan vanhemmalle, mikäli joku on niitä pyytänyt. Lapsen kannattaa jättää vastaamatta tuntemattomille ja puhua vanhemmalle, jos tällaista tapahtuu.

Turvallisesti netissä

Erilaisten mediaympäristöjen julkisuutta ja yksityisyyttä on hyvä pohtia yhdessä. Miten erilaisia palveluja voi käyttää turvallisesti? Mikä kaikki tieto lapsesta näkyy muille netin käyttäjille? Jos lapsella on profiileja tai kanavia sosiaalisessa mediassa, niiden on hyvä olla alkuun yksityisiä.

Hyvä perussääntö lapsen turvallisen netinkäytön takaamiseksi on se, ettei omia henkilötietoja, kuten puhelinnumeroa, osoitetta tai valokuvia, lähetetä tuntemattomille. Henkilökohtaisten tietojen ja kuvien lähettäminen lisää riskiä päätyä esimerkiksi henkilötietojen levityksen, asiattomien huhujen, huijauksen tai muiden väärinkäytösten kohteeksi.

On tärkeä opastaa, millaisia tietoja tai kuvia itsestä, perheestä tai kavereista on netissä ja omissa profiileissa sallittua jakaa. Myös omien sijaintitietojen jakamisen hyödyistä ja mahdollisista haitoista eri palveluissa kannattaa jutella.

Tietosuojaan ja sovellusten ja palvelujenkäyttöehtoihin on hyvä tutustua yhdessä ja selvittää, miten ja mihin tarkoitukseen käyttäjien tietoja niissä kerätään. Osassa palveluja on vanhemmille tarkoitettu turvallisuudesta ja yksityisyydestä kertova osio tai sivusto. Nettipalvelujen käyttöön tarvitaan usein vanhemman suostumus.

Turvallisuutta voi edistää omalla harkinnalla. Jos lapsi käyttää sosiaalisen median palveluita, yksityinen profiili on usein julkista turvallisempi vaihtoehto esimerkiksi ikäviltä kommenteilta, seksuaaliselta häirinnältä ja muilta riskeiltä suojautuessa.

Salasanoista, laitteiden pääsykoodeista ja sovellusten yksityisyysasetuksista huolehtiminen ovat tärkeitä perusasioita turvallisessa netinkäytössä. Käykää läpi, minkälainen on turvallinen salasana. Muistuta, ettei salasanoja pidä jakaa verkossa muille käyttäjille.

Juttele lapsen kanssa

- Miten netissä voi tietää, kehen voi luottaa?
- Onko joku tuntematon ottanut lapseen yhteyttä? Miten lapsi toimi tilanteessa?
- Miten tuntemattomien kanssa on viisasta toimia?
- Millaiset asiat on hyvä pitää yksityisinä?
- Minkälaisia asioita, tietoja ja kuvia itsestä tai toisista voi netissä jakaa ja millaisia ei? Miksi on tärkeä kysyä lupaa julkaisuun?
- Miten omasta, kavereiden ja muiden ihmisten turvallisuudesta ja yksityisyydestä voi huolehtia netissä?

7 Pitäkää yhdessä hauskaa

Yhdessä kokemalla oppii paljon. Myönteiset yhteiset hetket ovat lapselle tärkeitä. Vanhemmat pelaavat usein pienten lasten kanssa. Muistathan pelata myös alakoululaisen kanssa.

Lähde lapsen mukaan tube- tai pelitapahtumaan tai elokuviin. Jakakaa päivän kivoimmat jutut tai kiinnostavimmat artikkelit. Pyydä lasta kertomaan omista lempivideoistaan, peleistään tai seuraamistaan suosikkitubettajista, -pelaajista tai muista netin idoleista.

Millaiset asiat mediassa lasta innostavat? Millaiset sisällöt tuottavat teille iloa? Voit jakaa myös itseäsi kiinnostavia asioita.

Kokeilkaa tehdä yhdessä videoita tai muita sisältöjä, etsikää hyviä sovelluksia, jakakaa kiinnostavia sosiaalisen median kanavia, katselkaa lempiohjelmianne tai tehkää median parissa jotain muuta mukavaa yhdessä. Samalla opitte erilaisia mediataitoja ja tulette miettineeksi vaikkapa julkaisemiseen liittyviä kysymyksiä.

Kasvokkaiset kohtaamiset ja yhteiset hetket ovat tärkeitä. Perheen yhteisissä viestiryhmissä voi käytännön asioiden hoitamisen lisäksi ilahduttaa monin tavoin. Arjen keskellä perheen oma viestiketju voi tarjota tavan osoittaa lapsen olevan tärkeä ja vanhemman mielessä.

Juttele lapsen kanssa

- Miten hän haluaisi viettää aikaa yhdessä?
- Millaisia asioita lapsi haluaisi tehdä yhdessä median parissa?

Lisätietoa

Tukea eri-ikäisten lasten mediakasvatukseen ja tietoa mediankäytöstä saat MLL:n Vanhempainnetistä. **mll.fi/mediakasvatus**

MLL:n Nuortennetti tarjoaa tietoa ja tekemistä nuorille. **nuortennetti.fi**

Tilaa MLL:n kouluttaja pitämään vanhempainiltaa, oppituntia tai muuta mediakasvatuskoulutusta. **mll.fi/tilaakouluttaja**

Tilaa MLL:n mediakasvatus-aiheinen Ruutujen lumo -uutiskirje. **mll.fi/ruutujenlumo**

Jos lapsen mediankäyttö askarruttaa, voit myös ottaa yhteyttä MLL:n maksuttomaan Vanhempainpuhelimeen, chattiin tai nettikirjepalveluun.

Vanhempainpuhelin, p. 0800 922 77 ma 10–13 ja 17–20, ti 10–13 ja 17–20, ke 10–13, to 14–20

Vanhempainnetin kirjepalvelu ja chat **mll.fi/vanhempainnetti**

Lasten ja nuorten puhelin, **p. 116 111**
ma–pe klo 14–20 ja la–su klo 17–20

Lasten ja nuorten chat on auki ma–ke klo 17–20.

Kirjepalveluun voi kirjoittaa milloin tahansa. **nuortennetti.fi/lasten-ja-nuorten-puhelin**

Hyödyllisiä sivustoja

mediataitokoulu.fi
nettivihje.fi
someturva.fi
media-avain.fi
mediakasvatus.fi
pelikasvatus.fi
pelitaito.fi

Mediakasvatus on osa arkista kasvatusta. Kotona lapsen mediataitoja ja digihyvinvointia voidaan tukea monin tavoin. Median, pelien tai netin parissa toimiessa kaivataan monesti samoja taitoja, joita tarvitaan muutenkin elämässä.

Esitteessä kerrotaan lasten mediakulttuurista ja vanhemman mahdollisuuksista opastaa lasta turvalliseen ja myönteiseen mediankäyttöön.

mll.fi/mediakasvatus

Yhteisrahoitettu Euroopan unionin Verkkojen Eurooppa -välineestä

MANNERHEIMIN LASTENSUOJELULIITTO