

Vinkkejä tasapainoiseen media-arkeen

Mediankäyttötavat ja -tottumukset luodaan varhain

- Huolehdi lapsen tasapainoisesta arjesta, kuten riittävästä unesta, liikkumisesta ja kasvokkaisista kohtaamisista.
- Tarjoa lapsellesi vaihtoehtoja monenlaiseen tekemiseen ja harrastamiseen.
- Mieti yhdessä lapsesi kanssa sopivat rajat pelaamiselle ja muulle mediankäytölle.
- Rauhoittakaa ilta ja sammuttakaa digilaitteet ajoissa ennen nukkumaan menoa
- Ole reilu ja johdonmukainen lapsesi mediankäytön rajoittamisessa.
- Pohdi omaa mediankäyttöäsi ja antamaasi esimerkkiä.
- Tue lapsesi turvallista, monipuolista ja vastuullista mediankäyttöä.

Yhteiset hetket median parissa ovat tärkeitä:

- Ole kiinnostunut siitä, mitä lapsesi tekee median kanssa.
- Ota selvää ikärajoista ja huolehdi, että lapsesi käyttämät mediasisällöt sopivat hänelle.
- Tutustu lapsesi digitaaliseen pelaamiseen ja sosiaalisen median käyttöön.
- Löydä teille tapa viettää mukavia hetkiä yhdessä median parissa.
- Kuuntele lapsesi mediakokemuksia ja keskustele hänen kanssaan askarruttavista mediasisällöistä.
- Opasta turvalliseen mediankäyttöön ja ole tukena, jos lapsi kohtaa mediassa jotain ikävää.
- Tarjoa lapsellesi mahdollisuus näyttää osaamistaan ja jakaa mielenkiinnon kohteitaan mediassa.
- Arvosta lapsesi mediasta saamia tärkeitä elämyksiä ja oppimiskokemuksia.