



Barn och medier

7 tips åt fostrare i en digital tid



MANNERHEIMS
BARNSKYDDSFÖRBUND

BARNEN FÖRST

Utgivare

Mannerheims Barnskyddsförbund
Andra linjen 17, 00530 Helsingfors
mll.fi

Manuskript: Rauna Rahja, Jenni Helenius, MLL
Fotografier: Antti Ranki & Colourbox
Grafisk formgivning: Hähmo
Layout: Tarja Petrell

2021

Endast utgivaren ansvarar för denna publikation.
Europeiska unionen ansvarar inte för användningen
av uppgifterna i den.



Medfinansierat av Europeiska unionens
fond för ett sammanlänkat Europa



Innehåll

1. Sätt dig in i hur ditt barn använder medier | s. 5
2. Främja barnets mediekompetens | s. 6
3. Balansera digivardagen | s. 9
4. Smidigare vardag med överenskommelser | s. 11
5. Du är ett exempel | s. 13
6. Positiva och trygga möten | s. 14
 - Uppmuntra till positiv interaktion | s. 14
 - Ta nätmobbning på allvar | s. 14
 - Sexuellt innehåll på nätet | s. 16
 - Tryggt på nätet | s. 17
7. Ha roligt tillsammans | s. 18



Till fostraren

Medier förekommer i många former i barns liv. Internet, sociala medier, spel, tv och andra medier är en del av barns uppväxtmiljö. Föräldrar och andra fostrare kan vara osäkra på hur de bäst kunde främja barnets mediekompetens och en balanserad och ansvarsfull medieanvändning. Den vuxna behöver inte veta allt om internet, spel eller de nyaste apparna.

Det som behövs är positiv nyfikenhet och en önskan att förstå barnets medieanvändning.

I den här broschyren behandlas särskilt frågor som gäller medieanvändningen hos barn i lågstadieåldern. Med medier avses både traditionella och digitala medier samt deras innehåll och kommunikationskanaler.

Vilken fråga som gäller medieanvändning pratar du om med ditt barn i dag?

1

Sätt dig in i hur ditt barn använder medier

Varje barn använder medier på sitt eget sätt. Därför är det viktigt att sätta sig in i de appar, spel och innehåll som ens eget barn använder. Vet du vad ditt barn helst sysslar med i medierna?

Medier används på olika sätt för informationssökning, interaktion, åsiktsyttningar, lärande och underhållning. På nätet, på sociala medier och i spel kan man fördjupa vänskapsrelationer, hitta nya vänner och följa sina förebilder och intresseobjekt. Med teknikens hjälp kan man komma överens om saker i vardagen och hålla kontakten till sina närmaste. En aktiv medieanvändare kan producera eget medieinnehåll, påverka och delta i sådant som känns viktigt.

För barn kan sociala medier och spel vara ställen bland andra där man vistas med kompisar och nya bekanta, kopplar av och håller på med hobbyer. Man diskuterar med snabbmeddelanden, i spel och på sociala medier, ofta i privata grupper där kommunikationen kan vara snabb och spontan.

Fråga och lyssna med öppet sinne på vilka saker som är viktiga eller trevliga för ditt barn, vad som intresserar på nätet och hur medier används i barnets kompiskrets. Barn i lågstadieåldern berättar vanligen gärna om sina favoritinnehåll och sin medieanvändning. Då är det bra om föräldern lyssnar och delar barnets erfarenheter.

Den vuxnas förhållningssätt påverkar hur barnet berättar om sina upplevelser. Om det går att prata vardagligt om medieanvändningen är det oftast lättare för barnet att vända sig till den vuxna också vid eventuella tråkiga erfarenheter.

En öppen och positiv diskussionskontakt främjar barnets utveckling och mediekompetens. Visa att du uppskattar det barnet vet och kan. Du kan be om hjälp i din egen medieanvändning och låta barnet lära dig. Det är viktigt för barnet att få positiv respons, så beröm gärna barnet för bra medieanvändning.

Prata med barnet

- Vad gör barnet helst på nätet eller med mobilen?
- Hurudana spel spelar barnet?
- Vilka appar, spelgemenskaper och sociala medier är viktiga för barnet? Vad gör man i dem och med vem?
- I vilka situationer och för vilka ändamål använder barnet helst medier?
- hurudana källor söker och får barnet information?
- Finns det personer som barnet följer eller beundrar på nätet eller i spelgemenskaper? Vem då? Varför?
- På vilka sätt kunde föräldrar hjälpa barn i fråga om medieanvändning

2

Främja barnets mediekompetens

Mediekunskaperna utvecklas i växelverkan med kompisar, familj och andra medieanvändare. Ju mer du vet om ditt barns medieanvändning, desto bättre kan du vara till stöd.

Medier kan ingå i en viktig hobby för barnet. Det kan vara till exempel spelande, fotografering, videofilmning, programmering eller andra digitala aktiviteter eller uttrycksformer. Mediekunskaper är också till nytta i skolan och i en del andra hobbyer. Barn kan använda medier i lekar och hobbyer för att till exempel spela in videor och göra eget innehåll och följa andras innehåll på sociala medier.

I vår digitala tid finns det allt fler informationskällor. Vi behöver kunna förstå och tolka olika innehåll och hur de påverkar oss. Det är också bra att tillsammans öva sig att känna igen reklam.

Se till att barnet har tillgång till tillförlitlig och mångsidig information om sådant som intresserar samt positivt kamratstöd. Barn har rätt att delta och få information via medier.

Mediefostran är en del av vardagsfostran

Barnets mediekompetens kan främjas på många sätt i hemmet, genom att göra, fundera och prova tillsammans. När vi använder medier behövs ofta samma

förmågor som i livet i övrigt. De förmågorna lär sig barnet inte ensamt. Därför behövs föräldrarnas stöd. Vilka förmågor tycker ni är viktigast?

Prata med barnet

- Vilken mediekompetens har barnet som du är stolt över?
- Vad tycker barnet själv att det är bra på när det gäller medier?
- Med vad behöver barnet hjälp?
- Vad tycker barnet att föräldrarna borde veta om medieanvändning, spelande eller internet?
- Vad kunde du lära dig av ditt barn? Vad kunde du lära barnet?



I vår digitala tid behöver vi mediekompetens av olika slag

Förmåga att hantera vår egen medieanvändning

Förmåga att ta hand om vår psykiska och fysiska hälsa

Förmåga att vara en bra kompis

Kompetens inom informations- och kommunikationsteknik

Säkerhetsförmågor

Emotionell kompetens och interaktionsförmåga

Förmåga att förstå texter, bilder och nätmiljöer

Förmåga att söka information

Förmåga att uttrycka oss på medier

Förmåga till kritisk granskning av medieinnehåll



Att skaffa den första egna enheten

I många familjer får barnet sin första telefon när det börjar skolan. Men det finns ingen rekommendation om när det skulle vara lämpligt för barn att få sin första digitala enhet. Den första telefonen behöver inte heller vara en smarttelefon.

Det är bra om föräldrarna tänker över för vilket syfte apparaten skaffas. När barnet får en egen enhet tar det ett steg närmare självständig medie- och internetanvändning. Då behöver barnet mediekompetens och kunskap om trygg medieanvändning

som är lämplig för barnets ålder och utveckling.

Fundera hurudant stöd ditt barn behöver. Hurudant innehåll och hurudana spel är barnet redo att möta? Vad ska ni komma överens om i fråga om telefonanvändningen?

Barnet hittar ofta mycket annan sysselsättning och underhållning på telefonen än den ursprungligen skaffades för. Senast när barnet får sin första egna telefon behöver barnet och en förälder regelbundet öva användningen av telefonen och internet tillsammans och komma överens om regler för en trygg användning.

Fundera tillsammans på följande saker:

- För vilka ändamål och i hurudana situationer används telefonen?
- När sätts telefonen undan (till exempel vid läggdags, vid maten, i trafiken, när läraren säger till)?
- Säkra lösenord och koder som inte berättas åt utomstående.
- Be om lov av en förälder för att ladda ner appar eller göra egna profiler. Ladda ner appar under ett lösenord som föräldern känner till.
- Vilken information får barnet dela om sig själv eller sina närmaste i olika kanaler?
- Det är bäst att i början ställa in appar och sociala medier så att de är privata.
- Eventuell användning av pengar med telefonen eller i spel,

föräldrarnas kreditkortsuppgifter skyddas med lösenord.

- Barnet bör berätta för den vuxna om det stöter på otrevliga saker, till exempel nätmobbning, konstiga kontakter från främmande eller skrämmande innehåll.
- Under skolvägen och i trafiken över huvud taget är det bäst att ha telefonen i väskan eller fickan så att uppmärksamheten kan vara på omgivningen och barnet kan röra sig tryggt.



3

Balansera digivardagen

Många spel och sociala medier är utformade på ett sådant sätt att vi ska spendera så mycket tid som möjligt med dem. Ett barn som växer och utvecklas behöver en vuxens stöd för att ta hand om sitt välbefinnande. För att må bra behöver vi bland annat tillräckligt med vila och kvalitetssömn, regelbunden motion och regelbundna måltider, trevliga fritidssysselsättningar och social samvaro ansikte mot ansikte.

Att behärska sin tids- och medieanvändning är inte så lätt, varken för barn eller vuxna. Det är viktigt att vi är förutseende och lär oss vanor och förmågor som hjälper oss behärska användningen. Det är bra att diskutera med barnet hur användningen av smartenheter kan påverka till exempel tidsanvändning,

sovande, skolgång, hobbyer, konditionen och kompis- och familjerelationer. Hjälp barnet lära sig att hantera sin tid och hitta trevlig och givande sysselsättning. Lagom är bäst också i medieanvändning.

Barnet kanske vistas mycket på nätet för att där finns både intressant innehåll och viktiga kompisar. Via internet och spel kan man också få nya vänner. Diskutera med barnet om interaktionen på nätet orsakar någon form av tryck att delta eller vara närvarande. Fråga vem barnet trivs och umgås med på nätet.

Poängtera att även om det är lätt att vara tillgänglig med smartenheter så behöver vi inte alltid vara det. Uppmuntra barnet att vara tillsammans med kompisar ansikte mot ansikte och främja barnets kompisrelationer.

Håll åtminstone koll på det här:

- tillräcklig sömn
- mobilparkering till natten
- skötsel av hem- och skoluppgifter
- samvaro ansikte mot ansikte
- utevistelse och motion
- familjens gemensamma överenskommelser för användning av smartenheter
- skärmpauser
- ergonomi, till exempel bra arbetsställe och varierande ställningar



Medieanvändningens motiv och tidshantering

Uppmuntra barnet att observera hur medieanvändningen påverkar barnet själv och de närmaste. Hur känns det? För vilka behov använder barnet medier, spelar eller tittar på serier eller filmer? Är det frågan om trivsel, hobbyer, lärande, hängande med kompisar eller avslappning? Tycker barnet att det förekommer "tomgång" i medieanvändningen eller är den ett sätt att undvika tråkiga saker, ensamhet eller tristess? Det är viktigt att barn som ännu övar tidshantering får hjälp med att hitta mångsidig sysselsättning.

Om du grubblar över om barnet vistas för mycket på medier, ta lugnt upp frågan vid en lämplig tidpunkt. Tala med barnet om vad som fascinerar i medierna och hur man i vardagen kunde sträva till balans och mångsidig aktivitet. Det är bra om föräldrar känner till spel och annat medieinnehåll. Då är det ofta lättare att komma överens om och begränsa användningen.

Hjälpa barnet känna igen tecken på för mycket medieanvändning, till exempel irritation, trötthet, koncentrationsproblem, sömnsvårigheter eller nack- och axelvärk. Hjälpa barnet öva upp sin förmåga att behärska medieanvändningen och koncentrera sig på det som behövs för tillfället.

Barn är olika och behöver hjälp av olika slag. En del behöver diskussion, en del verksamhet, handlingar eller mer närvaro av en vuxen. Om barnet trots överenskommelser eller tillsägelser har svårt att sluta spela eller

använda en enhet på annat sätt kan du uppmuntra till paus och annan sysselsättning genom att sätta dig bredvid barnet och tillsammans hitta ett lämpligt läge att sluta.

Prata med barnet

- Vad tänker barnet om sin egen medieanvändning?
- Hur tycker barnet att medieanvändningen påverkar välbefinnandet, kompis- och familjerelationerna och skolgången?
- Vad tycker barnet är trevligt eller givande att göra?
- Hur mycket tid per dag tycker barnet är lämpligt att spendera på medier eller spel? Och du som förälder?
- Vad i medieanvändningen tycker barnet är till nytta eller glädje och vad till skada?

4

Smidigare vardag med överenskommelser

M För att vardagen ska löpa smidigt och vara mångsidig kan det behövas gemensamma överenskommelser i familjen när det gäller medieanvändning eller spelande.

Det är vanligen lättare för barnet att följa regler om det fått vara med och göra dem och hört motiveringarna. Kom överens om när och var medieanvändning är ok. Är till exempel måltider, resor och visiter fredade från smartenheter?

Vardagen kan underlättas om ni gör klart för barnet vad som är ovillkorligt, till exempel sovande, och var ni kan förhandla och flexa. Medieanvändningen borde inte försvåra skolgången eller andra plikter. Det är också viktigt att ordna tillräckligt med tid för motion och umgänge ansikte mot ansikte. Om diskussionen om regler urartar i gräl kan du behöva hitta på mer gemensam positiv sysselsättning med barnet. Att använda begränsning av medieanvändningen som straff kan öka grälen.

Om något i ditt barns medieanvändning oroar dig, ta lugnt upp det med barnet och berätta varför du är orolig. Läs inte barnets meddelanden utan lov om du inte har tunga skäl, för att bevara barnets tillit till dig. Ibland kan barn tveka att berätta om tråkiga saker för att de är rädda att enheten då tas ifrån

dem. Utöver att ni kommer överens om medieanvändningen och du främjar barnets mediekompetens är det bra att försöka förstå vad användningen betyder för barnet.

Tecken på skadligt spelande eller skadlig nätanvändning är till exempel om barnet inte kan ta pauser alls eller spelandet eller nätanvändningen dominerar livet helt. Bråkar barnet orimligt mycket när det måste sluta spela eller sätta bort telefonen eller blir barnet oöverkomligt ledset? Då är det viktigt att ni diskuterar saken och korrigerar situationen tillsammans.

Puhutko lapsesi
kanssa pelaamisesta?



→ pelikasvatus.fi/puhu.pdf

Du har anledning att oroa dig för ett barn i skolåldern senast om spelandet börjar påverka skolgången, familjerelationerna eller vanliga sociala kontakter ansikte mot ansikte negativt eller om barnet försämrar sömn och hälsa. Då behöver du begränsa medieanvändningen och göra reglerna klarare. Det är också viktigt att erbjuda annan trevlig sysselsättning i stället, en vuxens närvaro och gemensam tid.

Vid behov kan du begränsa medieanvändningen till exempel med enheternas inställningar, tidmätande appar eller program för föräldrakontroll. De ersätter ändå inte tillsammansgörande, diskussioner och överenskommelser.

Diskutera med andra fostrare hurudana mediefrågor som är aktuella i deras familjer. Dela gärna praktiska tips. Men kom också ihåg att varje barn är en individ och olika tillvägagångssätt passar olika familjer.

Delta också i diskussionen i ditt barns skola och hobbyverksamhet om hur ni tillsammans kan uppmuntra barnen till ansvarsfull medieanvändning.

Prata med barnet

- Hur använder ni medier i er familj och vilka överenskommelser har ni? Vem rör överenskommelserna?
- Vem har deltagit i att skapa reglerna eller handlingsätten? Hurudana handlingsätt och överenskommelser tycker barnet skulle vara bra i vår familj?
- Hur kan familjemedlemmars eller andra närståendes medieanvändning påverka andra? Vad skulle vara bra att beakta med tanke på familjemedlemmar i olika åldrar?

Åldersgränser på spel och bildprogram

Håll reda på åldersgränserna. De främjar trygg medieanvändning. Åldersgränserna på filmer, tv-program och digitala spel grundar sig på lagen och varnar för innehåll som kan skada en minderårig.

I offentlig visning är lagen ovillkorlig när det gäller den högsta åldersgränsen, 18 år. Det här är viktigt att beakta också hemma.

Tv-program och filmer



Digitala spel



Prata med barnet

- Vad berättar åldersgränserna?
- Hur påverkar spel och filmer hur vi känner oss och mår?

→ kavi.fi/sv/aldersgranser

5

Du är ett exempel

Barn och vuxna använder ofta medier på olika sätt. Men det är bra för föräldrar och fostrare att komma ihåg att de är exempel för barnen i medieanvändning. Hur mycket tid spenderar jag på nätet, i spel eller med smartenheter? Hur är jag närvarande då? Hur påverkar min medieanvändning familjens vardag? Fundera hur det kan se ut för barnet.

Observera då och då hur du använder olika medier. Fundera hur du är med andra på nätet, när du träffar dem ansikte mot ansikte och i olika situationer där ni har mobiler. Genom att berätta om din egen medieanvändning kan du öppna diskussion om saken med barnet.

Genom ditt exempel kan du lära barnet att vara respektfull på nätet och ansvarsfull i det man lägger ut. Begrunda hurudant innehåll du publicerar. Beakta barnets åsikt och kom ihåg att be om lov om du tänker lägga ut en bild på eller information om barnet, till exempel på sociala medier.

Prata med barnet

- Vad tycker barnet om din medieanvändning?
- Vilka likheter och olikheter finns i era sätt att använda medier?
- Hurudana saker njuter du själv av på medier, i spel eller på nätet?
- Har du bett barnet om lov innan du lagt ut bilder eller uppdateringar där barnet är med?



6

Positiva och trygga möten

Internet, spel och sociala medier är ofta viktiga forum för kompis-kontakter. Också i den digitala miljön behövs kompis-kunskaper.

Uppmuntra till positiv interaktion

Diskutera hur miljöerna på nätet eller sociala medier påverkar kompisrelationer och interaktionen mellan människor. Hur påverkas beteendet på nätet av oskrivna eller självklara regler eller normer i olika grupper? Diskutera hur man skickar meddelanden och diskuterar i de kanaler, diskussionstrådar eller grupper barnet är med i. Blir någon utanför? I hurdan ton talar man om gruppens medlemmar eller utomstående? Hur låter diskussionen i spelets hetta?

Lär barnet att tänka sig in i andras situation. Uppmuntra barnet att respektera sina egna och andras gränser. Positiva möten och rättvist spel bygger också i nätet ofta på små omtänksamma handlingar. Om barnet har en egen kanal eller profil på nätet, påminn vid behov om att barnet är värdefullt oberoende av hur många gillanden eller följare barnet får.

Ta nätmobbning på allvar

Mobbning och kränkande uppförande ska inte godkännas på nätet heller.

Poängtera att innehåll som kränker eller nedvärderar andra varken ska läggas ut eller skickas vidare på nätet eller i grupper.

Nätmobbing är till exempel att skicka kränkande, hotfulla eller förnedrande meddelanden, sprida ogrundade rykten, lämna någon utanför gruppen, sprida innehåll som filmats i smyg eller som är olovligt eller sprida personlig information. Mobbing på nätet kan ske i anslutning till mobbing i skolan eller i hobbygrupper. Vem som helst kan göra sig skyldig till nätmobbing, avsiktligt eller av tanklöshet.

Uppmuntra barnet att tala om eventuella ledsamma erfarenheter. Om barnet berättar om kränkande behandling, trakasseri eller nätmobbing, ta det på allvar och håll dig lugn. Var ett vuxet stöd och redo att ta reda på vad som hänt, i vilken miljö och vilka som är inblandade. Spara det kränkande innehållet och meddelandena. Det är bra att meddela dem som upprätthåller tjänsterna om det kränkande innehållet. Det lönar sig att blocka mobbaren eller trakasseraren eller ta bort personen från kontakterna.

Beakta det utsatta barnets tankar om vad som skulle hjälpa i situationen. Mobbningsfall bör utredas



med dem de gäller, till exempel skolan, hobbygruppen och de andra barnen och vårdnadshavarna. I allvarliga fall är det bäst att vända sig till polisen. Kom ihåg att berömma barnet för att det berättade om saken och inte behöll den för sig själv.

Prata med barnet

- Hurudana handlingar tycker barnet är nätmobbning? Och du som förälder?
- Har barnet sett eller stött på mobbning? I vilka miljöer?
- Vet barnet vad det ska göra om det själv eller någon annan blir mobbad på nätet? Berätta hur du skulle önska att barnet handlar.
- Hur tycker barnet att nätmobbning bäst kunde förebyggas?



Sexuellt innehåll på nätet

Allt innehåll på nätet är inte avsett för barn. Till exempel pornografiskt material har åldersgränsen 18 år.

Var redo att diskutera och vara en trygg vuxen om barnet stött på sexuellt innehåll som förbryllat eller orotat. Det är också viktigt att barnet vet att det inte är bra att dela till exempel bilder där man är lättklädd eller berätta personlig information åt främlingar. Det är bra att komma överens om att barnet inte delar sitt telefonnummer eller andra kontaktuppgifter till främmande och att uppmana barnet att berätta för föräldern om någon bett om dem.

Uppmuntra barnet att berätta om kontaktförsök, meddelanden och innehåll på nätet som bekymrar. Säg att man inte behöver titta på förvirrande eller skrämmande innehåll om någon visar sådant till exempel i skolan. Det är smart att säga nej till sådant man inte vill se. Om du hör att sådant hänt är det bäst att kontakta läraren och de andra föräldrarna.

Påminn barnet om att ingen får pressa en annan till sådant den andra inte vill. Stärk barnets självförtroende och förmåga att tydligt säga nej om kontaktförsök eller innehåll som andra delar på nätet känns otrevliga eller förvirrande. Trakasserier ska inte godkännas.

Tryggt på nätet

Det är bra att tillsammans fundera på vilka mediemiljöer som kan vara offentliga och vilka som borde hållas privata. Hur kan olika tjänster användas tryggt och ansvarsfullt? Vilken information om barnet ser andra nätanvändare? Om barnet har profiler eller kanaler på sociala medier är det bäst att de är privata till en början.

En bra grundregel för att barnet ska kunna använda nätet tryggt är att inga personuppgifter, som telefonnummer eller foton, skickas åt främmande. Delar man personlig information och bilder ökar risken att råka ut för till exempel olovlig spridning av personuppgifter, ogrundade rykten, bedrägeri eller annat missbruk. Det är viktigt att lära barnet hurudan information och hurudana bilder på sig själv, familjen och kompisar man får dela på nätet och i sina egna profiler. Det är också bra att diskutera fördelar och nackdelar med att dela platsinformation i olika tjänster.

Sätt er gärna in i integritetsskydd och användarvillkor tillsammans och ta reda på hur och för vilka ändamål användaruppgifter insamlas. En del tjänster har särskilda avsnitt eller sidor för föräldrar som behandlar säkerhet och integritet. Ofta behövs en förälders tillstånd för användning av nättjänster.

Tryggheten kan främjas med gott omdöme. Om barnet använder

sociala medier är en privat profil vanligen säkrare än en offentlig när det gäller till exempel negativa kommentarer, sexuella trakasserier och andra risker. Att vara noga med lösenord, enheters åtkomstkoder och apparns integritetsinställningar är grundläggande för trygg nätanvändning. Gå igenom hurudant ett säkert lösenord är. Påminn barnet om att man inte ska dela lösenord på nätet.

Prata med barnet

- Hur kan man veta vem man kan lita på på nätet?
- Har någon okänd kontaktat barnet? Vad gjorde barnet då?
- Hur är det klokt att handskas med okända?
- Vilka saker är bra att hålla privata?
- Hurudan information och hurudana bilder av sig själv och andra är det ok att dela på nätet och hurudan inte? Varför är det viktigt att be om lov för publicering?
- Hur kan man främja tryggheten och integriteten för sig själv, kompisar och andra på nätet?

Genom att uppleva tillsammans lär man sig mycket. Trevliga gemensamma stunder betyder mycket för barnet. Föräldrar spelar ofta med småbarn. Kom ihåg att också spela med barn i lågstadieåldern. Delta med barnet i YouTube- eller spelevenemang eller se på film tillsammans. Dela dagens roligaste händelser eller intressantaste artiklar. Be barnet berätta om sina favoritvideor, spel eller youtubare, spelare eller andra idoler barnet följer på nätet. Hurudana saker inspirerar barnet i medierna? Hurudant innehåll gör er glada? Du kan också dela sådant du tycker är intressant.

Prova att göra videor tillsammans, en profil på ett socialt medium som har att göra med en gemensam hobby eller något annat som intresserar er båda. Samtidigt ökar ni er mediekompetens och kan behandla frågor som gäller till exempel publicering. I familjens meddelandegrupper kan ni förutom att sköta praktiska ärenden glädja varandra på många sätt och visa att ni bryr er om och tänker på varandra.

Prata med barnet

- Hur skulle barnet vilja spendera tid tillsammans?
- Vad skulle barnet vilja göra tillsammans med dig på medier?





Ytterligare information

I MLL:s föräldraforum Vanhempainnetti finns mer information om medieanvändning och mediefostran i olika åldrar. mll.fi/mediakasvatus

MLL:s ungdomsforum Nuortennetti ger kamratstöd, information och hjälp i olika frågor. nuortennetti.fi

Beställ en utbildare från MLL till en föräldrakväll, lektion eller annan utbildning i mediefostran. mll.fi/tilaakouluttaja

Om du är fundersam över ditt barns medieanvändning kan du också kontakta MLL:s kostnadsfria föräldratelefon, chatt eller nätbrevtjänst.

Föräldratelefon på finska, tfn **0800 922 77**
mån 10–13 och 17–20, tis 10–13
och 17–20, ons 10–13, tors 14–20

Brevtjänst och chatt på finska.
mll.fi/vanhempainnetti

Barn- och ungdomstelefonen på svenska, tfn 0800 96116

mån–ons kl. 14–17 och tors kl. 17–20.

Till brevtjänsten kan man skriva när som helst. ung.mll.fi

Barn- och ungdomstelefonen på finska, tfn **116 111**
mån–fre kl. 14–20 och lör–sön kl. 17–20

Chatten för barn och unga är öppen sön–ons kl. 17–20.

Till brevtjänsten kan man skriva när som helst. nuortennetti.fi/lasten-ja-nuorten-puhelin

Nyttiga webbplatser

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

Mediefostran är en del av vardagsfostran. Barnets mediekompetens och digitala välmående kan främjas i hemmet på många sätt. I medier och spel och på nätet behövs likadana förmågor som i livet i övrigt.

I broschyren berättas om barns mediekultur och hur föräldrar kan vägleda barn till trygg och ansvarsfull medieanvändning.

mll.fi/mediakasvatus



Medfinansierat av Europeiska unionens
fond för ett sammanlänkat Europa



MANNERHEIMS
BARNSKYDDSFÖRBUND