

# VANHEMPIEN HUONEENTAULU

Tietoa lasten ja nuorten tietokone- ja konsolipelaamisesta ja ohjeita pelihaittojen ehkäisyyn

Liiallinen pelaaminen tai vääränlaiset sisällöt voivat haitata lapsen hyvinvointia ja kehitystä. Vanhemmilla on merkittävä rooli pelihaittojen ehkäisyssä sekä turvallisen ja kohtuullisen pelaamisen edistämiseksi.

 **Ole kiinnostunut lapsesi pelaamisesta**

---

 **Keskustele lapsesi kanssa ja ole valmis kuuntelemaan**

---

 **Tutustu peleihin ja niiden sisältöihin**

---

 **Suojele lasta haitallisilta sisällöiltä**

---

 **Sovi yhteiset säännöt pelaamiselle**

## Ole kiinnostunut lapsesi pelaamisesta

- Lahes kaikki lapset ja nuoret pelaavat ainakin toisinaan, ja suurimmalle osalle pelaamisesta on enemmän hyötyä kuin haittaa. (Luhtala, Silvennoinen & Taskinen 2010)
- On hyvä olla perillä siitä, kuinka paljon ja miksi lapsi pelaa. Ongelmallisen pelaamisen taustalla on usein muita tekijöitä, kuten yksinäisyyttä tai itsetunto-ongelmia. (Lemmens, Valkenburg & Peter 2011)
- Vanhemman ei tarvitse olla pelien asiantuntija, keskeistä on kiinnostus ja aktiivinen ote lapsen pelaamiseen. Vanhemman osallisuus voi suojata lasta pelihaitoilta.

## Keskustele lapsesi kanssa ja ole valmis kuuntelemaan

- Pelaamisesta voi keskustella vaikka varsinaista huolta ei olisiakaan. Ole avoin lapselta tuleville keskustelun avauksille.
- Lapsen kanssa kannattaa pelaamisen määrän ja ikärajojen lisäksi käsitellä myös pelien sisältöjä. Kaikki pelien herättämät tunteet ja kysymykset eivät ole näkyviä ja ilmeisiä.
- Tarkastele omaa suhtautumistasi peleihin. Tuomitseva asenne hankaloittaa rakentavaa keskustelua.

## Tutustu peleihin ja niiden sisältöihin

- Vanhemman tulisi tuntea sekä pelien ikärajamerkinnät (3, 7, 12, 16, 18) että haitallisista sisällöistä kertovat sisältömerkinnät. Molemmista löytyy tietoa osoitteista [www.pegi.info](http://www.pegi.info) ja [www.ikarajat.fi](http://www.ikarajat.fi).
- Internetistä löytyy helposti tietoa ja arvosteluja yksittäisistä peleistä sekä videotallenteja pelien sisällöistä. Näitä videoita löytyy hakusanoilla ”gameplay [pelin nimi]”.
- Yhdessä pelaamalla voit paitsi havainnoida lapsesi suhtautumista peliin, myös oppia ymmärtämään pelejä ja pelaamista paremmin.

## Suojele lasta haitallisilta sisällöiltä

- Pelien ikäraajat on asetettu lasten suojelemiseksi. (Kuvaohjelmalaki 17.6.2011/710)
- K18-pelin ostaminen, luovuttaminen tai esittäminen alaikäiselle on kielletty rikoslaisa. (Rikoslaki 17.6.2011/713)
- Vanhemmalla on kasvatuksellinen vastuu huolehtia ikärajojen noudattamisesta.

## Sovi yhteiset säännöt pelaamiselle

- Yhdessä mietityt johdonmukaiset säännöt, joihin perheessä sitoudutaan, ehkäisevät turhia ristiriitatilanteita.
- Jos asetet tietokoneelle rajoituksia, kuten salasanajoja tai esto-ohjelmia, kerro niistä avoimesti. Keskustele lapsen kanssa siitä, miksi rajoitukset ovat tarpeen.
- Rajoista ja säännöistä on hyödyllistä keskustella myös yhdessä lapsen kavereiden vanhempien kanssa. Näin samat säännöt pätevätkin kodin ulkopuolellakin.

Lemmens, J., Valkenburg, P. & Peter, J. 2011. Psychosocial causes and consequences of pathological gaming.  
Luhtala, K., Silvennoinen, I. & Taskinen, T. 2010. Nuoret pelissä.

pelitaito.fi



EHKÄISEVÄ PÄIHDETYÖ EHYT ry