

A photograph of three children sitting on a blue couch, engaged in playing video games. On the left, a boy in a striped shirt is laughing. In the center, a girl in a red shirt is holding a black game controller. On the right, a boy in a blue shirt is pointing forward with an excited expression. The background shows a window with green foliage outside.

LAPSET PELAAMASSA - OPAS VANHEMMILLE



Telia



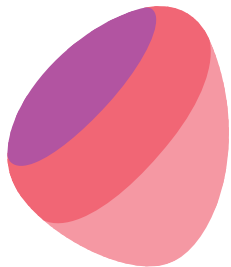
Pelastakaa Lapset

MIKÄ LASTA PELAAMISESSA KIEHTOO?

Lähes jokainen lapsi ja nuori pelaa jotain digitaalista peliä. Digipelaamisella tarkoitetaan kaikenlaista verkossa tapahtuvaa videopelien pelaamista pelikonsolilla, tietokoneella tai matkapuhelimella. Selvitysten mukaan suurimmalle osalle lapsia pelaamisesta on enemmän hyötyä kuin haittaa. Pelit ovat tärkeä osa lasten ja nuorten omaa kulttuuria ja niitä pelataan erilaisista syistä. Osalle pelit ovat tärkeä harrastus, toiselle ystävien kanssa olemista, ja kolmannelle ajanvietettä. Kun huoltajana ymmärrät miksi ja mitä tarkoitusta varten lapsi pelaa, on sinun helpompaa tukea hänen peliharrastustaan.

MITÄ PELEISTÄ VOI OPPIA?

Pelaamalla oppii monia hyödyllisiä tietoja ja taitoja kuten vuorovaikutusta, yhteisöllisyyttä, kriittistä ajattelua, päätöksentekoa sekä strategista – ja loogista ajattelua. Myös kielitaito paranee ja moni löytää kavereita ympäri maailman. Moni harrastaa pelaamista läpi elämänsä. Pelaamisen ympärille on myös kasvanut merkittävää liiketoimintaa, jossa tarvitaan monenlaisia ihmisiä ja monia taitoja. Peleihin liittyviä ammatteja voi opiskella muun muassa korkeakouluissa. Moni peliharrastaja on saanut pelaamisesta ammatin ja työuran.



TUE JA OLE LÄSNÄ

Telia ja Pelastakaa Lapset ovat keränneet tuhansilta lapsilta ja nuorilta ajatuksia siitä, miten netti olisi heille parempi ja turvallisempi paikka. Lasten tärkein toive vanhemmille on, että nämä ymmärtäisivät nuorten nettielämää ja yhteisöllisyyttä paremmin sekä tukisivat heitä tietoturva- ja yksityisyys asioissa

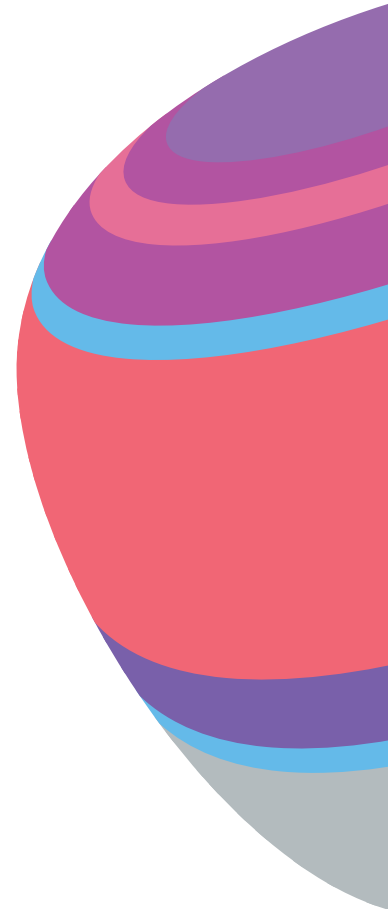
Aikuinen, kysele ja ole utelias.

Hyvä tapa osallistua on tutustua avoimesti ja ennakkoluulottomasti pelimaailmaan ja pelata yhdessä. Huomaat, että sinun on tällöin helpompi puhua lapselle pelaamisesta, ikärajoista sekä siitä, miten olla kiva pelikaveri muille. Kun pelaat yhdessä lapsen kanssa, pystyt ymmärtämään hänen kokemuksiaan ja peliharrastusta paremmin. Voit myös itse innostua ja saada uuden harrastuksen.

Aloita keskustelu vaikkapa silloin, kun lapsi pelaa kotona. Kysy:

- mitä hän pelaa ja millainen peli on kyseessä
- mitä pelissä pitää tehdä ja miksi se on hänen mielestä hauska

Pyydä saada kokeilla peliä. Anna lapsen opettaa sinua ja kertoa pelaamisesta.



VOIVATKO PELIT OLLA VAHINGOLLISIA?

Pelien haittavaikutuksista lapselle ei ole yksiselitteistä tieteellistä näyttöä. Pelaamisen yhteydessä ilmenevät haasteet, esimerkiksi liiallinen pelaaminen, liittyvät usein lapsen muihin elämän ongelmiin, kuten sosiaalisten suhteiden puuttumiseen, elämänhallinnan vaikeuksiin tai mielen hyvinvoinnin haasteisiin. Nuorelta kannattaa toki kysyä, mikä väkivaltaisissa peleissä viehättää ja millainen olo niiden pelaamisesta tulee. Jos sinulla on huoli lapsesta, ota yhteyttä oman kuntasi perhepalveluihin.

Huolehdi tasapainosta.

Vanhempana tehtäväsi on varmistaa, että lapsen elämän eri osa-alueet ovat tasapainossa. Lapsi tarvitsee lepoa, liikuntaa, ravintoa, ystävyysuhteita ja koulunkäynnistä huolehtimista. Erityisen tärkeää on huolehtia, että lapsi saa riittävästi unta. Säännöllinen pelaaminen ei ole haitallista silloin, kun arki on muuten kunnossa. Lapsen kanssa yhdessä sovitut säännöt ja avoin keskustelu vähentävät mahdollisia riitatilanteita.



Pelien ikärajat eivät ole vain suosituksia.

Ikärajoihin kannattaa suhtautua vakavasti, sillä ikäraja on aina varoitus haitallisesta sisällöstä. Pelottavat pelit saattavat jäädä häiritsevinä mieleen varsinkin pienemmille lapsille. On tärkeää, että seuraat mitä pelejä lapsesi pelaa ja tarkastat ikärajat. Ikärajoista löytyy lisätietoa osoitteesta: www.ikarajat.fi.

Entä jos jotain ikävää tapahtuu?

Pelimaailmassa voi törmätä myös ikäviin asioihin kuten kiusaamiseen, häirintään, identiteettivarkauksiin, uhkailuun ja seksuaaliseen houkutteluun (grooming). Paras tapa suojella lasta verkossa on avoin keskustelu jo ennen mahdollisia pulmatilanteita. Jos kuitenkin jotain tapahtuu, pysy rauhallisena, kuuntele lapsen kertomat asiat tapahtuneesta ja älä koskaan syyllistä lasta. Tallenna mahdollinen todistusaineisto ja tarkista ylläpidon ohjeista, voiko häiritsevät viestit estää tai ilmiantaa. Jos epäilet rikosta, ota yhteys poliisiin.

PELAAMISESTA URA

E-urheilu ja perinteinen urheilu pitävät sisällään useita samoja elementtejä, kuten tiimipelin, yksilösuoritusten tärkeyden, reaktiokyvyn, fyysisen harjoittelun, pelinluvun, harjoittelumäärät ja ammattimaisuuden. Koska yhtäläisyyksiä löytyy paljon, mielletään e-urheilu myös urheiluksi, vaikkei se mielestäsi välttämättä ”tavanomaisen” urheilun määrittelyihin täydellisesti sopsisikaan.

Jos tähtää kilpapelaaajaksi

on tärkeää pitää huolta fyysisestä kunnostaan. Esimerkiksi käsiin ja ranteisiin liittyvät vammat ovat yleisiä kilpapelaaajilla. Jos kehostaan ei pidä huolta, kilpapelaaaminen voi aiheuttaa erilaisia vammoja, jotka lyhentävät huomattavasti kilpapelaaajan uraa. Kehonhuolto lisää hyvinvointia ja samalla parantaa suorituksia ja lisää mahdollisuuksia pidempään menestykseen alalla.

Huolehdi myös mielestä.

Kilpapelaaaminen vaatii hyvää paineensietokykyä. Kilpapelaaamisen vastapainoksi sopivat monenlaiset rentouttavat, rauhoittavat ja keskittymistä kehittävät liikunnan, urheilun ja mielen harjoittamisen muodot.

Tue reilua pelaamista.

Telia, Suomen elektronisen urheilun liitto SEUL, peliseurur ja -järjestäjät korostavat toiminnassaan vihapuheesta ja kaikenlaisesta syrjinnästä vapaata pelikulttuuria. Tue lastasi myönteisen ja kannustavan pelikulttuurin luomisessa.

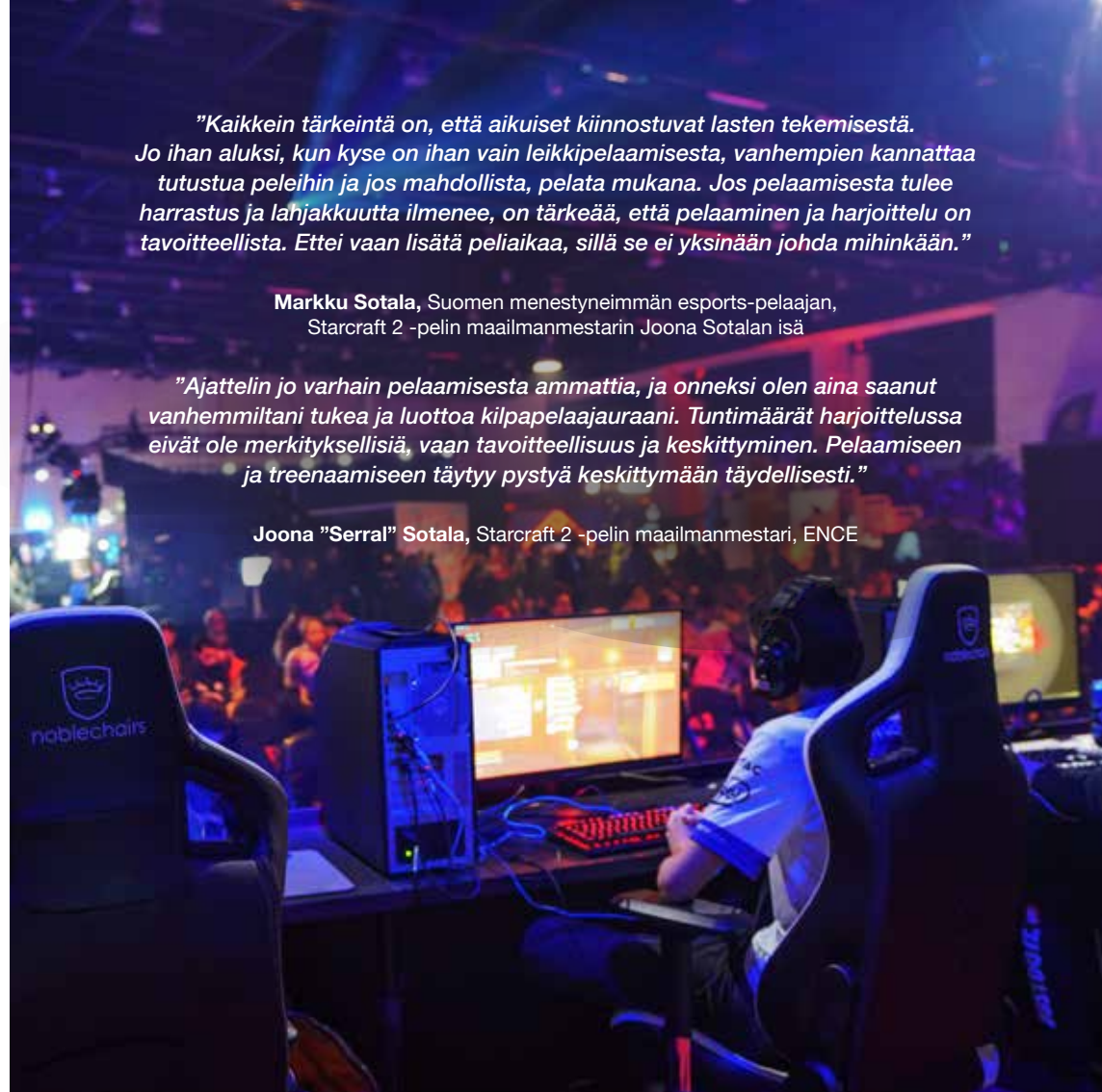
Lisätietoa ammattipelaamisesta löytyy SEUL:n sivuilta: <https://seul.fi>

”Kaikkein tärkeintä on, että aikuiset kiinnostuvat lasten tekemisestä. Jo ihan aluksi, kun kyse on ihan vain leikkipelaamisesta, vanhempien kannattaa tutustua peleihin ja jos mahdollista, pelata mukana. Jos pelaamisesta tulee harrastus ja lahjakkuutta ilmenee, on tärkeää, että pelaaminen ja harjoittelu on tavoitteellista. Ettei vaan lisätä peliaikaa, sillä se ei yksinään johda mihinkään.”

Markku Sotala, Suomen menestyneimmän esports-pelaajan, Starcraft 2 -pelin maailmanmestarin Joona Sotalan isä

”Ajattelin jo varhain pelaamisesta ammattia, ja onneksi olen aina saanut vanhemiltani tukea ja luottoa kilpapelaaajauraan. Tuntimäärät harjoittelussa eivät ole merkityksellisiä, vaan tavoitteellisuus ja keskittyminen. Pelaamiseen ja treenaamiseen täytyy pystyä keskittymään täydellisesti.”

Joona ”Serral” Sotala, Starcraft 2 -pelin maailmanmestari, ENCE



HALUAMME, ETTÄ KAIKKIEN ON HELPPO TULLA MUKAAN PELISKENEEN JA PITÄÄ HAUSKAA.

Telia on sitoutunut luomaan pelikulttuuria, jossa kaikkia pelaajia kunnioitetaan eikä minkäänlaista epäurheilijamaista käytöstä suvaita:

- Meillä on nollatoleranssi kaikkeen häirintään, kiusaamiseen ja syrjintään.
- Otamme toiminnassamme aina huomioon pelien ikäraajat.
- Edistämme lasten digihyvintia ja lapsen oikeuksien toteutumista.
- Tarjoamme yhdenvertaiset mahdollisuudet pelaamiseen kaikille, ja siksi loimme Suomeen jatkuvan e-urheilusarjan, jossa pelaajat voivat säännöllisesti pelata ja kehittyä.

Luodaan yhdessä pelikulttuuri, joka toivottaa kaikki tervetulleiksi ja pitämään hauskaa!

YHTEISTYÖSSÄ:



Telia



Pelastakaa Lapset