



Bakgrundsinformation och frågor för animationsvideon “Digitalt spelande är en hemsk hobby!”

Inledning



Det kan kännas svårt att börja diskutera spelande. Titta på animationen ”Digitalt spelande är en hemsk hobby” och diskutera tidsanvändning, åldersgränser, spelande, spelbeteende, vänner och spelregler. Videon fungerar som diskussionsunderlag för barn, unga och vuxna.

I detta material hittar du frågor och bakgrundsinformation med fyra olika teman. Före du inleder uppgiften är det viktigt att tänka på vad som menas med spelfostran och vad digitalt spelande egentligen är.

Vad pratar vi om då vi diskuterar digitalt spelande?

Spelande har varit en del av vardagen sedan forna tider och något som alltid intresserat oss. Spelande har genom åren fått nya former som till exempel digitalt spelande. Med digitalt spelande menas mobil-, konsol-, och datorspelande. En betydande del av barn och unga spelar varje vecka och är den mest aktiva befolkningsgruppen som spelar digitala spel. För småbarn är spel en viktig mediekanal. Spelen inspirerar till lekar, berättelser och kreativitet även utanför spelvärlden. För unga erbjuder spel en social plattform och trevlig hobby. Det är ett sätt att vistas med vänner och höra till olika gemenskaper.

Läs mer:

Digitalt spelande - EHYT rf

Vad är spelfostran?

Spelfostran strävar till att förstå digitalt spelande som fenomen i sin helhet samt förebygga spelrelaterade problem. Spelfostran är inte lösryckt från övrig uppfostran eller vardagen, utan det är en del av en helhetsmässig fostringsprocess, som äger rum i samma vardagliga situationer som annan fostran.

Det är viktigt att barn och unga kan diskutera spelande öppet med alla vuxna. Inställningen till spelet formar förtroendet också då vi pratar om problem.



Digitalt spelande väcker starka känslor: spänning, rädsla, besvikelse, förtjusning, raseri och identifiering. Vuxna behövs för att barn skall lära sig att hantera och kanalisera sina känslor på ett konstruktivt sätt. Ju tidigare spelande diskuteras i både skolan och hemmet, desto stabilare spelvardag skapar man för barn och unga.

Läs mer:

Spelfostran - EHYT rf

Dessa frågor kan du ställa i samband med videon:

- Vilka för- och nackdelar har digitalt spelande?
- Vilka av effekterna syns tydligare i den egna vardagen – de positiva eller de negativa?

1. Spelvardagen och tidshantering



Bakgrund

Motion, uteliv, tillräcklig sömn, bra spelergonomi och hälsosam mat stöder en fungerande spelvardag. Vardagen ska innehålla tid för lek, diskussioner och gemensam tid med familjen.

Barn behöver stöd av vuxna med att lära sig tidshantering och reglering av speltiden. Det krävs tålamod och tid eftersom barn inte ännu greppar tiden de sätter på spel. Det är bra att låta barn övergå till en annan vardagssyssla eller avsluta spelande tillsammans med en vuxen. Barn kan behöva berätta om sina upplevelser för en vuxen efter att spelsessionen tagit slut.

Mediafria tider i vardagen kan man öva på tillsammans. Trygga vuxna och en öppen kommunikation förebygger spelrelaterade problem och utmaningar. Det är viktigt att känna till vem barnen spelar med, vilka spel som spelas och varför. Positiva spelarefarenheter lönar sig att stötta. Dessa är byggstenar till en god självbild och självkänsla. Spelregler borde barn och unga komma överens tillsammans både i hemmen och i skolan.

Unga övar på att bära ansvar över egen tidshantering. Unga bör så som barn stöttas i att vardagen består av föda, skola, motion, hobbyn och kompisrelationer, sömn och återhämtning. Om någon del i vardagen saknas eller får mindre uppmärksamhet är det viktigt att tillsammans fundera på hur lösa situationen. Vuxna och unga bör komma överens om gemensamma spelregler t.ex. den unga får inte hämta mobiltelefonen till matbordet och föräldern måste komma ihåg att informera i god tid innan måltiden för att den unga skall hinna avsluta t.ex. "gruppspelet" innan matdags.

Visa intresse för vad den unga spelar och be den unga visa vad hen är bra på eller fråga vilka spel den unga tycker om och spelar hen ensam eller i grupp? När spelande diskuteras konstruktivt, förebygger man samtidigt spelrelaterade problem.

Frågor

- Ibland klagar föräldrar på att barn eller unga spelar, varför?
- Är barn eller den ungas vardag mångsidig? Vad ingår i vardagen?
- Sover barn/unga tillräckligt? Hur varvar man ner på kvällen innan läggdags?
- Har man i hemmet gemensamma spelregler? Hur övervakar familjen att reglerna följs? Om inte, vad tycker föräldrarna och barnen att det borde finnas för regler?

Länkar till föräldrar och fostrare:

Spelfostrarens handbok 2: [Vem har spelkontrollen? Spelfostran i barnfamiljer s. 31](#)

2. Spelinnehåll



Bakgrund

Spelinnehåll skall inte vara för stimulerande, skrämmande eller misstänksamma, speciellt om det påverkar sömnen. I Finland definieras åldersgränserna för spel enligt lagen. Barn ska skyddas för innehåll som kan vara till skada och i stället hitta spel som passar ens mognad och intresse.

Barn kan enligt åldersjämkningen spela vissa spel tillsammans med familjen tre år innan hen nått rätt ålder. F18 spel kan inte kringgåas med jämkning. Genom att spela tillsammans kan vårdnadshavaren lära känna hur barnet reagerar på olika innehåll och situationer i spelen och se ifall spelet passar barnet.

Frågor:

- Vilka känslor väcker spelen?
- Hurudana spel passar bäst olika spelare?
- Varför har spel åldersgränser? Vet ni vilka de är? (Se länken nedan)
- Hur kan spelaren påverkas utav för våldsamt, skrämmande eller obehagligt innehåll?
- Kan spelinnehåll som passar en själv vara skadligt för någon annan?
- Ser barn F-18 spel, spelreklamer eller spelvideon som väcker intresse?

Länkar till föräldrar och fostrare:

Läs mer om åldersgränser och innehållssymboler: <https://pegi.info/sv>

3. Kamratskap i spel



Bakgrund

Barn träffar likasinnade vänner genom olika spel. Genom spel och spelande kan man träna sociala färdigheter, kommunikation och samarbete. Spelvännerna är lika viktiga som vännerna utanför spelvärlden. Att bli sedd och bekräftad har en viktig inverkan på barn och ungas uppväxt. Men det är även viktigt att känna till vad som händer i spel och vem barnen tillbringar tid med. Att spela tillsammans med barn visar man som vuxen intresse för barnets sociala liv.

Frågor:

- Med vem spelar barnet; med vänner eller med främmande personer?
- Hurdant är det att spela tillsammans med kompisar?
- Vad bör man beakta när man spelar med främmande personer?
- Har barnet eller den unga även kompisrelationer utanför spelvärlden?
- Hur fungerar man socialt skickligt i spelvärlden?
- Hur tillbringar man tid tillsammans med familjen? Spelar familjer tillsammans?

Länkar till föräldrar och fostrare:

- [Biträdande professor Elisa Mekler: Spelande kan hjälpa till med att klara sig ur svåra livssituationer och öka välmåendet | Aalto-universitetet](#)

4. Spelbeteende



Bakgrund

Spelvärlden fungerar lika som vår vardag, man kan stöta på dåligt beteende. Det är viktigt att diskutera med barn hur man ska bete sig samt hur man kan hantera en situation där någon blir mobbad. För barnet och den unga är det viktigt att veta hur det lönar sig att lämna obehagliga situationer. Hur kan man rapportera en annan eller fler spelare och hur kan man stänga av andras röster?

När något trist händer är det viktigt att berätta om händelsen till en vuxen. För att barn ska våga berätta om trista händelser till vuxna behövs tillit och goda relationer. Vuxna bör uppmuntra barn att berätta om goda men även svåra situationer. Barn är speciellt utsatta för nätfiske.

Frågor:

- Hur pratar man med andra i spel? Hur borde man prata?
- Hurdant är ett passande beteende i spel?

- Hur kan man ge utlopp till sina känslor ifall man blir arg i spel?
- Hur kan man ingripa ifall någon annan blir dåligt behandlad i spelet?
- Hur kan man skydda sig själv?

Länkar till föräldrar och fostrare

- Läs mer: [trygga-barn-foraldraguiden.pdf \(telia.se\)](#)
- Läs mer: [Nya # Nätsmart: Vägledning för vuxna | Save the Children's Resource Centre](#)

Skriv ner egna frågor: