Istutaan alas

- ohjeistus keskustelutyökalusta digiarkeen nuorelle ja vanhemmalle

Haluaisitko vanhempana luoda uusia raameja perheen – tai ehkä etenkin nuoren - digilaitteiden käyttöön?

Hyvä lähtökohta tälle on yhteinen keskustelu. **On hyödyllistä ymmärtää, mitä nuori ajattelee digilaitteista, ja mikä on niiden merkitys hänelle.** On myös tärkeää pohtia, mitä digilaitteet merkitsevät sinulle itsellesi, koska puhelimet ja muut digilaitteet ovat nykyään osa arkea suurimmalle osalle ihmisistä.

Hyödyntäkää keskustelutyökaluamme, jossa on kyselyt nuorelle ja vanhemmalle:

Kysely nuorelle

Kysely huoltajalle

Miten edetä?

1. **Tutustu itse kyselyyn huoltajalle.**
2. **Sovi nuoren kanssa, milloin hän tekee kyselyn nuorelle tai sopikaa aika, jolloin teette kyselyt yhtä aikaa.**

Vinkki!

Miten perustelet kyselyn tekemisen tarpeellisuutta?

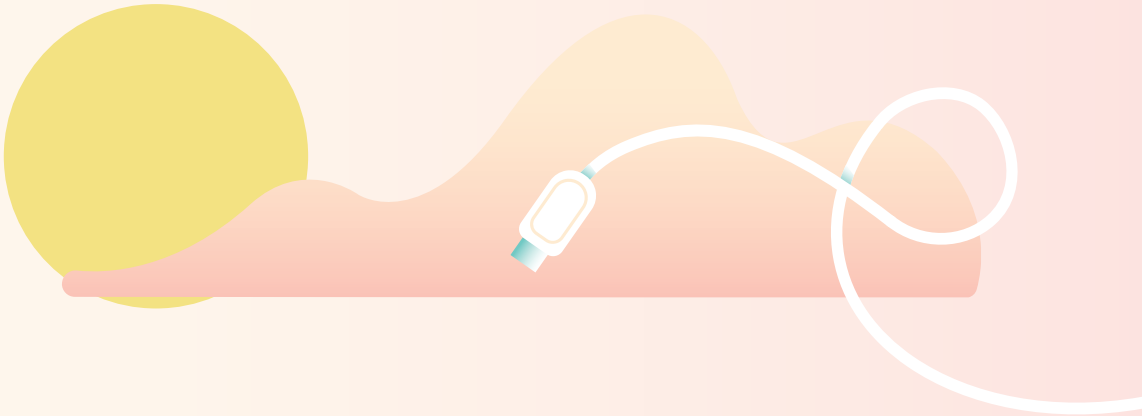
Jotta nuori vastaa kyselyyn ja vielä totuudenmukaisesti, on hyvä että häntä oikeasti kiinnostaa kysely. Voit miettiä, mitä nuori hyötyy kyselyn tekemisestä ja keskustelusta. Hyöty voi olla esim. se, miten nuori voi oppia hallitsemaan puhelimensa käyttöä paremmin ja saa halutessaan myös vapaata puhelimen käytöstä.

3. **Kun olette molemmat täyttäneet omat kyselynne, istukaa alas ja keskustelkaa vastauksistanne: mitä samaa ja mitä erilaista niissä oli?**
   Saatte tekemänne kyselyn vastaukset sähköpostiinne, kun täytätte sen yhteydessä sähköpostiosoitteenne. Vastauksia ei siis tarvitse erikseen muistaa.

Seuraavalla sivulla on tarkemmat ohjeet keskusteluun kyselyn tekemisen jälkeen ->

Tarkempia kysymyksiä keskusteluun kyselyn tekemisen jälkeen

- Kun olette molemmat täyttäneet kyselyt, istukaa alas ja vertailkaa vastauksianne. Voitte miettiä etenkin seuraavia asioita.
  - Katsokaa kohtaa *”Mieti tilannetta, jossa saisit käyttää puhelimessasi vain kolmea eri sovellusta. Mitkä sovellukset valitsisit? Miksi valitsisit ne?”* Mitä vastasitte? Mitä tämä kertoo siitä, mikä on teille tärkeää? Entä mitä arvelitte olevan toiselle tärkeää? Pitikö se paikkansa?
  - Mitä vastasitte kohtaan *”Oletko huomannut omassa puhelimen käytössäsi, jotakin, mitä haluaisit muuttaa? Jos niin mitä?*
  - Mitä vastasitte kohtaan *”Oletko huomannut jotakin perheen puhelimen käytössä, jotakin mitä haluaisit muuttaa? Jos olet, mitä se on?”*



Pohtikaa keskustelun päätteeksi:

- Mitä opitte keskustelusta? **Kirjoittakaa keskustelussa syntyneet konkreettiset ideat ylös** ja sopikaa, miten alatte viemään niitä eteenpäin.
- Onko tarvetta jatkaa keskustelua? Jos on, niin miten ja milloin se tapahtuu?
- Kiittäkää toisianne keskustelusta - hyvä te!

Vinkki!

Keskustelun jatkamiseksi ja yhteisten raamien luomiseksi voit käyttää apuna Istutaan alas - kuinka nopeasti pitää reagoida? -tehtävää ja Istutaan alas - perheen digihyvinvointisopimusta.