

Miten turvaamme kasvurauhan digitalisoituneessa maailmassa?

Katri Vataja
Toimitusjohtaja

itla







Edistämme ja tuemme Suomessa asuvien lasten, nuorten ja lapsiperheiden hyvinvointia, yhdenvertaisuutta ja asemaa sekä hyvää tulevaisuutta.

itla

Visiomme Suomi vuonna 2040 on lapsi- ja perhemyönteinen hyvinvointiyhteiskunta, jossa lapset, nuoret ja kaikenlaiset perheet uskaltavat unelmoida ja luottaa hyvään tulevaisuuteen. Hyvinvoivat lapset, nuoret ja perheet luovat perustan menestyvälle demokraattiselle yhteiskunnalle ja kestävälle taloudelle.

Lasten, nuorten ja perheiden hyvinvoinnin rakentamisessa hyödynnetään tutkimustietoa, ennakoidaan ilmiöitä ja tunnistetaan päätösten yhteisvaikutukset. Päätöksenteossa huomioidaan laajojen yhteiskunnallisten muutosten sekä hitaiden ja nopeiden kriisien vaikutukset lapsiin, nuoriin ja tuleviin sukupolviin, esimerkkeinä väestörakenteen muutos, hyvinvoinnin haasteiden lisääntyminen, luonnon kantokyvyn heikkeneminen, teknologian kehitys sekä geopoliittiset jännitteet ja turvallisuus.

Lasten ja nuorten omia näkemyksiä kuunnellaan aidosti ja he ovat aktiivisesti mukana luomassa niin arjen kuin tulevaisuudenkin ratkaisuja.

Lasten ja nuorten kaikissa kasvuympäristöissä – kotona, varhaiskasvatuksessa, koulussa ja vapaa-ajalla – vaalitaan osallisuutta ja kokonaisvaltaista hyvinvointia. Lapset, nuoret ja vanhemmat saavat kaikkialla tarvitsemaansa vaikuttavaa tukea.

itla

Tuore lapsinäkökulmainen ennakointi nostaa esiin digitalisaation vaikutukset, mahdollisuudet ja uhat

ARTIKKELIT 43 min

KUUNTELE

Millaiseen tulevaisuuteen lapsilla on oikeus?

Megatrendit muuttavat maailmaa ja niillä on vaikutusta meidän kaikkien elämään. Mutta miltä juuri lasten ja nuorten tulevaisuudet näyttävät megatrendien valossa ja miten voisimme rakentaa parempaa tulevaisuutta nykyisille ja tuleville lapsille ja nuorille?

KIRJOITTAJAT

Sanna Rekola
Asiantuntija, Ennakointi ja koulutus

Otto Tähkäpää
Asiantuntija, Ennakointi ja koulutus

Katri Vataja
toimitusjohtaja, Itsenäisyyden juhlavuoden lastensäätiö Itla

JULKAISTU
18.11.2024



Kuva: Topias Dean, Sitra.

Tämä artikkeli on Sitran ja Itlan yhteiskirjoitus ja se julkaistaan samanaikaisesti molempien organisaatioiden verkkosivuilla.

JAA





Keskustelu lasten ja nuorten suhteesta digitalisaatioon on jännitteistä ja polarisoitunutta

Why Academics Are Annoyed With Jonathan Haidt, Again

POSTED ON MONDAY, JUL 8, 2024 10:05AM BY JEROEN VAN BAAR

by Jeroen van Baar

The Anxious Generation wants to save teens. But the bestseller's anti-tech logic is skewed

Blake Montgomery

There's no doubt about the mental health crisis facing young people. Jonathan Haidt blames our devices – which



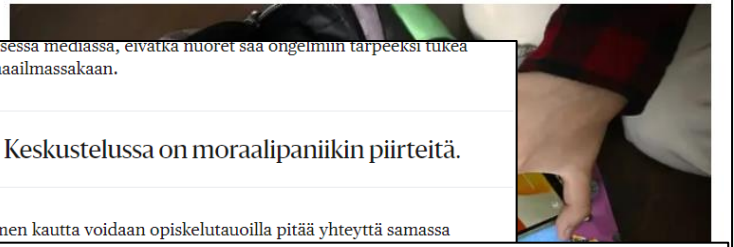
espread in the
dying moral

Jonathan Haidt Started a Social-Media War. Did He Win?

How a fight about science and screens got messy, fast.

Koulujen älypuhelinkielto sisältää vahvan viestin myös vanhemmille

Lukijan mielipide | Älypuhelinkielto koulupäivän aikana on lainsäädännöllisesti helpompi toteuttaa kuin suurten yhtiöiden algoritmien korjaaminen vähemmän koukuttaviksi.



sosiaalisessa mediassa, eivätkä nuoret saa ongelmiin tarpeeksi tukea reaalimaailmassakaan.

Keskustelussa on moraalipaniikin piirteitä.

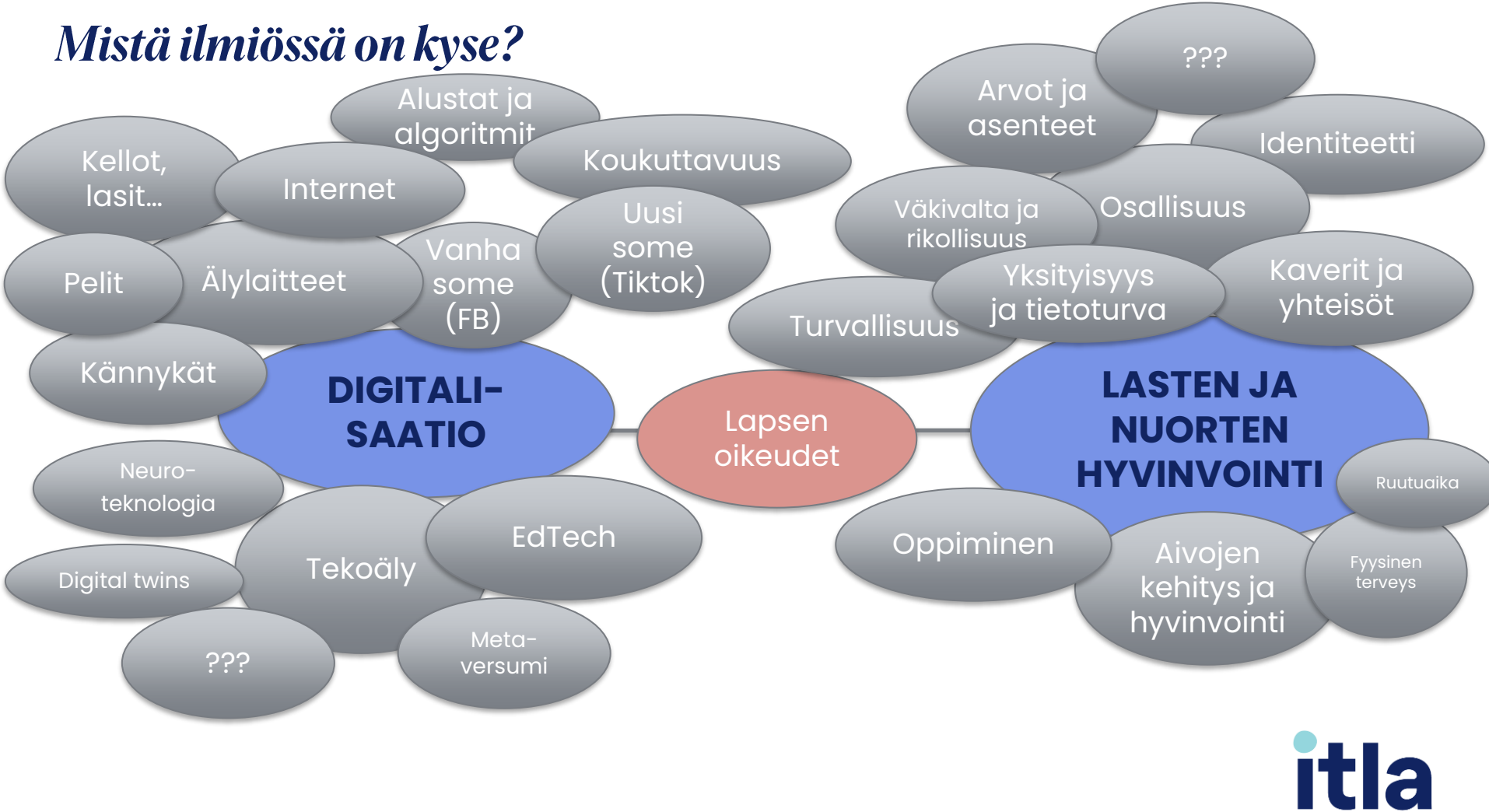
Puhelimen kautta voidaan opiskelutauoilla pitää yhteyttä samassa

Kännykkäkieltoa on pidetty perustuslain vastaisena – ”Vaikea ymmärtää”, sanoo opetusministeri

Australia kieltää lailla somen alle 16-vuotiailta – Siinä ei ole järjen hiventä

Kommentti | Australian lapsia ja teinejä koskeva somekielto hyväksyttiin pikaisesti ja hatarin perustein, kirjoittaa HS:n sometuottaja Salla Varpula.

Mistä ilmiössä on kyse?



DIGITALISAATION VAIKUTUKSIA LASTEN JA NUORTEN HYVINVOINTIIN ON TARKASTELTAVA SYSTEEMISENÄ JA SITEN KOMPLEKSISENA ILMIÖNÄ.

DIGITALISAATION VAIKUTUKSET LAPSIIN JA NUORIIN OVAT SEKÄ POSITIIVISIA ETTÄ NEGATIIVISIA.

OLENNAISTA TUNNISTAA DIGITAALINEN SISÄLTÖ JA ALUSTA, KÄYTTÖTARKOITUS, KÄYTTÖTAPA, KÄYTÖN LAAJUUS/AIKA, IKÄRYHMÄ, SUKUPUOLI…

itla

Digitalisaatio läpäisee kaikkia elämän osa-alueita ja vaikuttaa siten laajasti lasten ja nuorten hyvinvointiin

- Nopeasti etenevä digitalisaatio on osa teknologista murrosta ja aikamme merkittävimpiä muutoksia.
- Ymmärrettävä muutosvoimien luonne: teknologia kietoutuu geopolitiikkaan, talouteen ja turvallisuuteen. Se vaikuttaa merkittävästi informaatioympäristöömme. Teknologian kehittämistä ja käyttöä ohjaavat arvot ja normit ovat hyvin erilaisia demokraattisissa ja autoritaarisissa valtioissa. (ks. Tulevaisuusselonteko 2024)
- Lapset ja nuoret kasvavat maailmaan, jossa teknologian ja digitalisaation hyödyntäminen elämän eri aloilla on arkipäivää ja tekoälyratkaisut optimoivat elämää. Virtuaalisen ja fyysisen maailman rajat hämärtyvät.
- Lapset astuvat uuteen digiaikaan usein etunenässä. Sääntely ja aikuiset pysyvät huonosti kehityksen perässä.

itla

Some ja nuorten mielenterveys

- Alustojen keräämän käyttäytymisdatan mallinnus on mahdollistanut psykologiamme hakkeroinnin ja ihmisiin vaikuttaminen on helpompaa kuin koskaan. *(Uski 2024: Mitä some tekee meille?)*
- Tuoreen suomalaistutkimuksen mukaan lukiolaistytöt viettivät ruuduilla lähes kuusi tuntia päivässä, josta sosiaalisessa mediassa noin neljä tuntia. Joka kuudennella tutkimukseen osallistuneista täyttyivät mahdollisen sosiaalisen median riippuvuuden kriteerit, ja useammalla kuin joka kolmannella nuorista ylittyi raja mahdolliselle ahdistushäiriölle.
- Alustojen tavoitteena on maksimoida alustalla vietetty aika.
- YLE:n testiprofiili Ella 13v. kohtasi Tiktokissa kuudessa tunnissa valtavan määrän masennukseen, itsetuhoisuuteen, vähäkalorisiin ruokiin ja syömishäiriöihin liittyviä videoita.
- Syy-seuraus -suhteet somen vaikutuksista lasten ja nuorten mielenterveyteen voivat olla monen suuntaisia.

Lasten ja nuorten aivojen kehitys ja älypuhelimet

- Aivot odottavat kokemuksia.
- Aivot oppivat toistamalla ja harjoittelemalla.
- Aivot oppivat toimimaan impulsiivisesti.
- Lukeminen on ravintoa aivoille.
- Aivot tarvitsevat erityisesti sosiaalisia kokemuksia kehittyäkseen terveesti.
- Varhainen murrosikä (ikävuodet 9–13) on voimakasta aivojen uudelleen johdottamisen aikaa.
- Murrosiässä aivot ovat tavallista alttiimmat stressitekijöille.
- Riittävä ja hyvälaatuinen uni on välttämätöntä aivoterveydelle.
- Aivot kaipaavat taukoja ja aikaa palautua. Jatkuva informaatiokuorma on aivoille myrkkyä.

Lähteet: Sajaniemi & Kosola 2024, Kansallinenaivoterveysohjelma.fi; tutkimusviitteet

itla

Digitalisaatiolla on vaikutuksia vuorovaikutukseen, kulttuuriin ja ihmisyyteen

- Digitalisaatio muovaa syvällisesti yhteiskuntaa, kulttuuria ja ihmisyyttä.

- Miten digitalisaatio vaikuttaa lasten, nuorten ja vanhempien tapoihin rakentaa ihmissuhteita ja olla vuorovaikutuksessa toisten kanssa? Esimerkkejä:
  - Vanhempien mediankäyttö vaikuttaa lapsen emotionaaliseen kehitykseen ja voi heikentää lapsen säätelykykyjä (Nabi & Wolfers, 2022). Vanhemman mobiililaitteiden käyttö on yhteydessä vanhemman ja vauvan katsekontaktin laatuun, joka heijastuu turvalliseen kiintymyssuhteeseen ja lapsen sosiaaliseen kehitykseen (Raudaskoski ym. 2017).
  - Runsas ajankäyttö verkossa voi estää läheisten ystävyyssuhteiden muodostumista ja haitata hyvinvointia.
  - Digitalisaatiolla on myös olla myönteisiä vaikutuksia lasten ja nuorten elämään. Verkosta saatava tieto, sosiaalisen median kanavat ja erilaiset keskusteluryhmät ja yhteisöt voivat tarjota myönteisiä mahdollisuuksia oman identiteetin rakentamiseen.
  - Sosiaalisen median algoritmeineen ruokkii vihapuhetta ja vastakkainasetteluja. Eri ikä- ja väestöryhmien arvomaailmojen eriytymisellä voi olla yhteiskuntajärjestystä ja -rakenteita horjuttava vaikutus.
  - Algoritmien ohjaama sosiaalinen media sosiaalistaa toisenlaiseen kulttuuriin kuin koulujärjestelmä ja analoginen media. Metaversumi on erilainen kasvuympäristö kuin fyysinen yhteiskunta instituutioineen ja normeineen.

2024 ECD Megatrends Report from Abu Dhabi Early Childhood Authority:

Tasapaino teknologian ja inhimillisyyden välillä on määriteltävä tarkasti.



1) Esimerkiksi tekoäly, parannetut eksoskeletonit ja virtuaalitodellisuus (VR) **kaventavat mieli–keho-ristiriitaa** yhdistämällä mielen laitteisiin ympäri maailmaa tai tarjoamalla liikuntakykyä lapsille, joilla on selkävaurioiden tai -vikojen aiheuttamia liikkumisongelmia.

2) Tekoäly ja suuret kielimallit (LLM), kuten ChatGPT ja Google Bard, **voivat parantaa tai heikentää koulutusjärjestelmiämme** haastamalla kognitiivista kehitystä, nykyisiä testistandardeja sekä tapoja, joilla mittaamme akateemista edistymistä. Ne nostavat esiin kysymyksiä tasa-arvosta ja saavutettavuudesta.

3) Tulevaisuudessa lisättyä todellisuutta hyödyntävät laitteet, kuten Apple Vision Pro, voivat **mullistaa tapaa, jolla lapset ovat vuorovaikutuksessa fyysisen maailman kanssa**. Tämä hämärtää entisestään digitaalisen ja fyysisen ympäristön rajoja ja voi vaikuttaa lasten emotionaaliseen älykkyyteen, joka on tärkeä tulevaisuuden taito.

MITÄ TARVITAAN LASTEN JA NUORTEN KASVURAUHAN JA HYVINVOINNIN TURVAAMISEKSI DIGITALISOITUNEESSA MAAILMASSA?

itla

Ilmiölähtöistä tietoa ja ymmärrystä

- **Lapsinäkökulmaista ennakointia:** Ennakointia tulevaisuuden mahdollisista kehityskuluista lasten ja nuorten näkökulmista: kyse systeemisestä muutoksesta joka koskettaa jo lapsia ja nuoria nyt, mutta vielä enemmän tulevaisuudessa.

- **Koontia kehittyvästä tutkimustiedosta ja ratkaisujen toimivuudesta:** Synteesejä siitä, millaista tietoa ja ratkaisuja on jo olemassa ja miten voisimme niitä hyödyntää ja soveltaa. Edellyttää monitieteisyyttä sekä tutkimuksen ja teknologian lukutaitoa.

- **Tietoaukkojen ja ratkaisutarpeiden tunnistamista:** Ilmiö kehittyy vauhdilla, joten tarvitsemme ymmärrystä siitä, mitä ei vielä tiedetä ja millaista tutkittua tietoa, ratkaisuja ja ymmärrystä tarvitsemme lisää. Lapsinäkökulmaista tutkimusta, kokemustietoa, arviointitietoa toimien vaikutuksista ja yhteiskunnallisesta vaikuttavuudesta.

- **Moninäkökulmaista ja –tieteistä vuoropuhelua ja ymmärrystä**: Tarvitsemme rakentavaa moninäkökulmaista dialogia, jossa myös lasten ja nuorten oma ääni ja kokemukset kuuluvat.

itla

Eettiseen digitalisaatioon vaikuttamista

- **Tarvitaan keskustelua pelisäännöistä ja kollektiivista vastuunkantoa**, jotta lapsia ja nuoria voitaisiin riittävästi suojella, erityisesti ”uuden sosiaalisen median” koukuttavuudelta ja haitoilta.

- **Sääntelyn purevuutta:** Koukuttavia alustoja ja alustojen ominaisuuksia tuottavat tahot tulisi saada nykyistä paremmin vastuuseen ja kehittämään eettisiä ja vastuullisia ratkaisuja.

- Esimerkiksi Digirauha ry valmistelee kansalaisaloitetta lainsäädäntötyön aloittamiseksi lasten ja nuorten hyvinvoinnin ja kasvun suojelemiseksi digitaalisten alustojen haitoilta ja alalla toimivien yritysten yritysvastuun vahvistamiseksi.

itla

Digitaalisen sivistyksen vahvistamista

- Panostamista lasten ja vanhempien digitaaliseen sivistykseen: digitaalista informaatiolukutaitoa sekä vastuullista toimintaa ja toimijuuden tukemista digitaalisissa ympäristöissä.

- Sosioekonomisten tekijöiden tunnistamista ja eriarvoisuuskehitykseen puuttumista.
  - Rajoitusten ja ohjeiden sijaan (tai rinnalle) tarvittaisiin interventioita, jotka lisäävät media-lukutaitoa, ymmärrystä median käytön ja aivojen kehityksen suhteesta ja erilaisten sisältöjen vaikutuksista sekä tukea vanhemmuuteen. Näitä tulisi kohdentaa erityisesti niille ryhmille, joissa on erityinen riski, että digitaalista mediaa käytetään lapsen kehityksen näkökulmasta negatiivisella tavalla. (*Media, Family Interaction and the Digitalization of Childhood* (pp. 173–184).

- Tekoälyä koskevaa tulevaisuuskeskustelua ja tekoälylukutaitoa: huomio lasten ja nuorten näkökulmiin ja oikeuksiin.

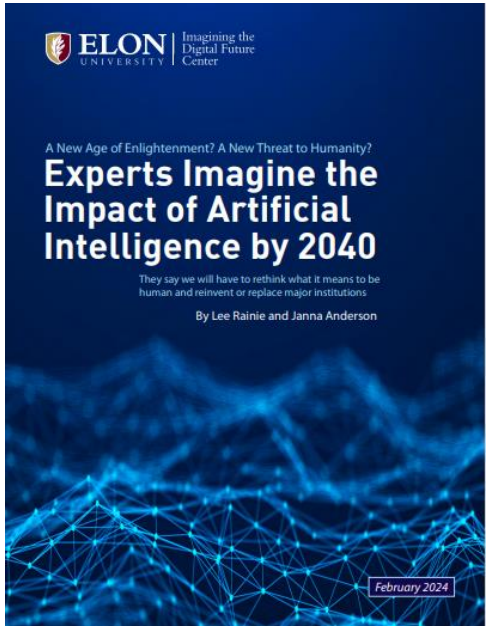
- Nyt ratkotaan olemassa olevia ongelmia. Lisäksi tarvitaan kykyä **kuvitella ja vaatia** vaihtoehtoisia digitaalisia tulevaisuuksia, jotka olisivat lapsiystävällisiä ja turvallisia.

Sonia Livingstone, professor of social psychology and former chair of the Truth, Trust and Technology Commission at the London School of Economics, urged,

“Let us focus on one point: At heart, for human beings to flourish, they must have the opportunity to exercise their agency and efficacy in a world that they can, broadly, understand and which is directly responsive to their needs, interests and concerns. In all the talk of what AI can do, this basic recognition of the nature of humanity seems drowned out. Perhaps we could start over and develop a truly human-centered vision of AI and its potential. But instead, the political interests of states in unholy tandem with the economic interests of companies seem to drive the agenda, to our lasting detriment.

As for our children – one-third of the population today, 100% of the population tomorrow – they will not know a world without, or before AI. We are treating them as the canaries in the coal mine. They may never forgive us.”

Lähde: https://imaginingthedigitalfuture.org/wp-content/uploads/2024/02/AI2040-FINAL-White-Paper-2-2.29.24.pdf



LISÄKSI TARVITAAN KÄYTÄNNÖN TOIMENPITEITÄ JA HYVIEN KÄYTÄNTÖJEN JUURTUMISTA

– ESIMERKKEJÄ ALOITTEISTA

itla

Näyttöön perustuvia suosituksia lasten, nuorten ja huoltajien älypuhelimien käytöllä



Suositusten laatijat

Nina Sajaniemi
neuropsykologi
kasvatustieteen professori

Silja Kosola
yleislääketieteen erikoislääkäri
nuorisolääketieteen dosentti,
Helsingin yliopisto
tutkimusjohtaja,
Länsi-Uudenmaan hyvinvointialue

Näyttöön perustuvia suosituksia lasten, nuorten ja huoltajien älypuhelimien käytölle

Lasten ja nuorten aivojen kehitys ja älypuhelimet

Aivojen kehitys on monivaiheinen tapahtumasarja, joka alkaa sikiöajasta ja jatkuu aikuisuuteen. Päätöksenteosta, tunnesäätelystä ja toiminnanohjauksesta vastaavat etuotsalohkojen alueet kehittyvät hitaasti ja saavuttavat neurobiologisen kypsyyden vasta noin 25 vuoden iässä. Lapsuuden ja nuoruuden aikana tapahtuva aivojen johdottaminen luo perustan aikuisiän sosiaalisille, kognitiivisille ja emotionaalisille taidoille. Aivoja kannattaa oppia käyttämään kasvavaa elämänhallintaa vahvistavalla tavalla – lapset ja nuoret tarvitsevat tässä aikuisten tukea.

- Alle 2-vuotiaille ei suositella älylaitteita lainkaan.
- Pienen lapsen ollessa hereillä myös aikuisten on syytä välttää älypuhelimen käyttöä.
- Pienten lasten kiukkua rauhoitetaan muilla keinoilla kuin älylaitteilla.
- 2–6-vuotiaille suositellaan ruutuaikaa korkeintaan 1 tunti päivässä ja sisällön tulisi olla lapsen ikätasolle sopivaa.
- Nukkumaan mennään ilman älypuhelinta.
- Älypuhelimet laitetaan pois näkyvistä, kun tehdään läksyjä tai ollaan perheen tai kavereiden kanssa.
- Älypuhelimen hankintaa lapsille on syytä lykätä ainakin yläkouluikään ja some-alustojen käyttöä 15–16-vuoden ikään.
- Nuoret ja aikuisetkin viettävät älypuhelimilla korkeintaan 2–3 tuntia päivässä.
- Myös älypuhelimen toistuvaa avaamista on syytä välttää, sillä jatkuvat keskeytykset kuormittavat aivoja.
- Vanhemmat osoittavat omalla käyttäytymisellään suhtautumista älypuhelimeen.
- Kun ollaan yhdessä, ollaan ilman puhelimia.

itla



Haastekampanja: Minä vs. laite -kumpi määrää?

Kansallinen aivoterveysohjelma järjesti yhdessä Arabian peruskoulun kanssa haastekampanjan Minä vs. laite -kumpi määrää? Haastamme nyt mukaan kaikki Suomen koulut, opettajat ja muun henkilökunnan, oppilaat sekä vanhemmat ja muut huoltajat pohtimaan omaa älylaitteiden käyttöään sekä tekemään yhdessä tekoja ruutuajan vähentämiseksi!

Lue lisää

https://www.aivoliitto.fi/kansallinenaivoterveysohjelma/tavoitteet/ikaryhmat/lasten-ja-nuorten-aivoterveys/haastekampanja/

itla

Mitä jos lapsetkin voisivat vaikuttaa tekoälyn kehittämiseen?

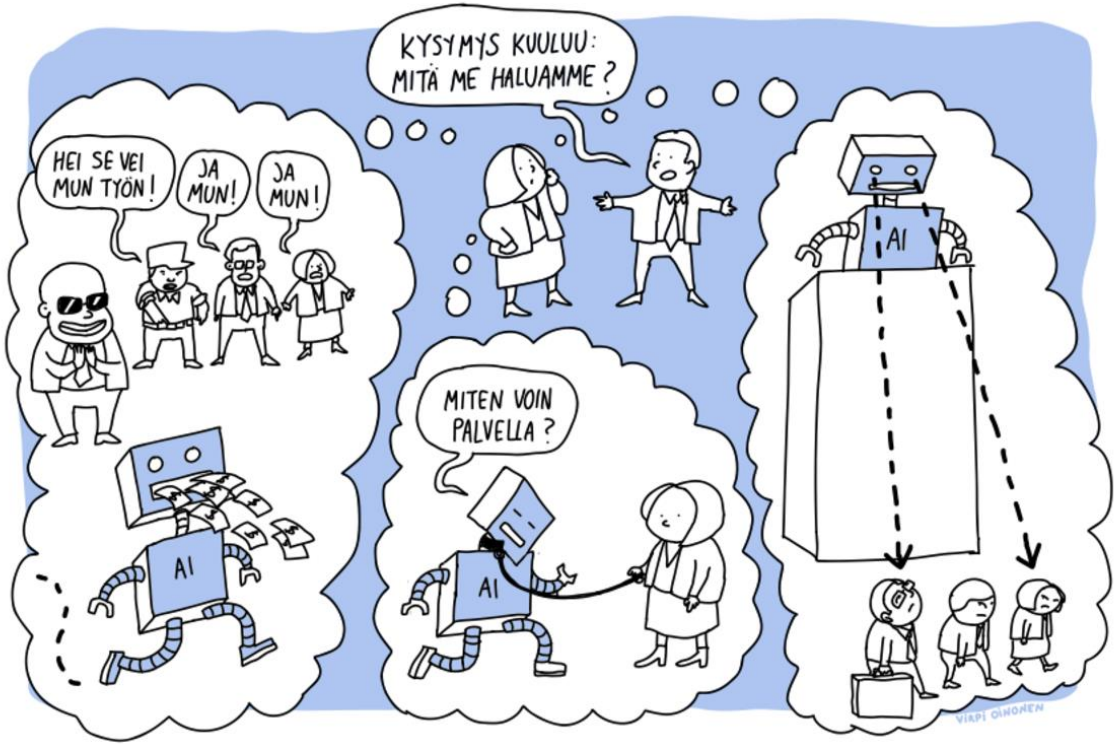
Skotlannissa on tehty työtä lasten oikeuksien ja tekoälyn saralla. Vuonna 2021 laaditun kansallisen tekoälystrategian ytimessä on luotettava, turvallinen ja inklusiivinen tekoäly.

Skotlannissa on panostettu erityisesti siihen, että kansalaisilla on vahva luottamus tekoälyn käyttöön julkishallinnossa ja että kaikki väestöryhmät voivat olla mukana tekoälyn kehittämisessä ja päätöksenteossa, kuten esimerkiksi lapset vuonna 2025 järjestettävässä tekoälykonferenssissa.

Skotlannin kouluohjelmassa yhdistyy lasten tekoälylukutaito, yksilön oikeudet, yhteiskunnallinen osallistuminen sekä tulevaisuusajattelu.

itla

Millaisen tulevaisuuden ja digitaalisen kasvuympäristön haluamme lapsillemme ja nuorillemme?



Virpi Oinonen, Tulevaisuusselonteko 2024