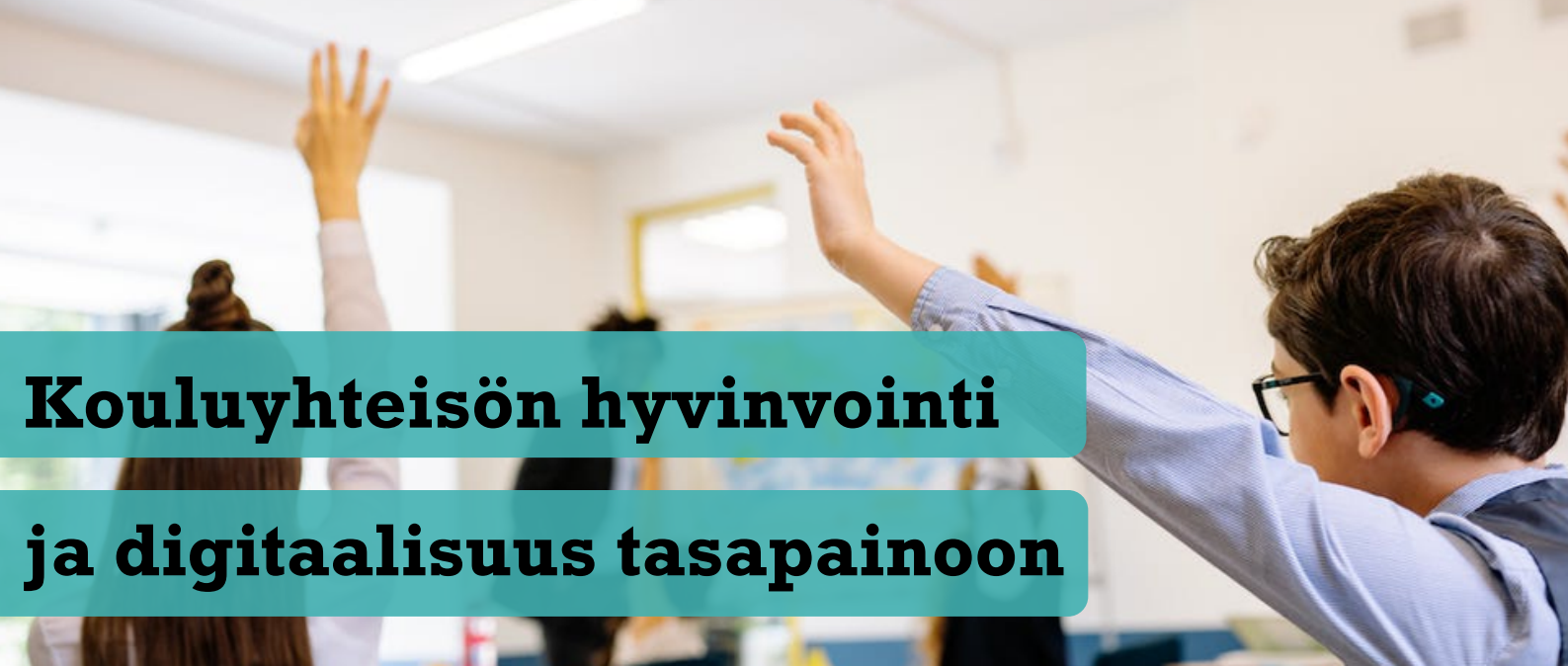


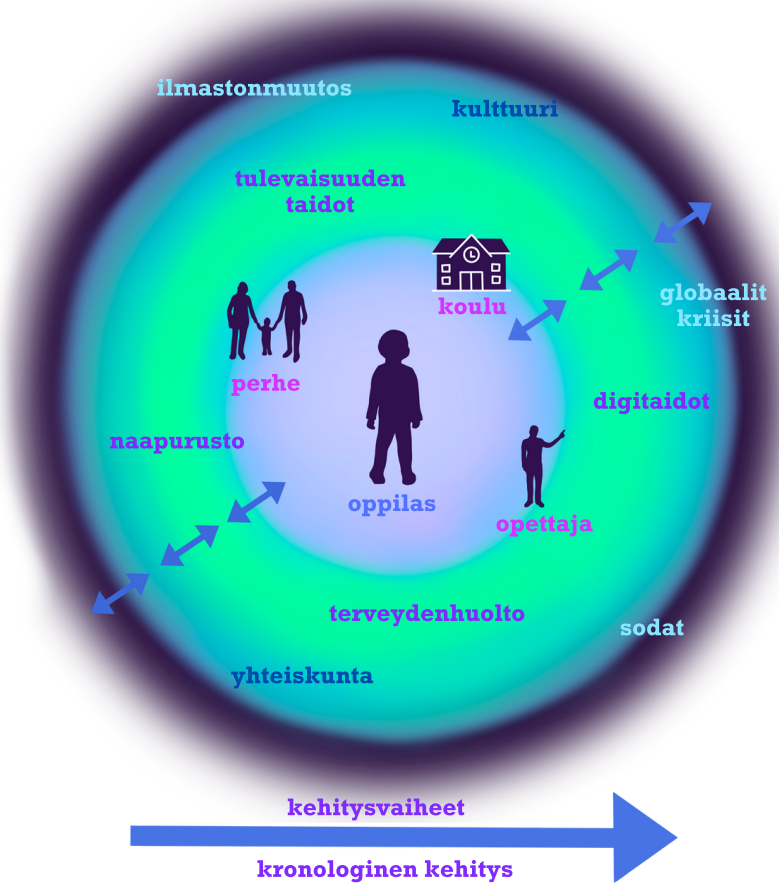


# Kouluyhteisön hyvinvointi ja digitaalisuus tasapainoon

Koulu on osa laajaa yhteiskunnallista systeemiä [1]. Koulun systeemiseen kehitykseen voidaan vaikuttaa oppilaiden, vanhempien, opettajien, rehtorien, kouluyhteisön ja koulutusjärjestelmän rajapinnoilla.

Yhteiskunnan kiihtyvän muutoksen ja globaalien kriisien johdosta myös kouluyhteisö on muutoksessa ja kaipaa uudistuksia. Myös koulujen kriisivalmiutta tulee kehittää.

Opettajien työstä pitää tehdä mielekästä ja sitä tulee rajata olennaiseen. Koulun tulisi keskittyä pelkän sisältöopetuksen lisäksi oppimisen ja hyvinvoinnin tukemiseen kouluyhteisössä ja koko koulupolun ajan. Lasten ja nuorten kehitysvaiheet sekä digitalisaation mahdollisuudet tulee ottaa huomioon nykyajan koulussa. Opetuksen tulee kehittää sosio-emotionaalisia taitoja [2, 3] ja muita tulevaisuuden taitoja, joita ilman kansalaiset eivät selviydy nopeasti muuttuvassa yhteiskunnassa.



Koulu osana laajaa yhteiskunnallista systeemiä (ekosysteeminen malli) [1].

Monitieteisiin seurantatutkimuksiimme perustaen suositamme, että koulun kehittämisessä tulisi huomioida:

**Opettajien digiosaamisen kehittäminen**

**Kattava digitaalinen infrastruktuuri kouluihin**

**Hyvinvointi, sosiaalinen vuorovaikutus ja digitaalisuus tasapainoon**

## Opettajien digiosaamisen kehittäminen

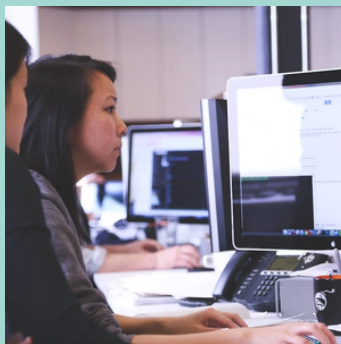
Digitaalisen teknologian laajemmalla käytöllä kouluissa voidaan tukea opiskelumotivaatiota ja tarkkaavaisuustaitoja [4]. Mielekkäällä teknologian käytöllä voidaan edistää myös opettajien työhyvinvointia ja motivaatiota sekä mahdollisesti jopa vähentää uupumusta [5, 6].

Opettajat tarvitsevat tukea, sosiaalisia voimavaroja ja työaikaa pystyäkseen kehittämään vuorovaikutteista digipedagogiikkaa yhdessä koko kouluyhteisön kanssa. Opettajien digitaidoissa on kehitettävää, jotta teknologiaa voitaisiin hyödyntää laajasti oppimisen tukena [7, 8].

Myös muu kouluyhteisö (oppilaat, rehtori, huoltajat) voi tarvita tukea digitaidoissa.

### Suositus:

**Kohdistettu tuki opettajien digitaitoihin ja uudet koulutusmahdollisuudet**



## Kattava digitaalinen infrastruktuuri kouluihin



Teknologian laajemmalla hyödyntämisellä kouluissa voidaan lisätä opiskeluintoa ja ehkäistä koulu-uupumusta [9, 10]. Laadukkaat videopelit innostavat ja jopa 'kouluttavat' käyttäjiään. Toisaalta videopelit kehittävät käyttäjiensä taitoja ja suoriutumista tarkkaavaisuutta vaativissa tehtävissä [11].

Julkisen rahoituksen tuella kehitettävillä, laadukkailla ja pedagogisesti mielekkäillä oppimispeleillä ja -sovelluksilla voitaisiin lisätä opiskelijoiden motivaatiota ja hyvinvointia sekä parantaa oppimistuloksia. Digitaalisen osaamisvajeen ehkäisemiseksi koulujen käytännöt tulisi olla yhteneväisiä [12].

Digioppimisen kriisivalmiutta tulevaisuuden ughiin tulee kehittää. Etä- ja hybridiopetusta varten tulee rakentaa alustoja, jotka tukevat aitoa saumatonta vuorovaikutusta [13]. Pitkän tähtäimen hybridivalmiudessa voidaan käyttää edistynyttä teknologiaa, kuten robotiikkaa ja virtuaalitodellisuutta [14].

Kouluihin tulisi luoda kaikki Suomen kunnat ja koulut kattava digitaalinen infrastruktuuri, joka tavoittaa kaikki oppilaat.

### Suositus:

**Kattava kansallinen digitaalinen infrastruktuuri, joka tavoittaa kaikki Suomen oppilaat**



# Hyvinvointi, sosiaalinen vuorovaikutus ja digitaalisuus tasapainoon

Usein esillä olevien mahdollisten kielteisten vaikutusten lisäksi tutkimus osoittaa digitaalisella medialla olevan myös monia myönteisiä vaikutuksia esimerkiksi nuorten oppimiseen, yhteisöllisyyteen ja hyvinvointiin [15, 16]. Akateemiset paineet ja koulutehtävien tekeminen liian myöhään voivat uuvuttaa opiskelijoita enemmän kuin somen selailu iltaisin [17].

Digitaalisuutta ja sosiaalisia vuorovaikutustaitoja ei tulisi nähdä vastakkaisina vaan ne kietoutuvat yhteen [18]. Digilaitteiden käytön kieltämisen sijaan nuoria tulisi opettaa käyttämään laitteita mielekkäällä tavalla oppimisen ja hyvinvoinnin tukena [19].

Nuorille tulisi tarjota tukea oman digitaalisen toiminnan säätelyyn suhteessa muihin elämän osa-alueisiin [17], erityisesti sosiaalisiin suhteisiin [20]. Tätä kautta he pystyvät hyödyntämään digitaalisia ratkaisuja tarkoituksenmukaisesti ja löytämään tasapainon elämän eri osa-alueiden välillä.

**Suositus:**  
**Oppimispelit ja -sovellukset nuorten opiskelumotivaation ja hyvinvoinnin tukemiseksi**



## Lähteet

- [1] Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development: Experiments by nature and design*. Cambridge Harvard University Press.
- [2] Guo, J., Tang, X., Marsh, H. W., Parker, P., Basarkod, G., Sahdra, B., Ranta, M., & Salmela-Aro, K. (2022). The roles of social-emotional skills in students' academic and life success: A multi-informant and multicohort perspective. *Journal of Personality and Social Psychology*. Advance online publication.
- [3] Salmela-Aro, K., Upadaya, K., Vinni-Laakso, J., & Hietajärvi, L. (2021). Adolescents' longitudinal school engagement and burnout before and during COVID-19—The role of socio-emotional skills. *Journal of Research on Adolescence*, 31(3), 796–807.
- [4] Chiu, T.K.F., Lin, T.-J., & Lonka, K. (2021). Motivating online learning: The challenges of COVID-19 and beyond. *The Asia-Pacific Education Researcher* 30, 187–190.
- [5] Lammassaari, H., Hietajärvi, L., Salmela-Aro, K., Hakkarainen, K., & Lonka, K. (2022). Exploring the relations among teachers' epistemic theories, work engagement, burnout and the contemporary challenges of the teacher profession. *Frontiers in Psychology*, 13: 861437.
- [6] Salmela-Aro, K., Upadaya, K., Ronkainen, I. A., & Hietajärvi, L. (Accepted/In press). Study burnout and engagement during COVID-19 among university students The role of demands, resources, and psychological needs. *Journal of Happiness Studies*.
- [7] Ranta, M., Kruskopf, M., Kortessalmi, M., Kalmi, P., & Lonka, K. (2022). Entrepreneurship as a neglected pitfall in future Finnish teachers' readiness to teach 21st century competencies and financial literacy: Expectancies, values, and capability. *Education Sciences*, 12, 463.
- [8] Korhonen, T., Reinus, H., Tiippana, N., Lavonen, J. & Hakkarainen, K. (2021). *Opettajien digiloikasta jatkuvaan ammatilliseen oppimiseen*. Suomen akatemia.
- [9] Hietajärvi, L., Lonka, K., Hakkarainen, K., Alho, K. & Salmela-Aro, K. (2020). Are schools alienating digitally engaged students? Longitudinal relations between digital engagement and school engagement. *Frontline Learning Research*, 8, 33–55.
- [10] Salmela-Aro, K., Muotka, J., Alho, K., Hakkarainen, K., Lonka, K. (2016) School burnout and engagement profiles among digital natives in Finland: A person-oriented approach. *European Journal of Developmental Psychology*, 13, 707–718.
- [11] Alho, K., Moisa, M. & Salmela-Aro, K. (2022). Effects of media multitasking and video gaming on cognitive functions and their neural bases in adolescents and young adults. *European Psychologist*, 27, 131–140.
- [12] Hietajärvi, L., Maksniemi, E., & Salmela-Aro, K. (2022). Digital Engagement and Academic Functioning: A Developmental-Contextual Approach. *European Psychologist*, 27(2), 102–115.
- [13] Hietajärvi, L. & Matikainen, J. (2021). Sosiaalinen media on vuorovaikutusta tukeva ympäristö. Teoksessa Särkkä, N. (toim.), *Ilmiökartta: digitaalisen median vaikutukset lapsiin, nuoriin ja ikäihmisiin*. Suomalainen Tiedeakatemia, 42–46.
- [14] Lonka, K. (2020). Selvitys koronapandemian lyhyen ja pitkän aikavälin hyvistä ja huonoista seurauksista koskien koulutusta, nuoria ja hyvinvointia. *Koronapandemian hyvät ja huonot seuraukset lyhyellä ja pitkällä aikavälillä*. Eduskunnan tulevaisuusvaliokunnan julkaisu, 1/2020, 168–180.
- [15] Alho, K., Matikainen, J., Pantzar, M. & Salmela-Aro, K. (2021) Kohti rakentavaa keskustelua digitaalisen median vaikutuksista. Teoksessa Särkkä, N. (toim.), *Ilmiökartta: digitaalisen median vaikutukset lapsiin, nuoriin ja ikäihmisiin*. Suomalainen Tiedeakatemia, 8–9.
- [16] Hietajärvi, L. (2021). Ruutuajasta puhuminen pitäisi lopettaa. Teoksessa Särkkä, N. (toim.), *Ilmiökartta: digitaalisen median vaikutukset lapsiin, nuoriin ja ikäihmisiin*. Suomalainen Tiedeakatemia, 36–41.
- [17] Talvio, M., & Lonka, K. (2021). *International Approaches to Promoting Social and Emotional Learning in Schools: A Framework for Developing Teaching Strategy*. Routledge, Taylor & Francis.
- [18] Lonka, K. (2018). *Phenomenal learning from Finland*. Edita Publishing.
- [19] Maksniemi, E., Hietajärvi, L., Ketonen, E. E., Lonka, K., Puukko, K. T., & Salmela-Aro, K. (2022). Intraindividual associations between active social media use, exhaustion, and bedtime vary according to age—A longitudinal study across adolescence. *Journal of Adolescence* 94(3): 401–414.
- [20] Toth-Kiraly, I., Morin, A. J. S., Hietajärvi, L., & Salmela-Aro, K. (2021). Longitudinal trajectories, social and individual antecedents, and outcomes of problematic internet use among late adolescents. *Child Development*, 92(4), E653–E673.

## Kirjoittajat

Katariina Salmela-Aro, akatemiaprofessori kasvatustieteet  
Kimmo Alho, psykologian professori  
Kirsti Lonka, kasvatuspsykologian professori  
Katja Upadaya, kasvatuspsykologian yliopistonlehtori  
Janica Vinni-Laakso, projektisuunnittelija/väitöskirjatutkija  
Inka Ronkainen, väitöskirjatutkija

Helsingin yliopisto, Kasvatustieteellinen tiedekunta  
Helsingin yliopisto, Lääketieteellinen tiedekunta

cc0 kuvat: pexels.com, unsplash.com.  
Ekosysteemin mallin visualisointi: Inka Ronkainen

*Growing Mind* -hankkeen tavoitteena on tuottaa toimintamalleja koulujen, opettajien ja oppilaiden yksilöllisen, sosiaaliseen ja koulutukselliseen uudistumiseen ja kehittymiseen. Hanke pyrkii yhteiskunnalliseen vaikuttavuuteen ja nostaa keskiöön digitalisaatiokehityksestä nousevat sosiaaliset, yksilölliset ja institutionaaliset muutoshasteet. Hanketta toteutetaan tutkimuskäytäntökumppanuudessa koulun toimijoiden kanssa tukemalla opetussuunnitelman tavoitteiden toteuttamista ja ohjaamalla oppilaiden 2000-luvun taitojen sekä opettajien ammatillista kehittymistä

Tämä politiikkasuositus on tehty yhteistyössä seuraavien tutkimushankkeiden kanssa: *Growing Mind*, *Bridging the Gaps*, *DigiConsumers*, *EduRescue*, *ySkills*, *Agents*.

