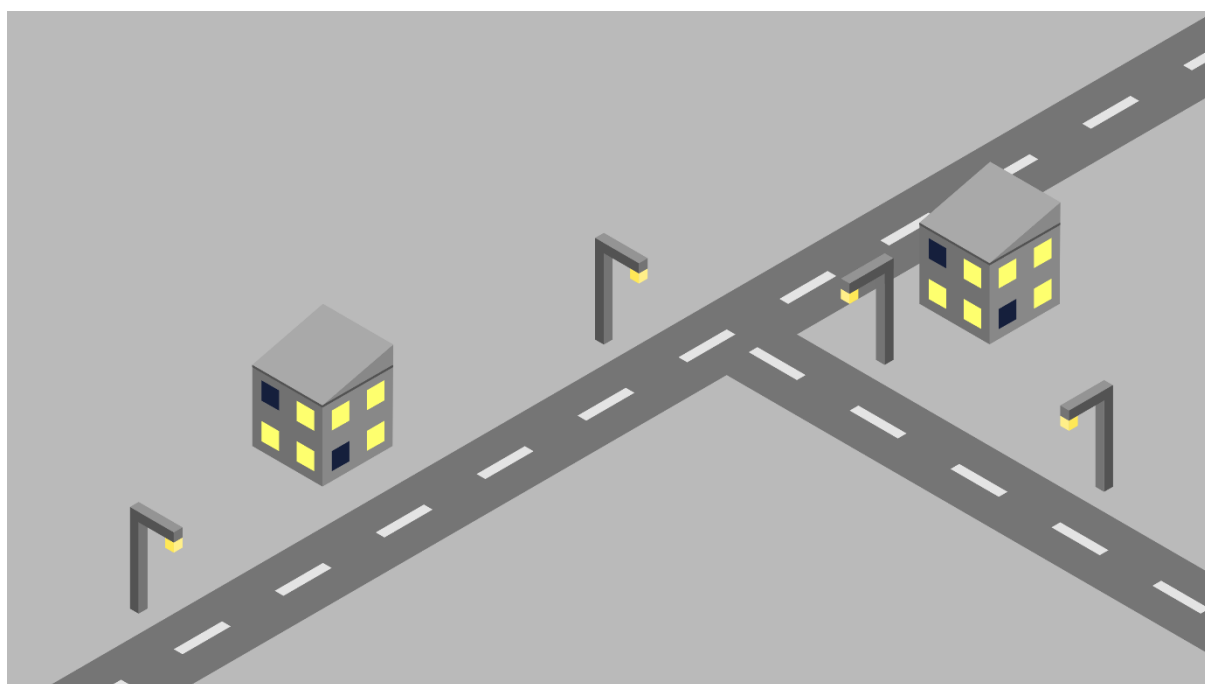


# Antidigi



# Sisällysluettelo

Sisällysluettelo .....	2
Alkusanat.....	3
Antidigi projektina.....	6
Resurssit .....	7
Toteutus .....	8
Johtopäätelmät.....	9
Ongelma.....	10
Tulokset.....	10
Normaalit digipäivät .....	13
Päivä ilman digiä.....	14
Haastattelut.....	16
Lähteet.....	19



# Alkusanat

**Meitä** huolettaa nykynuorison ja muun väestön laiskistuminen, tällä tarkoitamme sitä, että kaikki yritetään tehdä mahdollisimman helposti ja mennä sieltä mistä aita on matalin. Nykyaikana ja varsinkin tulevaisuudessa robotit ja älylaitteet saattavat viedä osan arkiliikunnasta. Tällä hetkellä automaatio on rajattu valitettavan pienelle alueelle, jota kehitetään jatkuvasti eteenpäin. Automaation mahdollisuuksia pitäisi tutkia laajemmin eri aloilla. Tämä on hyvin tärkeä asia koko yhteiskunnalle. Nykyaikana lähes jokaisella on oma älypuhelin.

## Taustatiedot

**Ongelma** on hyvin yleinen, jonka takia se olisi hyvin tärkeää ratkaista. Ongelmaa tavataan erityisesti nuorisolla ja nuorilla aikuisilla. Mielestämme ongelma on pysynyt varjossa. Sitä on yritetty ratkaista, mutta mikäli siinä ei ole onnistuttu, ongelma on vain jätetty lojumaan. Tämä ongelma esiintyy katukuvassakin esimerkiksi niin, että lasta ”ulkoiluttava” aikuinen ei pysty olemaan puhelimelta pois edes kävellessään lapsen kanssa. Tämä on huolestuttavaa! Myös monet palvelut, kuten pankkiasiointi, kaupat ja asiakaspalvelu ovat siirtyneet verkkoon. Suomessakin on monia ihmisiä, joilla ei ole pääsyä internetiin. Nämä ihmiset eivät välttämättä voi hoitaa pankkiasioitansa, koska pankki on monessa pienessä paikkakunnassa auki asiointia varten vain muutaman tunnin viikossa. Monet yritykset tarjoavat



kuitenkin puhelinpalveluita. Digitaalisuus on myös suuri mahdollisuus, esimerkiksi lääketieteen alalla tekoäly on tarkempi ja nopeampi kuin ihminen.



# Tiivistelmä

**Antidigi** on työ, jolla pyritään esittämään digitalisaation mahdolliset ongelmat mielipiteet huomioiden. Näitä ovat esimerkiksi ruuturiippuvuus, ihmisten työpaikkojen korvaaminen automaatiolla ja ihmisten laiskistuminen, tällä tarkoitamme sitä, että kaikki yritetään tehdä mahdollisimman helposti ja mennä sieltä mistä aita on matalin. Koulussakin näin oppilaan näkökulmasta näkee monia nuoria, jotka eivät saa puhelinta esimerkiksi tunnin alussa pois kädestään. Myös yleinen tapa on se, että kun puhelimeen kilahtaa viesti, se katsotaan välittömästi. Ihminen ei pääse välillä irti digitaalisuuksista täysin vaikka haluaisikin. Näitä ongelmia ei kuitenkaan voida ratkaista niin yksinkertaisesti mitä luullaan. Jonkin ongelman ratkaisu voi luoda uusia. Tällä työllä pyrimme esittämään muiden mielipiteet huomioiden, miten näitä ongelmia voitaisiin lieventää. Työmme tarkoitus ei todellakaan ole pysäyttää digitalisaatiota, päinvastoin. Esitämme vain mahdollisia ongelmia sen kehityksestä. Ainakin nuorison keskuudessa näitä ongelmia yritetään siirtää pois omilta hartioiltaan, ja olla, kuin niitä ei olisikaan. Näiden ongelmien ratkaisuun tarvitaan paljon työtä. Nykyään nuoriso on välillä hyvinkin koukuttunut älylaitteisiin ja elämän helppouksiin. Mieti mitä tapahtuu, kun kännykkäkansa vanhenee, ja heistä tulee työikäisiä. Tulimme lopulta tulokseen, että melkein kaikesta selvittää, kunhan kuljetaan kultaista keskietä. Tämän työn tuloksiin on päädytty ihmisten tarkkailun, haastattelujen, tieteen ja mielipiteiden yhteistyönä. Digitalisaation kehittymistä tulee seurata ja hallita tilanteen mukaan. Työ on tehty tekijöiden omasta mielenkiinnosta ja varsinaisten kouluaineiden ulkopuolella.



# Antidigi projektina

**Työmme** tavoitteena on ilmaista ja ennaltaehkäistä liian nopea digitalisoituminen. Digitalisoituminen on hyvä asia, mutta liian nopealla etenemisellä kohtaamme ongelmat liian myöhään.

**Nykyihminen** kuluttaa vapaa-ajastaan merkittävän osan näyttöjen ja median ympäröimänä, mikä aiheuttaa riippuvuutta, ja aivojen vireystila pysyy koko ajan erilaisten ärsykkeiden takia korkeana. Tätä ongelmaa ei huomaa ihminen itse, mutta kanssaeläjälle se voi näkyä selkeästi, jonka takia digilaitteiden katsomisesta huomautellaan toisille vähän väliä.

**Mitä** vähemmän ihmisellä on tekemistä, sitä enemmän aikaa kuluu turhiin asioihin. Jos ihmisellä on mahdollisuus tarttua puhelimeen milloin vain, muiden tekemisien keksiminen vähenee. Digilaitteilla tekemistä riittää loputtomiin.

**Erilaiset** automaatiot ja keinot vähentävät ihmisten arkitoimia ja rutiininomaisia töitä. Tämä on yksi projektimme pääongelmista digilaitteiden lisäksi. Robotit osaavat jo nyt hoitaa suurimman osan töistämme. Vielä ei kuitenkaan ole robottia joka paikkaan, mutta näin saattaa käydä. Esimerkiksi Helsingissä ja muualla maailmassa on kauppoja, joissa voit kävellä sisälle, ottaa tuotteet ja kävellä portista ulos, kun puhelimesi on maksanut jo ostoksesi. Tästäkin kaupasta olisi riittänyt työpaikkoja vähintään viidelle ihmiselle. Näitäkin kauppoja tulee toki olla, mutta kultaisella keskitiellä pysyminen olisi tärkeää.



# Resurssit

**Projektin resurssit:**

**Aika:** 3 viikkoa, yhteensä 30 työtuntia.

**Työvälineet:**

- Puhelimet
  - Honor View 20
  - Samsung Galaxy A8 2018
- Tietokoneet
  - Lenovo Yoga 7 Slim 16Gb
  - Hewlett Packard ZBook
- Paperi sun muut härpäkkeet.
- Wilma, Office -sähköpostit, Affinity Designer ja muut ohjelmat



# Toteutus

**Tässä** on vielä projektimme eri vaiheet:

- 1)** Mietimme projektin aiheita ja toteutustapaa.
- 2)** Aloitimme PowerPoint –esityksen valmistamisen grafiikan tekemisellä.
- 3)** Kirjoitimme ideoita ylös ja aloimme koota kaikkea yhteen.
- 4)** Aloimme hahmotella ja työstää tätä esitystä. Tähän kului eniten aikaamme. Pohdimme myös, miten voisimme toteuttaa työmme sillä tavalla, että se tekisi vaikutuksen tuomareihin.
- 5)** Teimme Power-Point –esitystä aina kun kerkesimme ja mielestämme se vastaa odotuksiamme.
- 6)** Teimme kaikki diat ja korjailimme oikeinkirjoitusta ja äidinkielellisiä virheitä.
- 7)** Kirjoitimme tiivistelmän ja tarkistimme vielä kerran koko työn.
- 8)** Muutimme työn vielä lopuksi lähetettäväksi tekstidokumentiksi.





# Johtopäätelmät

**Tätä** työtä tehdessä huomasimme, kuinka paljon roikumme älylaitteilla huomaamattamme. Ongelma ei ole vain meillä, vaan se koskee ihan jokaista. (Paitsi tietenkin 90-vuotiaita mummoja maaseudulla.)

**Huomasimme** myös, että automaatiot ja digitaalisuus korvaavat ja auttavat jo tällä hetkellä suurta osaa meistä. Opettajat käyttävät sähköistä aineistoa opetukseen, ja oppilaat tekevät digitaalisia tehtäviä tunnilla. Ja nämä havainnot koskevat ainakin meidän odotuksiemme mukaan montaa muutakin alaa.

**Opimme** Antidigi –työtä tehdessämme monia asioita, kuten esimerkiksi sen, että aiomme vähentää pakkoruutua, eli esim. kännykällä tekemisen keksimistä.

**Projektimme** onnistui omasta mielestämme upeasti. Toki tämä olisi ollut monipuolisempikin, jos meillä olisi ollut enemmän aikaa.



# Ongelma

**Työllämme** lähdimme keksimään ratkaisua digitalisaation ongelmiin. Yksi näistä on ihmisen arkitekemisien ja töiden korvaaminen roboteilla ja automaatioilla. Työpaikat, arkityöt ja aivotyöt vähenevät, ja tämän seurauksena ihmiskunta laiskistuu. Digitalisaatio avaa uusia työpaikkoja, kuten robotinkehittäjä, mekaanikko ja robotintarkastusviranomainen. Nämäkin todennäköisesti vaihdetaan robotin hommiksi, jos siihen asti päästään. Myös ruudun liiallinen tuijottaminen on haitaksi.

Suora lainaus: Mannerheimin lastensuojeluliitto 29.1.2021:

”Alle kaksivuotiaat koukuttuvat mobiililaitteisiin helposti, sillä pienten lasten aivojen kehittyminen on kriittisessä vaiheessa kehittämään riippuvuuden nopeasti iloa tuoviin asioihin, kuten peleihin. Pienen lapsen kohdalla liiallinen ruutuaika on usein pois jostain muusta elintärkeästä kehitystehtävästä, kuten kasvokkaisista vuorovaikutushetkestä, leikistä ja liikunnasta. Tämä voi johtaa lapsen kehityksen viivästyymiseen.”

Suora lainaus: [tervekoululainen.fi](http://tervekoululainen.fi) 29.1.2021 (Muokattu kieliasu):

”Päivittäinen tietokoneen käyttö on riski nuorille:

- 1–2 tuntia päivässä aiheuttaa niska-hartiakipuja. Lähes puolet tytöistä kärsii niska-hartiaseudun kipuoireista. Pojat oireilevat vähän vähemmän.
- 4–5 tuntia päivässä aiheuttaa alaselkäkipuja, päänsärkyä ja silmäoireita. Joka kuudennella tytöllä alaselkäoireita, pojista harvemmillä.”

## Tulokset



**Näiden** 2 viikon aikana, kun työtä olemme tehneet, olemme huomanneet monia digitaalisuuksiin liittyviä asioita, ongelmia ja hyötyjä. Olemme tarkkailleet koulussa oppilaita, kotona perheenjäseniä ja muita henkilöitä ties missä yhteyksissä. Näiden tietojen ja haastatteluiden perusteella olemme koonneet tälle sivulle hyviä ja huonoja puolia digitalisoitumisesta.

**Digitalisoitumisen** ansiosta ihmisten elintaso on noussut. Aamulla herätessämme saatamme katsoa puhelimesta kuumimmat juorut ja sosiaalisen median. Digitalisoituminen on kokonaisuutena hyvä asia.

**Ihmisten** tietoisuus, mielenkiinto ja ymmärtävyys on kasvanut. Tiedämme uutisten ja sosiaalisen media avulla mitä maailmalla ja kotona tapahtuu. Ymmärrämme myös paljon enemmän maailman kulttuureista ja tavoista. Osaamme myös huomata asioiden huonot puolet. Tähän esimerkkinä: olemme alkaneet kiinnittää huomiota ilmastonmuutokseen ja tavaroiden alkuperään ja valmistamisolosuhteisiin. Pidämme myös yhteyttä muihin ihmisiin, joiden kanssa emme ole voineet tavata oikeasti vaikkapa välimatkan tai koronaepidemian takia. Työntekokin on helpottunut digitalisoitumisen myötä, kuten nettimateriaalin avulla ja ohjevideoiden ja -tekstien avulla. Tietokoneiden avulla on myös luotu aivan uutta materiaalia, kuten kuvia, videoita, ääniä ja keksintöjä. Digitaalisuus lisää myös työpaikkoja. Voimme myös verrata esimerkiksi hintoja ja tuotteita verkossa. Digitaalisuuden ansiosta myös lääketiede on parantunut huomattavasti. Esimerkiksi kasvaimet ja muut sairaudet löydetään tarkemmin ja nopeammin. Digilaitteet ovat hyviä myös siten, että ne soveltuvat hyvin eri ihmisille ja käyttötarkoituksiin. Huononäköiset voivat lukea uutisia helpommin näytöltä, jos sisältöä voi suurentaa. Sanomalehden lukeminen saattaa käydä hankalaksi ilman lukulaitetta. Rakentelusta ja kehittämisestä innostunut ihminenkin voi löytää



digitaalisuuksista uusia ideoita ja mahdollisuuksia. Myös kääntäjät, laskimet, kalenterit ja verkkopalvelut ja -kaupat helpottavat elämäämme hyvällä tavalla.

**Huonoja** puoliakin löytyy. Jatkuva tiedonsaanti ja esimerkiksi videopelit aiheuttavat riippuvuutta ja vieroitusoireita näiden puuttuessa. Jotkut ihmiset huutavat ja raivoavat (itsellensä ja muille) videopelien takia. Digitalisoituminen siirtää myös rikoksia kauemmas poliisin ja viranomaisten käsistä, kuten tietomurrot ja laiton kauppa. Jatkuva ruudulla roikkuminen vie myös aikaa muulta elämältä ja liikunnalta. Automaatio on myös yksi hyvä ja huono puoli. Tulevaisuudessa se saattaa korvata yhä useamman työpaikoistamme. Voidaan myös ajatella, että tämä luo uusia työpaikkoja (kuten robotinkorjaaja), mutta kun ajassa mennään eteenpäin robotit korvaavat myös nämä työpaikat. Myös rahaa ahdetaan laitteille, kuten peleihin, ja vekottimiin, jotka vievät meiltä tekemisen. (esim. robotti-imurit.) Automaatiolla tehtävän työn täytyy tuottaa enemmän, kuin ihmisen tekemän työn. Saatu tuotto ja hyvä pitäisi jakautua laajemmalle porukalle kuin se tällä hetkellä jakautuu. Nyt automaation tuotot jakautuvat harvoille ja se lisää eriarvoistumista niin taloudessa, ajankäytössä, elintasossa ylipäätään.



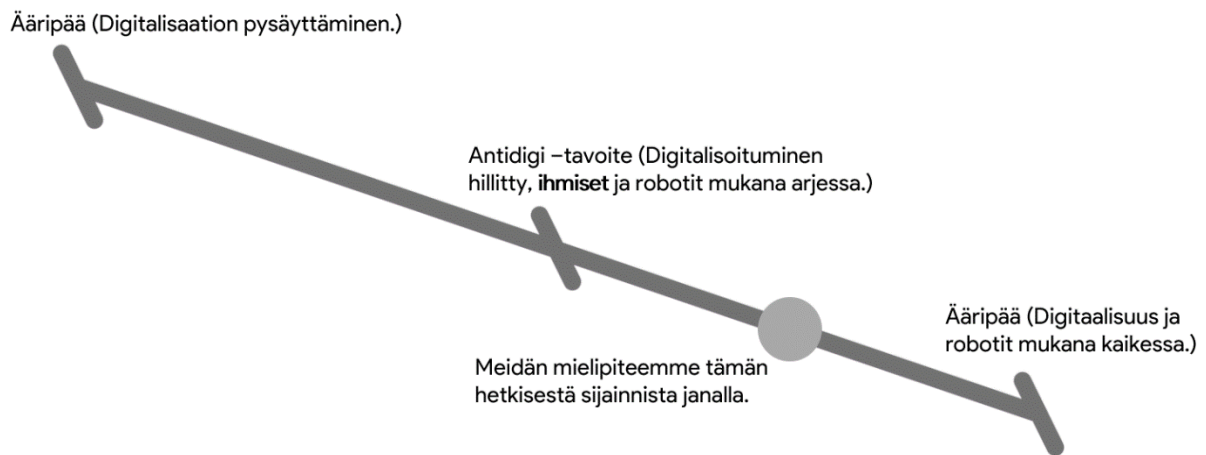
# Normaalit digipäivät

Tavallisesti käytämme digitaalisia laitteita paljon arjessamme. Pidämme yhteyttä muihin ihmisiin, luemme uutisia ja saatamme pelata videopelejä. Ihmiset ovat erilaisia, ja tämän takia ovat myös ihmisten digipäivät ovat erilaisia. Jotkut pitävät pelaamisesta, ja pelaavat aina kun kerkeävät. Jotkut käyttävät digitaalisia laitteita ja mahdollisuuksia hyödyllisiin ja kehittäviin tarkoituksiin esimerkiksi opiskeluun ja tiedon hankkimiseen. Tällaisia hyödyllisiä digitaalisia sovelluksia ovat muun muassa ohjelmointi, videoeditointi, kuvankäsittely, suunnittelu, rakentelu, mallinnus ja piirtäminen. Digitaalisten laitteiden avulla tällaiset asiat ovat helpompia. Digitaalisia laitteita ja automaatiota voi käyttää myös väärin. Jotkut saattavat pelata paljon videopelejä tai katsella videoita. Ei tässäkään ole mitään väärää, mutta tällaista ”ei niin hyödyllistä” digitaalisuutta kannattaisi rajoittaa. Koulussa tulee myös monesti esille ne ihmiset, jotka suuttuvat, huutavat, kiljuvat tai suuttuvat itsellensä ja kavereilleen videopelien takia.



# Päivä ilman digiä

**Yritämme** tämän tutkimuksen avulla selvittää kuinka paljon digitaaliset laitteet ja ärsykkeet vaikuttavat arkipäiväämme.



**Urheat** testaajamme ovat aloittamassa vuorenavalloitukselta tuntuvaan tehtävää. Tänään rohkeat testihenkilömme aikovat olla päivän ilman digitaalista laitteistoa.

**Tässä** korostamme sitä, että Antidigi –projektin tavoitteena ei ole poistaa digitaalisuutta maapalloilta, vaan tavoitteenamme on kultainen keskitie. Tämäkään ”Päivä ilman digiä” ei ole täysin elektroniikaton päivä, vaan ideana on keskittyä olennaiseen, ja jättää väliin täysin turhat tekemiset ruudulla ja muilla digitalisuuksilla. Esimerkkinä tähän ruudun käytön keksiminen. Jos ruudulla ei ole järkevää tekemistä, sitä ei voi keksiä.

## Raportti:

Tekijä 1:

**Päätin** tänään, keskiviikkona, jättää kaiken turhan digin pois. Aamulla herätessäni kirjoitin tämän työn tiivistelmän suunnitelmaa. Söin aamupalan ja lähdin kouluun ilman puhelinta. Koulussa käytin välitunnit kokeisiin lukemiseen



ja sosiaalisesti juttelemalla. Illalla osallistuin etäpartioon ja kävin noin 5 km kävelylenkillä! Nukkumaan menin saunan jälkeen noin 23 aikaan. Illalla huomasin, että päivä kului paljon sutjakkaammin kuin tavallisesti.”

Tekijä 2:

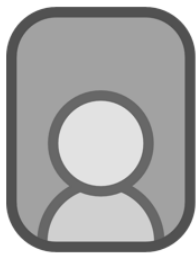
**Aamulla** yleensä katson somet ja katson puhelinta jonkin verran. Tänään en tehnyt niin. Heräsin noin seitsemältä ja söin aamupalaa. Koulu alkoi 8.00, kun minun piti mennä tekemään rästikoetta. Välkät kulutin kokeisiin lukemalla tekijä 1:den kanssa ja juttelin kavereiden kanssa. Illemmalla minä kirjoitin tätä raporttia ja harjoittelin ruotsin kokeeseen. Menin nukkumaan 21.59. Huomasin, että olen paljon sosiaalisempi ilman älylaitetta esimerkiksi välitunnilla.



# Haastattelut

**Tällä** hetkellä olemme oikeastaan keskittyneet vain henkilökohtaisiimme mielipiteisiin. Tutkimus vain tekijöiden keskuudessa vastaa samaa kuin pullan leipominen ilman hiivaa, tarvitaan taikinaa (tässä tapauksessa tutkimusta) kohottavaa ainetta (tässä tapauksessa muiden mielipiteitä). Joten nyt armon naiset ja herrat, on aika tehdä pari haastattelua normaalien mattimeikäläisten keskuudessa.

**Tähän** työhön haastattelimme seuraavia henkilöitä:



**Olli Ojala**  
Perusopetuksen  
luokanopettaja.



**Outi Utriainen**  
Alkuopetuksen  
luokanopettaja.

Olli Ojala:

## **Miten digi auttaa sinua työssäsi?**

- Digitaalinen opetusmateriaali helpottaa paljon oppituntien suunnittelua ja pitämistä. Oppilaiden digitehtävät sekä erilaiset sovellukset ja niiden käyttö mahdollistavat entistä monipuolisemman opetuksen ja oppimisen.

## **Mitä tapahtuisi, jos digi otettaisiin pois kokonaan?**

- Se olisi suuri harppaus taaksepäin, enkä usko näin käyvän.

## **Kuinka paljon digi on muuttunut mielestäsi viimeisen kymmenen vuoden aikana?**

- Sovellukset ovat monipuolistuneet ja parantuneet huomattavasti sekä sisällöllisesti että visuaalisesti. Lisäksi sovellusten käyttö on helpompaa, kun





esimerkiksi koulussa käytettävistä sovelluksista useampi toimii nykyään samoilla tunnuksilla.

Outi Utriainen:

### **Kuinka paljon käytät digiä päivässä?**

- Käytän digiä paljon työssäni, joten kotiloissa yritän rajoittaa. Helppoa se ei ole aikuisellakaan, kun kännykästä löytyvät muun muassa pankkiasiat, verkkokaupat, some sekä sähköposti.

### **Mitä mieltä olet digitalisoitumisesta?**

- Digitalisoituminen etenee nopeaa vauhtia ja siinä kehityksessä pitää pysyä mukana. Opetusteknologia helpottaa ja auttaa sekä opettajan työtä että lapsen oppimista.

### **Ovatko digilaitteet nykyään parempia kuin vanhat?**

- Kyllä täytyy sanoa, että nykyajan laitteet vievät voiton. Mielenkiinnolla odotan, miten laitteet tulevaisuudessa kehittyvät. Millaisia ne ovat 10 vuoden kuluttua?



# Jatkokehitys

**Aiomme** jatkaa tämän työn kehitystä laajemmilla tutkimuksilla. Aiomme tutkia omaa ja muiden ruudunkäyttöä. Voisimme pidentää Päivä ilman digi - haastetta viikon mittaiseksi, ja haudata digilaitteet kokonaan sen ajaksi. Näkökulman laajennuskaan ei olisi pahaksi.



# Lähteet

## Henkilölähteet:

- Tekijä 2 – Yleistietämys
- Tekijä 1 – Yleistietämys ja Grafiikka
- Olli Ojala, Outi Utriainen – Haastattelut, tammikuu 2021

## Nettilähteet:

- MLL – Suora lainaus (Ongelmat) 29.1.2021,  
<https://www.mll.fi/vanhemmille/tietoa-lapsiperheen-elamasta/hyvinvointia-digiajassa/merkkeja-liiallisesta-ruutuajasta/>
- Terve Koululainen – Suora lainaus (Ongelmat) 29.1.2021,  
<https://www.tervekoululainen.fi/ylakoulu/fyysinen-aktiivisuus/ruutuaika/>

