

Kaisa Garedeu ps ym.

Toimenpidealoite älypuhelinien ja muiden digilaitteiden käytön rajoittamisesta sijaishuollossa

Eduskunnalle

Monet nuoret käyttävät mobiililaitteita ja tietokoneita useita tunteja päivässä. Sosiaalisen median sovellukset ja pelit on luotu sellaisiksi, että niistä on vaikea irtautua. Nuoret ovat luonnostaan impulsiivisia ja elämyshakuisia, koska aivojen kehitys ja itsesääätely ovat vasta kehittymässä. Tekoälyasiantuntija Mikko Alasaarelan mukaan esimerkiksi Tiktok aiheuttaa käyttäjilleen samankaltaista riippuvuutta kuin uhkapelaaminen.

Myös professori, neuropsykologian erikoispsykologi Nina Sajaniemen mukaan digipelaamiseen liittyy välitön palkinto. Pikaviestimet voivat vahvistaa reaktiivisia toimintamalleja ja samalla jarruttaa itsesäätelyn kehittymistä. Oppiminen puolestaan vaatii pitkäjänteisyyttä. Useiden tutkimusten mukaan taito viivästyttää mielihyvää ennakoiviin oppimistuloksiin ja parempaa oman toiminnan ohjausta. Aivot tarvitsevat oppimiseen sopivan stressitilan, valmistilan, joka virkistää aivoja ja lisää hermosolujen välistä aktiivisuutta.

Jatkuva informaatiotulva on aivoille vahingollista. Tutkimukset ovat jo osoittaneet Tiktokin runsaan käytön aiheuttamia muutoksia nuorten aivorakenteessa. Lapsilla korkeampi näyttöaika on yhteydessä muun muassa suppeampaan sanavarastoon, heikompiin verbaalisiin kykyihin ja heikommin järjestäytyneisiin aivoratoihin alueilla, jotka liittyvät kieleen, toiminnanohjaukseen ja kirjallisiin taitoihin.

Myös digilaitteiden käyttö opetuksen yhteydessä heikentää oppilaiden matemaattisia taitoja ja lukutaitoa. Erityisen haitallista digilaitteiden välityksellä oppiminen oli niille lapsille, jotka olivat aiemmin altistuneet ahdistavalle sisällölle internetissä.

Ahdistava ja haitallinen sisältö onkin sosiaalisessa mediassa enemmän sääntö kuin poikkeus. Algoritmien avulla ohjaillaan käyttäytymistä ja vaikutetaan mielipiteisiin. Yleisradio loi vuosi sitten testimielessä 13-vuotiaan Tiktok-profiilin testatakseen, mitä sovelluksen algoritmit tarjoavat sen ikäiselle masentuneelle tytölle. Jo tunneissa profiilin videovirta täyttyi mielenterveysongelmiin, itsetuhoisuuteen ja epäterveeseen syömisen rajoittamiseen liittyvistä videoista.

Ruutuajan määrä on yhteydessä tarkkaavaisuuden häiriöihin. Älypuhelimien käyttö iltaisin voi vaikeuttaa nukahtamista ja sekoittaa vuorokausirytmien. Nukkumisvaikeudet voivat laukaista ahdistus- ja masennusoireita, heikentää immuunipuolustusta, ja ne heikentävät keskittymiskykyä entisestään.

Toimenpidealoite TPA 2/2025 vp

Runsas ruutuaika heikentää merkittävästi psyykkistä hyvinvointia, ja se voi muun muassa heikentää ystävyssuhteiden muodostumista. Terveystalon psykologi Tania Virintien mukaan tunteiden käsittelyn ja säätelyn oppiminen voi hankaloitua, mikäli lapsi pakenee usein vaikeita tunteita ja tylsistymistä virtuaalimaailmaan. Tuntikausien istuminen puolestaan lisää liikkumattomuutta, jonka yhteiskunnalliset haittavaikutukset ovat väestötasolla merkittävät.

Ajanvieton lisäksi laitteiden välityksellä voidaan muun muassa joutua kiusatuksi sosiaalisessa mediassa, tulla huijatuksi tai päätyä seksuaalisesti hyväksikäytetyksi. Esimerkiksi omien alastonkuvien lähettäminen muille on peruuttamaton teko, jonka seurauksena lapsi saattaa pahimmillaan joutua groomingin tai pedofilian uhriksi. Älypuhelimet altistavat lapset ja nuoret väkivallan ja pornografian näkemiselle. Lapsille sopimattoman sisällön katsomisesta voi seurata lapselle pitkäaikaisia traumoja.

Internet ja erityisesti sosiaalinen media ovat rikollisten ja lasten kohtausalusta. Valtaosa seksuaalisen hyväksikäytön ensikontakteista ja huumekaupasta tapahtuu sosiaalisen median alustoilla, esimerkiksi Snapchatissa. Nuori ei ole ainoastaan riskissä joutua rikoksen uhriksi, vaan hän saattaa päätyä tai tulla värvätyksi tekemään rikoksia, esimerkiksi ostamaan tai myymään huumeita tai toteuttamaan väkivaltarikoksia. Ääriyhmät levittävät omaa propagandaansa sähköisillä alustoilla ja rekrytoivat uusia jäseniä.

Vastuuta ruutuaajan rajoittamisesta ei siis voida jättää nuorten itsensä varaan, eikä siihen pidä puuttua vasta sitten, kun haitat ovat jo syntyneet.

Lastensuojelulaitoksilla on tiukasti rajattu lastensuojelulaissa määritelty mahdollisuus takavarikoida yleistä järjestystä todennäköisesti vakavasti haittaava laite ja pitää sitä hallussaan ainoastaan välttämättömäksi katsotun ajan. Rajoitustoimi ei lain mukaan saa olla rangaistus.

Välittömän vaaran tai haitan lisäksi ruutuaajan rajoittamista voidaan Lastensuojelun käsikirjan mukaan käyttää kasvatuskeinona ainoastaan, mikäli laitteen käytöstä aiheutuu haittaa lapsen kasvulle ja kehitykselle: "Esimerkiksi jos lapsi ei nuku öisin puhelimen käytön takia, puhelin voidaan ottaa yöajaksi pois unen turvaamiseksi. Haitta on aina arvioitava suhteessa kyseessä olevan yksittäisen lapsen ikään, kehitystasoon ja yksilölliseen tilanteeseen." Pelaamisen ja sosiaalisen median käyttöä olisi teknisesti mahdollista rajoittaa sitä varten kehitettyjen sovellusten avulla. Sovellusten käyttöä ei kuitenkaan Lastensuojelun käsikirjan mukaan suositella sen perusteella, että osa sovelluksista kerää samalla tietoa lapsen liikkumisesta sekä henkilöistä, joihin hän pitää yhteyttä. Yhteydenpito lapsen ja läheisten välillä ei vaadi lapsen omaa älylaitetta, vaan voi tapahtua lastensuojelulaitoksen puhelimen välityksellä.

Tuoreiden Lappeenrannan kaupungin ja Aivoliiton luomien älypuhelimien käytön suositusten mukaan 2—6-vuotiailla ruutuaikaa tulisi olla korkeintaan yksi tunti päivässä ja nuorilla ja aikuisilla korkeintaan 2—3 tuntia päivässä. Nukkumaan tulisi mennä ilman älypuhelinia. Älypuhelimet tulisi laittaa pois näkyvistä aina läksyjen tekemisen ajaksi tai kun ollaan perheen tai kavereiden kanssa. Suositusten mukaan myös älypuhelimien toistuvaa avaamista olisi syytä välttää, koska jatkuvat keskeytykset kuormittavat aivoja.

Toimenpidealoite TPA 2/2025 vp

Addiktoivalla somen selaamisella ja rajoittamattomalla ruutuajalla tiedetään olevan hyvinvointia ja mielenterveyttä heikentäviä seurauksia. Erityisesti haavoittuvimmassa asemassa olevien eli huostaanotettujen tai väkivaltaisesti oireilevien nuorten kohdalla älylaitteiden käytön rajoittaminen olisi erityisen tärkeä suojaava toimenpide ennalta ehkäisevästi jo ennen liiallisen ruutuajan vakavien seurausten ilmenemistä.

Lastensuojelulain 2 §:n mukaan "lasten ja perheiden kanssa toimivien viranomaisten on tuettava vanhempia ja huoltajia heidän kasvatustehtävässään". Nykyisen sijaishuollolle annetun ohjeistuksen voimassa ollessa on ollut mahdollista käydä niin, että nuoren puhelimen käyttöä on hillitty terveellä tavalla kotiloissa, mutta lastensuojelulaitokseen päätyksen jälkeen ruutu aika on riistynyt hallinnasta.

Hallitus on toteuttamassa lastensuojelulain kokonaisuudistusta. Hallitusohjelman mukaan siinä tullaan muun muassa varmistamaan lapsen edun, hyvinvoinnin ja turvallisuuden toteutuminen rajoitustoimien käytön edellytyksiä selkeyttämällä.

Sijaishuollon työntekijöillä tulisi rajoitustoimien lisäksi olla mahdollisuus ja selkeä ohjeistus ruutuajan rajoittamiseksi osana kasvatustehtävää ja lasten hyvinvoinnin tukemista. Tämän tueksi Suomessa tulisi luoda viralliset kansalliset älypuhelinien ja muiden digilaitteiden käytön suositukset sekä uudistaa sijaishuollon älylaitteita koskeva ohjeistus niiden mukaiseksi.

Edellä olevan perusteella ehdotamme,

että hallitus ryhtyy toimenpiteisiin virallisten kansallisten älypuhelinien ja muiden digilaitteiden käyttöä koskevien suositusten luomiseksi sekä älypuhelinien ja muiden digilaitteiden käytön rajoittamiseksi sijaishuollossa.

Toimenpidealoite TPA 2/2025 vp

Helsingissä 6.2.2025

Kaisa Garedew ps
Sanna Antikainen ps
Pekka Aittakumpu ps
Tomi Immonen ps
Veijo Niemi ps
Rami Lehtinen ps
Teemu Keskisarja ps
Mauri Peltokangas ps
Mika Poutala kd
Jaana Strandman ps
Mira Nieminen ps
Anne Rintamäki ps
Pia Sillanpää ps
Juha Mäenpää ps
Vilhelm Junnila ps
Ari Koponen ps
Juho Eerola ps
Mikko Lundén ps
Mikko Polvinen ps
Sara Seppänen ps
Miko Bergbom ps
Joakim Vigelius ps
Merja Rasinkangas ps
Peter Östman kd
Jani Mäkelä ps
Minna Reijonen ps
Sheikki Laakso ps
Sami Savio ps
Jari Koskela ps
Ritva Elomaa ps
Timo Vornanen tv
Oskari Valtola kok
Sari Tanus kd
Päivi Räsänen kd
Juha Hänninen kok
Tere Sammallahti kok
Atte Kaleva kok
Martin Paasi kok
Ville Väyrynen kok
Timo Mehtälä kesk
Helena Marttila sd
Mia Laiho kok