



SEINÄJOEN AMMATTIKORKEAKOULU  
SEINÄJOKI UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

# Tämä on alkuperäisen artikkelin rinnakkaistallenne (kustantajan versio).

Viite:

Ala-Harja, H. (2022). Mitä ovat digikuilut ja kuinka niiden yli rakennetaan siltoja. *Sjögrenlehti*, (4), 10 - 11.



# Mitä ovat digikuilut ja kuinka niiden yli rakennetaan siltoja



**M**uistan, kuinka koronapandemian aiheuttamat poikkeusolot potkaisivat reilut kaksi vuotta sitten Sjögrenliitonkin digipalvelut täyteen vauhtiin, mutta totuus on, että syyt digitalisaatioon ovat yksittäistä ajanjaksoa laajemmat. Digitalisaatioon liittyvät ratkaisut kiinnostivat minua jo liitolla työskennellessäni ja muun muassa digikuilujen haasteita ratkon nykyisessä työssäni toimimalla projektipäällikkönä Seinäjoen ammattikorkeakoulun yhdessä koulutuskuntayhtymä Sedun kanssa käynnistämässä DigiVointi-hankkeessa. Hankkeen tavoitteena on tukea Etelä-Pohjalaisten hyvinvointi-, sosiaali- ja terveysalan organisaatioiden digitalisoitumista, turvata organisaatioiden digitaalisten palvelujen käytettävyyttä ja asiakaslähtöisyyttä, lisätä henkilöstön digivalmiuksia sekä kaventaa digikuiluja työntekijöiden keskuudessa.



Digitalisaatioon liittyy digitaalisten taitojen kartuttaminen. Pelkät tietotekniset taidot eivät kuitenkaan riitä digiosallisuuden syntymiseen vaan siinä yksilö osallistuu aktiivisesti sellaiseen yhteiskunnan toimintaan, jossa hyödynnetään digitaalisia välineitä, sovelluksia ja palveluita mielekkäällä ja merkityksellisellä tavalla. Digiosallisuudessa siis yhdistyvät taidot, motivaatio ja mahdollisuudet toimia digitaalisissa ympäristöissä. Kahden ensimmäisen osa-alueen haltuunotto on pitkälti yksilön itsensä vastuulla. Yhteiskuntana Suomi on yksi maailman digitalisoituneimmista maista, joten mahdollisuuksia digiosaamiseen meillä on. Kuitenkin teknologian osalta on huomattu ilmiö, että siitä hyötyvät eniten ne, joilla on jo

lähtökohtaisesti paremmat edellytykset sen hyödyntämiselle. Jos digiosallisuus ei toteudu, syntyy eriarvoisuutta, jota kuvataan usein digikuiluina.

Käyttökuilu tarkoittaa sitä, että ihmisellä ei ole pääsyä digipalveluihin tai häneltä puuttuu siihen tarvittava teknologia. Tämä on Suomessa suhteellisen pieni ongelma, mutta toisaalta uudet digitaaliset palvelut vaativat myös aina vain kyvykkäämpää teknologiaa. Käyttötapakuilu liittyy digiosaamisen tasoon eli siihen, millainen osaaminen käyttäjällä on hyödyntää digitaalisia palveluita monipuolisesti. Viimeiseksi voidaan puhua hyödyntämiskuilusta, jossa tarkastellaan sitä, kuinka paljon ihminen saa elämänsä hyötyä digitaalisista palveluista. Digikuilut linkittyvät vahvasti toisiinsa. Esimerkiksi puutteet digitaalisissa (käyttötapakuilut) voivat johtaa vähempään digitaalisten palveluiden käyttöön (käyttökuilut), mikä taas saattaa heijastua niistä saatavaan heikompaan hyötyyn (hyödyntämiskuilut).

Digiosallisuutta ei siis niinkään kannata nähdä kansalaisvelvollisuutena, johon viranomaiset pakottavat karsimalla palvelutiskejä ja asiakaspalvelua, vaan pikemminkin kansalaisoikeutena, jonka edut kumuloituvat vuosien mitaan. Digitalisaation kautta palveluita voidaan tuottaa tehokkaammin, ihminen pystyy käyttämään ja tuottamaan palveluita vuorokaudenajasta ja sijainnistaan riippumatta, palveluista voidaan helpommin kerätä palautetta ja käyttäjädataa, jolloin digipalvelut kehittyvät yhä intuitiivisempaan suuntaan.

Mitä digitaitoja jokaisella kansalaisella sitten tulisi olla, että digiosallisuudesta pääsee hyötymään? Jokaisen tulisi hallita laitteen, esim. puhelimen tai tietokoneen peruskäyttö. Tähän kuuluu mm. tiedonhallinta ja tekstinkäsittely eli miten erilaisia dokumentteja tehdään, säilytetään ja siirretään sekä yleisesti tiedon haku. Internetin käyttö on jo monelle vähintään Googlen, somekanavien ja WhatsAppin kautta tuttu. Valtion virastojen asiointi, pankkiasiointi



ja sähköinen tunnistautuminen ovat nykyään osa lähes jokaisen arkea. Tähän kaikkeen liittyy tietoturva, jonka perusteet tulisi olla kaikilla hallussa.

Tukea ja apua digitaitojen kartuttamiseen kannattaa hakea. Monelta löytyy lähipiiristä nokkela nuori, joka voi jeesata digiosaamisen kartuttamisessa alkuun. Lisäksi kansalaisopistoilla ja hankkeilla on erilaisia kursseja ja työpajoja, missä matalankynnyksen apua digitaitojen kartuttamiseen on saatavilla. Ylipäättään palveluiden käyttö lisää myös taitoja. Some on hyvä tapa lähteä motivoimaan itseään digitaitojen kehittämiseen, sillä taidot karttuvat kuin itsestään mielenkiintoista sisältöä seurattaessa. Esimerkiksi Instagramiin liittymällä voi tulla seuraamaan tililleni nimeltä Unelmia Uljaisista, kuinka kunnostelen vapaa-ajallani vanhaa hirsitaloa ja samalla päivittelen tilille minun ja koirani Marskin kuulumisia. Oletkin voinut törmätä esim. Ilta-Sanomien tekemään juttuun projektistani. Senkin löydät näppärästi Googlen kautta.

Digitaitojen kehittämiseen kannattaa lähteä mieluummin ennemmin kuin myöhemmin, toisaalta koskaan taas ei ole liian myöhäistä. Totuus on, että digitalisaatio ei tule laantumaan ajan kanssa vaan on pysyvä osa elämäämme. Digikuilut voivat tuntua mahdottomilta ylittää, mutta loppujen lopuksi kyse on vain oppimisesta ihan niin kuin minkä muunkin elämäntaidon osalta.

Hankkeessa digikuiluja ovat tutkineet TKI asiantuntijat Mika Uitto ja Sonja Lammi, joiden kirjoittama artikkeli Digiosaamista kehittämään – sosiaali- ja terveysalan ammattilaisten digikuilujen kaventaminen ja osallisuuden edistäminen on toiminut tekstin lähteenä.

HELENA YLI-HARJA  
Projektipäällikkö  
Seinäjoen Ammattikorkeakoulu  
DigiVointi-hanke



## Mielenkiintoinen uutuuskirja, joka antaa elinvoimaa ilottomaan arkeen

TEKSTI: TINA MÄKELÄ

**V**äsyttääkö pimeä vuodenaika? Onko arki ilotonta? Tuntuuko siltä, ettet jaksakaan oikein saada mitään aikaiseksi? Onko olo alavireinen?

Jos vastaat kyllä edellä esitettyihin kysymyksiin, sinun kannattaa tutustua aivoterveysteen perehtyneen tietokirjailijan, villiyrtyttökouluttajan ja kasvilääkinnän ammattilaisen, FM **Raija Kivimetsän** kirjoittamaan, lokakuussa 2022 julkaistuun kirjaan, jonka nimi on Vireä elämä.

Tämän innostavan kirjan avulla saat lisää virtaa myös pimeään vuodenaikaan. Lisäksi saat vinkkejä ja työkaluja, joiden avulla jaksat paremmin. Kirja sisältää mm. ohjeita, miten saat voimaa ja virkeyttä kuumasta ja kylmästä, väreistä ja käsillä tekemisestä. Kirjasta saat myös uusia ideoita ruokavalioosi ja tietoa voimaa antavista yrteistä.

Kirjan on sanottu olevan todellinen pimeän ajan pelastusrengas, joka tuo iloa ja inspiraatiota arkeesi. Kirjasta saat hyvinvoinnin listoja pimeän ja alakulon voittamiseen.

Kirjan löydät myös äänikirjana. Aloittamalla kirjan lukemisen tai kuuntelemisen, saat ihanan matkan hyvinvointiin ja vireyteen. Varmasti hyödyt kirjan ohjeista, jos olet valmis muuttamaan elämäsi ja uskallat heittäytyä muutoksen matkaan. Älä jätä kirjaa lukematta, jos haluat selättää kaamoksen tuoman alakulon ja saamattomuuden tunteet.