

Oppilaiden puhelinten käyttö koulussa vuoden 2025 lakimuutoksen jälkeen



Tiina Taka-Eilola & Matti Suomilammi



Artikkelit | 1:2026



suomi

ISBN 978-952-206-914-6

Sisällysluettelo

Tiivistelmä

- 1 Johdanto
 - 2 Tausta
 - 3 Aineisto
 - 4 Tulokset
 - 5 Pohdinta ja päätelmät
 - 6 Lähteet
-

Syyslukukauden 2025 alussa tuli voimaan perusopetuslain uudistus, jolla rajoitettiin puhelinten ja muiden mobiililaitteiden käyttöä oppitunneilla. Uudistuksen tavoitteena oli muun muassa vähentää oppitunneilla puhelinten häiritsevää käyttöä, vahvistaa työrauhaa ja antaa koulujen henkilökunnalle paremmat mahdollisuudet puuttua puhelinten häiritsevään käyttöön.

Tässä artikkelissa tarkastellaan, kuinka paljon yhdeksäsluokkalaisten puhelinten käyttö muuhun kuin opiskeluun on opettajien, rehtoreiden ja oppilaiden omien arvioiden mukaan muuttunut edelliseen lukuvuoteen verrattuna. Lisäksi tarkastellaan, kuinka paljon oppilaat käyttävät oman arvionsa mukaan puhelimia koulupäivän aikana muuhun kuin opiskeluun. Artikkelin tavoitteena on saada alustavaa tietoa uudistuksen tavoitteiden saavuttamisesta kolmen eri vastaajaryhmän näkökulmasta. Aineisto koostuu noin 6 700 yhdeksäsluokkalaisten, noin 160 katsomusaineiden opettajan ja noin 95 rehtorin vastauksista. Vastaukset kerättiin keväällä 2026 katsomusaineiden oppimistulosarvioinnin yhteydessä.

Tulosten perusteella oppilaiden puhelinten käyttö näyttää vähentyneen perusopetuslain uudistuksen jälkeen. Hieman reilu puolet vastanneista oppilaista arvioi puhelimensa koulupäivän aikaisen viihdekäytön vähentyneen edelliseen lukuvuoteen verrattuna. Katsomusaineiden opettajista vastaavan arvion oppilaiden puhelimen käytöstä esitti reilu neljä viidestä ja rehtoreista yhdeksän kymmenestä. Puhelinten käyttöä esiintyy kuitenkin edelleen runsaasti, sillä oppilaista lähes kolmannes arvioi käyttävänsä puhelinta yli tunnin koulupäivän aikana. Koulun henkilökunnan arviot painottuvat sen sijaan lyhyempiin käyttöaikoihin.

Henkilöstön ja oppilaiden arviot antavat sekä puhelinten käytön määrästä että sen muuttumisesta osittain erilaisen kuvan. Ero voi johtua esimerkiksi siitä, että henkilöstön havainnot painottuvat oppitunteihin ja muihin valvottuihin tilanteisiin, mutta aineiston perusteella eron syytä ei voida selvittää. Kokonaisuutena vastaajien arviot puhelinten käytön vähenemisestä ovat kuitenkin samansuuntaisia lakiuudistuksen tavoitteiden kanssa.

1 Johdanto

Syyslukukauden 2025 alussa 1.8. alkaen puhelinten ja muiden mobiililaitteiden käyttöä alettiin rajoittaa peruskouluissa perusopetuslain uudistuksen myötä. Uudistuksen tavoitteena oli tuoda oppitunneille työrauhaa, estää puhelinten häiritsevä käyttö ja edistää kasvokkaista vuorovaikutusta sekä keskittymistä oppimiseen. Toisaalta lakimuutos yhtenäisti koulujen käytäntöjä, sillä aiemmin laissa ei ollut määritelty, miten laitteita saa käyttää koulussa. Mobiililaitteiden käytön kieltäminen oppituntien aikana oli kuitenkin mahdollista jo ennen lakiuudistusta, vaikka sitä ei laissa ollut määriteltykään. (Opetushallitus, 2025a.) Aikaisemmin ei ole ollut kuitenkaan mahdollista kieltää puhelinten käyttöä koko koulupäivän ajaksi (Opetushallitus, 2025b).

Lakiuudistus kieltää puhelinten käytön oppitunneilla. Oppilaat eivät siis saa käyttää mobiililaitteita ilman opettajan lupaa. Digitaalisten laitteiden hyödyntäminen opetuksessa on silti edelleen mahdollista, mutta ensisijaisesti käytetään koulun omia laitteita. Rehtorin tai opettajan luvalla mobiililaitteita on myös mahdollista käyttää, mikäli oppilas tarvitsee puhelintaan apuvälineeksi oppimiseen tai käyttö on välttämätöntä esimerkiksi terveydellisten syiden takia. Muutoksen tarkoituksena ei siten ole kieltää puhelinten käyttöä kokonaan, vaan rajata niiden käyttöä tilanteissa, joissa se voi häiritä opetusta, oppimista tai koulupäivän sujuvuutta. (Opetushallitus, 2025a.)

Opetushallitus suosittelee rajoittamaan mobiililaitteiden käyttöä myös opetuksettomana aikana, kuten välitunneilla. Ruokailun ajaksi Opetushallitus suosittelee kieltämään käytön kokonaan, sillä yhtenä uudistuksen tavoitteena on edistää hyviä ruokailutapoja. (Opetushallitus, 2025b.) Opetuksen järjestäjät saavat kuitenkin itse määrittää, missä määrin käyttöä rajoitetaan oppituntien ulkopuolella. Myös laitteiden säilytyksestä opetuksen järjestäjä päättää itse koulun järjestyssäännöissä. (Opetushallitus, 2025a.)

Tässä artikkelissa tarkastellaan, kuinka paljon oppilaat käyttävät puhelinta koulupäivän aikana ja miten käytön on koettu muuttuneen lakiuudistuksen myötä. Tarkastelu perustuu katsomusaineiden kansalliseen oppimistulosarviointiin osallistuneiden yhdeksäsluokkalaisten oppilaiden, katsomusaineiden opettajien ja rehtoreiden arvioihin puhelinten viihdekäytöstä ja käytössä tapahtuneista muutoksista edelliseen lukuvuoteen verrattuna.

2 Tausta

Puhelinten ja muiden mobiililaitteiden käyttö on yleistynyt huomattavasti 2000-luvun aikana. 2010-luvulle tultaessa mobiililaitteista on tullut henkilökohtaisia, ja Tilastokeskuksen Vapaa-aikatutkimuksen (2017) mukaan lähes kaikilla lapsilla ja nuorilla, eli 10–14- sekä 15–19-vuotiailla, oli käytössään älypuhelin (Saarenmaa & Pitkänen, 2021). Lisäksi brittiläisen selvityksen (2025) mukaan käytännössä kaikilla oppilailla on käytössään älypuhelin viimeistään yläkouluun siirtyessään. Selvityksen mukaan vanhemmat haluaisivat kuitenkin pitkittää älypuhelimien hankkimista, mutta samaan aikaan he kokevat mobiililaitteen hankkimisen lähes välttämättömäksi sosiaalisten normien vuoksi. (University of the West of England, 2025.)

Älypuhelimien yleistyessä päivittäisen ruutuajan määrä on kasvanut: esimerkiksi Tilastokeskuksen (2023) mukaan ruutu-aika on lähes kaksinkertaistunut koko väestöllä 1980-luvun lopusta 2020-luvun alkuun. Lasten ja nuorten osalta ruutu-aika vaihtelee lähes neljästä tunnista lähes kuuteen tuntiin. (Tilastokeskus, 2023.) Vastaavasti brittiläisessä selvityksessä (University of the West of England, 2025) todetaan, että lähes puolet peruskouluikäisistä lapsista käyttää vanhempiensa mukaan liikaa puhelinta tai osoittaa näyttöriippuvuuden merkkejä. BMC Psychiatry -lehdessä julkaistun tutkimuksen mukaan 42 000 nuoresta 23 prosentilla on merkkejä puhelinriippuvuudesta (Sohn ym., 2019).

Yleisessä keskustelussa onkin nostettu esiin puhelinten vaikutukset lasten ja nuorten oppimiseen, hyvinvointiin ja sosiaalisiin suhteisiin. Brittiläisen tutkimuksen (2025) mukaan lapset ja nuoret altistuvat eniten negatiivisille kokemuksille ryhmäkeskusteluissa ja sosiaalisessa mediassa. Haitallisia sisältöjä ja muita negatiivisia kokemuksia kohtaavat useimmiten sellaiset oppilaat, joilla on vaikeuksia koulussa. Selvitykseen vastanneiden opettajien mukaan nämä negatiiviset kokemukset heijastuvat kouluun muun muassa väsymyksenä, konflikteina, kiusaamisena ja ahdistuksena, minkä vuoksi tutkimukseen osallistunut koulun henkilökunta vanhempien ohella kannattaa tiukempia rajoituksia älypuhelimille. Suurin osa oppilaista ei kuitenkaan kannata rajoituksia. (University of the West of England, 2025.)

Puhelinkieltojen hyödyistä ei ole kuitenkaan yksiselitteisiä tuloksia. Yhdysvalloissa toteutetun tutkimuksen (2026) mukaan koulupäivän aikaiset puhelinrajoitukset vähensivät merkittävästi oppilaiden puhelimen käyttöä, lisäsivät kasvokkaista sosiaalista vuorovaikutusta ja olivat yhteydessä oppilaiden parempaan psyykkiseen hyvinvointiin. Sen sijaan vaikutukset oppimistuloksiin näyttivät olevan melko vähäisiä. Tulokset viittaavat siihen, että puhelinrajoitusten merkittävimmät hyödyt voivat liittyä pikemminkin oppilaiden hyvinvointiin ja sosiaalisiin suhteisiin kuin akateemiseen suoriutumiseen. (Allcott ym., 2026.) Toisaalta, kuten Martikainen ja Saarikivi (2021) korostavat, digilaitteiden käytön vaikutuksia lasten hyvinvointiin on vaikea tutkia, eikä suoraviivaisia syy-seuraus-suhteita voida välttämättä osoittaa. Useimmiten mobiililaitteiden vaikutukset esimerkiksi mielenterveyteen riippuvat nimittäin monista muista taustatekijöistä, kuten vaikkapa perhesuhteista. (Martikainen & Saarikivi, 2021.) Pelkkä puhelinkielto ei siis välttämättä ole ratkaisu esimerkiksi oppimistulosten nostamiseen, ja Unesco (2026) korostaa, että kouluilla on merkittävä rooli lasten ja nuorten digitaitojen kehittämisessä. Joissakin tutkimuksissa on lisäksi havaittu, että vuorovaikutteiset pelit voivat auttaa oppimisessa (Martikainen & Saarikivi, 2021). Toisaalta brittiläisen tutkimuksen (2025) tulokset korostavat myös kodin ja koulun välistä yhteistyötä. Lisäksi vanhempia on tärkeää tukea lasten digitaaliseen arkeen liittyvissä kysymyksissä. (University of the West of England, 2025.)

Puhelinten käyttöä on kuitenkin alettu rajoittamaan kouluissa ympäri maailmaa. Unescon (2026) mukaan 114 koulutusjärjestelmää, eli noin 58 prosenttia maailman maista, on ottanut käyttöön kansallisen tason puhelinrajoituksia kouluissa. Vielä vuonna 2023 vastaava osuus oli noin neljännes maista. Maiden lähestymistavat vaihtelevat kuitenkin huomattavasti, sillä osa maista on ottanut käyttöön valtakunnallisia kieltoja, kun taas osa on jättänyt kouluille enemmän vastuuta puhelinten käytön rajoittamiseen. (Unesco, 2026.)

Suomessakin huoli lasten ja nuorten ruutuajasta sekä laskevista oppimistuloksista on johtanut muun muassa kansalaisaloitteisiin puhelimen kieltämisestä (ks. esim. Kansalaisaloite.fi, 2023), ja puhelinkielto nousi esille myös kevään 2023 hallitusneuvotteluissa (STT, 2023). Vuoden 2024 loppupuolella hallitus esitti eduskunnalle, että perusopetuslakia muutettaisiin mobiililaitteiden käytön osalta. Yhtenä tavoitteena oli vahvistaa koulun henkilökunnan toimivaltuuksia puuttua opetusta häiritsevään toimintaan. Toisaalta puhelinkielto nähtiin keinona tukea oppilaiden keskittymistä opetukseen. (HE 212/2024.)

Esityksen luonnos sai lausuntokierroksella pääosin myönteisen vastaanoton. Useat viranomaiset ja sidosryhmät kokivat, että esitys yhdenmukaistaa koulujen käytäntöjä ja antaa mahdollisuuksia puuttua mobiililaitteiden häiritsevään käyttöön. Esityksen nähtiin useissa lausunnoissa helpottavan työrauhan ylläpitämistä, vaikka useampi lausunnonantaja oli tiukemman linjan kannalla ja kannatti laitteiden kieltämistä myös oppituntien ulkopuolella. (Opetus- ja kulttuuriministeriö, 2025.) Esitys hyväksyttiin eduskunnassa 29.4.2025, ja laki tuli voimaan 1.8.2025 (EV 42/2025 vp).

3 Aineisto

Tämän artikkelin aineisto on kerätty katsomusaineiden kansallisen oppimistulosarvioinnin yhteydessä. Arviointi toteutettiin digitaalisella Joda-arviointijärjestelmällä keväällä 2026 peruskoulun yhdeksäsluokkalaisille, ja se kattoi katsomusaineista elämäntiedon ja uskonnon kolme eniten

opetettavaa oppimäärää: evankelisluterilaisen uskonnon, islamin ja ortodoksisen uskonnon. Arviointi toteutettiin sekä suomeksi että ruotsiksi. Ruotsinkieliset oppilaat osallistuivat evankelisluterilaisen uskonnon ja elämänskatsomustiedon arviointeihin.

Arviointiin osallistuneet yhdeksäsluokkalaiset vastasivat varsinaisten arviointitehtävien lisäksi taustakysymyksiin, jotka koskivat esimerkiksi oppilaiden asenteita katsomusaineita kohtaan. Oppilailta kysyttiin myös puhelimen viihdekäytöstä koulupäivän aikana seuraavien kahden kysymyksen avulla:

1. Kuinka paljon käytät puhelinta koulupäivän aikana muuhun kuin opiskeluun (esim. pelit, videot, sosiaalinen media)?
2. Miten puhelimen käyttösi koulupäivän aikana muuhun kuin opiskeluun on muuttunut verrattuna edelliseen lukuvuoteen?

Oppilaat arvioivat omaa puhelimen käyttöään viisiportaisella asteikolla, jossa vaihtoehdot olivat ”en lainkaan”, ”alle 15 minuuttia päivässä”, ”15–30 minuuttia päivässä”, ”30–60 minuuttia päivässä” ja ”yli tunnin päivässä”. Toisessa kysymyksessä oppilaat vertasivat puhelimen käyttöään viime lukuvuoteen. Vastausvaihtoehdot olivat seuraavat:

- Käytän paljon vähemmän kuin viime lukuvuonna.
- Käytän jonkin verran vähemmän kuin viime lukuvuonna.
- Ei muutosta verrattuna viime lukuvuoteen.
- Käytän jonkin verran enemmän kuin viime lukuvuonna.
- Käytän paljon enemmän kuin viime lukuvuonna.

Ensimmäiseen kysymykseen vastasi yhteensä 6 765 oppilasta, joista suomenkielisiä oppilaita oli 6 106 ja ruotsinkielisiä 659. Suomenkielisistä vastaajista 3 442 osallistui evankelisluterilaisen uskonnon arviointiin, 1 417 islamin arviointiin, 636 oppilasta elämänskatsomustiedon arviointiin ja 611 ortodoksisen uskonnon arviointiin. Vastaavasti ruotsinkielisistä vastaajista evankelisluterilaisen uskonnon arviointiin osallistui 551 oppilasta ja elämänskatsomustiedon arviointiin 108 oppilasta.

Toiseen kysymykseen vastasi yhteensä 6 739 oppilasta, joista suomenkielisiä oppilaita oli 6 081 ja ruotsinkielisiä 658. Suomenkielisistä oppilaita 3 433 osallistui evankelisluterilaisen uskonnon arviointiin, 1 406 islamin arviointiin, 632 elämänskatsomustiedon arviointiin ja 610 ortodoksisen uskonnon arviointiin. Ruotsinkielisistä oppilaita evankelisluterilaisen uskonnon arviointiin osallistui 550 ja elämänskatsomustiedon arviointiin 108 oppilasta.

Oppilaiden vastausten lisäksi arvioinnissa kerättiin tietoja rehtoreilta ja katsomusaineiden opettajilta. Kyselyt toteutettiin Webropol-kyselytyökalulla, ja niissä kartoitettiin muun muassa rehtoreiden ja katsomusaineiden opettajien ajatuksia katsomusaineiden opetuksen järjestämisestä. Lisäksi heitä pyydettiin arvioimaan oppilaiden puhelimen viihdekäytön määrää. Kysymykset olivat seuraavat:

1. Kuinka paljon oppilaat käyttävät oman arviosi mukaan puhelinta koulupäivän aikana muuhun kuin opiskeluun (esim. pelit, videot, sosiaalinen media)?
2. Miten oppilaiden puhelimen käyttö koulupäivän aikana muuhun kuin opiskeluun on muuttunut havaintojesi mukaan verrattuna edelliseen lukuvuoteen?

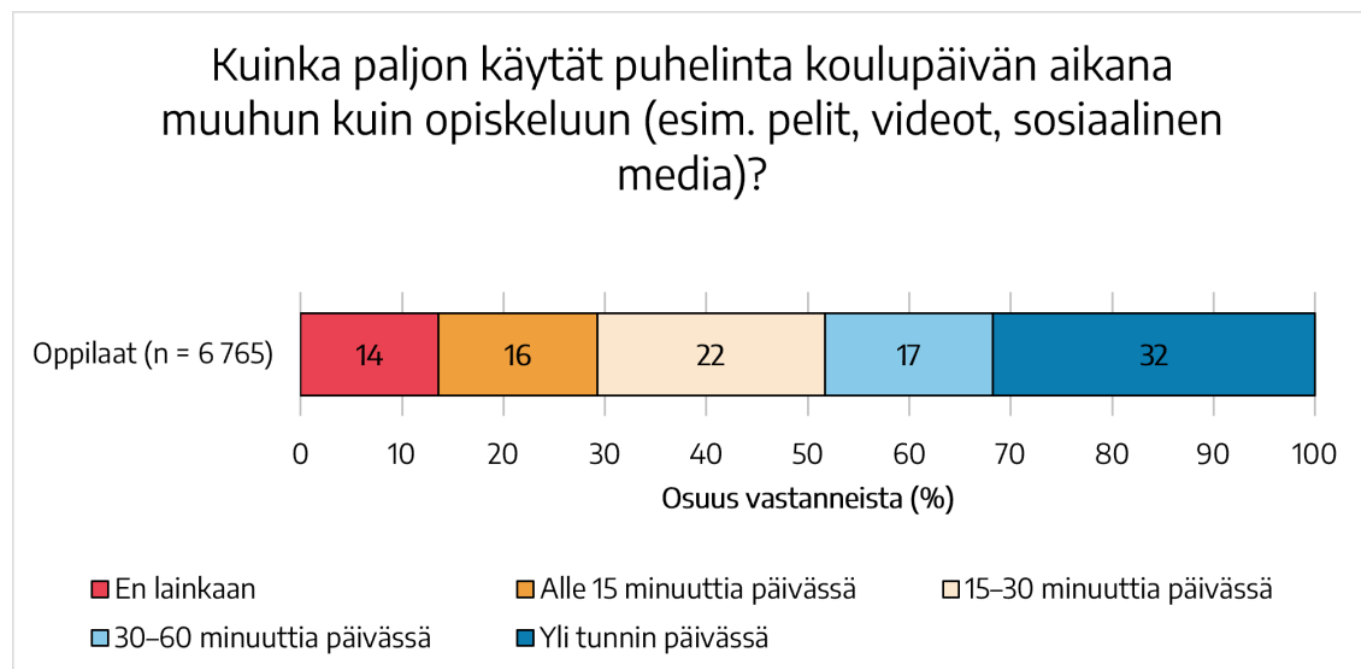
Molempien kysymysten vastausvaihtoehdot olivat vastaavat kuin oppilailla.

Ensimmäiseen kysymykseen vastasi yhteensä 158 katsomusaineiden opettajaa, toiseen kysymykseen 156 opettajaa. Rehtoreiden vastauksia kertyi ensimmäiseen kysymykseen 94, toiseen kysymykseen 96

kappaletta. Henkilökunnasta suurin osa oli suomenkielisiä: ruotsinkielisiä rehtoreita osallistui kyselyyn 4, opettajia 8.

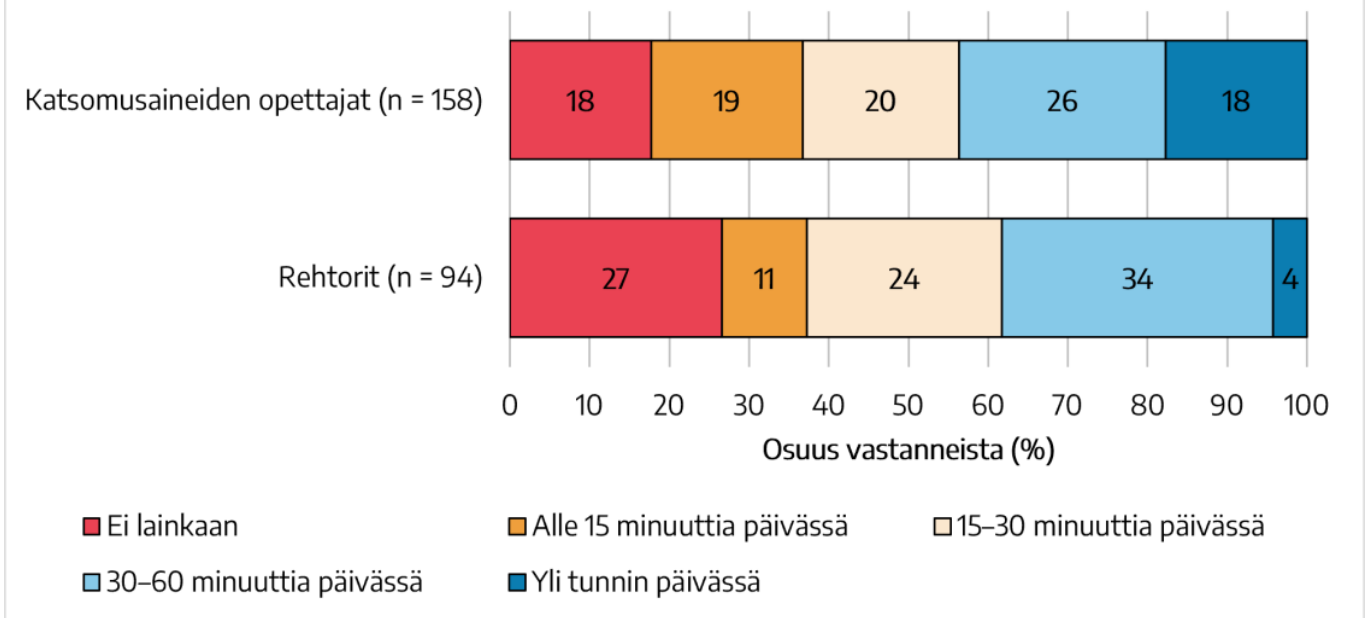
4 Tulokset

Tässä luvussa esitellään 9.-luokkalaisten oppilaiden, katsomusaineiden opettajien ja rehtoreiden vastausjakaumat kysymyksiin oppilaiden puhelinten viihdekäytöstä koulupäivän aikana ja sen muuttumisesta lakiuudistuksen jälkeen. Kuviossa 1 esitellään oppilaiden vastausjakauma kysymykseen 1, ja kuviossa 2 on rehtoreiden ja katsomusaineiden opettajien vastaukset samaan kysymykseen.



KUVIO 1. Oppilaiden vastausjakauma kysymykseen 1.

Kuinka paljon oppilaat käyttävät oman arviosi mukaan puhelinta koulupäivän aikana muuhun kuin opiskeluun (esim. pelit, videot, sosiaalinen media)?



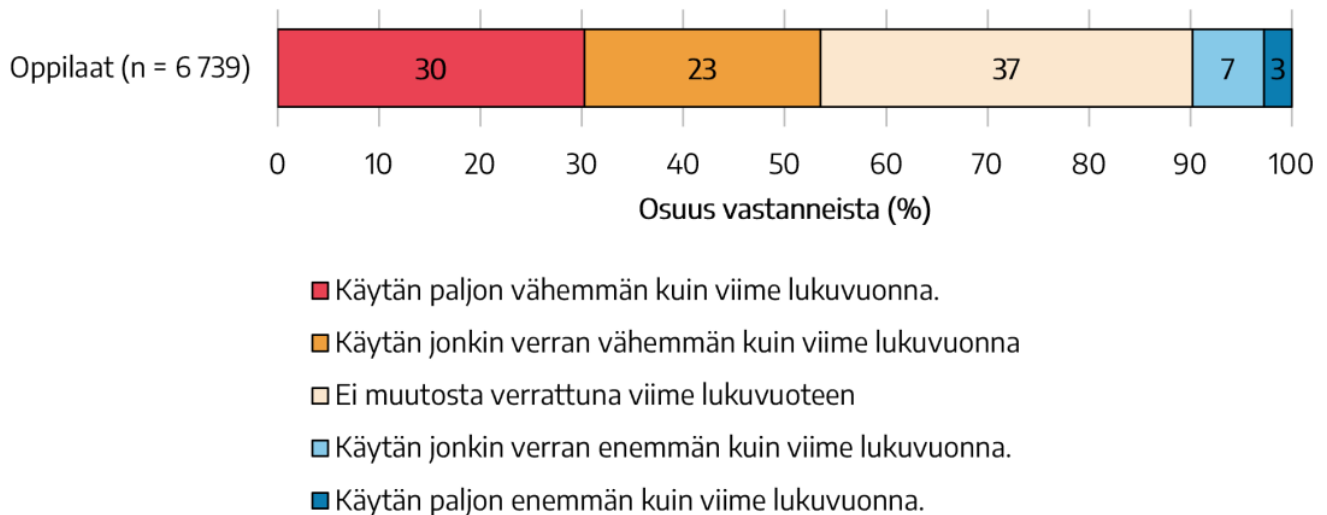
KUVIO 2. Rehtoreiden ja katsomusaineiden opettajien vastausjakauma kysymykseen 1.

Kuten kuviosta 1 käy ilmi, oppilaista 14 prosenttia kertoo, ettei käytä puhelinta lainkaan koulupäivän aikana. Vastaaajista 16 prosenttia käyttää arvionsa mukaan alle 15 minuuttia päivässä, ja 39 prosenttia arvioi käyttävänsä koulupäivän aikana puhelinta 15–60 minuuttia. Lähes kolmannes eli 32 prosenttia kuitenkin arvioi käyttävänsä puhelinta yli tunnin päivässä.

Rehtoreiden ja katsomusaineiden opettajien arviot oppilaiden puhelimen käytöstä painottuvat hieman oppilaiden arvioita enemmän lyhyempiin käyttöaikoihin. Rehtoreista nimittäin 27 prosenttia ja opettajista 18 prosenttia arvioi, etteivät oppilaat käytä puhelinta lainkaan. Käytön arvioi jäävän alle 15 minuuttiin 11 prosenttia rehtoreista ja 19 prosenttia opettajista. Rehtoreista 24 prosenttia ja opettajista 20 prosenttia arvioi käyttöajan olevan 15–30 minuuttia. Yleisimmin rehtorit arvioivat käytön kestävän puolesta tunnista tuntiin: näin vastasi 34 prosenttia rehtoreista ja 26 prosenttia opettajista. Yli tunnin mittaiseksi käytön arvioi vain 4 prosenttia rehtoreista mutta 18 prosenttia opettajista.

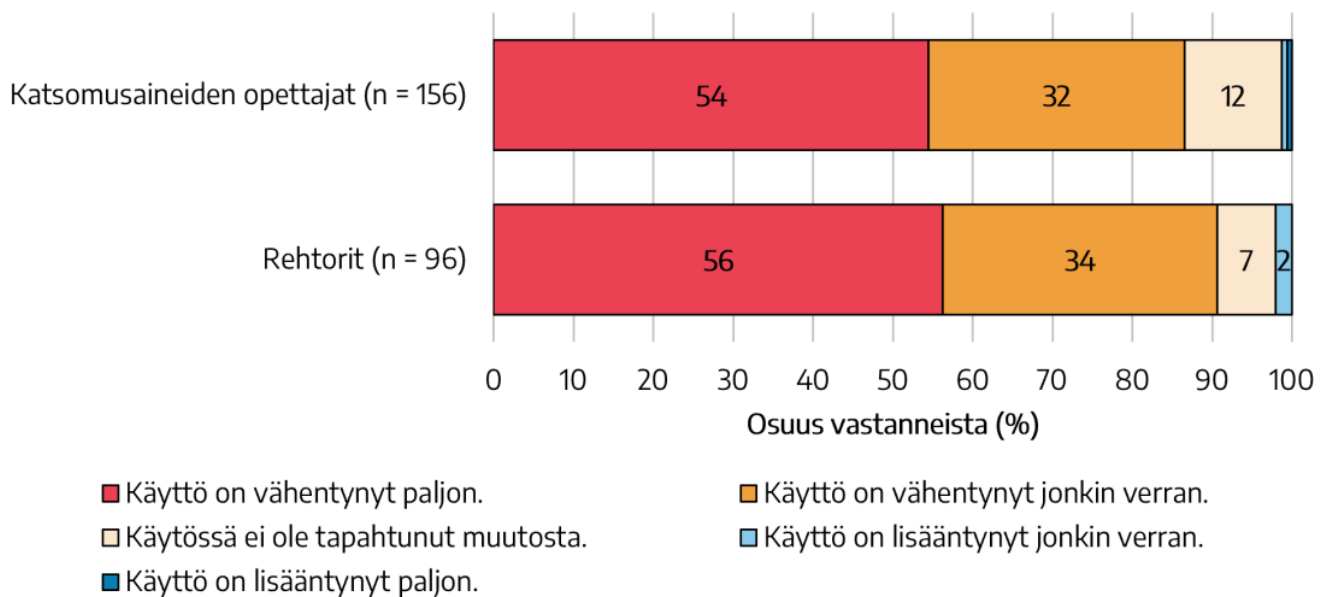
Sekä oppilaita että rehtoreita ja katsomusaineiden opettajia pyydettiin lisäksi arvioimaan puhelimen käytön muutosta verrattuna edelliseen lukuvuoteen eli aikaan ennen lakiuudistusta. Tämän kysymyksen vastausjakaumat on koottu kuvioihin 3 ja 4.

Miten puhelimen käyttösi koulupäivän aikana muuhun kuin opiskeluun on muuttunut verrattuna edelliseen lukuvuoteen?



KUVIO 3. Oppilaiden vastausjakauma kysymykseen 2.

Miten oppilaiden puhelimen käyttö koulupäivän aikana muuhun kuin opiskeluun on muuttunut havaintojesi mukaan verrattuna edelliseen lukuvuoteen?



KUVIO 4. Rehtoreiden ja katsomusaineiden opettajien vastausjakauma kysymykseen 2.

Kuviosta 3 havaitaan, että oppilaista hieman vajaa kolmannes eli 30 prosenttia kokee käytön vähentyneen paljon verrattuna edelliseen lukuvuoteen. Oppilaista 23 prosenttia ilmoittaa käytön vähentyneen jonkin verran.

Kuitenkin vastanneista oppilaista 37 prosenttia kertoo, ettei käytössä ole tapahtunut muutosta. Ainoastaan 10 prosenttia kokee käytön lisääntyneen jonkin verran tai paljon.

Myös kysymyksen 2 osalta sekä rehtoreiden että katsomusaineiden opettajien näkemykset ovat positiivisempia kuin oppilaiden kokemukset. Molemmista vastaajaryhmistä yli puolet kokee, että puhelimen käyttö on vähentynyt paljon: katsomusaineiden opettajista näin arvioi 54 prosenttia, rehtoreista 56 prosenttia. Hieman vajaa kolmannes eli 32 prosenttia katsomusaineiden opettajista on sitä mieltä, että käyttö on vähentynyt jonkin verran. Rehtoreista näin arvioi 34 prosenttia. Sen sijaan katsomusaineiden opettajista 12 prosenttia ja rehtoreista 7 prosenttia katsoo, ettei muutosta ole tapahtunut. Kokemukset käytön lisääntymisestä jäävät kuitenkin rehtoreiden ja katsomusaineiden opettajien vastauksissa marginaalisiksi. Ainoastaan 2 prosenttia rehtoreista ja katsomusaineiden opettajista alle prosentti arvioi käytön lisääntyneen jonkin verran. Lisäksi kyselyyn vastanneista rehtoreista kukaan ei koe, että käyttö olisi lisääntynyt paljon. Katsomusaineiden opettajista näin arvioi alle prosentti.

5 Pohdinta ja päätelmät

Tuloksia tulkittaessa on huomioitava aineistoon ja tiedonkeruuseen liittyvät rajoitukset. Oppilailta ei kerätty vastaavaa aineistoa ennen perusopetuslain uudistusta. Tulokset perustuvat vastaajien jälkikäteen esittämiin arvioihin puhelinten käytön määrästä ja sen muuttumisesta. Niiden perusteella voidaan kuvata vastaajien kokemaa muutosta lakiuudistuksen jälkeen, mutta ei voida suoraan osoittaa, että lakiuudistus olisi aiheuttanut muutoksen. Oppilaiden ilmoittamat käyttöajat ovat itsearvioita, eivätkä ne perustu esimerkiksi laitteista saatuaan käyttöaikaan. Myös opettajien ja rehtorien vastaukset perustuvat heidän yleisiin havaintoihinsa oppilaiden puhelinten käytöstä. Henkilöstö ei välttämättä havaitse kaikkea koulupäivän aikana tapahtuvaa käyttöä, ja vastaajaryhmät ovat voineet tulkita kysymykset eri tavoin. Tämän vuoksi oppilaiden ja henkilöstön vastausten välisiä eroja on tarkasteltava suuntaa antavina.

Tulosten perusteella oppilaiden puhelinten käyttö näyttää vähentyneen perusopetuslain uudistuksen jälkeen. Hieman reilu puolet vastanneista oppilaista arvioi puhelimensa koulupäivän aikaisen viihdekäytön vähentyneen edelliseen lukuvuoteen verrattuna, ja toisaalta reilu kymmenesosa oppilaista ilmoitti, ettei käytä puhelinta koulupäivän aikana lainkaan muuhun kuin opiskeluun. Reilu neljä viidestä katsomusaineiden opettajista koki, että käyttö on vähentynyt verrattuna edelliseen lukuvuoteen. Rehtoreista vastaavan arvion esitti yhdeksän kymmenestä.

Arviot käytössä tapahtuneesta muutoksesta erosivat selvästi oppilaiden, katsomusaineiden opettajien ja rehtoreiden kesken. Henkilöstö arvioi puhelinten käytön vähentyneen huomattavasti yleisemmin kuin oppilaat. Lisäksi katsomusaineiden opettajien ja erityisesti rehtoreiden arviot painottuivat lyhyempiin käyttöaikoihin. Tämä voi kertoa siitä, että muutos näkyy selvästi oppitunneilla ja muissa henkilökunnan valvomissa tilanteissa. Toisaalta henkilöstön havainnot kohdistuvat todennäköisesti erityisesti oppitunteihin ja muihin valvottuihin tilanteisiin, kun taas oppilaat arvioivat omaa puhelimen käyttöään koko koulupäivän ajalta. Aineiston perusteella vastaajaryhmien välisten erojen syytä ei kuitenkaan voida selvittää.

Puhelimet ovat käytön vähentymisestä huolimatta edelleen merkittävä osa oppilaiden koulupäivää, sillä aineistomme mukaan lähes kolmannes oppilaista arvioi käyttävänsä puhelinta yli tunnin päivässä koulupäivän aikana. Määrää voidaan pitää huomattavana, mutta osa käytöstä tapahtuu esimerkiksi välitunneilla, joilla oppilaat saavat mahdollisesti käyttää puhelinta koulujen järjestyssäännöistä riippuen. Lisäksi aineistomme perusteella puhelinten käytössä tapahtuneet muutokset eivät ole olleet kaikkien oppilaiden kohdalla samanlaisia. Reilu kolmannes oppilaista arvioi, ettei käytössä ollut tapahtunut muutosta, ja kymmenesosa katsoi käytön lisääntyneen. Vastaajien arvioimiin muutoksiin ovat lakimuutoksen lisäksi voineet vaikuttaa esimerkiksi koulujen erilaiset käytännöt ja oppilaiden yksilölliset käyttötottumukset. Toisaalta oppilaiden puhelimen käyttö on voinut vähentyä, mikäli oppilaat ovat itse tiedostaneet käyttöön liittyvät ongelmat. Vastaavasti käyttö on voinut lisääntyä esimerkiksi kavereiden tai sosiaalisen median vaikutuksesta. Aineiston

perusteella ei kuitenkaan voida eritellä, mistä yksittäisten oppilaiden käytössä tapahtuneet muutokset johtuvat.

Tulokset saattavat omalta osaltaan kertoa myös koulujen vaihtelevista käytännöistä puhelimen käytön rajoittamisessa. Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen (THL) *Hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen peruskouluissa* -tilastoraportin mukaan 7.–9.-luokkalaisille oli säädetty mobiililaitteiden täyskielto 44 prosentissa kouluja. Kouluista 39 prosentissa oli otettu käyttöön opetuksettoman ajan osittainen käyttökielto, joka salli mobiililaitteen käytön osittain opetuksettomana aikana. Noin joka kymmenessä koulussa ei ollut lainkaan rajoitettu mobiililaitteiden käyttöä. (THL, 2026.) On kuitenkin huomattava, että THL:n raportin tiedot on kerätty vuonna 2025, jolloin puhelimen käyttöä alettiin rajoittaa, joten koulujen käytännöt eivät todennäköisesti olleet ehtineet vakiintua. Siitäkin huolimatta jatkoon kannalta voi olla hyvä pohtia, pitäisikö koulujen toimintatapoja ohjata entistä enemmän.

Lakimuutoksen tavoitteiden kannalta tuloksia voidaan kuitenkin pitää kokonaisuutena myönteisinä. Puhelinten käytön väheneminen on ollut henkilöstön havaintojen perusteella laajaa, ja yli puolet oppilaista tunnistaa käytön vähentyneen. Lakimuutoksen onnistumista kokonaisuudessaan ei kuitenkaan voida arvioida vain sen perusteella, kuinka paljon puhelimia käytetään. Keskeistä on myös se, ovatko työrauha, oppimiseen keskittyminen ja oppilaiden välinen vuorovaikutus parantuneet. Näiden vaikutusten arviointi edellyttäisi useampia mittareita, asian tarkastelua kahden kysymyksen sijaan muistakin näkökulmista ja pidempiaikaista seurantatutkimusta.

On myös huomattava, että pelkällä puhelinkiellolla ei todennäköisesti saavuteta haluttuja tavoitteita: esimerkiksi kasvokkainen vuorovaikutus ja yhdessäolo eivät välttämättä lisäänty, jos laitteen käytön tilalle ei synny muuta tekemistä. Erityisesti välituntien kannalta on tärkeää tarkastella, tukevatko koulun tilat oppilaiden keskinäistä vuorovaikutusta. Jotta oppilaiden välinen vuorovaikutus parantuisi, koulupäivän aikana oppilaille tulisi tarjota mielekästä yhteistä tekemistä ja mahdollisuuksia kasvokkaiseen vuorovaikutukseen ilman puhelinta.

Puhelinten käytön hallinta ei myöskään rajoitu koulupäivään, sillä todennäköisesti suurin osa nuorten puhelimen käytöstä tapahtuu vapaa-ajalla. Koulu ei voi määrätä perheiden vapaa-ajasta, mutta se voi kuitenkin tarjota selkeää ja tutkimukseen perustuvaa tietoa puhelinten käytön vaikutuksista sekä konkreettisia keinoja säädellä puhelinten käyttöä. Älypuhelinriippuvuus on nimittäin Kosolan (2020) mukaan tunnistettu riippuvuuden muoto, vaikkakaan sen diagnoosikriteereistä ei ole kansainvälistä yksimielisyyttä. Teknologian liikkakäytön on kuitenkin havaittu heikentävän sosiaalisia ja mahdollisesti kognitiivisia taitoja ja aiheuttavan univajetta, joka puolestaan voi johtaa masennukseen. Toisaalta vanhempien älylaitteiden käyttö vaikuttaa lapseen, sillä vanhempien runsas puhelimen tai muun laitteen käyttö ennustaa lapsen käytösongelmia. (Kosola 2020: s. 324, 326.) Tietoisuutta puhelinriippuvuudesta onkin tuotava entistä enemmän esille, sillä oppilaiden lisäksi myös vanhemmat voivat olla riippuvaisia puhelimestaan.

On tärkeää tunnistaa, että puhelimen vastuullinen käyttö rakentuu nuoren eri kasvuympäristöissä, joissa aikuiset toimivat tärkeinä roolimalleina. Jos aikuiset eivät itse noudata sääntöjä, joita nuorille on asetettu, rajojen uskottavuus heikkenee. Myös vapaa-ajalla on siten tärkeää sopia yhteisistä säännöistä. Perheissä voidaan esimerkiksi arvioida ruutuajan määrää ja pohtia, onko se kohtuullisissa rajoissa. Lisäksi perheissä voidaan esimerkiksi sopia, että ruokailut pidetään puhelimeettomina, puhelinta säilytetään yön aikana makuuhuoneiden ulkopuolella ja tietyissä tilanteissa puhelinta ei käytetä lainkaan. Avuksi vapaa-ajan ruutuajan säätelyyn Terveiden ja hyvinvoinnin laitos sekä Opetushallitus (2026) julkaisivat talvella 2026 suositukset digitaalisten laitteiden vapaa-ajan käyttöön 0–13-vuotiaille. Suosituksissa korostetaan aikuisten vastuuta lasten mobiililaitteiden käytöstä: aikuisen tulee tarvittaessa rajoittaa käyttöä, jotta arki olisi tasapainoista. Lisäksi 6–13-vuotiaille ei suositella lainkaan älypuhelinta. (THL & OPH, 2026.) Vuoden 2027 alkupuolella julkaistaan myös suositukset 13–18-vuotiaille.

Pelkkä puhelimen kieltäminen ja ruutuajan rajoittaminen kotona eivät kuitenkaan ole ainoa ratkaisu. Sen sijaan vanhemman pitäisi keskittyä siihen, minkälainen mobiililaitteen käyttö sopii omalle lapselle (Martikainen & Saarikivi, 2021). Siten kouluissakaan keinot eivät voi rajoittaa puhelinten käytön kieltämiseen. Säännöt voivat vähentää häiriöitä ja luoda työrauhaa oppitunneille, mutta ne eivät yksin kehitä oppilaiden kykyä säädellä omaa toimintaansa. On lisäksi tärkeää muistaa, että älylaitteet ja sosiaalinen media ovat lapsille ja nuorille tärkeitä keinoja pitää yhteyttä kavereihinsa. Perusopetuslain uudistuksen jälkeen yleisessä keskustelussa on nostettu esille sosiaalisen median rajoittaminen lapsilta ja nuorilta ja on pohdittu, voisiko Suomessa soveltaa Australiassa käyttöön otettua somekieltoa (Piirainen, 2025). Asiasta onkin tehty esiselvitys (VN/3534/2026), jossa todetaan, ettei kiello välttämättä ole paras ratkaisu. Myöskään nuorisotutkijat eivät politiikkasuosituksissaan (2026) tue somekieltoa, sillä sen hyödyistä ei ole yksiselitteistä tutkimusnäyttöä, ja kiello voisi heikentää lasten ja nuorten digitaalista osallisuutta ja hyvinvointia. Sen sijaan tutkijat kannattavat sosiaalisen median alustojen sääntelyn vahvistamista. (Nuorisotutkimusseura, 2026.) Esimerkiksi Britanniassa aiotaankin rajoittaa teini-ikäisten sosiaalisen median käyttöä yöaikaan (Salaterä, 2026).

Vaikka puhelinkielloilla on hyvät puolensa, puhelimen käytön vähentäminen esimerkiksi koulupäivän aikana ei voi olla ainoa tavoite. Sen sijaan tavoitteeksi olisi hyvä ottaa se, että lapsi tai nuori oppii tunnistamaan omaan toimintaansa vaikuttavia tekijöitä ja tekemään vähitellen itsenäisiä, omaa hyvinvointiaan tukevia valintoja myös silloin, kun ulkoista kieltoa tai valvontaa ei ole. Säännöt muodostavat tälle tarpeelliset rajat, mutta vastuullinen puhelimen käyttö edellyttää harjoittelua ja aikuisten johdonmukaista esimerkkiä. Lapset ja nuoret tarvitsevat lisäksi tietoa esimerkiksi sosiaalisen median palvelujen toimintaperiaatteista, puhelinilmoitusten vaikutuksesta tarkkaavaisuuteen sekä puhelimen käytön yhteyksistä uneen, opiskeluun, hyvinvointiin ja ihmissuhteisiin. Heidän tulisi myös oppia tunnistamaan tilanteita, joissa puhelimen käyttäminen ei enää perustu tietoiseen valintaan vaan automatisoituneeseen tapaan. Harjoitteluun tarvitaan avuksi sekä vanhempien johdonmukaista esimerkkiä että tutkimusperustaista tietoa, jota koulu voi tarjota.

6 Lähteet

Allcott, H., Baron, E. J., Dee, T., Duckworth, A. L., Gentzkow, M. & Jacob, B. (2026). *The effects of school cellphone bans: National evidence from lockable pouches*. NBER Working Paper No. 35132. National Bureau of Economic Research. <https://doi.org/10.3386/w35132>

Eduskunta. (29.4.2025). *Eduskunnan vastaus EV 42/2025 vp: Hallituksen esitys eduskunnalle laiksi perusopetuslain muuttamisesta*. <https://www.eduskunta.fi/valtiopaivaasiakirjat/EV+42/2025>

Kansalaisaloite.fi. (26.3.2023). *Peruskoulun oppilaiden puhelimet pidetään suljettuina oppituntien ja välituntien aikana*. <https://www.kansalaisaloite.fi/fi/aloite/11983>

Kosola, S. (2020). Lasten ja nuorten netti- ja peliriippuvuus: pitääkö olla huolissaan? *Suomen Lääkärilehti*, 75(6), 324–329. <https://www.laakarilehti.fi/pdf/2020/SLL62020-324.pdf>

Martikainen, S. & Saarikivi, K. (2021). Älylaitteet ja lasten hyvinvointi. Teoksessa *Älykäs huominen: Miten tekoäly ja digitalisaatio muuttavat maailmaa?* (s. 149–165). Gaudeamus.

Nuorisotutkimusseura. (8.4.2026). *83 nuorisotutkijaa: sosiaalista mediaa ei pidä kieltää nuorilta*. <https://nuorisotutkimus.fi/83-nuorisotutkijaa-sosiaalista-mediaa-ei-pida-kieltaa-nuorilta/>

Opetushallitus. (30.4.2025a). *Perusopetuslaki muuttuu: koulujen tulee huomioida puhelinten käyttö ja säilytys järjestyssäännöissään*. <https://www.oph.fi/fi/uutiset/2025/perusopetuslaki-muuttuu-koulujen-tulee-huomioida-puhelinten-kaytto-ja-sailytys>

Opetushallitus. (6.5.2025b). *Järjestyssääntöohje ja mobiililaitteopas* [webinaari]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=jke9wj3K00M>

Opetus- ja kulttuuriministeriö. (15.1.2025). *Lausuntoyhteenveto*. https://api.hankeikkuna.fi/asiakirjat/1657877d-20fa-4602-8082-e993943ba009/39f2573b-c3bf-417f-b0ff-8194103b3b8d/YHTEENVETO_20250115141033.PDF

Piirainen, E. (29.6.2025). Nippu kansanedustajia kannattaa somen kieltämistä alle 15-vuotiailta – asiantuntija varoittaa: ”Pelkkä ikärajan nosto ei riitä”. Yle. <https://yle.fi/a/74-20170146>

Saarenmaa, K. & Pitkänen, E. (17.12.2021). Mobiiliteknologia mullisti lasten arjen – nettiin ei mennä, vaan siellä ollaan. *Tieto & trendit*. Tilastokeskus. <https://stat.fi/tietotrendit/artikkelit/2021/mobiiliteknologia-mullisti-lasten-arjen-nettiin-ei-menna-vaan-siella-ollaan>

Salaterä, J. (15.7.2026). Britannia haluaa rajoittaa teini-ikäisten yöllistä sosiaalisen median käyttöä. Yle. <https://yle.fi/a/74-20236397>

Sohn, S. Y., Rees, P., Wildridge, B., Kalk, J. N. & Carter, B. (2019). Prevalence of problematic smartphone usage and associated mental health outcomes amongst children and young people: A systematic review, meta-analysis and GRADE of the evidence. *BMC Psychiatry*, 19, 356. <https://doi.org/10.1186/s12888-019-2350-x>

STT. (20.5.2023). STT:n tiedot: Hallitusneuvotteluissa on ollut esillä kännyköiden käytön rajoitus peruskouluissa. Yle. <https://yle.fi/a/74-20032681>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. (12.5.2026). *Hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen peruskouluissa – TEA 2025*. <https://www.julkari.fi/server/api/core/bitstreams/d9b41504-bf15-47b5-8ccc-18e466f810ac/content>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos & Opetushallitus. (2026). *Digitaalisten laitteiden vapaa-ajan käytön kansalliset suositukset 0–13-vuotiaille*. <https://www.julkari.fi/bitstreams/29c9a4e8-9330-4aee-be12-5801c5bca0f9/download>

Tilastokeskus. (8.3.2023). *Näyttörüutujen äärellä kului vuonna 2021 enemmän aikaa kuin koskaan aiemmin*. <https://stat.fi/fi/julkaisu/cl8ipicxx123r0bw2oxe42g8i>

UNESCO. (17.3.2026). *Phone bans in schools are spreading worldwide as the policy debate rages on*. Global Education Monitoring Report. <https://www.unesco.org/gem-report/en/articles/phone-bans-schools-are-spreading-worldwide-policy-debate-rages>

University of the West of England. (2025). *Smartphones in schools: Study highlights and implications*. https://xerte.uwe.ac.uk/play_9141

Valtioneuvosto. (4.2.2026). *Sosiaalisen median käytön rajoittaminen lapsilta ja nuorilta* (VN/3534/2026). <https://valtioneuvosto.fi/documents/1271139/253648856/VNK%20Sosiaalisen%20median%20k%C3%A4yt%C3%B6n%20rajoittaminen%20lapsilta%20ja%20nuorilta.pdf/be0084a5-ca91-8d1d-7359-e01f0d79d0a1/VNK%20Sosiaalisen%20median%20k%C3%A4yt%C3%B6n%20rajoittaminen%20lapsilta%20ja%20nuorilta.pdf?t=1770295633495>

Valtioneuvosto. (30.12.2024). *Hallituksen esitys eduskunnalle laiksi perusopetuslain muuttamisesta* (HE 212/2024 vp). <https://www.finlex.fi/fi/hallituksen-esitykset/2024/212>