

Rikala Pauliina, Silvennoinen Kaisa, Peltoniemi Aaron, Sorvali Jesse, Lämsä Joni, Hämäläinen Raija, Niilo-Rämä Mikko.

## **Onko teknostressi asennekysymys?: Teknologinen osaaminen jatkuvan oppimisen mahdollistajana.**

Aikuiskasvatuksen tutkimuspäivät, 10.2.2022

Teknologian jatkuva kehitys ja läsnäolo virittävät aivan erityistä stressin muotoa – teknostressiä. Viime aikoina on havahduttu siihen, että työntekijöiden voimavarat eivät kaikissa tilanteissa riitä hallitsemaan alati muuttuvia teknologioita ja eri kanavista tulevaa informaatiota. Tässä esityksessä tarkastelemme teknostressin ilmiötä ja sen yhteyksiä työhyvinvointiin ja jatkuvaan oppimiseen suomalaisessa työelämässä. Kyselyaineistomme (N = 1032) perusteella näyttää siltä, että teknologia ei yksinään selitä työssä koettua teknostressiä. Teknologian kuormittavuuteen ovat yhteydessä työntekijän omat asenteet ja osaaminen sekä organisaation toimintaympäristö oppimisen ja kehittymisen mahdollistavaksi. Tulostemme pohjalta löytyi neljä pääteemaa, joita vahvistamalla voidaan lieventää teknostressiä ja siten lisätä työhyvinvointia: 1) jatkuvan oppimisen ja kehittymisen mahdollisuudet, 2) yhteisöllisyys, 3) tiedon jakaminen ja 4) sujuvien puitteiden luominen työnteolle. Tuloksemme antavat viitteitä, että tulevaisuudessa pitäisi kiinnittää huomiota siihen, kehittyvätkö digitaaliset taidot riittävästi työssä. Erityisesti iäkkäämmät työntekijät kokivat, ettei heidän tarpeitaan huomioida työelämän tarjoamissa oppimisen ja kehittymisen mahdollisuuksissa riittävästi. Koska valtaosa työpaikalla tapahtuvasta oppimisesta tapahtuu muualla kuin formaaleissa koulutuksissa, yksi varteenotettava keino edistää työntekijöiden digiosaamista on digimentorointi. Digimentoroinnin avulla voidaan myös lisätä yhteistyötä sekä hyvien käytänteiden levittämistä organisaatioiden sisällä. Esityksessä tarkastelemme myös adaptoituvan oppimisen ja kehittymisen mahdollisuuksia, joita digitalisoituvassa työelämässä tarvitaan. Esimerkkinä adaptoituvista teknologisista ratkaisuista ovat simulaatiot, virtuaalinen ja lisätty todellisuus, tekoäly ja oppimisanalytiikka. Esityksemme havainnollistaa, miten sairaalasimulaatioissa voidaan harjoitella tärkeitä hoitotilanteissa tarvittavia teknisiä ja ei-teknisiä taitoja sekä hoitotoimenpiteitä harjoitusnuken avulla. Simulaatiot kehittävät oman alan tietämystä ja toimintatapoja, ongelmanratkaisutaitoja ja päätöksentekoa, kriittistä ajattelua sekä tiimityöskentely- ja vuorovaikutustaitoja.