

TARTU ÜLIKOOL  
ÕIGUSTEADUSKOND  
Karistusõiguse osakond

Alic Koppel

10-17-AASTASTE ÕPILASTE ÕIGUSLIKEST MEETMETEST ÕPIRASKUSTEST NING  
KOOLIKIUSAMISEST TULENEVATE PINGETE MAANDAMISEKS EESTIS

Magistritöö

Juhendaja  
*dr iur* Silvia Kaugia

Tartu  
2023



4.2.2.1. Alkohoolsete jookide tarvitamine seoses koolikiusamisega .....	55
4.2.2.2. Tubakatoodete tarvitamine seoses koolikiusamisega .....	59
4.2.2.3. Õiguspärased meetmed koolikiusamisest tulenevate pingete maandamiseks ..	62
4.2.3. Kasutatud õigusvastastest meetmetest üldiselt .....	63
4.2.3.1 Alkohoolsete jookide tarvitamine ning oma valdusesse saamine .....	64
4.2.3.2 Tubakatoodete tarvitamine ning oma valdusesse saamine .....	66
4.2.3.3 Vägivalla kasutamine ning muude õigusvastaste tegude sooritamine.....	69
4.2.3. Õpilaste arvamus kasutusel olevatest meetmetest .....	71
4.2.3.1. Õpiraskustest tulenevate pingete vähendamise seotud meetmed .....	71
4.2.3.2. Koolikiusamisest tulenevate pingete vähendamise seotud meetmed .....	73
4.3. Uuringu järeldused .....	75
<b>KOKKUVÕTE .....</b>	<b>77</b>
<b>LEGAL MEASURES FOR 10-17-YEAR-OLD STUDENTS TO REDUCE THE TENSION ARISING FROM LEARNING DIFFICULTIES AND SCHOOL BULLYING IN ESTONIA. Summary.....</b>	<b>81</b>
<b>KASUTATUD MATERJALIDE LOETELU .....</b>	<b>86</b>
Kasutatud kirjandus .....	86
Kasutatud normatiivaktid .....	90
Kasutatud muud allikad .....	90
<b>LISAD .....</b>	<b>93</b>
Lisa 1. Küsimustik: 10-17-aastaste õpilaste õiguspärased ja -vastased meetmed õpiraskustest ning koolikiusamisest tulenevate pingete maandamiseks Eestis .....	93

## SISSEJUHATUS

Laste ja noorte elus täidab kool erilist rolli – veedavad nad ju suure osa oma ajast kas koolimajas või väljaspool seda õppeprotsessiga tegeledes. Haridusega seonduv muutub üha olulisemaks ka poliitikatasandil: 8. märtsil 2023.a algasid „/.../ Toompeal Stenbocki majas koalitsioonikõnelused Reformierakonna, Eesti 200 ja Sotsiaaldemokraatliku Erakonna delegatsioonide vahel, eesmärgiga sõlmida valitsuslepe.“<sup>1</sup> Muuhulgas rõhutas Eesti peaminister Kaja Kallas: „Hariduse puhul on tulevastel koalitsioonipartneritel ühisosa Eesti edu tagamisel palju haritud inimesi. Alustasime üldharidusest ning me lähme edasi üleminekuga eestikeelsele haridusele. Selleks, et väljakukkunud õpilaste hulka vähendada, muudame kohustuslikuks hariduse omandamise kuni 18. eluaastani või kutse omandamiseni.“<sup>2</sup> Kui see kava ellu viiakse, siis tihenevad noorte kontaktid kooliga veelgi ning seda suurema rolli omandab kool ka sotsialiseerimisagendina.

Sotsialiseerimine on protsess, mille käigus indiviid kohaneb ühiskonnaga, omandades selleks nii ühiskonnas tähtsaid teadmisi, väärtusi, norme kui ka käitumisviise. Kool on õpilaste jaoks üheks esimeseks sotsialiseerimisagendiks, mistõttu on koolil oluline roll nende sotsialiseerimise protsessis.<sup>3</sup> Eelnevast tulenevalt üritatakse leida vastuseid noorte õigusvastasele käitumisele just koolist<sup>4</sup>.

Justiitsministeeriumi poolt läbiviidavatest uuringutest nähtub, et alaealiste õigusrikkumiste arv on langustrendis. Kui aastal 2020 panid alaealised toime üle 5000 süüte, siis aastal 2022 registreeriti kokku 4177 süütegu.<sup>5</sup> Aastast-aastasse on alaealised küll aina seaduskuulekamad, kuid noorte poolt toimepandavate süütegude arv on endiselt üpriski suur.

---

<sup>1</sup> Koalitsiooniblogi. Võimuliidu läbirääkijad tahavad kehtestada koolikohustuse 18. eluaastani. – Õhtuleht, 17.03.2023. – <https://www.ohtuleht.ee/1081553/koalitsiooniblogi-voimuliidu-labiraakijad-tahavad-kehtestada-koolikohustuse-18-eluaastani> (24.03.2023).

<sup>2</sup> Koalitsiooniblogi (viide 1) (24.03.2023).

<sup>3</sup> Kaugia, S. Alaealine õigusliku vastutuse subjektina. – Õigus. Psühholoogia. Sotsioloogia: õppematerjale III. Tartu: OPS Tartu Ühing 2003, lk 148 – 150.

<sup>4</sup> Auväärt, L. Kaugia, S. Perekond ja lapsealiste kuritegevus. – Akadeemia 1995/10, lk 2180.

<sup>5</sup> Kuritegevus Eestis 2020. Alaealiste õigusrikkumised. – Justiitsministeerium. –

<https://www.kriminaalpoliitika.ee/kuritegevus2020/alaealiste-oigusrikkumised/> (11.04.2023); Kuritegevus Eestis 2021. Alaealiste õigusrikkumised. – Justiitsministeerium. –

[https://www.kriminaalpoliitika.ee/kuritegevus2021/alaealiste\\_page.html](https://www.kriminaalpoliitika.ee/kuritegevus2021/alaealiste_page.html) (11.04.2023); Kuritegevus Eestis 2022. Alaealiste õigusrikkumised. – Justiitsministeerium. –

<https://www.kriminaalpoliitika.ee/kuritegevus2022/alaealiste-oigusrikkumised/> (11.04.2023).

Läbi aastate on meedias palju tähelepanu pööratud koolikiusamisele, ning varasemate uuringutega on leitud, et nii koolikiusamise kui ka õpiraskuste all kannatavad õpilased panevad suurema tõenäosusega õigusrikkumisi toime<sup>6</sup>. Kuivõrd Eestis on ka juhtumeid, kus koolikiusamine on päädinud koguni enesetapuga<sup>7</sup>, siis on tegemist teemaga, millesse tuleks rohkem süveneda ning saada teada, kuidas õpilased tulevad toime õpiraskuste ja koolikiusamisega. Eriti oluline on siinkohal teadvustada, et need toimetulekumeetmed võivad olla nii õiguspärased kui ka õigusvastased, kusjuures viimaste hulgas võib olla ka tõsisid õigusrikkumisi.

Käesoleva magistritöö eesmärgiks on teada saada, milliseid õiguspäraseid ning õigusvastaseid meetmeid kasutavad õpilased vanuses 10-17 eluaastat pingete maandamiseks, mis on tekkinud neil seoses õpiraskuste ning koolikiusamisega.

Töö eesmärgi realiseerimiseks viis autor läbi ankeetküsitluse Eesti kooliõpilaste hulgas. Küsitluse sihtgrupiks olid 10-17-aastased põhikooli ning gümnaasiumiastme õpilased. Küsitlus viidi läbi ajavahemikul 28.02.2023 – 18.03.2023. Küsitluse eesmärkideks oli teada saada: 1) milliseid õiguspäraseid ja õigusvastaseid meetmeid kasutavad õpilased koolipingete maandamiseks ja 2) kas erinevad hetkel kasutusel olevad õiguspärased meetmed (sekkumisprogrammid, kvalifitseeritud koolipersonal, individuaalsed õppekavad), on küsitlusele vastanutele tuttavad ning kas nende silmis on tegu meetmetega, mis toovad kaasa tulemuslikkuse.

Ankeet (vt lisa 1) on koostatud kasutades Google Form keskkonda. Samas keskkonnas viidi küsitlus ka läbi. Küsimustikule vastas kokku 113 õpilast. Saadud andmeid kajastatakse töös interpreteerimise meetodi abil.

Töö autor püstitas uuringuga kontrollimiseks kaks hüpoteesi:

1. Õpiraskuste ning koolikiusamise all kannatavad õpilased kasutavad enim pingete maandamiseks õigusvastastest meetmetest alkohoolseid jooke;

---

<sup>6</sup> Markina, A., Žarkovski, B. Laste hälbiv käitumine Eestis. Justiitsministeerium: Tallinn 2014, lk 54. – [https://www.kriminaalpoliitika.ee/sites/krimipoliitika/files/elfinder/dokumendid/laste\\_kaitumise\\_uuring\\_2014.pdf](https://www.kriminaalpoliitika.ee/sites/krimipoliitika/files/elfinder/dokumendid/laste_kaitumise_uuring_2014.pdf) (12.12.2022).; Smith, P. K. School-based interventions to address bullying. – Estonian Journal of Education 2016/4, No 2, lk 145. – [http://eha.ut.ee/wp-content/uploads/2016/10/7\\_06a\\_smith.pdf](http://eha.ut.ee/wp-content/uploads/2016/10/7_06a_smith.pdf) (02.01.23).

<sup>7</sup> Jefimov, L-M. Aastatepikkune kiusamine võttis Heldin Noolelt elu. “Ma arvan, et minu mievikust on saanud minu olevik ja tulevik”. – Eesti Päevaleht 30.07.2020. – <https://epl.delfi.ee/artikkel/90587617/aastatepikkune-kiusamine-vottis-heldin-noolelt-elu-ma-arvan-et-minu-minevikust-on-saanud-minu-olevik-ja-tulevik> (18.03.2023).

2. Õpiraskuste ning koolikiusamise all kannatavad õpilased kasutavad enim pingete maandamiseks õiguspärastest meetmetest võimalust rääkida juhtunust sõpradele ja vanematele.

Magistritöö koosneb neljast peatükist. Esimeses peatükis tuuakse välja õpiraskuste olemus ja vaadeldakse riiklikke meetmeid, mis on kasutusel õpiraskustega toimetulekuks Eesti koolides.

Teises peatükis avatakse koolikiusamise mõiste ja selle nähtuse olemus. Käsitlemist leiavad erinevad programmid, mis on loodud koolikiusamisega toimetulekuks.

Magistritöö kolmandas peatükis käsitletakse õigusliku käitumise vormide võimalikke valikuid õpiraskustest ja koolikiusamisest tulenevate pingete maandamiseks.

Neljandas peatükis tuuakse välja läbiviidava uuringu eesmärk, metoodika, valim ning kajastatakse analüüsitud andmeid.

Magistritöö raames läbiviidud uuringu näol oli tegemist kvantitatiivse ja kvalitatiivse uurimisega ning saadud andmeid kajastatakse interpreteerimise ja andmetöötlusmeetodi abil. Tulemused esitatakse nii kirjalikult kui ka graafiliselt. Töö teoreetilise osa kirjutamiseks on kasutatud nii emakeelseid kui ka võõrkeelseid allikaid. Samuti leiab allikate loetelust seaduse eelnõude seletuskirju ning varasemalt samal teemal läbiviidud uuringute raporteid.

Töö märksõnad: alaealised, õigusrikkumised, õpiraskused, koolikiusamine.

# 1. ÕPIRASKUSED NING MEETMED NENDE LAHENDAMISEKS

## 1.1 Õpiraskused kui hariduslik erivajadus

“Tänapäeval määratletakse õpiraskusi ajutalitluse või aju struktuuri neurobioloogiliste hälvetena, mis seostuvad inimese taju, mälu, mõtlemise ja kõnega”<sup>8</sup>. Valdkondi, milles õpiraskused esineda võivad on mitmeid ning seega võivad õpiraskused väljenduda nii selles, kuidas inimene räägib või kirjutab kui ka selles, milline on tema arutlus- või meenusoskus. Samuti võivad õpiraskused tekitada inimeses raskusi teabe struktureerimises või ka nt arvutamisoskustes. Nii võib õpilastel olla probleeme keerukamate lausete ja teksti kui terviku mõistmisega ning sagedaseks probleemiks on ka raskused, mis on seotud kirjutamisega- eesti keeles tekitavad sellistel juhtudel enamasti raskusi sulghäälilikut. Õpiraskuste tekkimise ennetamise seisukohast on oluline, et eripedagoogiline sekkumine toimuks võimalikult kiiresti ning et sekkumine oleks kvaliteetne ja intensiivne. Muidugi on teatud juhtudel õpiraskuste väljaselgitamine keeruline, kuna tegemist on nähtamatu erivajadusega, mille tuvastamiseks ei piisa pelgalt õpilasele peale vaatamisest, vaid see vajab pikemaajalist jälgimist.<sup>9</sup>

Õpiraskuste olemust on defineeritud ka seoses õppimisteooriaga. Nii näiteks tulenevalt biheivioristlikust õppimisteooriast, mille kohaselt õpib inimene ainult reageerides keskkonna märguannetele ehk stiimulitele, on õpiraskus teadmiste defitsiit, mis on tekkinud teadmiste defektse omandamise kaudu, st õpilane ei ole suutnud omandada teadmisi, millele õppeprotsessis on rõhk asetatud. Selle käsitluse kohaselt vastutab õpiraskuste tekkimise eest õpilane üksinda. Sotsiaal-konstruktivistliku käsitluse kohaselt on õpiraskused aga probleemid, mis on tekkinud õpikeskkonna suhetes ning seejuures on vastutav kogu keskkond, mitte ainult õppija ise. Interaktiivse käsitluse kohaselt väljendab õpiraskus kommunikatsiooni puudulikkust koolis tuues esile erinevate komponentide (õpilane, õpetaja ja õpitav õppeaine) mõju õppimisele. Üldiselt võib siiski öelda, et õpiraskuste puhul on tegemist olukorraga, kus õpilane ei suuda omandada teadmisi õppeprogrammide järgi, mis on üles ehitatud vastavalt kooliasutuse väärtustele.<sup>10</sup>

---

<sup>8</sup> Kõrgesaar, J. Sissejuhatus hariduslike erivajaduste käsitlusse. Tartu: Tartu Ülikooli kirjastus 2020, lk 42. – [https://dspace.ut.ee/bitstream/handle/10062/69494/sissejuh\\_hariduslike\\_erivajadus\\_kastilus\\_veebi.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://dspace.ut.ee/bitstream/handle/10062/69494/sissejuh_hariduslike_erivajadus_kastilus_veebi.pdf?sequence=1&isAllowed=y) (28.12.2022).

<sup>9</sup> *Ibidem*, lk 21, 23, 41 – 42, 47 – 48 (28.12.2022).

<sup>10</sup> Martinson, M. Õpiraskused. Kelle probleem? Kust otsida lahendusi? Tallinn: Koolibri 2010, lk 11, 14 – 18.

Õpiraskustele võib viidata asjaolu, et õpilasel on probleeme tähelepanu juhtimise ja keskendumisega, õpilasel puudub enesekontroll (nt paljud õpiraskustes õpilased on väga kärsitud), ning õpilasel võib olla kartus ebaedu ees<sup>11</sup>. Üheks märgiks, et õpilasel on õpiraskusi, on asjaolu, et õppematerjalide mõistmine ning õppimine on õpilase jaoks keerulisem ja raskem kui see on tema eakaaslastele. Õpiraskusi võivad põhjustada ka erinevad puuded, mis raskendavad haridusvõimaluste kasutamist, õpilase sotsiaalne areng<sup>12</sup> ning ka üha enam kõneainet saav aktiivsus- ja tähelepanuhäire võib õpiedu halvendada. Samuti võib õpiraskustele viidata õpilase nõrk võime iseseisvalt ülesandeid lahendada, kuna üldiselt vajavad õpiraskustega õpilased kõrvalist abi ülesannete lahendamisel.<sup>13</sup>

Koolides on ühes klassiruumis koos enamasti 15 – 30 ühealast õpilast, kes kõik on omapärased ning erinevad üksteisest oma võimete, tausta ja isiku omaduste kaudu. Selline erisus õpilaste seas tingib aga aeg-ajalt vajaduse luua õpilastele erinev õpikeskkond, kuna kõik õpilased ei pruugi olla võimelised omandama uusi teadmisi samal harjumuspärasel viisil ning selliseid erinevusi nimetatakse hariduslikeks erivajadusteks.<sup>14</sup> Seega kui õpilasel esinevad õpiraskused, mis toovad endaga kaasa vajaduse kohaldada tema suhtes teistsugust õpet, on tegemist haridusliku erivajadusega<sup>15</sup>. Haridusliku erivajadusega õpilased õpivad enamasti tavakoolis koos teiste omaealiste lastega, kus peaks olema tagatud kõigile õpilastele kohane õpe ning seda nimetatakse kaasava hariduse põhimõtteks. Põhimõtte kohaselt tuleks tagada õpilastele õpe, mis oleks neile kohane ning seejuures tuleks vältida õpilaste survestamist omandamiseks oskusi, mille omandamine tekitab neile raskusi. Nii paigutatakse ka Eestis õpilane erikooli alles äärmuslikel juhtudel, kui õpilase hariduslik erivajadus on nii sügav, et tavaõppeasutuse pingutused ei ole toonud soovitud tulemust. Seega tuleks õpiraskuste ilmnemisel viia õppekava koos kõigi õpilastele antavate ülesannetega kooskõlla õpilase võimetega, vajadusel ka muuta paindlikumaks järgmisesse klassi üleviimise või eksamist läbisaamise nõudeid ning tagada talle vajalik tugisüsteem. Ressursid individuaalsete õppekavade ning programmide koostamiseks on sageli aga piiratud, kuna nappida võib nii raha kui ka professionaale, kes vastavat pedagoogilist abi anda oskaksid.<sup>16</sup>

---

<sup>11</sup> Martinson, M., lk 24.

<sup>12</sup> Thompson, J. Esmane teejuht hariduslike erivajaduste mõistmiseks. Tallinn: Archimedes 2013, lk 13, 49. – <https://www.digar.ee/arhiiv/nlib-digar:190192> (13.12.2022).

<sup>13</sup> Kõrgesaar, J., lk 57, 42 (28.12.2022).

<sup>14</sup> *Ibidem*, lk 10 – 11 (28.12.2022).

<sup>15</sup> Thompson, J., lk 13 (13.12.2022).

<sup>16</sup> Kõrgesaar, J., lk 16, 21, 44, 46 (28.12.2022).

Haridusliku erivajaduse keskseks põhimõtteks on kaasav haridus ning Haridus- ja Teadusministeerium on rõhutanud, et põhimõtte näol on tegemist põhiõigusliku eeldusega, mis tagab õpilaste võrdse kohtlemise võimaldades õppida kõigil oma elukohajärgses või valitud õppeasutuses sarnases vormis nagu toimub õpe tavapärase õppekorralduse puhul<sup>17</sup>.

Õpiraskuste kui haridusliku erivajaduse näol on tegemist probleemiga, mille puhul tuleb sekkuda võimalikult varakult. Kui õpiraskustel lasta süveneda, siis tekitab see õpilasele pingeid, mis võivad omakorda tuua kaasa muutusi õpilase käitumises, sh põhjustada käitumisraskusi<sup>18</sup>. Õpiraskuste leevendamiseks on oluline luua koolis keskkond, mis toetaks õpilase individuaalset arengut ning seejuures tuleks vähendada ootusi ühesuguste õpitulemuste saavutamiseks. Õppides sarnase õppekava järgi, oodatakse kõigilt ka ühesuguseid õpitulemusi; eesmärgiks võiks aga olla vähendada ühetaolisust ning keskenduda õpilastele kui indiviididele.<sup>19</sup>

## 1.2. Meetmed õpiraskustega toimetulekuks Eesti koolides

Kuivõrd hariduslike erivajadustega õpilaste puhul kehtib eeldus, et nad jätkavad õpingud tavaõppeasutuses, siis on Eestis kehtestatud nõue, et kõikides koolides peab olema üks töötaja (eripedagoog), kes tegeleks hariduslike erivajaduste koordineerimisega. Selline nõue kehtib Eestis 2011. aasta sügisest, kuid juba enne seda on olnud tavapärane, et koolides töötavad nt kas abiõpetajad, logopeedid, eripedagoogid vms, mistõttu saab öelda, et Eestis on tagatud juba aastakümneid võimalus õppida vastavalt õpilase vajadusele, kas nt väiksemas rühmas või käia järelaitamistundides.<sup>20</sup> Arvestades, et õpiraskustega õpilased vajavad ülesannete lahendamisel tuge, on selline lahendus üks alternatiividest, kuidas seda neile pakkuda nii, et abi oleks kättesaadav ja tõhus.

Haridus- ja Teadusministeeriumi panus õpiraskustega õpilaste tavapärasesse õpikeskkonda sobitamiseks on olnud suur, kuna nende tellimusel on antud välja ka kogumik Õpiraskustega õpilaste toetamine põhikoolis (ainealased metoodilised ja õppematerjalid). Kogumik annab juhtnööre õppeasutuste õpetajatele, kuidas muuta erinevate ainete õppekavu (nt eesti keel ja

---

<sup>17</sup> Haridus- ja teadusministeerium. Hariduslike erivajadustega õpilane. – <https://www.eesti.ee/et/haridus-ja-teadus/ueldharidus/haridusliku-erivajadusega-opilane> (13.12.22).

<sup>18</sup> Thompson, J., lk 49 (13.12.2022).

<sup>19</sup> Martinson, M., lk 24.

<sup>20</sup> Kõrgesaar, J., lk 46 (28.12.2022).

matemaatika) õpiraskustega õpilaste võimetele vastavaks ning kuidas osutada neile vajalikku õpiabi.<sup>21</sup>

Samuti kui vaadata haridusvaldkonna arengukava aastatel 2021-2035, siis sellekohaselt teise strateegilise eesmärgi üheks osaks on tagada õppijakeskne õpe, kus õpivõimalused oleksid valikurohked. Dokumendis on välja toodud ka mõiste õppijakesksus tähendus ning selle kohaselt võetakse õpilasi individidena, kelle erinevuste ja arenguvajadustega arvestatakse. Seeläbi üritatakse õpilast võimestada ning anda panus eluks vajalike omaduste ja oskuste arendamiseks (nt eneseanalüüsioskus, tegevusvõimekus, sotsiaalne heaolu jne). Arengukavas on välja toodud, et hetkel on üheks õppijakeskse õppe tagamise kitsaskohaks asjaolu, et ei tegeleta süsteemselt tehnoloogilise õppevara loomise ja kasutusele võtmisega, mis aitaks õpet kohandada ja personaliseerida.<sup>22</sup>

Riigipoolseks toetuseks õpiraskustega toimetulekuks on võimalus õppida lihtsustatud riiklikul õppekaval. Selline võimalus on tagatud põhikooli õpilastele ning seda reguleerib Vabariigi Valitsuse määrus Põhikooli lihtsustatud riiklik õppekava. Määrus kehtestab põhihariduse standardi neile õpilastele, kes vanemate nõusolekul ning koolivälise nõustamismeeskonna soovitusel õpivad lihtsustatud, toimetuleku- või hooldusõppes. Õppetöö toimub sellisel juhul individuaalse õppekava alusel, mis on koostatud vastavalt põhikooli- ja gümnaasiumiseaduse (PGS) §-s 18 sätestatud tingimustel ja korras.<sup>23</sup> PGS § 19 lg 2 kohaselt on võimalik lihtsustatud riikliku õppekava raames koostada individuaalset õppekava ainult koolivälise nõustamismeeskonna soovitusel, kuna sellisel juhul erisused õpilasele kohaldatavas õppekavas on suured võrreldes riikliku õppekavaga. Nii võib lihtsustatud õppekaval õppijal vähendada ja asendada riiklikus õppekavas ettenähtud õpitulemusi või vabastada õpilane sootuks mingi kohustusliku õppeaine õppimisest. Kui nii mastaapseid erisusi õpilasele ei ole vajalik võimaldada, võib õppeasutus kujundada õppe õpilasele vastavaks, tehes muudatusi nt õppeajas, õppeprotsessis või õppekeskkonnas.<sup>24</sup> Kui vaadata erinevate koolide kehtestatud lihtsustatud õppekavasid, siis on kõigis üheselt välja toodud, et lihtsustatud õppe puhul on lähtutud põhimõttest, mille kohaselt peaks õppetegevus vastama õpilase arengutasemele,

---

<sup>21</sup> Henno, I. (koost). Õpiraskustega õpilaste toetamine põhikoolis (ainealased metoodilised- ja õppematerjalid). Tallinn: Haridus- ja Teadusministeerium 2011. – <https://oppekava.ee/opiraskustega-opilaste-toetamine-pohikoolis-ainealased-metoodilised-ja-oppematerjalid/> (13.12.2022).

<sup>22</sup> Haridusvaldkonna arengukava 2021 – 2035. Tallinn: Haridus- ja teadusministeerium 2021, lk 8, 11, 25, 26. – [https://www.hm.ee/sites/default/files/documents/2022-09/eesti\\_haridusvaldkonna\\_arengukava\\_2035\\_seisuga\\_2020.03.27.pdf](https://www.hm.ee/sites/default/files/documents/2022-09/eesti_haridusvaldkonna_arengukava_2035_seisuga_2020.03.27.pdf) (02.01.2023).

<sup>23</sup> Põhikooli lihtsustatud riiklik õppekava. – RT I, 12.04.2022, 9.

<sup>24</sup> Põhikooli- ja gümnaasiumiseadus. – RT I, 04.11.2022, 7.

võimetele ja individuaalsetele erisustele, et seekaudu toetada õpilase arengut ning võimaldada kõigil omandada haridus vastavalt nende võimetele. Tagades õpilasele õigeaegselt temale vastav õppekava, on võimalik vältida õpingutest ja õpiraskustest tekkivaid pingeid, kuna sellisel juhul tagatakse lapsele kohane ja sobilik õpe, millega laps suuremate raskusteta toime tuleb.

## 2. KOOLIKIUSAMINE JA MEETMED SELLE LAHENDAMISEKS

### 2.1. Koolikiusamise mõiste ja olemus

Koolikiusamist on uuritud juba 1970ndatest aastatest. On jõutud seisukohale, et koolikiusamise näol on tegemist korduvate agressiivsete käitumismallidega, mis on suunatud isikute vastu, kes ei ole suutelised end kaitsma. Seejuures agressiivne käitumine nõrgema isiku osas on tahtlik ning kiusamisele on omane osapoolte ebavõrdne võimuseisund. Nõrgemate isikute peal rakendatakse nii füüsilist kui ka vaimset vägivalda (nt ründamine ja ähvardamine) ning kui vanasti kannatasid lapsed koolikiusamist ainult kooliseinte vahel või kooli vahetus läheduses, siis tänases maailmas on aktuaalne teema küberkiusamine, mille puhul saavad koolikaaslased vaimselt kiusata nõrgemat isikut koolipäeva lõppedes sotsiaalvõrgustike kaudu. Kuivõrd küberkiusamine toimub tihti osapoolte vahel, kes on omavahel koolikaaslased, siis on see koolikiusamise üks ilmingutest.<sup>25</sup> Eestis on varasemalt leidnud vähemalt korra kinnitust asjaolu, et koolikiusamise all kannatavad õpilased kogesid kodukeskkonnas kiusamist interneti teel<sup>26</sup>.

Rääkides koolikiusamise erinevatest võimalikest avaldumise vormidest, siis tuleks nii füüsilist kui ka vaimset vägivalda tõlgendada üsna laialt. Nii võib koolikiusamine sisaldada endas nii löömist, ründamist, narrimist, ähvardamist, asjade peitmist, lõhkumist kui ka kiustava tõrjumist ning tema kohta kuulujuttude levitamist<sup>27</sup>. Koolikiusamise puhul on tegemist grupifenomeniga ning enamasti kiusatakse neid õpilasi, kes erinevad üldsusest (nt on võimalik, et nende õpitulemused on paremad või nende väljanägemine on teistest erinevam vms)<sup>28</sup>. Kiusajad keskenduvad enamasti nendele kiusatava omadustele, mis on ainulaadsed. Selline käitumine tekitab kiusatavas tunde, et viga on temas, mistõttu soovitakse ennast ka muutma hakata. See omakorda võib avaldada suurt mõju kiusatava vaimsele ja füüsilisele tervisele.<sup>29</sup> Eestis on aastal 2015 tehtud koolikiusamist puudutav raport, mille kohaselt leiti

---

<sup>25</sup> Smith, P. K., lk 142 – 144, 154 (02.01.2023).

<sup>26</sup> Piksööt, J. Kiusamine. – Eesti kooliõpilaste tervisekäitumine. 2017/2018. õppeaasta uuringu raport. Tallinn: Tervise Arengu Instituut 2019, lk 42. –

[https://intra.tai.ee/images/prints/documents/157970053289\\_eeesti\\_kooliõpilaste\\_tervisekaitumine.pdf](https://intra.tai.ee/images/prints/documents/157970053289_eeesti_kooliõpilaste_tervisekaitumine.pdf) (13.12.2022).

<sup>27</sup> Farrington, D. P. jt. Effectiveness of Programs to Prevent School Bullying. – Campbell Systematic Reviews 2008/4, lk 2. – <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/epdf/10.1002/CL2.50> (12.12.2022).

<sup>28</sup> Seema, R. Koolikiusamine kui kasvatusprobleem, mis nõuab süsteemset sekkumist. – Õpetajate Leht 13.12.2019.

<sup>29</sup> Why do people bully? The scientific reasons. – Ditch the Label 19.09.2022. – <https://www.ditchthelabel.org/why-do-people-bully/> (12.12.2022).

samuti, et kiusamise põhjuseks peeti enamasti sellist aspekti, mille poolest erines kiusatav teistest<sup>30</sup>. Ühes hilisemas raportis, mis on Eestis tehtud, leiti, et kiusamise ohvriks langevad suurema tõenäosusega õpilased, kelle tervis on kehvem ning kelle õppeedukus on halvem. Koolikiusamise all kannatavad suurema tõenäosusega ka need õpilased, kellel esineb probleeme suhtluses oma vanematega ning kes on pärit vähemkindlustatud perekondadest ning sageli puutuvad kiusatavad kokku vaimse tervise probleemide ja meeleoluhäiretega.<sup>31</sup> Kiusajate ohvriks satuvad sageli ka need õpilased, kelle suhtes on vägivaldsed ka nende pereliikmed, seejuures on võimalik ka variant, et vägivaldsed on pereliikmed omavahel ning laps on kodus pealtvaataja rollis<sup>32</sup>.

Probleemi lahendamiseks on vaja aru saada, miks üldse kiusatakse. Sageli astuvad lapsed kiusaja rolli, kuna neil on endal suhteliselt madal enesehinnang ning nendeni on jõudnud arusaam, et vägivalla kaudu on võimalik saada teistelt tähelepanu ning saavutada soovitu. Kiusajate näol on tegemist lastega, kellel on probleeme oma tunnete väljendamisega, mistõttu on vajalik nende sotsiaalsete ja emotsionaalsete oskuste arendamine.<sup>33</sup> Tihti on kiusajad eelnevalt oma elus kogunud nende jaoks kas traumaatilist või stressirohket perioodi, milleks võib olla nt vanemate lahkumine, lähedase kaotus või hoopiski väiksema õe/venna lisandumine perekonda. Vahel on kiusamise põhjuseks ka asjaolu, et kiusaja on ka ise eelnevalt olnud kiusatava rollis või on tema kodus elus puudujäärke (turvatunde puudumine, vanemate vähene tähelepanu jne). Seega võiks öelda, et kiusajad kasutavad vägivalda oma negatiivsete tunnete ja emotsioonide allasurumiseks. Kiusajatest suurem osa on tihti poisid, kelle puhul ühiskond soosib oma emotsioonide varjamist, sest emotsioonide näitamisel peetakse poisse nõrkadeks. Tihti öeldakse poistele oma tunnete näitamisel, et nad käituisid nagu mehed, st lapsest saadik suunatakse neid oma tundeid ja emotsioone alla suruma.<sup>34</sup> Tihti on koolikiusajate näol tegemist lastega, kelle vanemad elatuvad sotsiaaltoetustest ega hooli sellest, kus või kellega laps vabal ajal on<sup>35</sup>. Varasemalt mainitud koolikiusamist puudutavast raportist tulenes samuti, et Eestis kiusamise ohvriks langenud õpilaste arvates olid kiusajate peamisteks motiivideks asjaolu, et kiusajad ei osanud toime tulla oma emotsioonide ja

---

<sup>30</sup> Eesti-Rootsi Vaimse Tervise ja Suitsidoloogia Instituut. Kiusamine koolis. Uuringu raport. Tallinn: Tallinna Tehnikaülikooli Õiguse instituut 2015, lk 4. – <https://humanrights.ee/app/uploads/2017/01/Uuring-kiusamisest-koolis.pdf> (15.01.2023).

<sup>31</sup> Piksööt (viide 26), lk 39 (13.12.2022).

<sup>32</sup> Markina, A., Žarkovski, B., lk 60 (12.12.2022).

<sup>33</sup> Seema, R.

<sup>34</sup> Why do people bully? The scientific reasons (viide 29) (12.12.2022).

<sup>35</sup> Markina, A., Žarkovski, B., lk 60 (12.12.2022).

muredega, kiusajad soovisid saada juurde populaarsust ning saavutada võimu. Kiusajad ise selgitasid oma käitumist sellega, et nad soovisid seeläbi vältida iseenda kiusatavaks sattumist või/ja arvasid, et selline käitumine on naljakas. Lisaks kasutas nii mõnigi kiusaja kiusamist kättemaksu vahendina.<sup>36</sup>

Koolikiusamine võib kiusatavale tekitada käitumisprobleeme, mis võivad viia omakorda edasises elus kuritegelikule teele. Tihti on kiusamise all kannatavatel lastel madal enesehinnang, depressioon või koguni enesetapumõtted, mistõttu on koolikiusamine laiaulatuslik probleem, millesse tuleks sekkuda.<sup>37</sup>

Koolikiusamise tagajärjeks on enamasti ka õpiedukuse langus. Varasemalt on leitud PISA 2018 testide põhjal, et õpilaste tulemused, kes kannatasid koolikiusamise all, olid nõrgemad kui õpilastel, keda ei kiusatud. Seda võib omakorda tingida asjaolu, et kiusatavad lapsed puuduvad sagedamini koolist ning nad ei ole nii elurõõmsad kui teised.<sup>38</sup> 2017/2018 õppeaasta kooliõpilaste tervisekäitumist kajastavast raportist järeldus niisamuti, et õpilastele, kes olid kogenud koolis kiusamist või olid koolikiusamisest mingil moel osa saanud, ei meeldinud kooliskäimine nii väga kui neile õpilastele, kellel koolikiusamisega kokkupuude puudus<sup>39</sup>. Koolikiusamine mõjutab õpilaste elu ka pikas perspektiivis ning seda just suhete loomise ning tööalase toimetuleku aspektist<sup>40</sup>. Kuigi olukord tundub nukker, on meeldiv tõdeda, et koolikiusamine on aastate lõikes siiski vähenenud.<sup>41</sup>

## 2.2. Riiklikud meetmed koolikiusamise vähendamiseks Eestis

Haridus- ja Teadusministeerium on andnud oma panuse kiusamise vähendamiseks ja ennetamiseks koolides olles abiks kiusamisvaba haridustee koalitsiooni (KVHT) loomisele. Tegemist on koalitsiooniga, kuhu on kokku koondatud erinevad sekkumisprogrammid, mida

---

<sup>36</sup> Eesti-Rootsi Vaimse Tervise ja Suitsidoloogia Instituut (viide 29), lk 4 (15.01.2023).

<sup>37</sup> Smith, P.K., lk 145 (02.01.2023).

<sup>38</sup> Seema, R.

<sup>39</sup> Piksööt, J. Koolielu ja sõbrad. Eesti kooliõpilaste tervisekäitumine. 2017/2018. õppeaasta uuringu raport. Tallinn: Tervise Arengu Instituut 2019, lk 32. – [https://intra.tai.ee/images/prints/documents/157970053289\\_eeesti\\_kooliopilaste\\_tervisekaitumine.pdf](https://intra.tai.ee/images/prints/documents/157970053289_eeesti_kooliopilaste_tervisekaitumine.pdf) (13.12.2022).

<sup>40</sup> Piksööt (viide 26), lk 38 (13.12.2022).

<sup>41</sup> Oja, L (toimetaja). Kokkuvõtte. Eesti kooliõpilaste tervisekäitumine. 2017/2018. õppeaasta uuringu raport. Tallinn: Tervise Arengu Instituut 2019, lk 9. – [https://intra.tai.ee/images/prints/documents/157970053289\\_eeesti\\_kooliopilaste\\_tervisekaitumine.pdf](https://intra.tai.ee/images/prints/documents/157970053289_eeesti_kooliopilaste_tervisekaitumine.pdf) (13.12.2022); Piksööt (viide 26), lk 38 (13.12.2022).

õppeasutused saavad koolikiusamise vähendamiseks ja ennetamiseks kasutada. Kiusamisvaba haridustee koalitsiooni kuuluvad näiteks järgmised sekkumisprogrammid: kasvamisrõõm, Kiusamisest Vabaks, Salliv Kool, Vaikuseminutid ja ka KiVa kiusamisvastane programm.<sup>42</sup>

Sekkumisprogrammide kohta koolis on erinevaid arvamusi ning teatud juhtudel on leitud, et sekkumisprogrammid ei too endaga kaasa ülemäära suurt edu kiusamise vähendamiseks. On leitud, et kiusatakse enamasti teatud sotsiaalse võimu saavutamiseks, mistõttu puudub kiusajatel ka huvi programmide jälgimiseks ning see on omakorda põhjuseks, miks sekkumisprogrammid tõhusad ei pruugi olla<sup>43</sup>. Varasemalt on ka leitud, et sekkumisprogrammid koolis võivad olla üsnagi edukad koolikiusamise vähendamiseks, kuid seejuures on eristatud erinevaid komponente, mida sekkumisprogramm sisaldama peaks. Seega võib öelda, et sekkumisprogramm on edukas ja tulemusele orienteeritud, kui programm sisaldab endas harivaid videomaterjale, reeglite kehtestamist kooliruumides ning koolitöötajate ja lapsevanemate koolitamist. Sekkumisprogrammi tulemuslikkusele aitaks kaasa ka järelevalve suurendamine ruumides ning kohtades, kus koolikiusamine võidakse toime panna. Selleks, et sekkumisprogrammid kannaksid vilja ka pikas perspektiivis, on vajalik hoida probleemi aktuaalsena ning probleemi ennetamisega pidevalt tegeleda.<sup>44</sup>

Huvitav oleks välja tuua ka lasteombudsmani soovitusel juhuks, kui õpilane on sattunud koolikiusamise alla. Selle kohaselt tuleks õpilasel asuda ennast kaitsma – väljendada oma tundeid selles osas, mis talle ei sobi või vältida kontakti kiusajatega. Samuti tuleks kiustaval pöörduda täiskasvanu poole oma murega, kelleks võib olla ka nii koolipsühholoog või sotsiaalpedagoog. Üheks võimalikuks variandiks on pöörduda ka politsei või lasteabi poole, kui kiusamise näol on tegemist tõsisema juhtumiga. Rõõm on tõdeda, et soovitude all on rõhutatud, et kiusatav ei tohiks vagusi kannatada ja loota, et kiusamine lõpeb, kuna selliselt kannatamine mõjuks rusuvalt õpilase tervisele.<sup>45</sup>

---

<sup>42</sup> Kiusamisvaba haridustee koalitsioon. – <https://kvht.ee/koolile/> (15.01.2023).

<sup>43</sup> Ferguson, C.J. jt. The Effectiveness of School-Based Anti-Bullying Programs. A Meta-Analytic Review. – *Criminal Justice Review* 2007/32, lk 411. – <https://christopherjferguson.com/bully.pdf> (12.01.2023).

<sup>44</sup> Smith, P.K., lk 151, 157 (02.01.2023).

<sup>45</sup> Kahre, T. jt. Lasteombudsman. Mida teha, kui sind kiusatakse. Õiguskantsleri Kantselei 2017 – <https://www.oiguskantsler.ee/kool-kiusamisest-vabaks/mida-teha-kui-sind-kiusatakse.html> (11.01.2023).

### 2.2.1. Sekkumisprogramm KiVa

Üheks populaarseks ja rahvusvaheliselt kasutusel olevaks sekkumisprogrammiks koolides on teaduspõhine KiVa kiusamisvastane programm. Kiusamisvastase programmi nimi KiVa on lühend terminist “*Kiusaamista Vastaan*”, mis tähendab otsetõlkes “kiusamise vastu” ning lühendatud nimi “KiVa” tähendab tõlkes lahke/tore. Programm on välja töötatud Turku Ülikoolis ning seda peetakse üheks tõhusaimaks programmiks koolikiusamise ennetamiseks. KiVa programmi eristab teistest sekkumisprogrammidest aspekt, mille kohaselt keskendutakse ka pealtvaatajate reageeringutele kiusamise suhtes (nt kui kiusamine ei paku pealtvaatajatele rõõmu ega naeru, vaid toob kaasa hukkamõistu, siis kaob ka tahe ja motivatsioon kiusata). Esimesed tulemused KiVa programmi kasutamisest peaksid ilmnema ligikaudu 9 kuu möödumisel.<sup>46</sup> Lisaks sellele, et sekkumisprogramm KiVa keskendub pealtvaatajate reageeringutele, on KiVa programmis lähtutud ka eeldusest, et kiusajad kiusavad teatud võimu saamiseks. KiVa programm hõlmab endas tegevusi kõikidele õpilastele (nt klassitunnid kiusamise teemal, mida õpetajad läbi viivad ning mille peamiseks eesmärgiks on just pealtvaatajate reageeringute ja käitumise mõjutamine), sh on eraldi tegevused olemas neile, kes on kiusamisega mingil moel kokku puutunud (nt näeb KiVa programm ette, et koolis luuakse KiVa meeskond, kes tegeleb konkreetsete kiusamisjuhtumitega).<sup>47</sup> KiVa programmis on silmas peetud lisaks õpilastele ja koolipersonalile ka lapsevanemaid ning ka neid üritatakse programmi kaudu kiusamisest teadlikumaks muuta (nt edastatakse vanematele juhendid selle kohta, kuidas tunda ära, kas nende laps on kiusamise ohver või mitte).<sup>48</sup>

KiVa programmi kasutamine Soomes on toonud kaasa positiivseid tagajärgi, kuna sekkumisprogrammi kasutamise järel vähenes koolikiusamine jõudsalt ning seda nii küberkiusamise kui ka tavalise kiusamise vormis<sup>49</sup>. Hollandi koolide tulemuste põhjal võib samuti öelda, et KiVa kiusamisvastane programm aitab kaasa kiusamise vähenemisele. Tulemusi nähti juba peale aastast sekkumisprogrammi kasutamist, kuid märkimisväärsed

---

<sup>46</sup> Haataja, A. jt. The KiVa antibullying curriculum and outcome: Does fidelity matter? – *Journal of School Psychology* 2014/52, lk 480 – 482. – <https://doi.org/10.1016/j.jsp.2014.07.001> (12.01.2023).

<sup>47</sup> Swift, L.E. jt. Teacher factors contributing to dosage of the KiVa anti-bullying program. – *Journal of School Psychology* 2017/ 65, lk 102-103. – [10.1016/j.jsp.2017.07.005](https://doi.org/10.1016/j.jsp.2017.07.005) (12.01.2023).

<sup>48</sup> Menesini, E., Nocentini, A. KiVa Anti-Bullying Program in Italy: Evidence of Effectiveness in a Randomized Control Trial. – *Prevention Science* 2016/17, lk 1013. – <https://doi.org/10.1007/s11121-016-0690-z> (12.01.2023).

<sup>49</sup> Smith, P.K., lk 154 (02.01.2023).

tulemused ilmnesid pikemaajase kasutamisel.<sup>50</sup> Sekkumisprogrammi KiVa kasutamine Itaalias andis samuti positiivseid tulemusi. Programmi kasutamise järel muutus paremaks kaasõpilaste suhtumine kiusatavasse, empaatiavõime suurenes ning kiusamine ja ohvriks langemine vähenes. Eriti tõhus oli programm algklassides, kus kiusamine vähenes 51%. Suuremates klassides (nt 7-9.klass) programm aga nii märkimisväärseid tulemusi ei anna, kuna vanematele õpilastele omaks saanud kiusamisega seotud põhimõtteid on raskem mõjutada.<sup>51</sup>

Eestis on KiVa kiusamisvastase programmi ametlikuks partneriks SA Kiusamisvaba Kool, kes tegeleb programmi teadvustamise ja levitamisega Eestis<sup>52</sup>. Eesti õppeasutustes on samuti KiVa sekkumisprogramm oma koha leidnud ning seda rakendatakse nii linna- kui ka maakoolides. Eesti koolide pinnalt võib öelda, et KiVa kiusamisvastast programmi kasutavates koolides on kiusamise esinemise protsent väiksem kui nendes koolides, kes on alles alustanud KiVa kiusamisvastase programmi kasutamist. Enim avaldab KiVa kiusamisvastase programmi kasutamine mõju esimese kooliastme õpilastele, kelle puhul on programmi kasutamine esile toonud suurima erinevuse KiVa programmi kasutavate koolide ning KiVa programmiga alles alustavate koolide vahel. Nii kogevad KiVa programmiga pikemaajase koostööd teinud õppeasutuste esimese kooliastme õpilased koolikiusamist väiksema tõenäosusega kui need esimese kooliastme õpilased, kelle õppeasutus on alles liitunud vastava programmiga.<sup>53</sup>

### 2.2.2. Sekkumisprogramm Kasvamisrõõm

Tõhus meetod vägivalda ja kiusamise vähendamiseks koolides on õpilastele sotsiaalemotsionaalsete oskuste õpetamine ning sekkumisprogramm Kasvamisrõõm (ingl. k

---

<sup>50</sup> Huitsing, G. jt. A Large-Scale Replication of the Effectiveness of the KiVa Antibullying Program: a Randomized Controlled Trial in the Netherlands. – Prevention Science 2020/ 21, lk 627. – <https://doi.org/10.1007/s11121-020-01116-4> (15.01.2023).

<sup>51</sup> Menesini, E., Nocentini, A., lk 1012, 1019 –1020 (12.01.2023).

<sup>52</sup> Treial, K. Tõendus põhine kiusamise ennetamine koolides – milleks ja kuidas? – Sotsiaaltöö 31.12.2019.

<sup>53</sup> Treial, K. Õpilaste kogemused kiusamisega 2021.aasta KiVa programmi õpilasküsitluse põhjal. Tulemused teisel COVID-i kevadel. SA Kiusamisvaba Kool, lk 5, 6 – [https://www.kiusamisvaba.ee/app/uploads/2022/08/Opilastekogemusedkiusamisega2021KiVaprogrammiRAPO\\_RT\\_toimetatud.pdf](https://www.kiusamisvaba.ee/app/uploads/2022/08/Opilastekogemusedkiusamisega2021KiVaprogrammiRAPO_RT_toimetatud.pdf) (15.01.2023).

*Lions Quest Skills for Adolescence*) seda mõtet endas kannabki.<sup>54</sup> Sekkumisprogramm Kasvamisrõõm on loodud *Lions Clubs International Foundation* poolt ning on kasutusel sadades riikides üle maailma.<sup>55</sup> Programmi eesmärgiks on arendada noorte sotsiaalseid ja emotsionaalseid oskuseid erinevate elujuhtumitega toimetulekuks ja kujundada noorte minapilti, mis vastaks 21. sajandile. Programmi kaudu üritatakse tõsta nii noorte eneseteadlikkust kui ka sotsiaalset teadlikkust, arendada nende oskust iseseisvalt tegutseda, oskust vastu võtta vastutustundlikke otsuseid ning lisaks arendada noorte suhtlemisoskust. Eelmainitud oskuste arendamise eesmärgiks on aidata kaasa turvalise ja toetava õpikeskkonna loomisele, suurendada nii austust, lahkust kui ka ausust üksteise vastu ning tagada noorte edukus edasises elus (julgevad võtta vastutust ja on produktiivsed, oskavad luua ja hoida positiivseid suhteid jms).<sup>56</sup>

Senini on sekkumisprogramm andnud tulemusi paljudes riikides, eriti on programmi efektiivsust jaatatud Euroopa riikides. Nii on nt tõdetud, et sekkumisprogrammi kasutamine Norras tõstis noorte enesehinnangut ning sotsiaalset teadlikkust, samuti aitas kaasa sellele, et noored proovisid alkohoolseid jooke ja uimasteid hilisemas eas. Saksamaal läbiviidud uuring näitas samuti, et programm aitab kaasa noorte tubakatoodete tarvitamise vähendamisele, kuna sekkumisprogrammis osalenud noored omasid suuremat vastupanuvõimet tubakast keeldumiseks ning samuti motiveeris programm tubakat regulaarselt tarvitavatel noortel sellest loobuda. Sekkumisprogrammi kasutamine Austrias näitas, et programmi kasutamise järel oli kiusamine vähenenud ning õhkkond klassides muutus positiivsemaks.<sup>57</sup>

Eestis on programm kasutusel Kasvamisrõõm nime all ning tegemist on ennetusprogrammiga, mille raames koolitatakse 2005. aastast noortega tegelevaid isikuid (õpetajad, sotsiaaltöötajad, noorsoopoliitseinikud). Programmi tõhususe tuvastamiseks ei ole Eestis ühtegi uuringut läbi viidud.<sup>58</sup>

---

<sup>54</sup> Beselia, N. LIONS Quest Program for Prevention of Violence & Bullying in Schools. – Georgia Today 08.02.2018. – <http://gtarchive.georgiatoday.ge/news/9053/LIONS-Quest-Program-for-Prevention-of-Violence-&-Bullying-in-Schools> (12.03.2023).

<sup>55</sup> Maalouf, W. jt. Lions Quest for Adolescence Program as a School Intervention to Prevent Substance Use – a Pilot Study Across Three South East European Countries. – Prevention Science 2019/20, lk 557. – <https://doi-org.ezproxy.utlib.ut.ee/10.1007/s11121-019-01012-6> (12.03.2023).

<sup>56</sup> Jansson, M. Does prevention have any impact on substance use among teenagers? – Education and Health 2019/37, No 3, lk 80 – 81. – <https://sheu.org.uk/sheux/EH/eh373mj.pdf> (12.03.2023).

<sup>57</sup> Maalouf, W. jt. lk 557 (12.03.23).

<sup>58</sup> Kiusamisvaba haridustee koalitsioon (12.03.2023).

### 2.2.3. Sekkumisprogramm Kiusamisest Vabaks

Nii nagu eelpool mainitud sekkumisprogrammid, on ka programm Kiusamisest Vabaks võetud üle teistelt riikidelt. Kiusamisest vabaks (ingl. k *Free of Bullying*) on alguse saanud 2007. aastal Taanist ning selle loomise taga seisavad *Save the Children Denmark* ja *The Mary Foundation*.<sup>59</sup> Sekkumisprogrammi kasutatakse paljudes erinevates riikides, mille seast leiab lisaks Eestile ja Taanile ka nt Prantsusmaa, Rumeenia, Islandi ja ka Gröönimaa.<sup>60</sup>

Sekkumisprogramm on mõeldud kasutamaks lasteaedades, eelkoolides ja algklassides ning selle eesmärgiks on vähendada kiusamist ja ümbritseda lapsi positiivse ning turvalise keskkonnaga.<sup>61</sup> Programmiga soovitakse erinevate õppematerjalide kaudu ennetada kiusamist luues selleks lastes tugeva kogukonnatunde. Sekkumisprogrammile on iseloomulik metoodiline kohver, mis on kokku pandud vastavalt laste vanustele (imikutele ja väikelastele mõeldud kohver, koolieelsetele lasteasutustele mõeldud kohver ja algkoolidele mõeldud kohver). Nii võib kohvrast leida nii kaisukaru, vestluskaarte, muusikaprogramme jms.<sup>62</sup> Tegemist on nn tööriistadega, millega õpetajad ja lapsed koos töötavad ning seeläbi üritatakse juurutada lastesse häid sotsiaalseid tavasid. Programmile iseloomulik kaisukaru ehk Suur Sõber Karu mõte on selles, et see on kõikide laste sõber ning seeläbi julgustab ka lapsi üksteise vastu sõbralikumad olema, tuletades ühtlasi neile meelde sekkumisprogrammi baasväärtusi, milleks on sallivus, austus, hoolivus ja julgus.<sup>63</sup> Programmi loojate arvates põhinebki kiusamine just nendel neljal väärtusel ning kiusamise näol on tegemist sotsiaalse, kultuurilise ja suhtelise nähtusega.<sup>64</sup> Varasemalt on leitud, et programmi kasutamisel on positiivne mõju laste sotsiaal-emotsionaalsete oskuste tugevnemisele (nt oskus väljendada oma tundeid ning mõista teiste tundeid, suurem empaatiavõime, meeskonnatöö paraneb jms). Seega võib öelda, et programm suurendab laste empaatiavõimet ja üksteisega arvestamise

---

<sup>59</sup> Summary of „Free of bullying and children’s socio-emotional skills“. – Rambøll. The Mary Foundation & Save the Children Denmark 2017, lk 3. – [https://www.freeofbullying.com/wp-content/uploads/2021/02/Summary-FoB-and-childrens-socio-emotional-skills\\_Nov17\\_DOWNLOAD\\_0.pdf](https://www.freeofbullying.com/wp-content/uploads/2021/02/Summary-FoB-and-childrens-socio-emotional-skills_Nov17_DOWNLOAD_0.pdf) (12.03.2023).

<sup>60</sup> The Free of Bullying competence centre. – <https://www.freeofbullying.com/about-us/> (12.03.23).

<sup>61</sup> Jakobson, M. Ostergaard, H. Free of Bullying. – The Mary Foundation & Save the Children Denmark 2017, lk 2 – 3. – [https://tes.edu.ee/wp-content/uploads/2018/08/Free\\_of\\_Bullying\\_leaflet.pdf](https://tes.edu.ee/wp-content/uploads/2018/08/Free_of_Bullying_leaflet.pdf) (12.03.2023).

<sup>62</sup> Summary of „Free of bullying and children’s socio-emotional skills“ (viide 59), lk 3 (12.03.2023).

<sup>63</sup> Jakobson, M. Ostergaard, H., lk 4 (12.03.2023).

<sup>64</sup> Summary of „Free of bullying and children’s socio-emotional skills“ (viide 59), lk 3 (12.03.2023).

oskust ning eriti tõhusaks osutub programm siis, kui asutused kaasavad sellesse ka lapsevanemaid.<sup>65</sup>

Sekkumisprogrammi eestvedajaks Eestis on MTÜ Lastekaitse Liit ning seda kasutatakse Eesti laste seas juba aastast 2010. Eestis kasutatakse programmi nii lastehoidudes, lasteaedades kui ka koolides.<sup>66</sup> Tutvudes erinevate koolide ja lasteaedade kodulehekülgedega nähtub, et programmi kasutatakse nt nii Tallinna Inglise Kolledžis, Võru Kreutzwaldi koolis, Kolkja lasteaias kui ka nt Tartu lasteaias Klaabu.

#### 2.2.4. Sekkumisprogramm Salliv Kool

Salliv Kool, mille eesmärgiks on harida noori kiusamise teemadel ning teha kiusamisvastast teavitustööd, on alguse saanud kolme organisatsiooni koostöös, kui üheskoos leppisid Eesti Õpilasesinduse Liit, Lastekaitse Liit ja MTÜ Foorumteater kokku kampania „Ma ei ole poksikott“ algatamises.<sup>67</sup> Salliva Kooli näol on tegemist üle-eestilise programmiga, mis on alguse saanud 2016. aasta märtsist.<sup>68</sup> Teistest sekkumisprogrammidest erineb see selle poolest, et välja ei ole töötatud mitte erinevaid õppematerjale koolidele või koolieelsetele lasteasutustele kasutamiseks, vaid nt korraldatakse sallivuskonverentse, kus üheskoos arutlevad koolikiusamise lahenduste üle nii eksperdid kui ka õpilased. Salliv Kool üheks tegevusalaks on veel iga-aastase projektikonkurssi „Teeme enda koolist salliva kooli!“ läbiviimine.<sup>69</sup>

Meeldiv on tõdeda, et koolid reklaamivad sallivuskonverentsi toimumist oma kodulehekülgedel ning konverentsidel osaletakse ka terve klassiga. Programmi raames viiakse läbi ka Foorumteatri etendusi, mille raames etendatakse mitmeid stseene erinevatest kiusamise olukordadest ning seejärel arutatakse üheskoos, millised olid nähtud probleemkohad ning mis võiks mingil juhul lahenduseks olla. Nii on nt toimunud

---

<sup>65</sup> Summary of „Free of bullying and children’s socio-emotional skills“ (viide 57), lk 5 – 6 (12.03.2023).

<sup>66</sup> Kiusamisest vabaks! Free of Bullying. – <https://kiusamisestvabaks.ee/programmist/kiusamisest-vabaks/> (12.03.2023).

<sup>67</sup> Eesti Õpilasesinduste Liit. Salliv Kool. – <https://sallivkool.ee/> (12.03.2023).

<sup>68</sup> Eesti Õpilasesinduste Liidu tegevusaruanne 2015/2016. Ülevaade EÕEL-i eesmärkidest ja töökorraldusest perioodil 07.03.2015 kuni 01.04.2016. Eesti Õpilasesinduste Liit, lk 10, 12, 22. – [https://opilasliit.ee/wp-content/uploads/2021/04/2015-2016-Tegevusaasta-aruanne\\_EOEL.pdf](https://opilasliit.ee/wp-content/uploads/2021/04/2015-2016-Tegevusaasta-aruanne_EOEL.pdf) (12.03.2023).

<sup>69</sup> Kiusamisvaba haridustee koalitsioon (12.03.2023).

Foorumteatri etendused Jüri Gümnaasiumis.<sup>70</sup> Sellist etenduse lavastamist on peetud heaks vahendiks, kuidas õpilastele kiusamise olemust lahti mõtestada, kuid oluline võtmesõna sellise etenduse edukusel on põhjalik ettevalmistus<sup>71</sup>.

Huvitav on märkida, et aastal 2022 toimus sallivuskonverents „Kuidas teha enda koolist salliv kool?“ veebi teel ning konverentsil keskenduti ukrainlastele, kes on Eesti koolidesse sattunud.<sup>72</sup>

### 2.2.5. Sekkumisprogramm Vaikuseminutid

Vaikuseminutid programmi veab MTÜ Vaikuseminutid alates 2015. aastast. Tegemist on ennetusliku sekkumisprogrammiga, mida kasutatakse igas vanuses inimeste peal ning mille raames keskendutakse pingete ja stressiga toime tulemisele. Programmi eesmärgiks on arendada inimestes oskust kaitsta oma vaimset tervist ning vähendada pingete väljajelamist teiste isikute peale. Vaikuseminuti osaleja peaks seega saavutama suurema eneseteadlikkuse ning omama enda üle suuremat kontrolli.<sup>73</sup> Samuti peaks programm suurendama hoolivust nii endasse kui ka teistesse inimestesse ning programmi eestvedajad on eesmärgi saavutamiseks välja töötanud nii audioharjutused, praktilise käsiraamatu kui ka mitmeosalised kursused, mis peaksid õpetama praktilisi oskusi stressi ja erinevate emotsioonidega toimetulekuks.<sup>74</sup>

Vaikuseminutite programmi mõju on varasemalt Eestis ka tuvastatud. Nimelt viis Tartu Ülikool 12 koolis läbi mõju-uuringu, milles osales üle 700 õpilase ja üle 300 õpetaja. Mõju-uuringu mõõtevahendiks oli stressitaseme määramine vereproovidest ning uuringuga leiti, et Vaikuseminutid programmis osalenud noortel oli stressitase madalam võrreldes teiste õpilastega, samuti ei olnud nad teistega võrreldes nii kurnatud, mistõttu oli ka nende keskendumisvõime parem. Samuti koolides, kus jälgiti Vaikuseminutite keskendumisharjutuste tegemist korrektselt, st tehti neid kolm korda päevas, vähenesid lastel ka ärevus ning paanikahood. Vaikuseminutid programmiga on liitunud koolid üle Eesti (nt

---

<sup>70</sup> Foorumteatri etendused „Salliv kool“ projekti raames. Jüri Gümnaasium 2017. – <https://www.jyri.edu.ee/foorumteatri-etendused-salliv-kool-projekti-raames> (12.03.2023).

<sup>71</sup> Cleary, M., Sullivan, G., Sullivan, K. Kiusamine koolis. Mis see on ja kuidas sellega toime tulla. Tartu: AS Atlex 2004, lk 188, 206.

<sup>72</sup> Eesti Õpilasesinduste Liit. Sallivuskonverents 2022. – <https://sallivkool.ee/sallivuskonverents/> (12.03.2023).

<sup>73</sup> Kiusamisvaba haridustee koalitsioon (12.03.2023).

<sup>74</sup> MTÜ Vaikuseminutid. MTÜ sihid ja dokumendid. – <https://vaikuseminutid.ee/mtu-sihid-ja-dokumendid/> (12.03.2023).

leiab programm Vaikuseminutid kasutamist nii Tallinnas, Rakkes kui ka Põlvas).<sup>75</sup> Samuti on koolitatud erinevate asutuste, nt Tartu Ülikooli, Pärnu Haigla ja Sotsiaalkindlustusameti töötajaid, mistõttu võib öelda, et programm leiab kasutust igas eluvaldkonnas.<sup>76</sup>

#### 2.2.6. Sekkumisprogramm VEPA Käitumisoskuste Mäng

VEPA Käitumisoskuste Mäng on ennetusprogramm, mille aluseks on võetud *PAX Good Behavior Game*. Programm on Eestis kasutusel alates 2014/2015 õppeaastast ning see on mõeldud rakendamiseks 1.- 6. klassis.<sup>77</sup>

VEPA Käitumisoskuste Mängu programmi raames kasutavad koolid erinevaid elemente õpilaste käitumise suunamiseks ja nende tähelepanu saamiseks. Nii on programmi raames koolides kasutusel nt suupill, nimepulgad, taimer, sobib/ei sobi kaardid, VEPA hääled jms. Psühholoogilise turvatunde ning sotsiaalsete oskuste arendamise jaoks on VEPA programmi raames välja töötatud elemendid nagu VEPA visioon, kiidud, memme vigurid ja VEPA rollid. Igal elemendil on programmi raames kindel eesmärk, nt VEPA visiooni mõte seisneb selles, et õpilased loovad üheskoos visiooni klassist, kus neil on hea olla ning seejärel on õpilased alimad ka oma käitumist vastavalt visioonile korrigeerima. Element kiidud arendab õpilasi tunnustama ja märkama üksteise positiivset käitumist ning memme vigurid on justkui preemia, mille nimel õpilased koos pingutavad.<sup>78</sup> Lisaks on eraldi programmi osaks ka VEPA mäng, mida õpetajad saavad rakendada paralleelselt õppetegevusega ning mille eesmärgiks on õpetada õpilastele oma käitumise kontrollimist.<sup>79</sup> VEPA Käitumisoskuste Mäng programmiga on liitunud samuti koolid üle Eesti ning programm leiab rakendamist nii Tallinnas, Haapsalus, Viljandis, Põlva kui ka nt Sinimäel.<sup>80</sup>

---

<sup>75</sup> Jung, N. Eesti õpilaste stress vähenes „Vaikuseminutite“ programmiga. – Õpetajate Leht 07.02.2022. – <https://opleht.ee/2022/02/eesti-opilaste-stress-vahenes-vaikuseminutite-programmiga/> (12.03.2023).

<sup>76</sup> MTÜ Vaikuseminutid (viide 74) (12.03.2023).

<sup>77</sup> Kiusamisvaba haridustee koalitsioon (12.03.2023).

<sup>78</sup> Metoodika. VEPA Käitumisoskuste Mäng. Tervise Arengu Instituut. – <https://www.vepa.ee/tutvustus/metoodika/> (12.03.2023).

<sup>79</sup> Baumbach, A., Streimann, K., Trummal, A. VEPA Käitumisoskuste Mängu rakendamine Eestis aastatel 2014 – 2021. Tallinn: Tervise Arengu Instituut 2021, lk 6. – [https://www.tai.ee/sites/default/files/2021-11/VEPA%20rakendamine%202014-2021\\_10.2021.pdf](https://www.tai.ee/sites/default/files/2021-11/VEPA%20rakendamine%202014-2021_10.2021.pdf) (13.03.2023).

<sup>80</sup> Liitunud koolid. VEPA Käitumisoskuste Mäng. Tervise Arengu Instituut. – <https://www.vepa.ee/kuidas-liituda/liitunud-koolid/> (12.03.2023).

VEPA Käitumisoskuste Mängu mõju on uuritud ka Eestis ning on leitud, et programmil on positiivne mõju õpilaste vaimsele tervisele.<sup>81</sup> Programmi kasutamise järel on suurenenud ka õpilaste tähelepanuvõime ja õpilased on muutunud hoolivamateks. Lisaks tagab programmi kasutamine õppetundides suurema korra, kuna lapsed õpivad oma käitumist rohkem kontrollima ning arvestavad seejuures ka teistega rohkem.<sup>82</sup>

---

<sup>81</sup> Selart, A., Streimann, K., Trummal, A. Effectiveness of a Universal, Classroom-Based Preventive Intervention (PAX GBG) in Estonia: a Cluster-Randomized Controlled Trial. – Prevention Science 2020/21, lk 243. – <https://doi.org/10.1007/s11121-019-01050-0> (13.03.2023).

<sup>82</sup> Baumbach, A., Streimann, K., Trummal, A., lk 20, 22 (13.03.2023).

### 3. ÕIGUSLIKU KÄITUMISE VORMIDE VÕIMALIKUST VALIKUST ÕPIRASKUSTEST JA KOOLIKIUSAMISEST TULENEVATE PINGETE MAANDAMISEKS

#### 3.1. Õigusliku käitumise mõiste ja vormid

Õigusnormid on sotsiaalsed normid, mis on loodud ühiskondlike suhete reguleerimiseks ning on loodud ja tagatud riigi tahtel ning sunnil<sup>83</sup>. Õigusnormidel põhinev käitumine on õiguslik käitumine, mille vormideks on õiguspärane ja õigusvastane käitumine. Seda, milline käitumine on konkreetsel juhul õiguspärane või õigusvastane, määrab see, kas käitumisega järgitakse õigusnormides ettenähtut või mitte.<sup>84</sup>

#### 3.2. Pingete maandamise võimalikud õiguspärased ja -vastased meetmed

##### 3.2.1. Õiguspärasuse olemus ning võimalikud õiguspärased meetmed

Nagu eespool märgitud, on õiguspärane käitumine õigusliku käitumise üks alaliik, mille kohaselt õigussubjekti käitumine langeb kokku õigusnormides toodud ettekirjutustega, mistõttu saavad realiseeruda ka subjektiivsed õigused ja kohustused<sup>85</sup>.

Võimalike õiguspäraste meetmetena tuleks välja tuua õpilase võimalus pöörduda abi saamiseks ning mure jagamiseks vastava koolitöötaja poole (nt sotsiaalpedagoog või koolipsühholoog). Kuigi tegemist tundub olevat hea variandiga, mida õpilased võiksid probleemi olemasolul kasutada, siis 2014. aasta laste hälbiva käitumise uuringu raportis leiti, et kui õpilased üldse otsustavad oma muret jagada, siis eelistavad nad koolitöötajatele hoopis oma sõpru ja vanemaid. Samas uuringus avaldasid õpilased ka arvamust selles osas, mis nende arvates oleks tõhus meetod koolikiusamise vähendamiseks ning selles osas toodi välja aspekt, mille kohaselt on olulisim õpetajate reageering koolikiusamisele ning oskus probleemi märgata. Samamoodi toodi võimalike meetmetena välja teadmiste suurendamine probleemi lahendamise seisukohalt ning õpilaste suhtumise muutmine kaasõpilastesse. Lisaks arvasid

---

<sup>83</sup> Kaugia, S. Normatiivse käitumise regulatiivsest ja teadvuslikust tasandist. – Ühiskonna turvalisuse teenistuses. Artiklite kogumik pühendatud professor Ivar Aimre mälestusele. Tallinn: Sisekaitseakadeemia 2010, lk 52 – 53.

<sup>84</sup> Kaugia, S. Õigusteadvus: olemus, kujunemine, toimimine. – Õigus ühiskonnas. Artiklite kogumik. Abistavaks materjaliks õiguse sotsioloogia omandamisel. Tartu: Audentes 2006, lk 109 – 111.

<sup>85</sup> Auväärt, L. Õigusnormid sotsiaalsete normide süsteemis. – Õigus ühiskonnas. Artiklite kogumik. Abistavaks materjaliks õiguse sotsioloogia omandamisel. Tartu: Audentes 2006, lk 53.

õpilased, et koolikiusamise vähendamisele aitaks kaasa ka see, kui õpilastele õpetatakse, kuidas kiusamisele vastu hakata ning kui koolikiusamisest kui selliselt räägitakse koolis suuremas mahus. Samuti peeti oluliseks suurendada vanemate rolli nende koolikiusamisest teavitamise kaudu.<sup>86</sup> Seega, kui võrrelda väljapakutud variante ühe populaarseima sekkumisprogrammiga KiVa, siis võiks öelda, et kõnealune programm võiks täita õpilaste eeldusi koolikiusamisega tegelemise osas, kuna eelpool mainitud programm hõlmab endas nii õpetajate, õpilaste kui ka lapsevanemate kaasamist.

Õpilastel, keda saadab ebaedu koolis, on suurem tõenäosus sattuda kriminaalsele teele. On leitud, et õigusrikkumisi panevad enamasti toime need õpilased, kellel on võrreldes eakaaslastega koolis halvemad tulemused, mida tingib ka asjaolu, et nad puuduvad koolist tihedamini.<sup>87</sup> Samamoodi lasub suurem kuritegelikule teele sattumise risk neil õpilastel, kellel on madal akadeemiline edukus. Õpiraskusi on nimetatud võimaliku põhjusena, miks satutakse kuritegelikule teele noores eas või miks kuritegeliku eluviisiga jätkatakse. Laste hälbiva käitumise 2014. aasta uuringus leiti, et mida halvem on õpilase õpiedukus, seda suurem on tõenäosus, et õpilane paneb toime õigusrikkumise. Samuti leiti, et õpiedukuse all kannatavate laste puhul on suurem tõenäosus alkoholi kuritarvitamiseks. Tulemuste kohaselt oli kõige suurem tõenäosus (46,8%) alkoholi kuritarvitamiseks õpilasel, kelle õppeedukus oli alla keskmise, kui hea õppeedukusega õpilastel oli see protsent tunduvalt väiksem (18,6% – 25,2%). See-eest on õpilast võimalik tagasi õiguskuulekale teele suunata aidates tõsta tema õppeedukust koolis. Samuti on õpilaste õiguspärasel teel püsimise oluliseks teguriks side kooliga – tugeva sideme olemasolu õpilase ja kooli vahel vähendab õigusrikkumise toimepanemise riski, sh vähendab see alkoholi kuritarvitamist.<sup>88</sup> Seega võib eeldada, et nii koolikiusamise kui ka õpiraskuste all kannatavad lapsed võivad suurema tõenäosusega toime panna õigusvastaseid tegusid. Nii võib õpiraskuste all kannatavatele lastele eelpool mainitud isikliku õppekava loomine olla üks võimalikest lahendustest, kuidas neid kuritegelikult teelt eemale hoida ning nende akadeemilist edukust suurendada. Samamoodi on erinevad sekkumisprogrammid koolikiusamise vähendamiseks ja ennetamiseks üks võimalikest lahendustest, kuidas hoida õpilasi õiguskuulekal teel.

---

<sup>86</sup> Markina, A., Žarkovski, B., lk 61 (12.12.2022)

<sup>87</sup> Saar, J. Õigusvastane käitumine alaealisena ja kriminaalsed karjäärid (Eesti 1985-1999 longituuduurimuse andmetel). Tartu: Tartu Ülikooli kirjastus 2003, lk 118.

<sup>88</sup> Markina, A., Žarkovski, B., lk 54, 56 – 58 (12.12.2022).

### 3.2.2. Õigusvastasuse olemus ning võimalikud õigusvastased meetmed

Õigusvastane käitumine on teine õigusliku käitumise alaliik, mille kohaselt õigussubjekti käitumine ei lange kokku õigusnormide ettekirjutustega. Seega takistab õigusvastane käitumine subjektiivsete õiguste realiseerumist.<sup>89</sup>

Alkoholiseaduse<sup>90</sup> § 46 kohaselt on alaealistel keelatud tarvitada alkohoolseid jooke ning § 47 kohaselt on alaealistel ka keelatud alkohoolset jooki omada, vallata ning neile ei tohi võõrandada, pakkuda ega ka üle anda alkohoolset jooki. Samuti on seadusandja üritanud alaealiste kokkupuudet alkohoolsete jookidega vähendada seeläbi, et on keelanud alaealisi kasutada töodel, mis on seotud avatud pakendiga alkoholi käitlemisega.

Alkoholsete jookide tarvitamine võib seega olla üks meetmetest, mida alaealised võivad kasutada pingete maandamiseks. Politsei- ja Piirivalveamet on viinud varasemalt mitmeid kordi läbi ka kontrolloste, mille käigus on selgunud, et alkohol ja tubakatooted on alaealiste jaoks kergesti kättesaadavad. Seadusemuudatus kontrollostude lubamiseks toimus mõni aasta tagasi. Seadusandja pidas muudatust vajalikuks mh selleks, et noorukeid ümbritseks keskkond, mis toetaks nende kasvamist ja arenemist ning seejuures anti riiklikule järelevalveorganile võimalus vajadusel viia läbi kontrolltehinguid vähendamaks noorukite ligipääsu alkoholile<sup>91</sup>. Kontrollteingu läbiviimist on reguleeritud AS §-s 52<sup>1</sup>. AS § 52<sup>1</sup> lg 3 kohaselt võib Politsei- ja Piirivalveamet kaasata kontrollteingu tegemisse ka vähemalt kuueaastase isiku (alaealiste puhul on vajalik eelnev seadusliku esindaja kirjalik nõusolek). Aastal 2022 tehti Pärnus kontrolloste üheksas kaupluses, millest umbes pooled kauplused müüsid alkoholi alaealisele ning üheksast kauplusest kaks müüsid tubakatoote alaealisele<sup>92</sup>. Aastal 2021 läbiviidud kontrollostud Tartus andsid sama nukra tulemuse, kuna neljast kontrollitud kauplusest kolm müüs alaealisele alkoholi või tubakatoote<sup>93</sup>. Enamasti ei

---

<sup>89</sup> Auväärt 2006, lk 53.

<sup>90</sup> Alkoholiseadus. – RT I, 04.01.2021, 6.

<sup>91</sup> Alkoholiseaduse ja reklaamiseaduse muutmise seaduse seletuskiri (381 SE), lk 5 – 6. – <https://www.riigikogu.ee/tegevus/eelnoud/eelnou/e6a75dec-ed4b-4c38-9131-1b4916b301f8/Alkoholiseaduse%20ja%20reklaamiseaduse%20muutmise%20seadus/> (12.01.2023).

<sup>92</sup> Laan, T. Politsei: alkohol ja tubakatooted on alaealistele lihtsalt kättesaadavad. – Õhtuleht 21.06.2022. – <https://www.oh tuleht.ee/1064912/politsei-alkohol-ja-tubakatooted-on-alaelistele-lihtsalt-kattesaadavad> (11.01.2023).

<sup>93</sup> Riives, A. Kontrollostud näitasid, et alaealised saavad alkoholi ja tubakatooted kergesti kätte. – Tartu Postimees 15.06.2021. – <https://tartu.postimees.ee/7272667/kontrollostud-naitasid-et-alaelialised-saavad-alkoholi-ja-tubakatooted-kergesti-katte/comments> (11.01.2023).

vaevu müüjad küsima ostjalt dokumenti või küsimise korral ei süveneta sellesse. Nii on nt Elva Coopi müüja põhjendanud dokumendi mitte küsimist sellega, et kuigi kahtlus ostja vanuse osas esines, siis seaduse järgimine ja dokumendi küsimine oleks tekitanud lisatöö ning seega toonud kaasa ka järjekorra tekkimise<sup>94</sup>. Muidugi on probleeme ka selles osas, et müüjad küsivad dokumendi, kuid jäävad hätta vanuse arvutamise ja samuti on olnud juhus, kus müüja jättis dokumendi küsimata, kuna alaealisel oli sõrmes rohkelt sõrmuseid, mis müüja arvates viitasid tema täisealisusele<sup>95</sup>. Samuti on juhusid, kus dokumendi küsimine on fiktiivne, st dokumenti küll küsitakse, kuid seejuures ei pöörata tähelepanu ei sünniaastale ega ka dokumendifotole, mis tähendab, et tegelikku isiksuse tuvastamist ei toimu<sup>96</sup>. Ilmselt võib sellise fiktiivset dokumendi küsimist põhjendada mõtteviisi, mille kohaselt arvatakse, et alaealine ei julgeks oma või kellegi teise dokumenti näidata<sup>97</sup>. Nii näiteks Tervise Agentuuri instituudi koostatud 2012. aasta raporti kohaselt leiti, et noortelt küsiti dokumenti 24% juhtudest ning kõige vähem küsiti dokumenti toona toitlustusasutusest<sup>98</sup>. Isegi, kui alaealised ise ei proovi keelatud aineid kätte saada, siis tavapärase on lasta ka teistel endale sobiv keelatud toode osta. Varasemalt on jõutud tulemusele, et kui kaks noort koos viibivad ja toitlustusasutuses tellimuse esitavad, siis küsitakse dokumenti ainult ühe käest.<sup>99</sup>

Samas on positiivne näha, et Tervise Arengu Instituudi poolt koostatud Eesti kooliõpilaste tervisekäitumise 2017/2018. õppeaasta uuringu raporti kohaselt on aastatega nende õpilaste osakaal tõusnud, kes ei ole oma elus kordagi alkohoolseid jooke tarvitanud. Kõige nukram oli seis aastal 2006, kus vastanutest ei olnud alkohoolseid jooke tarvitanud 26 – 28 % õpilastest, kuid aastal 2018 oli see protsent juba 60 – 62%. Kuigi protsent alkohoolseid jooke tarvitavate õpilaste seas on vähenenud, on probleem siiski aktuaalne: aastal 2018 oli 18% 11-15 aastastest tarvitanud elus alkohoolseid jooke nii palju, et on olnud tugevas joobeseisundis.

---

<sup>94</sup> Politsei tegi alkoholi kontrolloste, Elva coopis sai alaealine siidri vaevata kätte. – Elva uudised 10.07.2020. – <https://elvauudised.ee/politsei-tegi-alkoholi-kontrolloste-elva-coopis-sai-alaeline-siidri-vaevata-katte/> (11.01.2023).

<sup>95</sup> Voog, V. Huvitav viis vanust hinnata: alaealise alkoholi andnud müüja selgitas seda noore rohkete sõrmustega. – Öhtuleht 20.10.2020. – <https://www.ohuleht.ee/1015328/huvitav-viis-vanust-hinnata-alaeline-alkoholi-andnud-muuja-selgitas-seda-noore-rohkete-sormustega> (11.01.2023).

<sup>96</sup> Riives, A. (viide 93).

<sup>97</sup> Raidla, Kristi. Politseinikud viisid Pärnu kauplustest läbi kontrolloste. – Politsei- ja Piirivalveamet 06.11.2019. – <https://www.politsei.ee/et/uudised/politseinikud-viisid-paernu-kauplustes-laebi-kontrolloste-422> (11.01.2023).

<sup>98</sup> TNS Emor. Tervise Arengu Instituut. Alkoholiseadusega alaealisele ja joobes isiku alkoholitarbimise tõkestamiseks seatud piirangute järgimine ning seda takistavad tegurid. Alkoholi tele- ja internetireklaam ning noored. – Riigikantselei 04.10.2012. –

[https://intra.tai.ee/images/prints/documents/135462768335\\_Alkoholiuuringute%20raport.pdf](https://intra.tai.ee/images/prints/documents/135462768335_Alkoholiuuringute%20raport.pdf) (11.01.2023).

<sup>99</sup> Reiljan, K. Noorte alkoholiostjate dokumente kontrollib vaid iga kuues söögikoht. – Lääne Elu 03.09.2020, lk 3.

Üheks faktoriks, miks õpilased olid alkohoolseid jooke kuritarvitanud, oli ka madal õppeedukus.<sup>100</sup>

Tubakaseaduse<sup>101</sup> § 27 kohaselt on alaealistel ka keelatud nii suitsetamine kui ka tubakatoote või tubakatootega sarnaselt kasutatava toote tarvitamine. Samamoodi nagu alkohoolsete jookide puhulgi, ei tohi alaealisi rakendada tööle ka ametitele, mis on seotud tubakatoodete ning tubakatoodetega sarnaselt kasutatavate toodetega või nende osiste käitlemisega (TubS § 28 lg 6). Seda, mida peetakse tubakatootega sarnaselt kasutatavateks toodeteks, reguleerib TubS § 3<sup>1</sup>. Seadusandja keelustas tubakatootega sarnaselt kasutatavate toodete kasutamise alaealistele, et kaitsta nende tervist ning ennetada suitsetamise normaliseerumist alaealiste jaoks. Tubakatootega sarnaselt kasutatavate toodete määratlemisel ei ole oluline, et sarnaselt kasutatav toode sisaldaks endas nikotiini, vaid oluline on, et toote kasutamisega imiteeritakse keelatud toote tarvitamist. Sellisteks tubakatootega sarnaselt kasutatavateks toodeteks on nt e-sigaret, tubakavaba huuletubakas ja ka taimsed sigaretid. Kuivõrd tubakatootega sarnaselt kasutatava tootega imiteeritakse keelatud tubakatoote kasutamist, siis nende kasutamise lubamine suunaks alaealisi kasutama tubakatooteid ka edaspidises elus.<sup>102</sup>

Olenemata seadusandja kehtestatud regulatsioonist, tarvitavad Tervise Arengu Instituudi poolt koostatud Eesti kooliõpilaste tervisekäitumise 2017/2018. õppeaasta uuringu raporti kohaselt nii mõnedki alaealised tubakatooteid regulaarselt. Nii leidub regulaarseid suitsetajaid ka juba 11-aastaste õpilaste seas. Regulaarne suitsetamine on taaskord seotud ka madala õppeedukusega. Isegi, kui õpilaste näol ei ole tegemist regulaarsete tubakatoodete tarvitajatega, siis üheks teguriks, miks tubakatooteid varajases eas proovitakse, on jällegi madal õppeedukus. Eraldi uuriti ka e-sigareti ning huuletubaka tarvitamist õpilaste seas ning selgus, et kõnealuste tubakatoodete kasutamine on sagedasem nende õpilaste seas, kellel on probleeme õppimisega. Samas on ka siin näha positiivset langustrendi, kuna Tervise Arengu

---

<sup>100</sup> Vorobjov, S. Alkoholi tarvitamine. – Eesti kooliõpilaste tervisekäitumine. 2017/2018. õppeaasta uuringu raport. Tallinn: Tervise Arengu Instituut 2019, lk 113 – 115. – [https://intra.tai.ee/images/prints/documents/157970053289\\_eeesti\\_kooliopilaste\\_tervisekaitumine.pdf](https://intra.tai.ee/images/prints/documents/157970053289_eeesti_kooliopilaste_tervisekaitumine.pdf) (13.12.22).

<sup>101</sup> Tubakaseadus. – RT I, 04.02.2021, 17.

<sup>102</sup> Tubakaseaduse ja sellega seonduvate seaduste muutmise seaduse seletuskiri (753 SE), lk 3 – 4, 8. – <https://www.riigikogu.ee/tegevus/eelnoud/eelnou/5af85ff6-e9d0-42f5-bd34-d58553f46147/Tubakaseaduse+ja+sellega+seonduvate+seaduste+muutmise+seadus> (11.01.2023).

Instituudi poolt koostatud raporti kohaselt on suitsetamine noorte seas vähenenud ning õpilased jõuavad tubakani üha hilisemas eas.<sup>103</sup>

Ka TubS § 33<sup>2</sup> lg 2 ja § 32 p 6 alusel võib politseiametnik vajadusel läbi viia kontrollteingu tubakaseadusest tulenevate nõuete järgimise kontrollimiseks. Politsei- ja Piirivalveameti poolt korraldatud kontrolltehingud on näidanud, et ka tubakatooted võivad alaealistele lihtsasti kättesaadavad olla. Näiteks aastal 2019 kontrolliti tubakatoode kättesaadavust neljas Pärnu kaupluses ning kõik neli kauplust müüsid alaealisele tubakatoote ilma, et oleks veendunud ostja täisealisuses<sup>104</sup>. Aastal 2022 korraldatud kontrollteingu raames kontrolliti tubakatoote kättesaadavust üheksas Pärnu kaupluses ning neist kaks kauplust müüsid alaealisele tubakatoote<sup>105</sup>.

Arvestades tehtud kontrollostude ning uuringute tulemusi, siis on alkohol ja tubakatooted noortele kergesti kättesaadavad ning nende näol on tegemist võimalike õigusvastaste meetmetega, millega noored võivad maandada pingeid, mis tulenevad nt õpiraskustest või koolikiusamisest. Kuivõrd kõnealused õigusnormid leiavad palju rikkumist ning õigussubjektid neist kinni ei pea, siis tõusetub küsimus normide efektiivsusest. Õigusnormid on efektiivsed, kui need on loodud arvestades konkreetse sihtrühma, st ühiskonna vajadustega ning nendega on võimalik reguleerida mingit konkreetset reguleerimist vajavat suhet.<sup>106</sup>

Õigusnormidel on oluline roll õigussubjektide omavaheliste suhete reguleerimiseks, kuid rääkides noortest ja alaealistest, siis tuleks õigusnormide kehtestamise kõrval panustada ka õigusnormide tähenduste ning eesmärkide lahti seletamise nende õiguspärasele teele suunamiseks. Alaealised kardavad politseist rohkem oma vanemate või sõprade reaktsioone, kuna nende teadmised õiguskorrast ei ole niivõrd välja kujunenud<sup>107</sup>. Kuigi õigusosalased teadmised on õigusteadvuse üks elementidest, siis tuleb tähele panna, et tegu ei ole kõige

---

<sup>103</sup> Oja, L (toimetaja) (viide 41), lk 10 (13.12.2022); Saapar, M. Riskikäitumine. – Eesti kooliõpilaste tervisekäitumine. 2017/2018. õppeaasta uuringu raport. Tallinn: Tervise Arengu Instituut 2019, lk 109 – 111. – [https://intra.tai.ee/images/prints/documents/157970053289\\_eeesti\\_kooliopilaste\\_tervisekaitumine.pdf](https://intra.tai.ee/images/prints/documents/157970053289_eeesti_kooliopilaste_tervisekaitumine.pdf) (13.12.2022).

<sup>104</sup> Raidla, K. Politseinikud viisid Pärnu kauplustes läbi tubakatoode kontrolloste. – Politsei- ja Piirivalveamet 29.08.2019. – <https://www.politsei.ee/et/uudised/politseinikud-viisid-paernu-kauplustes-laebi-tubakatoode-kontrolloste-836> (11.01.2023).

<sup>105</sup> Politsei: alkohol ja tubakatooted on alaealistele lihtsalt kättesaadavad. – Lõunaestlane 21.06.2022. – <https://lounaestlane.ee/politsei-alkohol-ja-tubakatooted-on-alaelistele-lihtsalt-kattesaadavad/> (11.01.2023).

<sup>106</sup> Kaugia 2010, lk 55.

<sup>107</sup> Siegel, L., Welsh, B. Juvenile Delinquency: Theory, Practice, and Law. USA: Wadsworth 2009, lk 74.

olulisema elemendiga õigusteadvuse struktuuris, mis tagaks isiku õiguspärase käitumise <sup>108</sup>. Sellegi poolest on Justiitsministeerium väljendanud oma seisukohta, et alaealiste puhul on oluline, et nad saaksid aru karistuse sisust<sup>109</sup>.

---

<sup>108</sup> Kaugia, S. Õigusteadvuse olemus ja arengudeterminandid. Tartu: Tartu Ülikooli Kirjastus 2011, lk 37, 40, 41. – <http://hdl.handle.net/10062/18122> (16.04.2023).

<sup>109</sup> Kүүts, A. Alaealiste õigusrikkumised vähenesid aastaga pisut. – Justiitsministeerium 23.02.2023. – <https://www.just.ee/uudised/alaealiste-oigusrikkumised-vahenesid-aastaga-pisut> (18.03.2023).

## 4. EESTI KOOLIÕPILASED KOOLIPINGETE MAANDAMISE MEETMETEST

### 4.1. Uuringu eesmärk, meetodika ja valim

Õppeasutustes omandavad haridust koos paljud erineva tausta ja arengutasemega õpilased ning aina enam püütakse haridusasutustes tagada sobiv õpikeskkond kõikidele õpilastele. Seejuures üritatakse arvestada nende võimalike iseärasustega koostades neile individuaalset õppekava või muuta koolikeskkond õpilaste jaoks turvaliseks vähendades koolikiusamise osakaalu. Sellele vaatamata selgus töö teoreetilises osas, et vaatamata toimunud arengutele, on õpilastel endiselt probleeme nii koolikiusamise kui ka õppimisega järje peal püsimisega, mis omakorda tekitavad õpilastele pingeid, mis võivad neid suunata õigusvastasele teele.

Eelnevast lähtudes soovib töö autor uuringule tuginedes teada saada, milliseid õiguspäraseid ning õigusvastaseid meetmeid kasutavad õpilased madalast õppeedukusest ning koolikiusamisest tingitud pingete maandamiseks. Lisaks selgitatakse uuringu käigus välja, kas õpilased on teadlikud erinevatest kasutusel olevatest õiguspärastest meetmetest õpiraskuste ja koolikiusamise vähendamiseks ning kuidas nad hindavad hetkel kasutusel olevate õiguspäraste meetmete (sekkumisprogrammid, individuaalsed õppekavad) tulemuslikkust.

Töö autor viis õpilaste seas läbi ankeetküsitluse. Ankeedi koostamiseks ja küsitluse läbiviimiseks kasutati Google Form keskkonda. Ankeet koosnes 31 põhiküsimusest. Ankeedi küsimuste seas oli nii avatud, kinniseid kui ka poolkinniseid küsimusi. Vt käesoleva töö lisa 1.

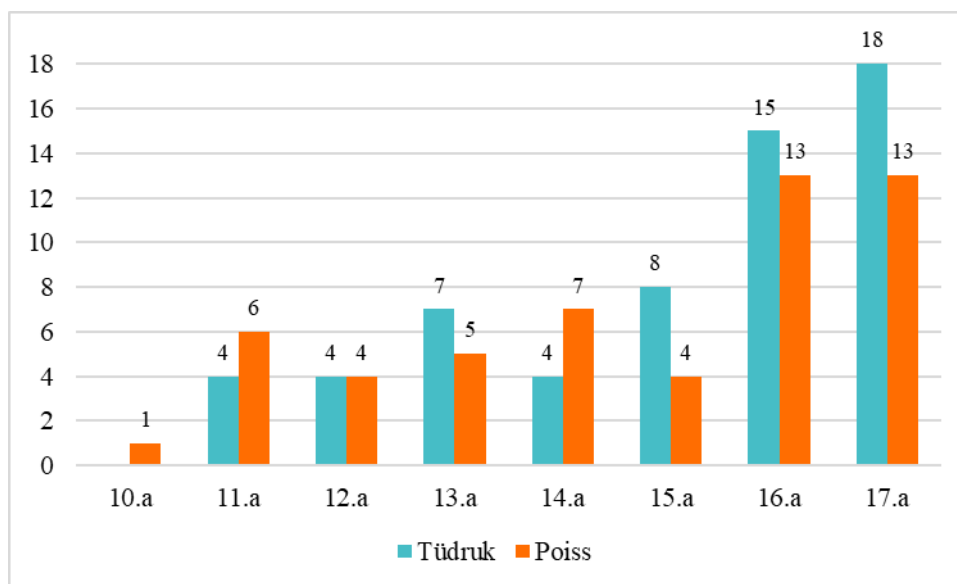
Küsitluse sihtrühmaks olid 10-17-aastased Eesti koolide põhikooli ning gümnaasiumiastme õpilased, kellest noorimad õpivad 5. klassis ning vanimad 11. klassis. Uurimusest jäeti välja täisealised õpilased, kuna neile ei sea ei alkoholiseadus ega ka tubakaseadus piiranguid seoses alkoholsete jookide või tubakatoodete tarbimisega, mis uuringus vaatluse all on.

Õpilased vastasid ankeedile perioodil 28.02.2023 – 18.03.2023. Selleks saatis töö autor ankeedi lingi ligikaudu 35 erinevale koolile, mis asuvad Eesti erinevates piirkondades, palvega edastada link oma kooli õpilastele. Lisaks sellele saatis töö autor ankeedi lingi paarile tuttavale, kellel on tuttav/laps/perekonnaliige vanuseliselts sihtrühma sobiv ning palus neil edastada link ka omakorda oma sõpradele/tuttavatele/klassikaaslastele. Vastajad olid alid linki oma tuttavatega jagama ning nii läks küsimustik ringlema, mistõttu võib eeldada, et küsimustikule on vastanud õpilased nii erinevatest Eesti koolidest kui ka Eestimaa paikadest.

Ankeedile vastamisel tagati õpilastele anonüümsus. Uurimusega saadud andmeid kajastatakse töös interpreteerimise meetodi abil.

Küsimustikule vastas kokku 113 õpilast – 60 tüdrukut ning 53 poissi (vt joonis 1)<sup>110</sup>. Kõige aktiivsemad küsimustikule vastajad on olnud vanuses 16-17 eluaastat ning kõige väiksem on vastamise aktiivsus õpilaste seas, kes on vanuses 10-12 eluaastat. Ilmselt üheks põhjuseks, miks vastamise aktiivsus selliselt jaguneb, võib olla asjaolu, et vanemad õpilased on iseseisvamad ning otsustavad tihtipeale küsimustikule vastamise üle ise, ilma selleks vanematega konsulteerimata. Nooremate õpilaste puhul on vanemate nõusolek aga palju aktuaalsem. Samuti tuleb tõdeda sedagi, et kuigi küsimustiku link saadeti paljudesse erinevatesse koolidesse, siis osad neist andsid koheselt negatiivse vastuse seoses küsitluse läbiviimise rohkusega, mistõttu neis koolides lubatakse küsitlusi läbi viia ainult oma kooli vilistlastel.

Joonis 1. Vastanute vanuseline ja sooline jagunemine (absoluutarvudes)



## 4.2. Uuringu tulemuste analüüs

### 4.2.1. Meetmed õpiraskustest tulenevate pingete maandamiseks

Ankeedile vastates tuli respondentidel hinnata oma õppeedukust neljapunktilisel skaalal, et selle pinnalt saaks teha järeldusi, kas õppeedukusel on seoseid õigusvastaste meetmete

---

<sup>110</sup> Kõik töös esitatud joonised on koostatud autori poolt tema läbiviidud küsitluse tulemuste alusel.

kasutamiseks. Etteantud skaalal tähendas neli, et õpilane õpib viitele ning üks tähendas, et õpilasel tuleb pidevalt käia järgi vastamas tulenevalt halvast õppeedukusest.

Valdav enamus respondentidest hindas oma õppeedukust punktiga 3 – täpsemalt tegid seda 66,37% vastanutest. Kuivõrd punkt 4 tähendas, et õpilane õpib koolis viitele ning punkt 1 määratles seda, et õpilasel tuli pidevalt järgivastamas käia, siis võib järeldada, et punkt 3 tähendab, et õpilased õpivad enamasti neljale ja viitele, mistõttu ei pea nad ka järgivastamas käima. Punkt 2 võiks seega tähendada seda, et õpilane õpib enamasti positiivsetel hinnetel, kuid aeg-ajalt peab käima ka järgi vastamas.

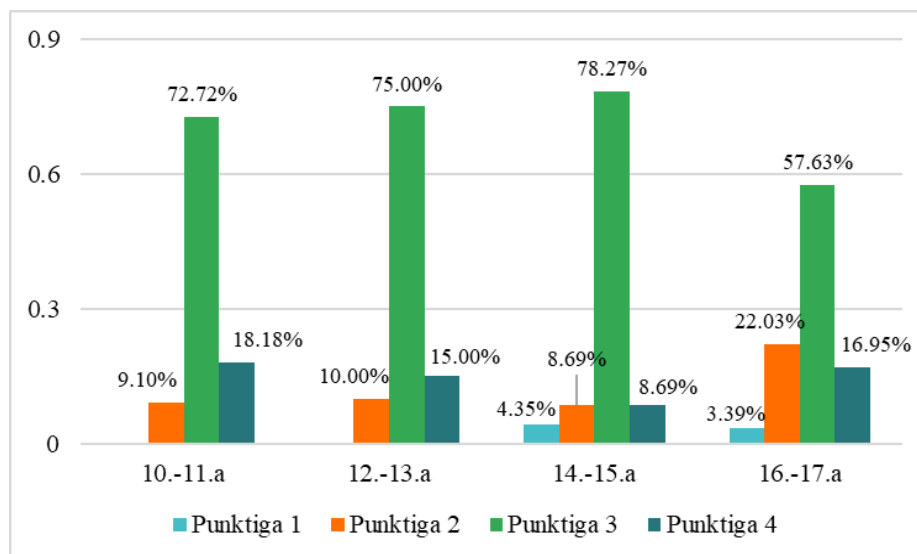
Punktiga 4 hindasid oma õppeedukust 15,04% respondentidest. Huvitav on märkida, et punktiga 4 ei hinnanud oma õppeedukust ainult need õpilased, kes ei ole kordagi õpiraskustest tulenevaid pingeid kogunud, vaid ka need, kes vastasid, et õppetöö on olnud pingeline. Õpilased, kes on hinnanud oma õppeedukust punktiga 4, tunnevad enamasti õpiraskustest tulenevaid pingeid 1 – 2 korda kuus. Võttes aluseks vanuse, on punktiga 4 oma õppeedukust hinnanud enim 10-11-aastased õpilased ning kõige vähem 14-15-aastased õpilased. Arvestades, et 14-15-aastased õpilased tunnevad ka kõige tihedamini õpiraskustest tulenevaid pingeid, siis ei ole see asjaolu üllatav.

Kuigi kõikides vanusegruppides on õpilased enim hinnanud oma õppeedukust punktiga 3, siis just 14-15-aastaste seas on see protsent kõige kõrgem – 78,27% selle vanusegrupi õpilastest on leidnud, et nende õppeedukus võiks vastata punktile 3. Punktiga 3 hindasid oma õppeedukust ka need õpilased, kes vastasid, et õppetöö ei ole nende jaoks pingeline ning ka need, kes vastasid, et õppetöö ei ole neile kordagi pingeid tekitanud. Õppeedukust punktiga 3 hinnanud õpilased tunnevad õppimisest tulenevaid pingeid enamasti umbes 1 – 2 korda kuus.

Punktiga 2 hindasid oma õppeedukust 15,93% kõikidest respondentidest. Enim on punktiga 2 oma õppeedukust hinnanud 16-17-aastased õpilased – 22,03% õpilastest andsid oma õppeedukusele hindeks 2. Protsentuaalselt kõige vähem on punktiga 2 oma õppeedukust hinnanud 14-15-aastased õpilased, kellest 8,69% leidsid, et nende õppeedukus vastab punktile 2. Punktiga 1 hindasid oma õppeedukust vaid 2,66% vastanutest. Nii 10-11-aastaste kui ka 12-13-aastaste õpilaste seas ei leidunud ühtegi õpilast, kes oleks oma õppeedukust punktiga 1 hinnanud. Protsentuaalselt on kõige rohkem punktiga 1 oma õppeedukust hinnanud 14-15-aastased õpilased (4,35% vastanutest). Oma õppeedukust punktiga 1 hinnanud õpilased

tunnevad õpiraskustest tulenevaid pingeid enamasti kas umbes üks kord nädalas või mitu korda nädalas (vt joonis 2).

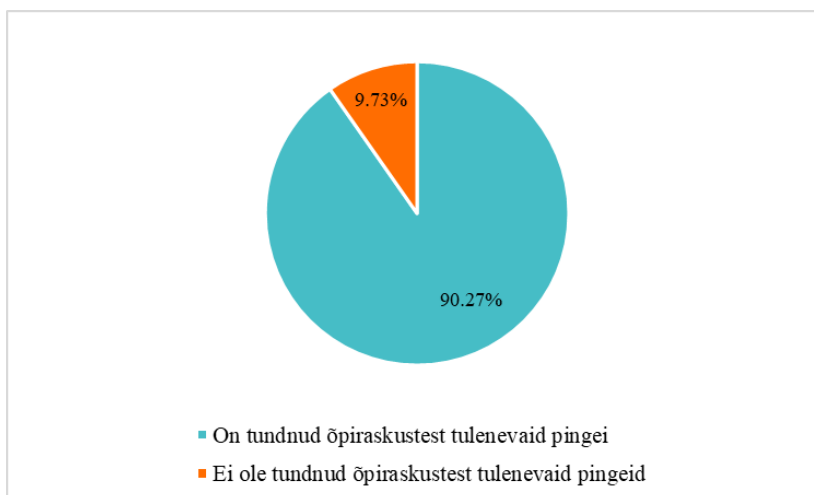
Joonis 2. Õpilaste õppeedukus vanuse alusel (%)



Samuti tuli vastajatel hinnata seda, kas õppetöö on nende jaoks viimase kolme kuu jooksul pingeline olnud ning kui sageli on nad pingelisust tundnud. Küsimuste eesmärk oli välja selgitada, kas õpilased, kellele õppetöö tekitab sagedamini pingeid, kasutavad pingete maandamiseks rohkem õigusvastaseid kui õiguspäraseid meetmeid.

Õpilaste vastustest selgus, et 85,8% respondentidest on viimase kolme kuu jooksul tundnud, et õppetöö on nende jaoks pingeline ning 14,2% vastanutest leidsid, et õppetöö ei ole neile viimase kolme kuu jooksul pingeid tekitanud. Kuigi 14,2% ehk 16 respondenti vastasid, et õppetöö ei ole neile pingeline tundunud, siis järgmise küsimuse all, kui küsiti pingete tekkimise sageduse kohta, leidsid nendest 6 õpilast, et viimase kolme kuu jooksul on õppetöö neile siiski pingeid tekitanud. Üks respondentidest vastas, et tema arvates on õppetöö pingeline, kuid järgmise küsimuse all vastas, et õppetöö ei ole viimase kolme kuu jooksul talle pingeid tekitanud. Need 6 õpilast, kes algselt vastasid, et õppetöö ei ole pingeline, vastasid järgmise küsimuse all, et õppetöö siiski tekitab neile pingeid umbes 1 – 2 korda kuus. Seega saab öelda, et kõikidest respondentidest vastasid vaid 11 õpilast ehk 9,73%, et õppetöö ei ole neile viimase kolme kuu jooksul pingeid tekitanud (vt joonis 3).

Joonis 3. Õpiraskustest tulenevate pingete tundmine (%)



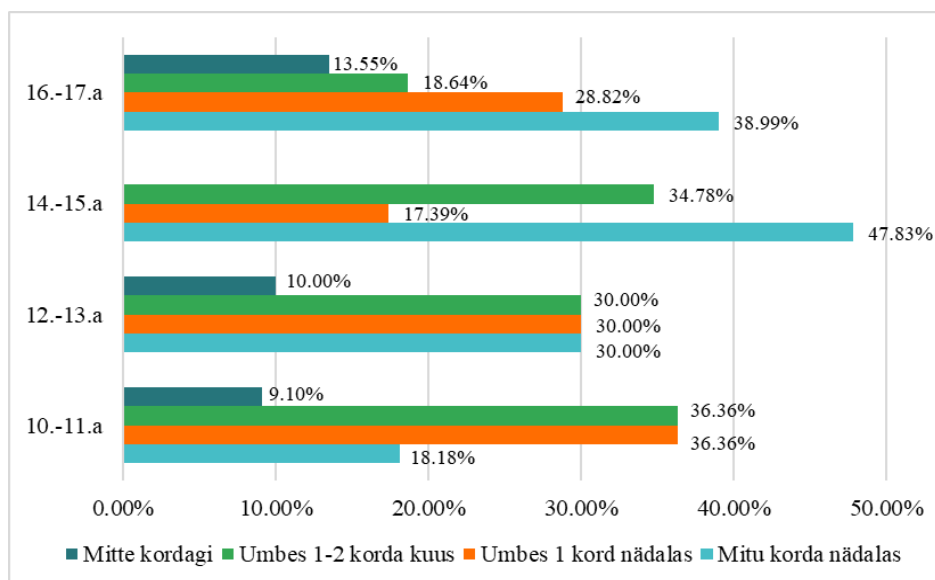
Põhjuseid, miks suurem osa õpilastest on tundnud õpiraskustest tulenevaid pingeid, on ilmselt mitmeid. Kindlasti on oma osa ka asjaolul, et alles hiljuti olid koolid distantsõppel, mis võis tekitada õppimises lünki, mis annavad ka hiljem tunda – distantsõppel olles on palju keerulisem õpetajatel kõiki õpilasi n-ö järje peal hoida ning selgitada üle konkreetse õpilase jaoks keerukaid kohti. Samuti võib tulemusi mõjutada asjaolu, et kodutööde ning kontrolltööde maht on kas liiga suur või ajastatakse need kattuvatele aegadele, mistõttu on õpilastel ühel päeval väga palju stressi tekitavaid olukordi.

Grupeerides õpilased vanuse alusel rühmadesse selgus, et viimase kolme kuu jooksul on kõik 14-15-aastased õpilased kogunud õpiraskustest tulenevaid pingeid. Teistes vanusegruppides on leidunud ka neid õpilasi, kes ei ole kordagi viimase kolme kuu jooksul õpiraskustest tulenevaid pingeid tundnud. Kõige rohkem on õpilasi, kes ei ole kordagi õpiraskustest tulenevaid pingeid tundnud, vanuses 16-17 eluaastat. Samuti kogevad 14-15-aastased õpilased õpiraskustest tulenevaid pingeid kõige sagedamini, st 47,83% 14-15-aastastest vastanutest kogevad pingeid mitmeid kordi nädalas. Mitmeid kordi nädalas tunnevad pingeid ka õpilased teistest vanusegruppidest, kuid nende puhul on protsent veidi väiksem – kõige väiksem on see protsent 10-11-aastaste õpilaste seas.

Vaadates vastuseid protsentuaalselt, arvestades seejuures igas vanusegrupis vastajate arvu ning vastuste jagunemise arvu, siis kogevad 10-11-aastased õpilased õpiraskustest tulenevaid pingeid enim, kas umbes 1 – 2 korda kuus või umbes 1 kord nädalas (mõlema vastusevariandi on valinud 36,36% vastanutest). Vastused jagunevad üsna ühtlaselt kolme vastusevariandi

vahel ka 12-13-aastaste õpilaste seas, kellest 30% vastasid, et kogevad õpiraskustest tulenevaid pingeid umbes 1 – 2 korda kuus, 30% vastasid, et kogevad õpiraskustest tulenevaid pingeid umbes 1 kord nädalas ning samuti vastasid 30%, et õppimine tekitab neile pingeid mitu korda nädalas. 16-17-aastased õpilased kogevad õpiraskusi enamasti mitu korda nädalas, kuid samas on nende seas ka üsna suur protsent õpilasi, kes kogevad õpiraskustest tulenevaid pingeid umbes üks kord nädalas. Vt joonis 4.

Joonis 4. Õpiraskustest tulenevate pingete tundmise sagedus vanuse alusel (%)



Põhjust, miks õpiraskustest tulenevate pingete tundmise sagedus on vanuseti niivõrd erinev, on raske öelda. Võimalik, et õpilased, kes on 15-aastased ning on lõpetamas sellel aastal põhikooli, tunnevad suuremat survet kui õpilased, keda sellel aastal nii elumuutev sündmus ees ei oota. Õpilaste pingete tundmise sagedust võivad mõjutada ka erinevate loovtööde või uurimistööde lähenevad tähtajad. Samas on kindlasti ka vanemate õpilaste puhul õppetöö keerukam ning eeldatakse ehk rohkem õpilase iseseisvust kui nooremalt õpilastelt, sh võib tulemusi mõjutada ka antavate kodutööde keerukus ja maht.

#### 4.2.1.1. Õiguspärased meetmed õpiraskustest tulenevate pingete maandamiseks

Selleks, et teada saada, milliseid õiguspäraseid meetmeid on õpilased vanuses 10-17 eluaastat kasutanud õpiraskustest tulenevate pingete maandamiseks, oli ankeedis kaks küsimust: milliseid meetmeid õpilased on kasutanud õppimisest tulenevate pingetega toime tulemiseks ning milliseid õiguspäraseid meetmeid oskavad õpilased veel nimetada õpiraskustest tulenevate pingete maandamiseks.

#### 4.2.1.1.1. Etteantud õiguspäraste meetme kasutamine

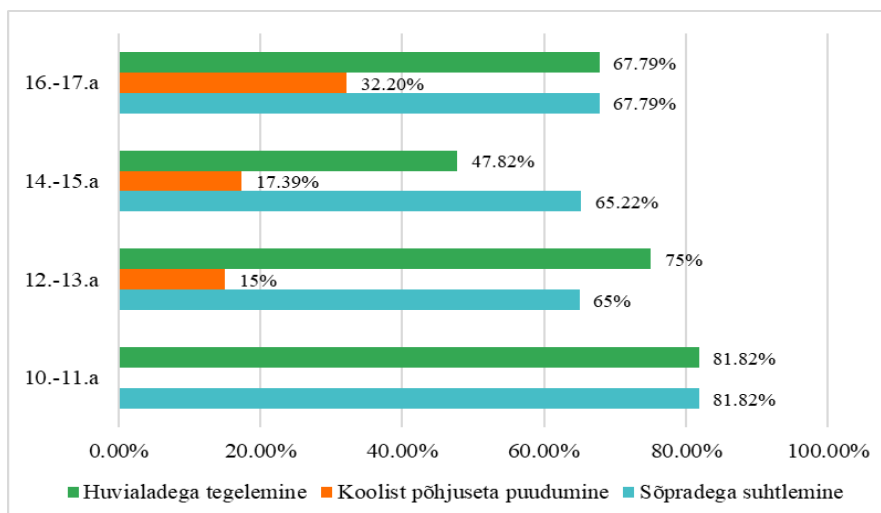
Küsimusele vastamiseks, milliseid meetmeid õpilased on kasutanud õppimisest tulenevate pingetega toime tulemiseks, oli ankeedis õiguspäraste meetmetena välja pakutud sõpradega suhtlemine, põhjuseeta puudumine koolist ja huvialadega tegelemine. Vastuseid protsentuaalselt analüüsisid selgus, et kõige populaarsemad õiguspärased meetmed õpiraskustest tulenevate pingete maandamiseks on sõpradega suhtlemine (68,14%) ning huvialadega tegelemine (66,37%).

Oluline on märkida, et paljud õpilased kombineerivad meetmeid ja kasutavad nt nii sõpradega suhtlemist kui ka huvialadega tegelemist ning lisaks veel muid, sh ka õigusvastaseid meetmeid. Koolist põhjuseeta puudumist on ühe pingete maandamise meetmena kasutanud 23% respondentidest.

Vanuse alusel vaadatuna ei ole 10-11-aastaste õpilaste seas kedagi, kes oleks õpiraskustest tulenevate pingete maandamiseks koolist põhjuseeta puudunud. See-eest on enim koolist põhjuseeta puudumist ühe pingete maandamise meetmena kasutanud õpilased vanuses 16-17- eluaastat, kellest 32,2% on seda meetet varasemalt kasutanud. Kuivõrd vastused näitavad, et 14-15-aastased on koolist põhjuseeta puudumist ühe meetmena rakendanud rohkem kui 12-13-aastased, kuid vähem kui 16-17-aastased, siis võib tõdeda, et mida vanemad on õpilased, seda rohkem puudutakse koolist pingete maandamise eesmärgil.

Sõpradega suhtlemist on ühe pingete maandamise meetmena enim kasutanud nooremad, st 10-11-aastased õpilased. Huvialadega tegelemine on samuti kõige populaarsem meede 10-11-aastaste õpilaste seas. Muidugi on ka kõikide teiste vanusegruppide vastanute seas õpilasi, kes on kasutanud pingete maandamiseks sõpradega suhtlemist või huvialadega tegelemist, kuid neid õpilasi on protsentuaalselt vähem kui 10-11-aastaste seas. Õpilased vanuses 12-13 eluaastat kasutavad enim pingete maandamiseks huvialadega tegelemist ning õpilased vanuses 14-15 eluaastat sõpradega suhtlemist. Õpilased vanuses 16-17 eluaastat kasutavad nii sõpradega suhtlemist kui ka huvialadega tegelemist pingete maandamise meetmena samas mahus, st mõlemat meetet kasutavad 67,79% vastanutest. Vt joonist 5.

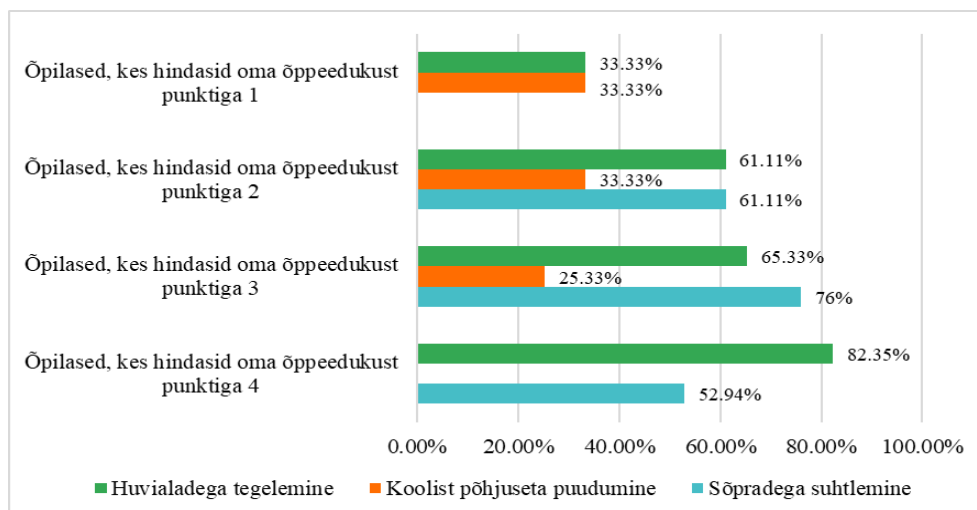
Joonis 5. Etteantud õiguspäraste meetmete kasutamine vanuse alusel (%)



Vaadeldes õiguspäraste meetmete kasutamist seoses õpilaste õppeedukusega ja õpiraskustest tulenevate pingete tundmise sagedusega, saab tõdeda, et õpilased, kes on oma õppeedukust hinnanud punktiga 4, ei puudu ka põhjusega koolist õpiraskustest tulenevate pingete maandamiseks vaid enim võimalust tegeleda oma huvialadega. Õpilased, kes on hinnanud oma õppeedukust punktiga 3 kasutavad õiguspärastest meetmetest enim sõpradega suhtlemist. Enim puuduvad õpiraskustest tulenevate pingete maandamiseks põhjusega koolist õpilased, kes on oma õppeedukust hinnanud punktiga 1 või 2. Õppeedukust punktiga 2 hinnanud õpilastest puuduvad põhjusega koolist 33,33% ning punktiga 1 hinnanud õpilastest kasutavad meetet samuti 33,33%. Huvitav on märkida, et õpilastest, kes on oma õppeedukust hinnanud punktiga 1, ei ole keegi märkinud kasutatava meetmena võimalust suhelda oma sõpradega.

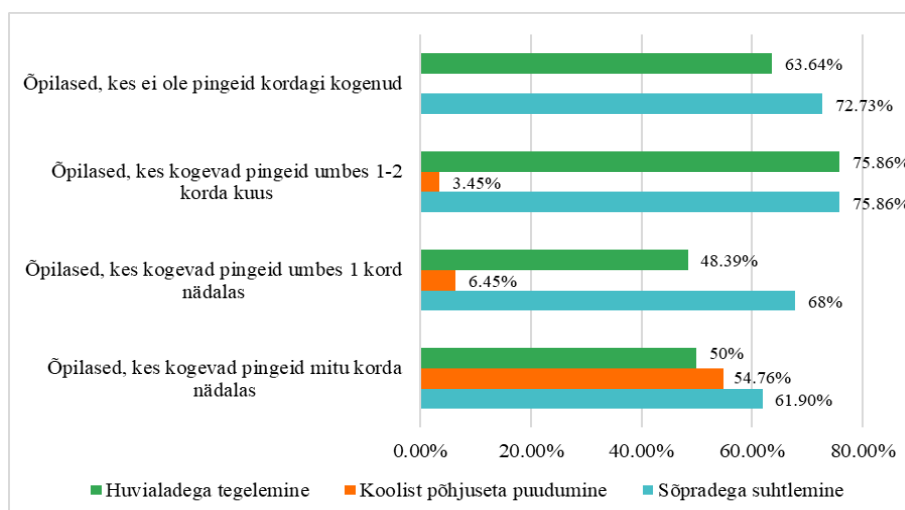
Võttes eelpool öeldu kokku, siis mida halvemaks on õpilane hinnanud oma õppeedukust, seda rohkem puudutakse põhjusega koolist, ning mida paremaks on õpilane hinnanud oma õppeedukust, seda rohkem maandatakse õpiraskustest tulenevaid pingeid tegeledes oma huvialadega. Vt joonis 6.

Joonis 6. Etteantud õiguspäraste meetmete kasutamine õppeedukuse alusel (%)



Kui vaadata õiguspäraste meetmete kasutamist seoses õpiraskustest tulenevate pingete tundmise sagedusega, siis puuduvad põhjuseta koolist enim need õpilased, kes tunnevad õpiraskustest tulenevaid pingeid mitmeid kordi nädalas. Õpilased, kes ei ole kordagi viimase kolme kuu jooksul õpiraskustest tulenevaid pingeid kogunud, ei ole ka kordagi koolist põhjuseta puudunud pingete maandamise eesmärgil. Kuigi sõpradega suhtlemist kasutavad ühe pingete maandamise meetmena kõikide vanusegruppide õpilased, kasutavad seda meetet enim õpilased, kes tunnevad õpiraskustest tulenevaid pingeid umbes 1 – 2 korda kuus. Kõige vähem rakendavad sõpradega suhtlemist ühe meetmena õpilased, kes tunnevad õpiraskustest tulenevaid pingeid mitmeid kordi nädalas – nendest on jaatanud selle meetme kasutamist 61,90%. Huvialadega tegelemine on samuti meede, mida kasutavad kõikide vanusegruppide õpilased, kuid enim leiab see meede rakendamist õpilaste seas, kes kogevad õpiraskustest tulenevaid pingeid umbes 1 – 2 korda kuus. Kõige vähem kasutavad huvialadega tegelemist ühe meetmena õpilased, kes kogevad õpiraskustest tulenevaid pingeid umbes 1 kord nädalas – neist 48,39% on jaatanud meetme kasutamist. Vt joonis 7.

Joonis 7. Etteantud õiguspäraste meetmete kasutamine õpiraskustest tulenevate pingete tundmise sageduse alusel (%)



Eeltoodust saab järeldada, et õpilased, kes kogevad harvemini õpiraskustest tulenevaid pingeid, kasutavad pingete maandamiseks variante, mis ei kahjusta nende õppeedukust – nt sõpradega suhtlemine ja huvialadega tegelemine. Õpilased, kes tunnevad tihedamini õpiraskustest tulenevaid pingeid, puuduvad tihedamini koolist pingete maandamise eesmärgil.

#### 4.1.1.1.2. Muude õiguspäraste meetmete kasutamine Eesti õpilaste poolt

Vastajad tõid välja meetmeid, mida nad on õpiraskustest tulenevate pingete maandamiseks kasutanud ning ka neid, mida nad küll ise hetkel ei kasuta, kuid mis võiks nende arvates aidata pingeid maandada.

Õpilased on nimetanud järgmisi pingete maandamise võimalusi: 1) konsulteerimine õpetajatega, mis tegelikult võiks vägagi hästi aidata, kuna õpetajatel on võimalik teatud piirini õpilaste võimetega arvestada; 2) erinevate filmide, videode ja seriaalide vaatamine; 3) arvutimängude mängimine või lihtsalt arvutis aja veetmine; 4) muusika kuulamine, sh kontsertidel käimine. Üks 16-aastane neiu on tõdenud, et temal aitab õpiraskustest tulenevate pingetega toime tulla see, kui ta keskendub ainult neile teemadele, mis teda huvitavad. Tõsi, samas tunnistab ta ka seda, et jätab teised ained õppimata. Kuigi pealtnäha võib tunduda, et meede võib õpiraskuste tekkimist suurendada, siis neiu ise on vastanud, et õpiraskustest tulenevaid pingeid kogeb ta umbes 1 – 2 korda kuus ning oma õppeedukust on ta hinnanud punktiga 3. Teine huvitav meede pingete maandamiseks on nt ühel teisel 16-aastasel tüdrukul,

kes vabadel õhtutel võtab pikemalt aega pesemas käimiseks ning erinevateks ilurutiinideks. Samuti on üks 16-aastane tüdruk tõdenud, et tema väldib õpiraskustest tulenevaid pingeid seekaudu, et peale koolipäeva ta enam kooliga seotud probleemidega ei tegele – siinjuures tuleks mainida, et kõnealune neiu on hinnanud oma õppeedukust punktiga 4 ning viimase kolme kuu jooksul ei ole õpiraskustest tulenevaid pingeid tundud, mistõttu võib eeldada, et tegemist on tõhusa meetodiga pingete maandamiseks. Veel on meetoditena ära mainitud kvaliteetaja veetmine perega ja/või vanematega oma raskustest rääkimine.

Tuleb mainida ka seda, et kõik õpilased ei tulegi õpiraskustest tulenevate pingetega toime. Seda on tõdenud ka üks 15-aastane neiu, kes on oma õppeedukust hinnanud punktiga 1 ning kes tunneb õpiraskustest tulenevaid pingeid mitmeid kordi nädalas. Kuivõrd ta ei tule pingetega toime, ei ole tal ka ühtegi meetet, mis aitaks tal pingeid maandada.

Eelpool mainitud meetmed olid need, mida õpilased ise kasutavad või on kasutanud pingete maandamiseks. Pingete maandamise soovitusena on õpilased paljuski nimetanud samu meetmeid, mida nad ise kasutavad – nt veeta oma vaba aega filme/seriaale vaadates, sõprade ja pereliikmetega suheldes ning arvutimänge mängides. Samuti soovitasid paljud kasutada ühe meetmena vabas õhus olemist ning looduses viibimist. Lisaks üldisematele soovitustele oli toodud ka konkreetsemaid soovitusi – nt võiks aidata pingetega toime tulla see, kui õpilane teeb ajutiselt õppeasju minimaalses mahus ning keskendub vahelduseks muudele aspektidele. Üks 17-aastane poiss, kes mh hindas oma õppeedukust punktiga 2, tõdes, et pingete tekkimise korral tuleb mõelda oma tulevikule ning sihtidele, mida tulevikus saavutada soovitakse, sest kui õpilane soovib tulevikus edukas olla, siis tal tuleb lihtsalt edasi pingutada. Mitmed õpilased tõid vastustes välja ka seda, et pingete ennetamiseks on oluline omada korralikku unegraafikut. Välja on toodud ka aja planeerimise olulisus ning oma tegevustega graafikus püsimise tähtsus – selleks soovitati koostada nt päevakava ning keskenduda ühele asjale korraga. Lisaks on pingete maandamise soovitusena toodud välja, mediteerimine, koduloomadega tegelemine, tähtede vaatamine, endale vaimse päeva lubamine, endast emotsioonide välja laskmine nutmise kaudu.

#### 4.2.1.2. Õigusvastased meetmed õpiraskustest tulenevate pingete maandamiseks

Õigusvastaste meetmete kasutamise osas soovis töö autor eristada seda, kui paljud õpilased kasutavad teadlikult õigusvastaseid meetmeid õpiraskustest tulenevate pingetega toime

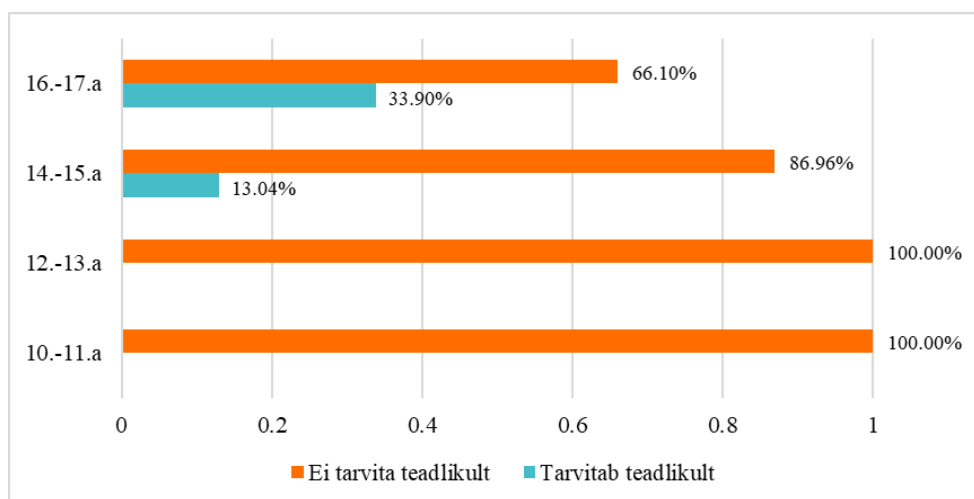
tulemiseks, st sihiteadlikult, ning kui paljud õpilased kasutavaid neid meetmeid alateadlikult, st nad küll kogevad õpiraskustest tulenevaid pingeid ning kasutavad ka õigusvastaseid meetmeid, kuid ei kasuta neid sihiteadlikult nimetatud pingete maandamise eesmärgil.

#### 4.2.1.2.1. Alkohoolsete jookide tarvitamine õpiraskustest tulenevate pingete maandamiseks

Töö autor analüüsib alkohoolsete jookide tarbimist seoses õpiraskustest tulenevate pingete maandamisega eraldi õpilaste puhul, kes on tõdenud, et nad on teadlikult alkohoolseid jooke tarvitanud õpiraskustest tulenevate pingete maandamiseks kui ka üldiselt, et näha, kas õppeedukusel või õpiraskustest tulenevate pingete tundmise sagedusel on seos alkohoolsete jookide tarbimisega.

Teadlikult tarvitavad alkohoolseid jooke pingete maandamiseks ainult 14-17-aastased õpilased. Õpilastest, kes on vanuses 10-13 eluaastat, ei ole keegi teadlikult alkohoolseid jooke tarvitanud õpiraskustest tulenevate pingete maandamiseks. Kõige enam kasutavad alkohoolseid jooke pingete maandamise meetodina vanemad õpilased ehk 16-17-aastased. Vt joonis 8.

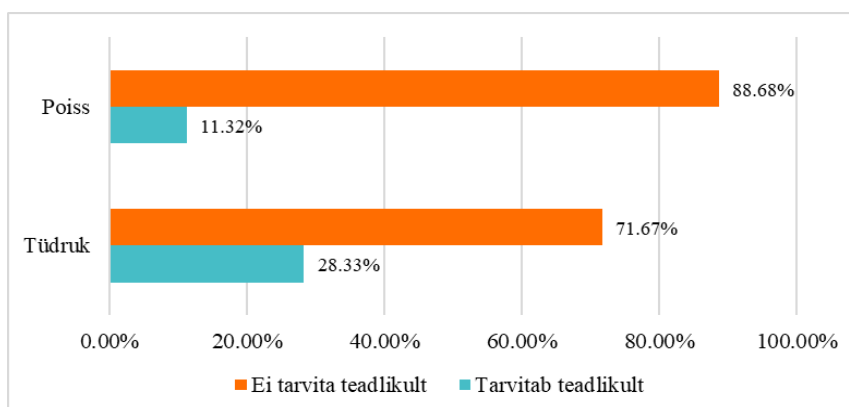
Joonis 8. Teadlikult alkohoolsete jookide tarvitamine pingete maandamise eesmärgil vanuse alusel (%)



Vaadeldes alkohoolsete jookide tarvitamist teadlikult õpiraskustest tulenevate pingete maandamiseks soo alusel, on meede kasutusel rohkem tüdrukute kui poiste seas. Alkohoolsete jookide tarvitamine kui üks pinge maandamise meetod on kasutusel nii 14-15-aastastel kui ka

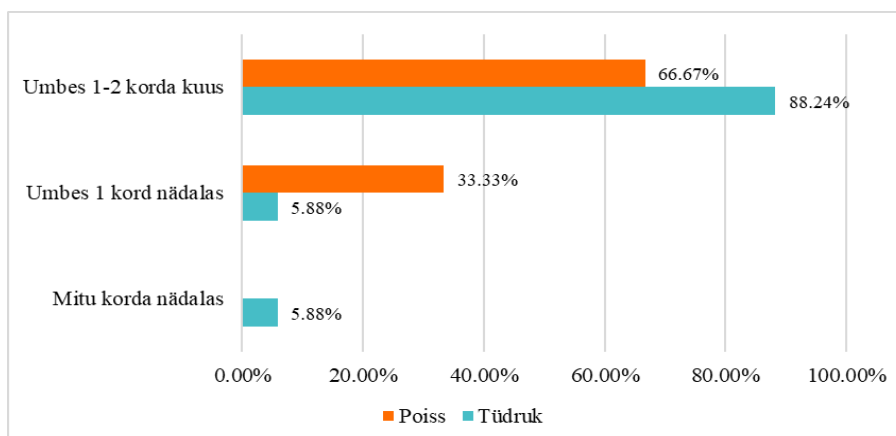
16-17-aastastel tüdrukutel, kuid poiste seas kasutavad seda meetet ainult 16-17-aastased noormehed. Vt joonis 9.

Joonis 9. Teadlikult alkoholsete jookide tarvitamine pingete maandamise eesmärgil soo alusel (%)



Tüdrukud, kes tarvitavad teadlikult alkoholsete jooke õpiraskustest tulenevate pingete maandamiseks, teevad seda enim umbes 1 – 2 korda kuus. Tüdruk, kes kasutab alkoholsete jooke pingete maandamise meetodina mitmeid kordi nädalas, on oma õppeedukust hinnanud punktiga 2 ning on tõdenud, et tunneb õpiraskustest tulenevaid pingeid mitmeid kordi nädalas. Poistest ei tarvita keegi alkoholsete jooke pingete maandamise eesmärgil mitmeid kordi nädalas, vaid enim kasutavad nad meetet umbes 1 – 2 korda kuus. Vt joonis 10.

Joonis 10. Teadlikult alkoholsete jookide pingete maandamise eesmärgil tarvitamise sagedus soo alusel (%)



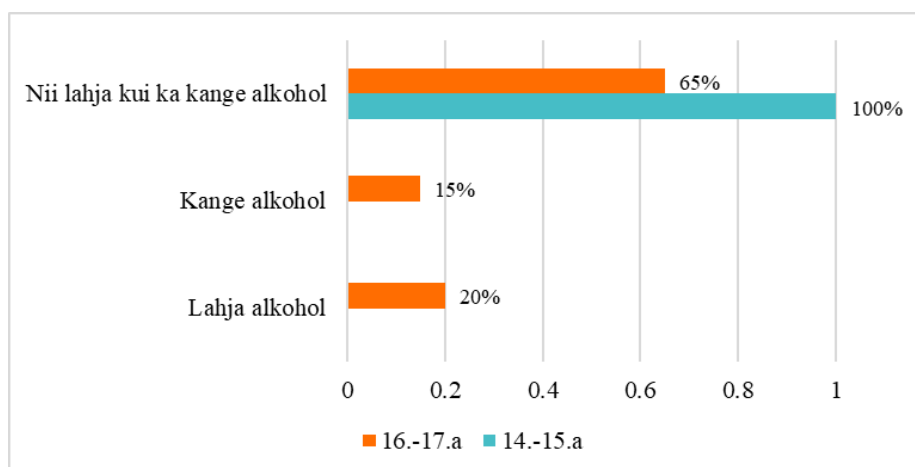
Võimalik, et tulemused on seotud ka asjaoluga, et poisid puuduvad pingete maandamise eesmärgil vähem koolist kui tüdrukud, mistõttu ei tarvita nemad ka nädalasiseselt alkoholsete jooke. Välistatud ei ole ka see, et poiste alkoholsete jookide tarbimise sagedus

seoses pingete maandamisega on madalam, kuna ühiskonnas on levinud eeldus, et poisid on võrreldes tüdrukutega problemaatilisemad, mistõttu jälgitakse nende tegevust ehk rohkem.

Õpilastel, kes tõdesid, et on alkohoolseid jooke tarvitanud õpiraskustest tulenevate pingete maandamiseks, tuli vastata ka lisaküsimusele, millega sooviti teada saada, milliseid alkohoolseid jooke on õpilased tarvitanud – lahjat või kanget alkoholi. Küsimustiku selgemaks muutmise eesmärgil lisas autor juurde, mida peab silmas lahja ning mida kange alkoholi all: uuringus on kange alkoholi all mõeldud nt viina, rummi ja veini ning lahja alkoholi all nt õlut ja siidrit.

Enamus õpilastest ei eelista ühe kindla kangusega alkohoolseid jooke – nii soo kui ka vanuse järgi vaadates tarvitab suurem osa õpilasi nii lahjat kui ka kanget alkoholi. 14-15-aastaste seas tarvitavad kõik õpilased erineva kangusega alkohoolseid jooke, kuid 16-17-aastaste seas leidub ka selliseid õpilasi, kes tarvitavad kas ainult lahjasid või ainult kangeid alkohoolseid jooke. Võttes võrdluse aluseks vastanute sugu, siis saab öelda, et kõik poisid tarvitavad nii lahjat kui ka kanget alkoholi, kuid tüdrukute seas leidub ka neid, kes tarvitavad kas ainult lahjat või ainult kanget alkoholi. Vt joonis 11.

Joonis 11. Erinevate alkohoolsete jookide tarvitamine vanuse alusel õpilaste puhul, kes tarvitavad teadlikult alkoholi pingete maandamiseks (%)



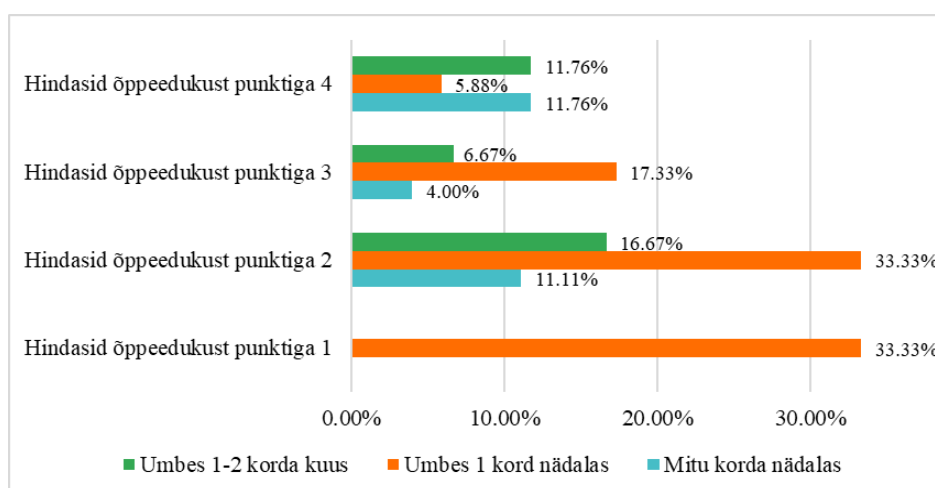
Jättes kõrvale õpilaste vastused, kes on tunnistanud alkohoolsete jookide teadlikku tarvitamist pingete eesmärgil, ning vaadates ainult õpilaste vastuseid, kes pole teadlikult tarvitanud, siis saab tõdeda, et seos õppeedukuse ning alkohoolsete jookide tarvitamise vahel on olemas. Õppeedukust punktiga 2 hinnanud õpilastest on 46,14% viimase kolme kuu jooksul tarvitanud alkohoolseid jooke, kuid pole teinud seda teadlikult õpiraskustest tulenevate pingete

maandamiseks. See-eest õppeedukust punktiga 3 hinnanud õpilaste seas on see protsent 11,66% ning õppeedukust punktiga 4 hinnanud õpilaste seas on see protsent 20%. Seega saab vastuste pinnalt järeldada, et kuigi õpilased ei teadvusta seost alkoholsete jookide tarvitamise ja õppeedukuse vahel, siis halvema õppeedukusega õpilased tarvitavad alkoholsetid jooke tihedamini.

Jättes kõrvale teadlikkuse aspekti ning analüüsid kõiki vastuseid koos, siis tarvitavad alkoholsetid jooke kõige rohkem õpilased, kes on hinnanud oma õppeedukust punktiga 2. Õppeedukust punktiga 1 hinnanud õpilastest on viimase kolme kuu jooksul tarvitanud alkoholsetid jooke 33,33% ning õppeedukust punktiga 3 hinnanud õpilastest on alkoholsetid jooke viimase kolme kuu jooksul tarvitanud 28%. Kuigi enim tarvitavad alkoholsetid jooke õpilased, kellel on halvemapoolsem õppeedukus (õpilased, kes on hinnanud oma õppeedukust kas punktiga 1 või 2), siis ka õpilased, kes on hinnanud oma õppeedukust punktiga 4, tarvitavad regulaarselt alkoholsetid jooke.

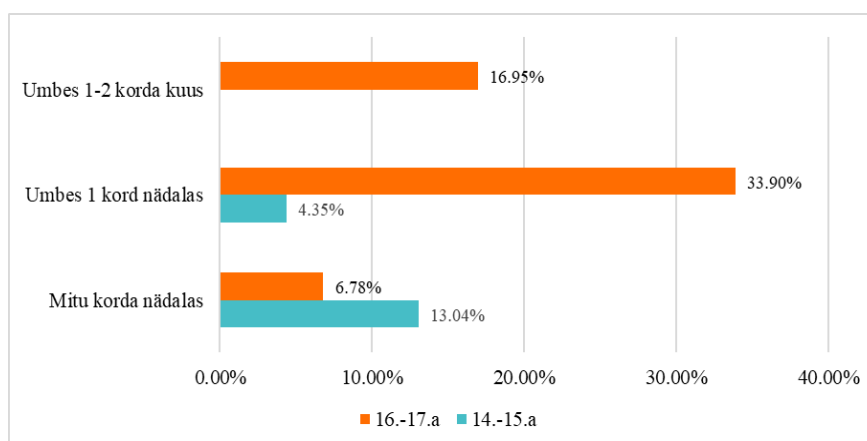
Alkoholsete jookide tarvitamise sageduse ja õppeedukuse vahel on vastuste põhjal raske leida loogilist seost, kuna õpilaste seas, kes on hinnanud oma õppeedukust punktiga 4 ja õpilaste seas, kes on hinnanud õppeedukust punktiga 2, on umbes sama palju õpilasi, kes tarvitavad alkoholsetid jooke pingete maandamise eesmärgil mitmeid kordi nädalas. Samas tarvitavad halvema õppeedukusega õpilased enamasti alkoholsetid jooke umbes 1 kord nädalas ning parema õppeedukusega õpilaste seas on see osakaal väiksem. Vt joonis 12.

Joonis 12. Alkoholsete jookide tarvitamise sagedus õppeedukuse alusel (%)



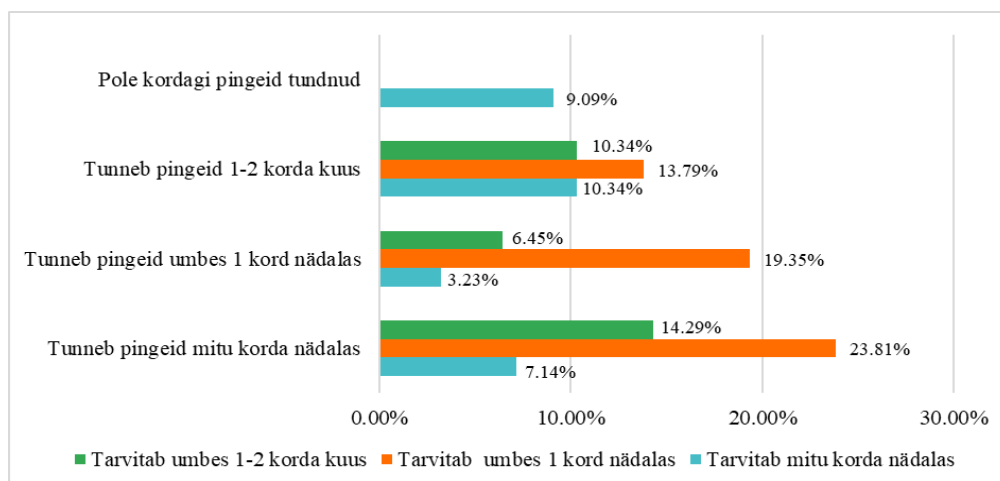
Alkoholsete jookide tarvitamist on jaatanud 14-17-aastased õpilased, mistõttu on alkoholi tarvitamise sagedus sõltuvuses õpilase vanusega. Vanuse kasvades suureneb ka alkoholseid jooke tarvitavate õpilaste osakaal. Seda seost kinnitab asjaolu, et 14-15-aastastest õpilastest tarvitavad alkoholseid jooke 17,39%, kuid 16-17-aastastest vastanutest 57,63%. Huvitav on märkida, et 14-15-aastased õpilased tarvitavad alkoholseid jooke enamasti mitmeid kordi nädalas. See-eest 16-17-aastased õpilased tarvitavad alkoholseid jooke enim umbes 1 kord nädalas. Vt joonis 13.

Joonis 13. Alkoholsete jookide tarvitamise sagedus 14-17-aastaste õpilaste seas (%)



Alkoholsete jookide tarbimine seoses õpiraskustest tulenevate pingete tundmise sagedusega, näitab, et enim tarvitavad alkoholseid jooke õpilased, kes tunnevad õpiraskustest tulenevaid pingeid mitmeid kordi nädalas. Kõige vähem tarvitavad alkoholseid jooke õpilased, kes pole viimase kolme kuu jooksul kordagi õpiraskustest tulenevaid pingeid tundnud. Kui võrrelda alkoholsete jookide tarbimist õpilaste seas, kes tunnevad õpiraskustest tulenevaid pingeid umbes 1 kord nädalas ning õpilaste seas, kes tunnevad õpiraskustest tulenevaid pingeid umbes 1 – 2 korda kuus, siis on alkoholsete jookide tarbimine suurem õpilaste seas, kes tunnevad õpiraskustest tulenevaid pingeid umbes 1 – 2 korda kuus. Vt joonis 14.

Joonis 14. Alkohoolsete jookide tarvitamise sagedus õpiraskustest tulenevate pingete tundmise sageduse alusel (%)

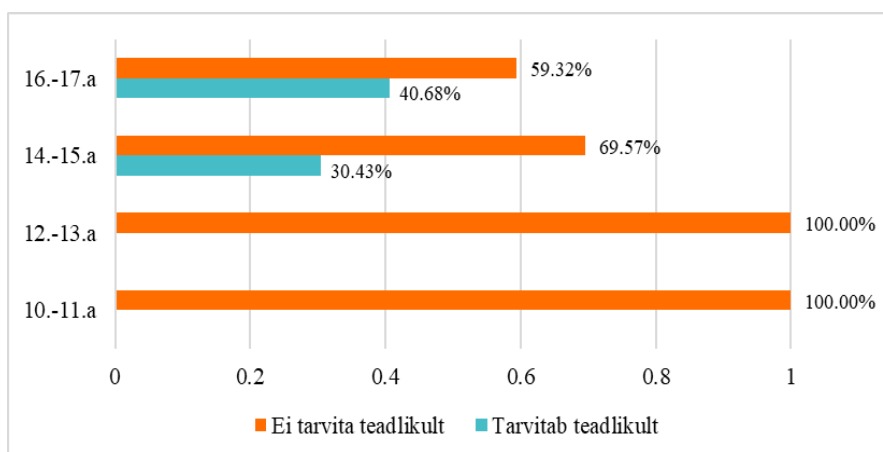


#### 4.2.1.2.2. Tubakatoodete tarvitamine õpiraskustest tulenevate pingete maandamiseks

Töö autor analüüsib ka tubakatoodete tarvitamise seoseid eraldi õpilaste puhul, kes tarvitavad tubakatooteid teadlikult õpiraskustest tulenevate pingete maandamiseks ning seejärel ka kui ka üleüldiselt, et näha, kas õppeedukusel või õpiraskustest tulenevate pingete tundmise sagedusel on seos tubakatoodete tarbimisega.

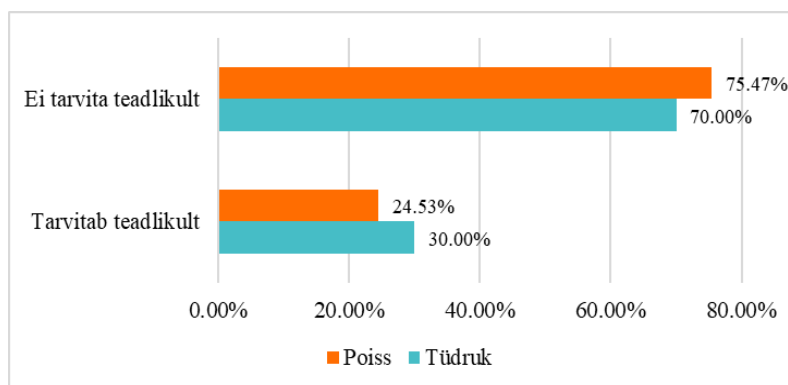
Teadlikult õpiraskustest tulenevate pingete maandamiseks kasutatakse tubakatooteid võrreldes alkohoolsete jookidega rohkem. Kui alkohoolsete jookide puhul kasutas meedet teadlikult 13,04% õpilastest vanuses 14-15-eluastat, siis tubakatoodete puhul kasutavad meedet teadlikult 30,43% selle vanusegrupi õpilastest. Samuti on tubakatoodete teadliku kasutamise protsent suurem 16-17-aastaste õpilaste puhul võrreldes alkohoolsete jookide teadliku kasutamise protsendiga. Kui alkohoolsete jookide puhul kasutas meedet teadlikult 33,9% õpilastest, siis tubakatooteid kasutavad teadlikult 40,68% selle vanusegrupi õpilastest eesmärgiga maandada õpiraskustest tulenevaid pingeid. Põhjust, miks tubakatooted õpilaste seas populaarsemad on, on raske öelda. Vt joonis 15.

Joonis 15. Tubakatoodete teadlik tarvitamine pingete maandamise eesmärgil vanuse alusel (%)



Tubakatoodete tarvitamine teadlikult õpiraskustest tulenevate pingete maandamiseks on võrreldes alkoholsete jookide tarvitamisega suurenenud just poiste seas. Kui alkoholsete jookide tarvitamisega teadlikult õpiraskustest tulenevate pingete maandamiseks vastanud poistest, siis tubakatoodete osas on see protsent 24,53%. Tüdrukute seas erineb protsent alkoholsete jookide ja tubakatoodete teadliku tarvitamise vahel marginaalselt. Kui tüdrukutest vastasid 28,33% alkoholsete jookide teadlikult õpiraskustest tulenevate pingete maandamiseks, siis tubakatooteid tarvitavad teadlikult õpiraskustest tulenevate pingete maandamiseks 30% tüdrukutest. Seega saab taaskord öelda, et soo alusel võrrelduna tarvitavad tüdrukud võrreldes poistega rohkem tubakatooteid (nagu ka alkoholsete jookide puhul) teadlikult õpiraskustest tulenevate pingete maandamiseks. Vt joonis 16.

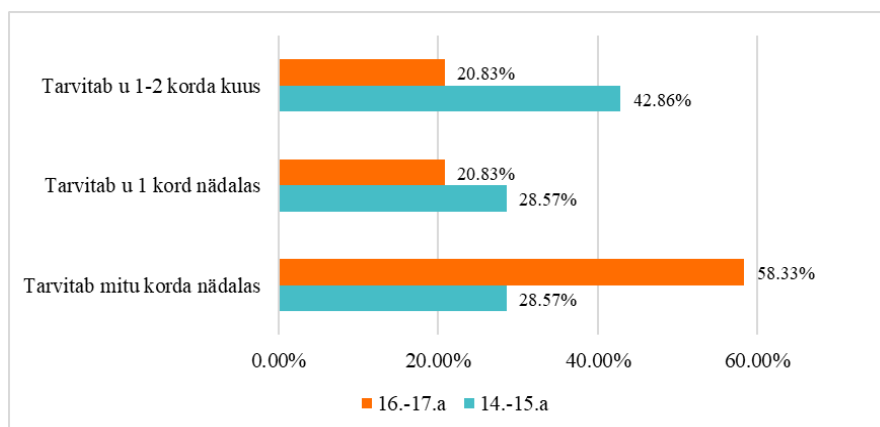
Joonis 16. Tubakatoodete teadlik tarvitamine pingete maandamise eesmärgil soo alusel (%)



Hinnates tubakatoodete tarvitamise sagedust ning õpilaste vanust, siis teadlikult õpiraskustest tulenevate pingete maandamiseks tarvitavad tubakatooteid vanemad õpilased sagedamini, st

valdav osa 16-17-aastastest tarvitavad tubakatooteid mitmeid kordi nädalas. Samuti näitasid vastused, et nii mõnigi õpilane on varasemalt tarvitanud tubakatooteid teadlikult õpiraskustest tulenevate pingete maandamiseks, kuid pole seda teinud viimase kolme kuu jooksul. Vt joonis 17.

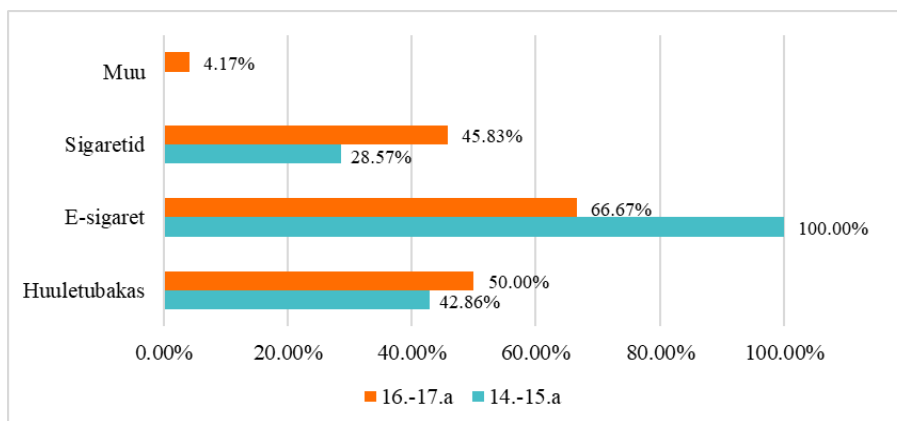
Joonis 17. Tubakatoodete teadlikult pingete eesmärgil tarvitamise sagedus vanuse alusel (%)



Tubakatoodetest tarvitavad õpilased, kes on tubakat teadlikult pingete maandamise eesmärgil tarvitanud, enim e-sigaretti. Kõige vähem tarvitavad vastanud tavalisi sigarette ning neid tarvitavad vanemad õpilased tihedamini kui nooremad. Huuletubakat tarvitavad samuti vanemad õpilased rohkem kui nooremad õpilased. E-sigaret ning huuletubakas on tubakatooted, mida tarvitavad mõlema vanusegrupi õpilased kõige rohkem.

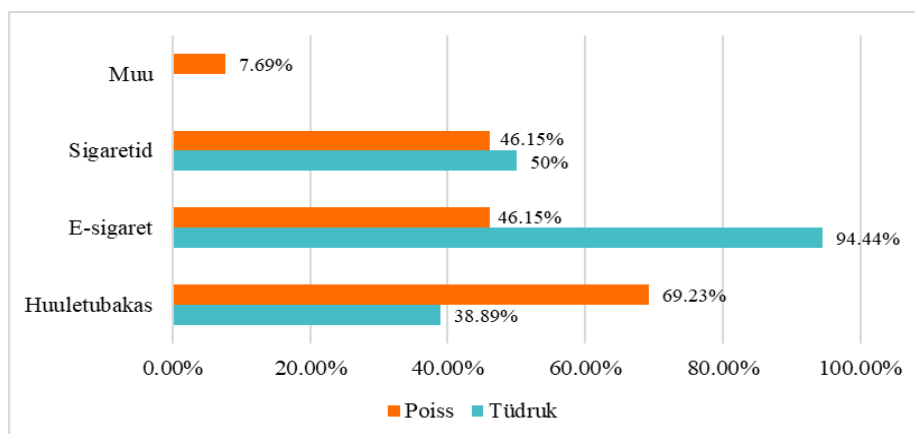
Kuivõrd küsimus oli poolkinnine, siis said õpilased kirjutada vastustesse juurde küsimuses märkimata tubakatooteid, mida nad tarvitavad. Üks 17-aastane poiss tarvitab lisaks muudele tubakatoodetele ka kanepit. Samuti tuleb tähele panna, et vastanutel oli võimalik küsimuste seast valida mitu varianti ning enamus õpilastest tarvitavad mitmeid erinevaid tubakatooteid samaaegselt. Vt joonis 18.

Joonis 18. Erinevate tubakatoodete tarvitamine vanuse alusel õpilaste puhul, kes on tubakat tarvitanud teadlikult pingete maandamise eesmärgil (%)



Soo alusena vaadatuna tarvitavad poisid, kes on tubakatooteid teadlikult tarvitanud õpiraskustest tulenevate pingete maandamiseks, huuletubakat rohkem kui tüdrukud. See-eest tarvitavad tüdrukud võrreldes poistega rohkem nii e-sigaretti kui ka tavalisi sigarette. Vt joonis 19.

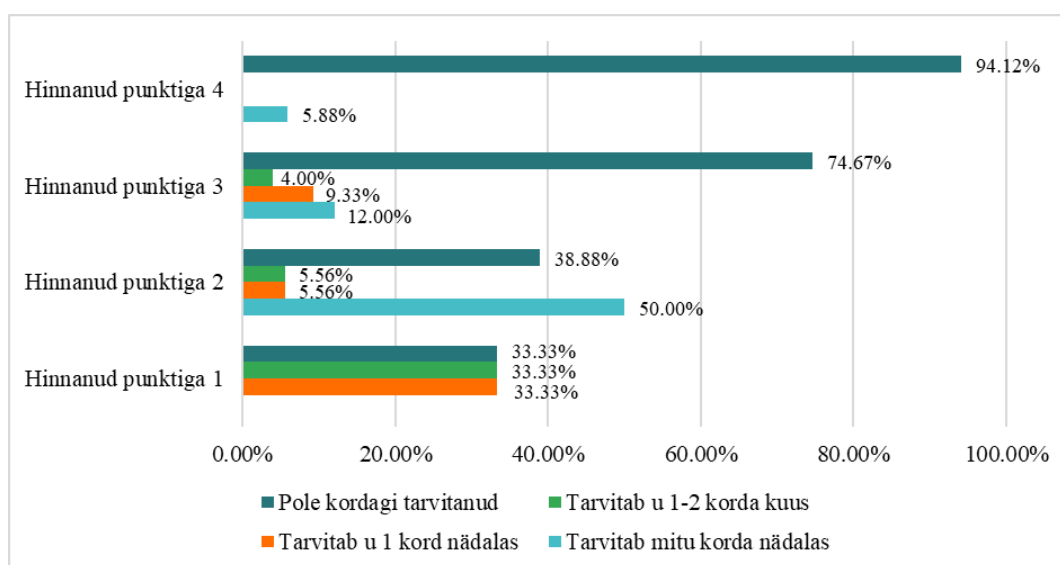
Joonis 19. Erinevate tubakatoodete tarvitamine soo alusel õpilaste puhul, kes on tubakat tarvitanud teadlikult pingete maandamise eesmärgil (%)



Jättes kõrvale õpilaste vastused, kes on tunnistanud tubakatoodete teadlikku tarvitamist pingete maandamise eesmärgil, ning vaadates ainult nende õpilaste vastuseid, kes pole seda teadlikult teinud, siis on viimase kolme kuu jooksul tarvitanud tubakatooteid enim õpilased, kes on oma õppeedukust hinnanud punktiga 2. See-eest õpilastest, kes on oma õppeedukust hinnanud punktiga 4, ei ole keegi viimase kolme kuu jooksul tubakatooteid tarvitanud. Eeltoodust saab järeldada, et isegi kui õpilased ei tarvita tubakatooteid teadlikult pingete maandamise eesmärgil, on siiski olemas seos tubakatoodete tarvitamise ja õppeedukuse vahel – halvema õppeedukusega õpilased tarvitavad tubakatooteid suurema tõenäosusega.

Jättes kõrvale teadlikkuse aspekti ning vaadeldes tubakatoote tarbimist seoses õppeedukusega kõigi õpilaste puhul, siis halvema õppeedukusega õpilased tarvitavad tubakatooteid õpiraskustest tulenevate pingete maandamise eesmärgil sagedamini kui teised. Seda näitab asjaolu, et õpilastest, kes hindasid oma õppeedukust punktiga 2, tarvitavad tubakatooteid 50% mitmeid kordi nädalas, kuid õpilastest, kes hindasid oma õppeedukust punktiga 4, tarvitavad tubakatooteid mitmeid kordi nädalas 5,88%. Kuigi õpilased ei pruugi tarvitada tooteid teadlikult õpiraskustest tulenevate pingete maandamiseks, siis vastuste pinnalt on näha seost madala õppeedukuse ning tubakatoote tarvitamise vahel. Parema õppeedukusega õpilaste seas on rohkem neid, kes ei ole kordagi tubakatooteid tarvitanud ning mida madalam on õpilaste õppeedukus, seda rohkem on nende seas tubakatoote tarvitajaid. Vt joonis 20.

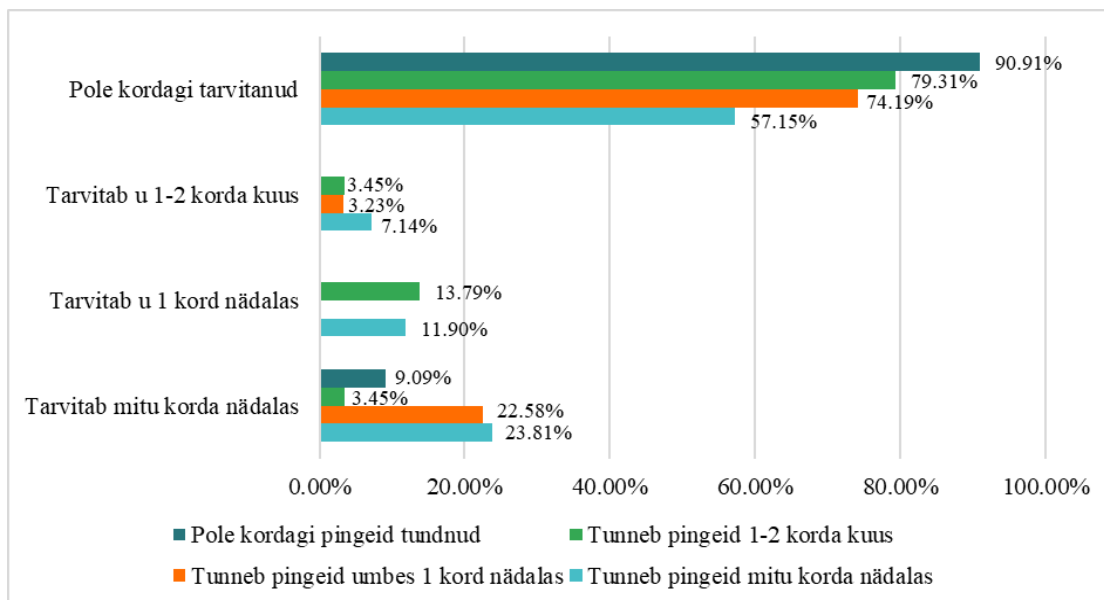
Joonis 20. Tubakatoote tarvitamise sagedus õppeedukuse alusel (%)



Olemas on ka seos tubakatoote tarvitamise ning õpiraskustest tulenevate pingete tundmise sageduse vahel. Õpilased, kes tarvitavad tubakatooteid tihedamini, st teevad seda mitmeid kordi nädalas, tunnevad ka õpiraskustest tulenevaid pingeid tihedamini (vähemalt ühe korra nädalas). Seevastu õpilased, kes tunnevad õpiraskustest tulenevaid pingeid umbes 1 – 2 korda kuus, tarvitavad tubakatooteid enamasti umbes üks kord nädalas. Huvitav on märkida ka asjaolu, et õpilastest, kes pole kordagi viimase kolme kuu jooksul õpiraskustest tulenevaid pingeid tundnud, tarvitab üks õpilane tubakatooteid mitmeid kordi nädalas. Õpilasi, kes pole viimase kolme kuu jooksul kordagi tubakatooteid tarvitanud, on enim õpilaste seas, kes pole kordagi õpiraskustest tulenevaid pingeid tundnud. See-eest kõige vähem on selliseid õpilasi

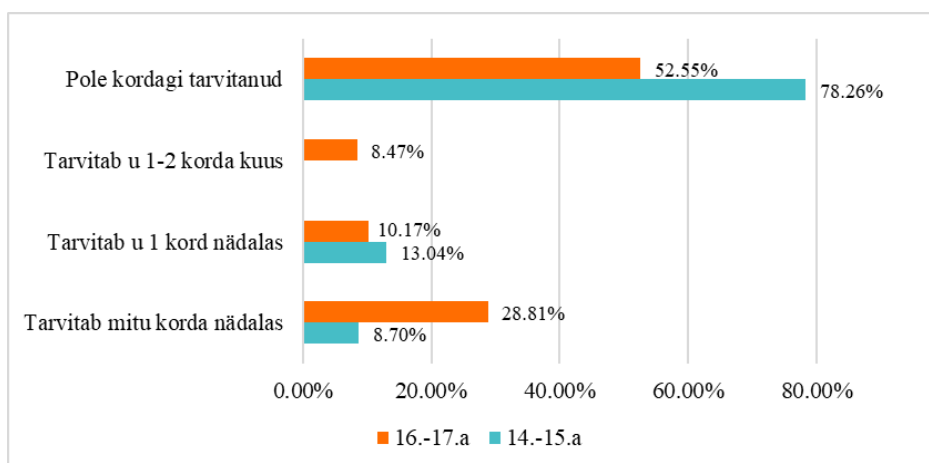
õpilaste seas, kes on õpiraskustest tulenevaid pingeid tundnud mitmeid kordi nädalas, mistõttu saab jaatada seost õpiraskustest tulenevate pingete tundmise sageduse ning tubakatoote tarvitamise vahel – mida tihedamini tunnevad õpilased õpiraskustest tulenevaid pingeid, seda rohkem on nende seas ka tubakatoote tarvitajaid. Vt joonis 21.

Joonis 21. Tubakatoote tarvitamine õpiraskustest tulenevate pingete tundmise sageduse alusel (%)



Samamoodi nagu alkoholsete jookide nii ka tubakatoote tarvitamise puhul on näha vanuse suurenedes nende tarvitamise osakaalu tõusu. Kuigi tubakatooteid on viimase kolme kuu jooksul tarvitanud 14-17-aastased õpilased, siis tarvitavad nooremad õpilased tubakatooteid vähem kui vanemad õpilased. 14-15-aastaste õpilaste seas on viimase kolme kuu jooksul tubakatooteid tarvitanud 21,47%, kellest suurem osa on seda teinud umbes 1 kord nädalas. 16-17-aastastest õpilastest on viimase kolme kuu jooksul tubakatooteid tarvitanud 47,45% õpilastest, kellest enamus on seda teinud mitmeid kordi nädalas. Võrreldes tubakatoote tarbimist viimase kolme kuu jooksul alkoholsete jookide tarbimisega, siis 14-15-aastased õpilased tarvitavad tubakatooteid võrreldes alkoholsete jookidega rohkem ning 16-17-aastased õpilased tarvitavad tubakatooteid võrreldes alkoholsete jookidega vähem. Vt joonis 22.

Joonis 22. Tubakatoodete tarvitamise sagedus vanuse alusel (%)



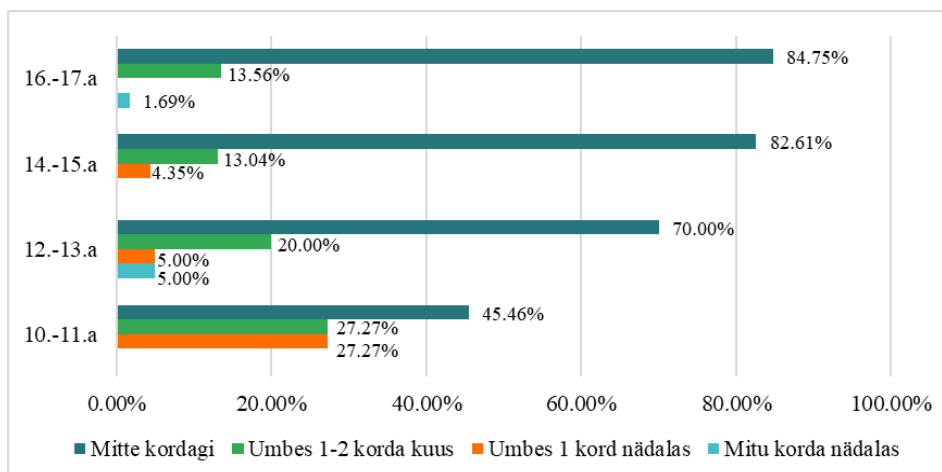
#### 4.2.2. Meetmed koolikiusamisest tulenevate pingete maandamiseks

Seoses koolikiusamisega tuli õpilastel vastata küsimustele selle kohta, kas nad on viimase kolme kuu jooksul olnud koolikiusamises kiusatavaks, kiusajaks või pealtvaatajaks ning kas erinevad rollid on põhjustanud õpilastele pingeid, mis on suunanud neid õigusvastaseid meetmeid kasutama.

Enim on kiusamine probleemiks nooremate õpilaste seas – viimase kolme kuu jooksul on kiusamise ohvriks langenud enim 10-11-aastased õpilased, kõige vähem 16-17-aastased õpilased. Tulemused näitavad ka seda, et vanemate õpilaste seas on rohkem neid, keda ei ole kordagi viimase kolme kuu jooksul kiusatud. Õpilasi, keda on viimase kolme kuu jooksul kiusatud umbes 1 kord nädalas, on enim 10-11-aastaste seas. Vanemate õpilaste seas esineb kiusamist pigem harvem – umbes 1 – 2 korda kuus. Mitmeid kordi nädalas on kiusamise ohvriks langenud õpilased nii vanuses 12-13 eluaastat kui ka 16-17 eluaastat, kuid 10-11-aastastest pole kedagi kiusatud mitmeid kordi nädalas.

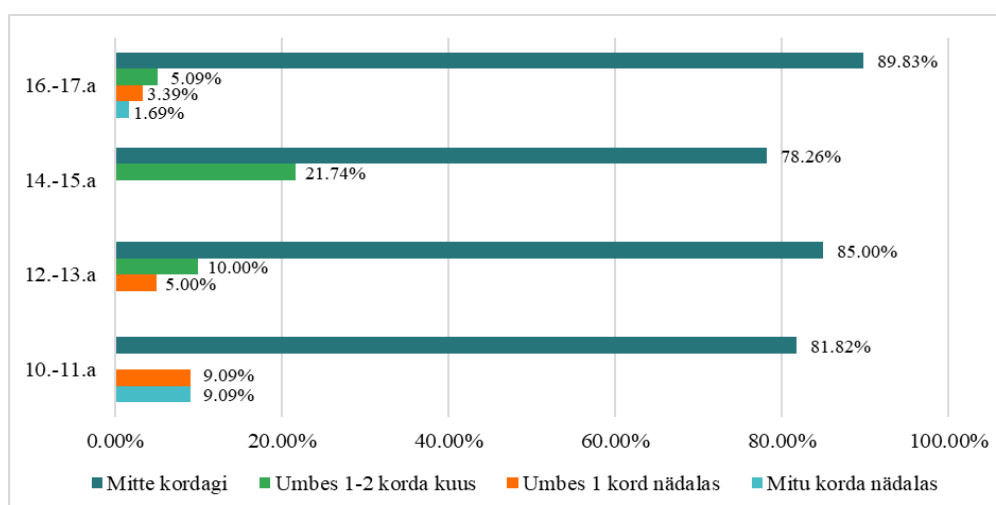
Soo löikes on viimase kolme kuu jooksul kiusamise ohvriks langenud poisid ja tüdrukud enam-vähem võrdses ulatuses. Samuti on kiusamise ohvriks langemise sagedus peaaegu ühtlane – nii tüdrukud kui ka poisid, kes on kiusamise ohvriks langenud, on kogenud kiusamist enamasti umbes 1 – 2 korda kuus ning mõni üksik mitmeid kordi nädalas. Poisid on kiusamist kogenud umbes 1 kord nädalas tihedamini kui tüdrukud. Vt joonis 23.

Joonis 23. Koolikiusamise ohvriks sattumise sagedus vanuse alusel (%)



Kiusaja või pealtvaataja rolli osas tulemused vanuse suurenedes nii ühtlased ei ole. Enim on kiusamises osalenud kiusaja või pealtvaatajana õpilased vanuses 14-15 eluaastat ning kõige vähem õpilased vanuses 16-17 eluaastat. Sooliselt on tulemused ühtlased, st koolikiusamises on kiusaja või pealtvaatajana osalenud peaaegu sama suur protsent tüdrukutest ja poistest. Samuti on nii tüdrukud kui ka poisid koolikiusamises kiusaja või pealtvaatajana osalenud kõige sagedamini umbes 1 – 2 korda kuus, mitmeid kordi nädalas on kiusaja või pealtvaatajana osalenud õpilaste arv mõlema soo puhul väike – 1,67% tüdrukutest ja 1,89% poistest. Vt joonis 24.

Joonis 24. Koolikiusamises kiusajaks/pealtvaatajaks olemise sagedus vanuse alusel (%)

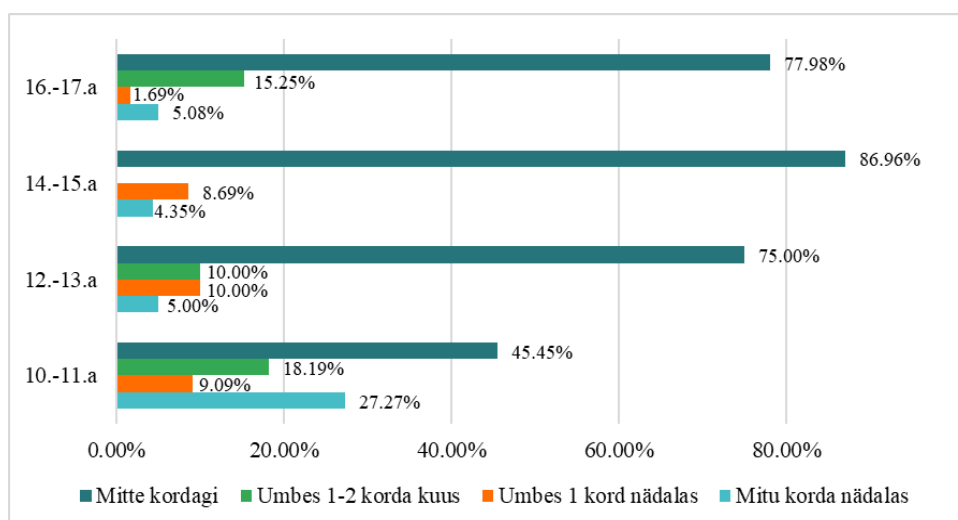


Õpilastel tuli vastata ka sellele, kas koolikiusamine on viimase kolme kuu jooksul tekitanud neile pingeid (nt stress, soov mitte kooli minna jms). Enim on koolikiusamine tekitanud

pingeid 10-11-aastastele õpilastele, mis on igati arusaadav, kuna selle vanusegrupi õpilased on sattunud kiusamise ohvriks kõige rohkem. Kõige vähem on koolikiusamine tekitanud pingeid 14-15-aastastele – ehk on siin seos sellega, et selle vanusegrupi õpilased on osalenud enim koolikiusamises kiusajate või pealtvaatajatena. Soo alusena vaadatuna on tüdrukud ja poisid koolikiusamisest tulenevaid pingeid kogenud umbes sama palju.

Mitmeid kordi nädalas on koolikiusamisest tulenevaid pingeid kogenud kõige sagedamini 10-11-aastased õpilased, kellest 27,27% on pingeid tundnud mitmeid kordi nädalas. Teiste vanusegruppide õpilased tunnevad koolikiusamisest tulenevaid pingeid mitmeid kordi nädalas pigem harvem ning nende seas esinevad pinged rohkem kas umbes 1 kord nädalas või umbes 1 – 2 korda kuus. Vt joonis 25.

Joonis 25. Koolikiusamisest tulenevate pingete tundmise sagedus vanuse alusel (%)



#### 4.2.2.1. Alkohoolsete jookide tarvitamine seoses koolikiusamisega

Töö autor analüüsib alkohoolsete jookide tarvitamise seoseid eraldi õpilaste puhul, kes tarvitavad alkohoolseid jooke teadlikult koolikiusamisest tulenevate pingete maandamiseks ning ka üleüldiselt, et näha, kas koolikiusamisel on seos alkohoolsete jookide tarbimisega.

Õpilastelt küsiti, kas nad on teadlikult tarvitanud alkohoolseid jooke koolikiusamisest tulenevate pingete maandamiseks. Kui õpilane vastas küsimusele jaatavalt, tuli tal vastata ka lisaküsimustele, mis täpsustasid seda, kui sageli ja milliseid alkohoolseid jooke on õpilane tarvitanud koolikiusamisest tulenevate pingete maandamiseks.

Teadlikult on alkohoolseid jooke koolikiusamisest tulenevate pingete maandamiseks tarvitanud 14-17-aastased õpilased. Noorematest õpilastest ei ole keegi alkohoolseid jooke sel eesmärgil tarvitanud. Samas tuleb tõdeda, et ka 14-17-aastaste õpilase seas on see protsent väike, kes on koolikiusamisest tulenevaid pingeid maandanud alkohoolsete jookidega. Kõikidest 14-15-aastastes õpilastest on alkohoolseid jooke teadlikult koolikiusamisest tulenevate pingete maandamiseks tarvitanud 4,35% ning 16-17-aastaste õpilaste seas on see protsent 3,39%. Soo aluselt vaadatuna on alkohoolseid jooke pingete maandamise eesmärgil tarvitanud tüdrukud rohkem kui poisid – kõikidest tüdrukutest on meedet kasutanud 3,44% ning poistest 1.88%. Alkohoolseid jooke teadlikult koolikiusamisest tulenevate pingete maandamiseks on tarvitatud enamasti kas umbes 1 kord nädalas või umbes 1 – 2 korda kuus. Ükski õpilane ei ole meedet kasutanud mitmeid kordi nädalas.

Õpilased, kes on teadlikult tarvitanud alkohoolseid jooke pingete maandamise eesmärgil, on tarvitanud nii lahjat kui ka kanget alkoholi. Vastanute seas on üks õpilane, kes on tarvitanud ainult kangeid alkohoolseid jooke, üks õpilane, kes on tarvitanud ainult lahjasid alkohoolseid jooke ning üks õpilane, kes on tarvitanud nii lahjasid kui ka kangeid alkohoolseid jooke.

Kuna teadlikult on alkohoolseid jooke tarvitanud pingete maandamise eesmärgil vähesed õpilased, siis analüüsib töö autor eraldi ka nende õpilaste vastuseid, kes on vastanud, et nad ei ole teadlikult alkohoolseid jooke koolikiusamisest tulenevate pingete maandamiseks kasutanud. Õpilased, kes on koolikiusamist kogunud kas mitu korda nädalas või umbes 1 kord nädalas ei ole viimase kolme kuu jooksul kordagi alkohoolseid jooke tarvitanud. See-eest on viimase kolme kuu jooksul alkohoolseid jooke tarvitanud nii need õpilased, kes on ohvriks langenud umbes 1 – 2 korda kuus ning õpilased, keda ei ole viimase kolme kuu jooksul kordagi kiusatud. Kõige rohkem on alkohoolseid jooke viimase kolme kuu jooksul tarvitanud õpilased, kes on langenud koolikiusamise ohvriks umbes 1 – 2 korda kuus, kellest suurem osa on seda teinud kas umbes 1 kord nädalas või umbes 1 – 2 korda kuus. Samuti on alkohoolseid jooke umbes 1 kord nädalas või umbes 1 – 2 korda kuus tarvitanud paljud õpilased, kes pole kordagi koolikiusamise ohvriks langenud. Seega seost alkohoolsete jookide tarbimise ning koolikiusamise ohvriks langemise sageduse vahel ei nähtu õpilaste puhul, kes ei ole teadlikult alkohoolseid jooke pingete maandamise eesmärgil tarvitanud.

See-eest võib mingit seost näha alkohoolsete jookide tarbimise ning koolikiusamises kiusaja või pealtvaatajana osalemise vahel õpilaste puhul, kes ei ole alkohoolseid jooke teadlikult koolikiusamisest tulenevate pingete maandamiseks tarvitanud. Nendest õpilastest on enim

alkohoolseid jooke tarvitanud õpilased, kes on osalenud koolikiusamises kiusaja või pealtvaatajana kas mitu korda nädalas või umbes 1 kord nädalas. Kõige vähem on alkohoolseid jooke tarvitanud õpilased, kes on koolikiusamises osalenud umbes 1 – 2 korda kuus. Kuigi õpilastest, kes ei ole kordagi koolikiusamises kiusaja või pealtvaataja rollis olnud, on tarvitanud alkohoolseid jooke suurem protsent kui õpilastest, kes on olnud kiusaja või pealtvaataja rollis umbes 1 – 2 korda kuus, siis võiks teatud seost alkohoolsete jookide tarbimise ja koolikiusamises kiusaja või pealtvaataja rollis osalemise vahel siiski jaatada. Seega võiks öelda, et õpilased, kes osalevad koolikiusamises kiusaja või pealtvaatajana iganädalaselt tarvitavad alkohoolseid jooke tihedamini kui õpilased, kes osalevad koolikiusamises kiusaja või pealtvaatajana paar korda kuus või üldse mitte.

Kuigi eelnevalt on alkohoolsete jookide tarbimist analüüsitud eraldi õpilaste puhul, kes tarvitasid alkohoolseid jooke teadlikult pingete maandamiseks ning ka õpilaste puhul, kes seda teadlikult teinud ei ole, siis analüüsib töö autor andmeid ka arvestamata teadlikkuse aspekti, et näha, kas alkohoolsete jookide tarbimisel üleüldiselt on seos koolikiusamises osalemise sagedusega.

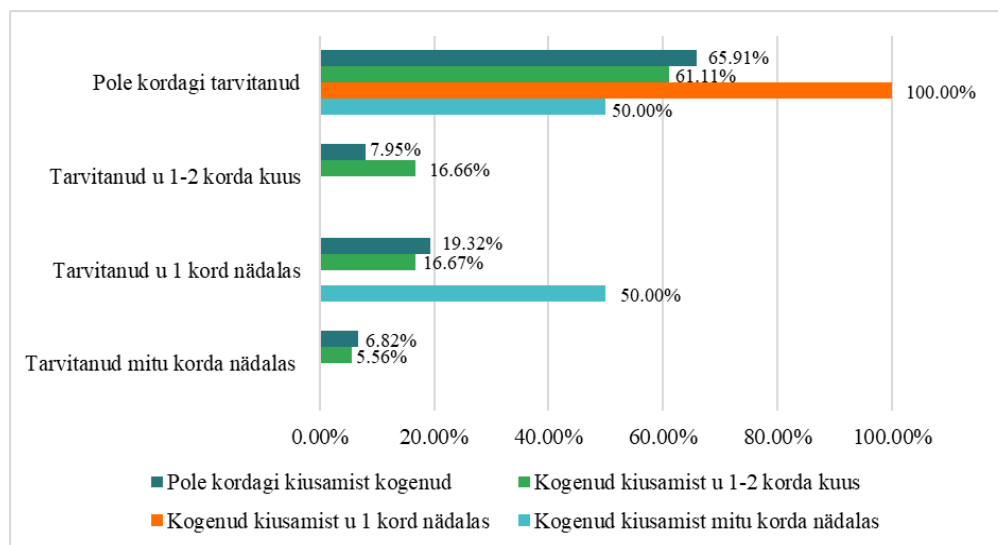
Teadlikkuse aspekti arvestamata, tarvitavad alkohoolseid jooke enim õpilased, kes on koolikiusamise ohvriks sattunud mitmeid kordi nädalas. Samas õpilastest, kes on sattunud koolikiusamise ohvriks umbes 1 kord nädalas, ei ole alkohoolseid jooke viimase kolme kuu jooksul tarvitanud keegi. Õpilastest, kes on koolikiusamise ohvriks langenud umbes 1 – 2 korda kuus, on alkohoolseid jooke tarvitanud 38,89% ning õpilaste puhul, kes ei ole kordagi koolikiusamise ohvriks langenud, on see protsent 34,09%. Seega ei saa öelda, et koolikiusamise ohvriks langenud õpilased tarvitaksid oluliselt rohkem alkohoolseid jooke kui õpilased, kes pole kiusatavad olnud.

Mitmeid kordi nädalas on alkohoolseid jooke tarvitanud õpilased, keda kas pole üldse kiusatud või kes on kiusamise ohvriks langenud umbes 1 – 2 korda kuus. Enim on mitmeid kordi nädalas alkohoolseid jooke tarvitanud õpilased, keda ei ole kiusatud. Õpilased, keda on kiusatud mitmeid kordi nädalas, tarvitavad alkohoolseid jooke umbes 1 kord nädalas ning õpilased, keda on kiusatud umbes 1 – 2 korda kuus, tarvitavad enim alkohoolseid jooke kas umbes 1 kord nädalas või umbes 1 – 2 korda kuus.

Seega üleüldiselt ei nähtu alkohoolsete jookide tarvitamise ning koolikiusamise ohvriks langemise sageduse vahel seost. Alkohoolseid jooke tarvitavad nii õpilased, kes on langenud

koolikiusamise ohvriks mitmeid kordi nädalas kui ka õpilased, kes pole kordagi kiusatavad olnud. Kõige sagedamini, st mitmeid kordi nädalas, tarvitavad alkohoolseid jooke õpilased, kes ei ole kordagi koolikiusamise ohvriks langenud. Vt joonis 26.

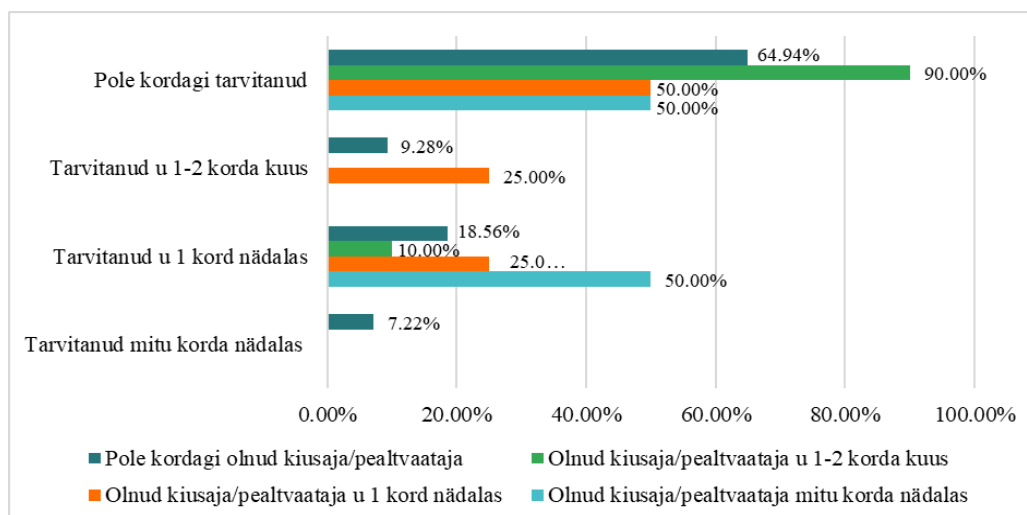
Joonis 26. Alkohoolsete jookide tarvitamise sagedus kiusatavaks olemise sageduse alusel (%)



Õpilased, kes on osalenud koolikiusamises kiusaja või pealtvaatajana mitmeid kordi nädalas või umbes 1 kord nädalas, on enim viimase kolme kuu jooksul tarvitanud alkohoolseid jooke. Samas on õpilased, kes on olnud kiusaja või pealtvaataja rollis umbes 1 – 2 korda kuus, tarvitanud alkohoolseid jooke tunduvalt vähem kui õpilased, kes ei ole kordagi osalenud koolikiusamises kiusaja või pealtvaatajana. Ainus seos kiusajaks või pealtvaatajaks olemise ja alkohoolsete jookide tarvitamise vahel on, et õpilased, kes osalevad koolikiusamises kiusaja või pealtvaatajana iganädalaselt, tarvitavad alkohoolseid jooke rohkem kui õpilased, kes on olnud harvem kiusaja või pealtvaataja rollis.

Seost ei ole ka alkohoolsete jookide tarvitamise sageduse ja kiusajaks või pealtvaatajaks olemise sageduse vahel. Õpilased, kes on olnud kiusaja või pealtvaataja rollis, tarvitavad alkohoolseid jooke enamasti umbes 1 kord nädalas. Kuigi õpilased, kes ei ole olnud kiusajaks või pealtvaatajaks, tarvitavad samuti enim alkohoolseid jooke umbes 1 kord nädalas, siis on nende seas ainsana ka õpilasi, kes tarvitavad alkohoolseid jooke mitmeid kordi nädalas. Vt joonis 27.

Joonis 27. Alkohoolsete jookide tarvitamise sagedus kiusajaks/pealtvaatajaks olemise sageduse alusel (%)



#### 4.2.2.2. Tubakatoode tarvitamine seoses koolikiusamisega

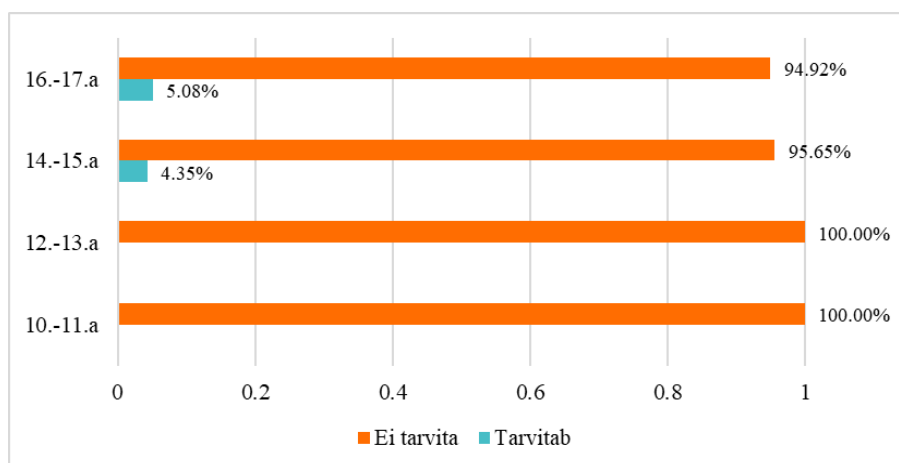
Ka tubakatoode tarvitamise osas analüüsitakse eraldi tubakatoode tarvitamist õpilaste seas, kes on tarvitanud tubakatooteid teadlikult koolikiusamisest tulenevate pingete maandamiseks kui ka üleüldiselt, st arvestamata teadlikkuse aspekti.

Tubakatooteid on õpilased teadlikult koolikiusamisest tulenevate pingete maandamiseks kasutanud rohkem kui alkohoolseid jooke. See on enam levinud just tüdrukute seas: 5% tüdrukutest tarvitavad tubakatooteid teadlikult koolikiusamisest tulenevate pingete maandamiseks. Poiste seas on see protsent 1,88% ehk sama, mis alkohoolsete jookide teadlikult pingete maandamiseks tarvitamise puhulgi. Tubakatooteid on tarvitanud teadlikult pingete maandamise eesmärgil 14-17-aastased õpilased. 14-15-aastastest õpilastest tarvitavad tubakatooteid teadlikult pingete maandamiseks 4,35% vastanutest (protsent on sama, mis alkohoolsete jookide teadlikult pingete maandamiseks tarvitamise puhul). 16-17-aastastest tarvitavad tubakatooteid pingete maandamise eesmärgil 5,08% õpilastest (vt joonis 28). Tubakatooteid tarvitatakse teadlikult pingete maandamiseks kas mitu korda nädalas või umbes 1 – 2 korda kuus. Pooled vastanutest tarvitavad tubakat mitmeid kordi nädalas ning pooled umbes 1 – 2 korda kuus.

Tubakatoode tarvitatakse enim huuletubakat ja e-sigaretti. Kõikidest vastanutest 75% tarvitavad huuletubakat ning 75% tarvitavad e-sigaretti. Tavapäraseid sigarette tarvitavad

25% vastanutest. Siinkohal tuleb tähele panna, et paljud õpilased tarvitavad mitut tubakatoodet samaaegselt.

Joonis 28. Tubakatoodete teadlik tarvitamine koolikiusamisest tulenevate pingete maandamiseks vanuse alusel (%)



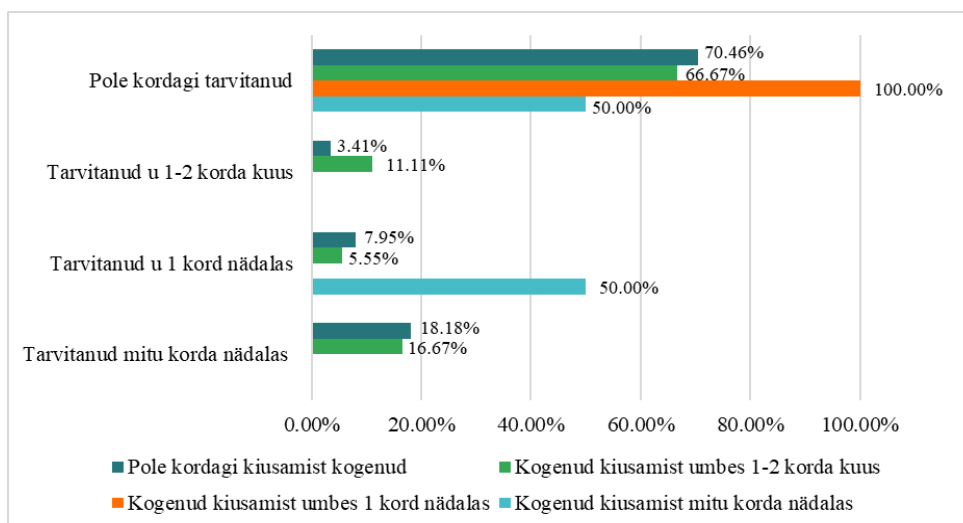
Jättes kõrvale õpilased, kes on tunnistanud, et on tarvitanud tubakatooteid teadlikult pingete maandamise eesmärgil, siis ei nähtu seost koolikiusamise ohvriks olemise ja tubakatoodete tarvitamise vahel õpilaste puhul, kes teadlikku tarvitamist jaatanud pole. Õpilased, kes pole jaatanud teadlikku tubakatoodete tarvitamist pingete maandamise eesmärgil, kuid kes on langenud kiusamise ohvriks vähemalt ühe korra nädalas, ei ole kordagi viimase kolme kuu jooksul tubakatooteid tarvitanud. Küll aga on tubakatooteid tarvitanud enim õpilased, kes on kiusamise ohvriks langenud umbes 1 – 2 korda kuus. Samamoodi ei eksisteeri seost tubakatoodete tarvitamise ja kiusajaks või pealtvaatajaks olemise sageduse vahel, kuna õpilased, kes on olnud kiusajad või pealtvaatajad mitmeid kordi nädalas pole kordagi viimase kolme kuu jooksul tubakatooteid tarvitanud, kuid see-eest on tubakatooteid tarvitanud õpilased, kes on kiusaja või pealtvaataja rollis olnud umbes 1 kord nädalas ning pole jaatanud teadlikult tubakatoodete tarvitamist pingete maandamise eesmärgil. Õpilased, kes on olnud kiusajaks või pealtvaatajaks umbes 1 – 2 korda kuus ei ole kordagi viimase kolme kuu jooksul tubakatooteid tarvitanud ning õpilased, kes ei ole kordagi kiusajaks või pealtvaatajaks olnud, on viimase kolme kuu jooksul tubakatooteid tarvitanud enim mitmeid kordi nädalas.

Jättes teadlikkuse aspekti kõrvale ning vaadates tubakatoodete tarbimist seoses koolikiusamise ohvriks olemisega kõikide õpilaste puhul, siis ei ole koolikiusamise ohvriks olemine tubakatoodete tarvitamise põhjuseks. Õpilastest, kes on koolikiusamise ohvriks olnud mitmeid kordi nädalas, on küll 50% tarvitanud viimase kolme kuu jooksul tubakatooteid, kuid

samas õpilased, kes on kiusatavaks olnud umbes 1 kord nädalas, ei ole kordagi viimase kolme kuu jooksul tubakatooteid tarvitanud. See-eest on tubakatooteid tarvitanud õpilased, keda on kiusatud umbes 1 – 2 korda kuus ning ka õpilased, keda ei ole kordagi kiusatud.

Samamoodi ei ole seost tubakatoode tarvitamise sageduse ning koolikiusamise ohvriks langemise sageduse vahel. Õpilased, kes tarvitavad tubakatooteid kõige sagedamini, st teevad seda mitmeid kordi nädalas, on koolikiusamise ohvriks langenud kas umbes 1 – 2 korda kuus või üldse mitte. Mitmeid kordi nädalas tarvitavad tubakatooteid enim õpilased, kes pole kordagi kiusatavaks olnud. Umbes 1 kord nädalas tarvitavad tubakatooteid enim õpilased, kes on koolikiusamise ohvriks langenud mitmeid kordi nädalas ning umbes 1 – 2 korda kuus tarvitavad tubakatooteid õpilased, kes on kiusamise ohvriks langenud umbes 1 – 2 korda kuus. Vt joonis 29.

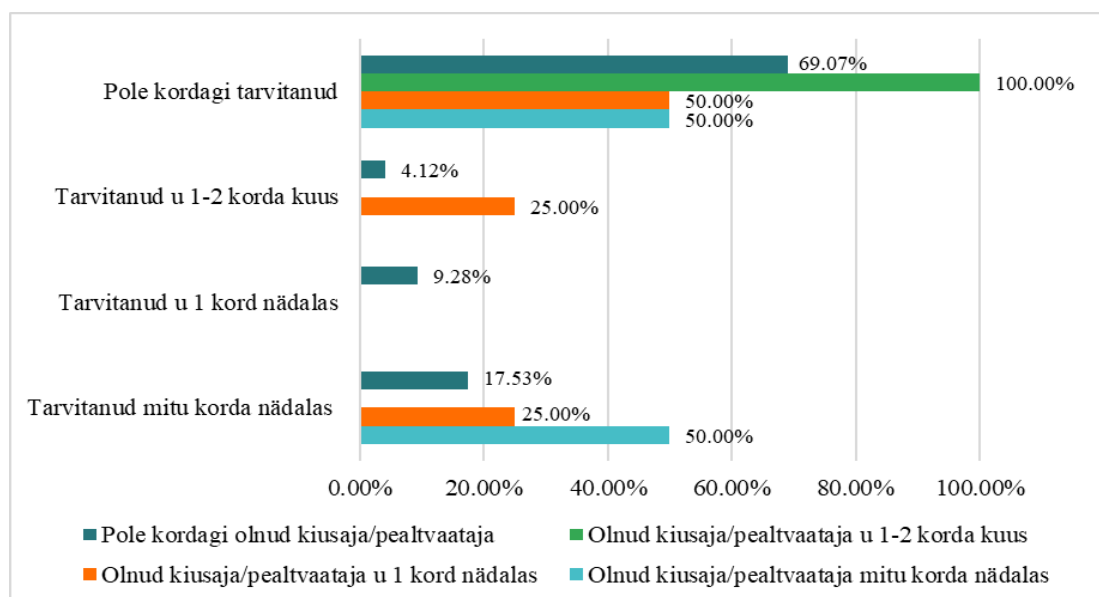
Joonis 29. Tubakatoode tarvitamise sagedus kiusatavaks olemise sageduse alusel (%)



Küll aga võib jaatada seost tubakatoode tarvitamise ning kiusajaks või pealtvaatajaks olemise sageduse vahel. Õpilaste seas, kes on kiusajaks või pealtvaatajaks mitmeid kordi nädalas või umbes 1 kord nädalas, on tubakatoode tarvitajaid rohkem kui teiste õpilaste seas. Õpilased, kes on kiusajaks või pealtvaatajaks olnud umbes 1 – 2 korda kuus, ei ole kordagi kolme kuu jooksul tubakatooteid tarvitanud. See-eest on tubakatooteid tarvitanud õpilased, kes pole kiusajaks ega pealtvaatajaks olnud, kuid nende seas on tubakatoode tarvitajaid vähem kui õpilaste seas, kes osalevad kiusamises kiusaja või pealtvaatajana iganädalaselt. Seega õpilaste seas, kes on kiusaja või pealtvaataja rollis iganädalaselt, on enim tubakatoode tarvitajaid.

Tubakatoodete tarvitamise sageduse osas saab tõdeda, et kõige tihedamini, st mitmeid kordi nädalas, tarvitavad tubakatooteid enim õpilased, kes on olnud kiusaja või pealtvaataja iganädalaselt. Mitmeid kordi nädalas on tubakatooteid tarvitanud ka õpilased, kes pole kordagi pealtvaataja või kiusaja rollis olnud, kuid siiski on nende seas tubakatooteid tarvitavate õpilaste osakaal väiksem kui nende õpilaste seas, kes on iganädalaselt kiusaja või pealtvaataja rollis. Vt joonis 30.

Joonis 30. Tubakatoodete tarvitamise sagedus kiusajaks/pealtvaatajaks olemise sageduse alusel (%)

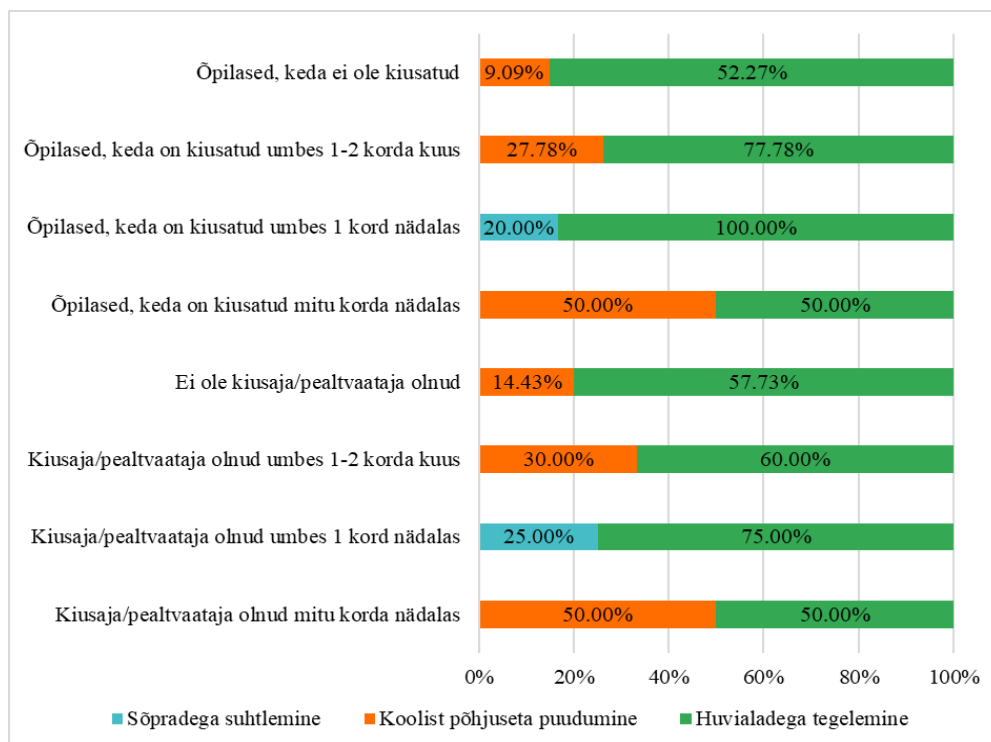


#### 4.2.2.3. Õiguspärased meetmed koolikiusamisest tulenevate pingete maandamiseks

Kasutatavate õiguspäraste meetmete teada saamiseks oli ankeedis poolkinnine küsimus, kus lisaks etteantud meetmetele oli õpilastel võimalik juurde lisada meetmeid, mida nad on varasemalt kasutanud pingete maandamiseks.

Küsimuses etteantud meetmetest on õpilaste seas kõige populaarsemad koolist põhjuse ta puudumine ja huvialadega tegelemine. Põhjusteta puudumist on ühe meetmena kasutanud enim õpilased, kes on olnud koolikiusamise ohvriks või on osalenud koolikiusamises kiusaja või pealtvaatajana. Õpilased, keda ei ole kiusatud või kes ei ole olnud kiusaja või pealtvaataja rollis viimase kolme kuu jooksul, on varasemalt pingete maandamiseks tegelenud oma huvialadega. Sõpradega suhtlemist kui meetet kasutavad koolikiusamisest tulenevate pingete maandamiseks õpilased väga vähe. Vt joonis 31.

Joonis 31. Õiguspäraste meetmete kasutamine seoses koolikiusamisega (%)



Lisaks eelnevalt nimetatud meetmetele on õpilased varasemalt pingete maandamiseks nt kuulunud muusikat või vabastanud ennast emotsioonidest nutmise kaudu. Nii on üks õpilane tõdenud, et pingetega toime tulemiseks nutab ta õhtuti kodus. Samuti on nii mõnigi õpilane pöördunud mõne täiskasvanu poole või jaganud oma muret oma perekonnaga. Üheks meetmeks, mida on kasutanud mitu õpilast, on probleemi vältimine – välditakse inimesi, kes neid kiusavad ning üritatakse keskenduda muudele aspektidele elus või hoitakse probleemi endas, st ei räägita probleemi olemasolust. Kurb on tõdeda, et paljude õpilaste jaoks on probleemi lahenduseks pingete talumine ning nende allasurumine. See-eest on üks 17-aastane poiss märkinud, et väldib kiusajaid ning tegeleb igapäevaselt enesearendamisega. Üks teine 17-aastane poiss on aga tunnistanud, et tema pingeid maandab see, kui ta saab kiusajate suhtes ka ise vägivalda kasutada.

#### 4.2.3. Kasutatud õigusvastastest meetmetest üldiselt

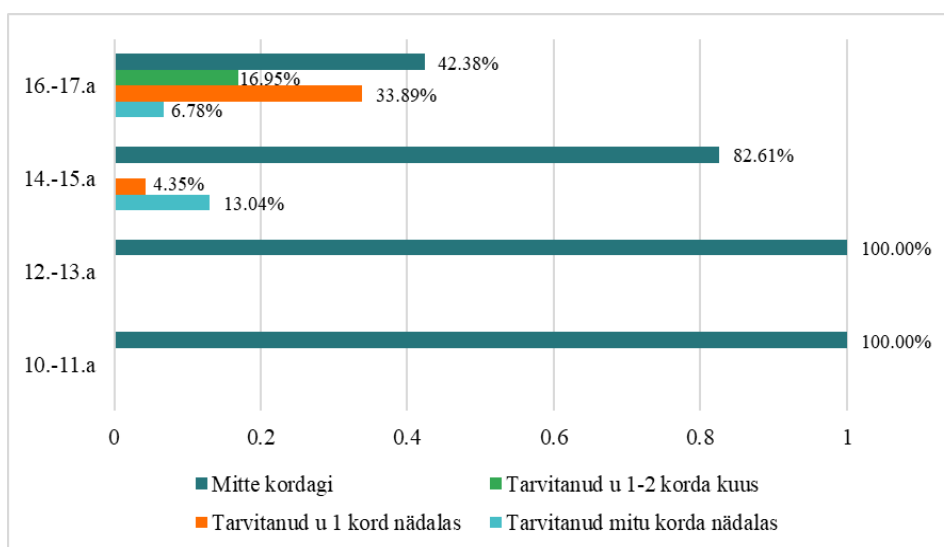
Eelnevalt on analüüsitud õpilaste õiguspärast ja õigusvastast käitumist seoses õpiraskustest ning koolikiusamisest tulenevate pingete maandamisega. Järgnevalt antakse ülevaade õigusvastaste meetmete kasutamisest eristamata seda, kas õpilased on tundnud pingeid seoses õpiraskuste või koolikiusamisega.

#### 4.2.3.1 Alkohoolsete jookide tarvitamine ning oma valdusesse saamine

Viimase kolme kuu jooksul on kõikidest vastanutest tarvitanud alkohoolseid jooke 33,6% respondentidest, kellest valdav osa (18,6%) on seda teinud umbes 1 kord nädalas. Alkohoolseid jooke on viimase kolme kuu jooksul tarvitanud ainult 14-15-aastased ning 16-17-aastased õpilased. Samuti võib tõdeda, et alkohoolsete jookide tarvitamine suureneb vanuse kasvades: kui 14-15-aastaste seas on 82,61%, kes ei ole viimase kolme kuu jooksul alkohoolseid jooke tarvitanud, siis 16-17-aastaste seas on see protsents kõigest 42,38%. See-eest tarvitavad 14-15-aastased alkohoolseid jooke pigem mitmeid kordi nädalas, kuid 16-17-aastaste seas tarvitatakse alkohoolseid jooke umbes 1 kord nädalas. Seega joovad nooremad õpilased tihedamini kui vanemad. Vt joonis 32.

Soo löikes võib öelda, et tüdrukud ja poisid on viimase kolme kuu jooksul alkohoolseid jooke tarvitanud umbes sama palju. Tüdrukutest 65% ei ole viimase kolme kuu jooksul alkohoolseid jooke tarvitanud ning poiste seas on see protsents 67,92%. Suurem osa tüdrukutest ja poistest tarvitavad alkohoolseid jooke umbes 1 kord nädalas.

Joonis 32. Alkohoolsete jookide tarvitamine vanuse alusel (%)



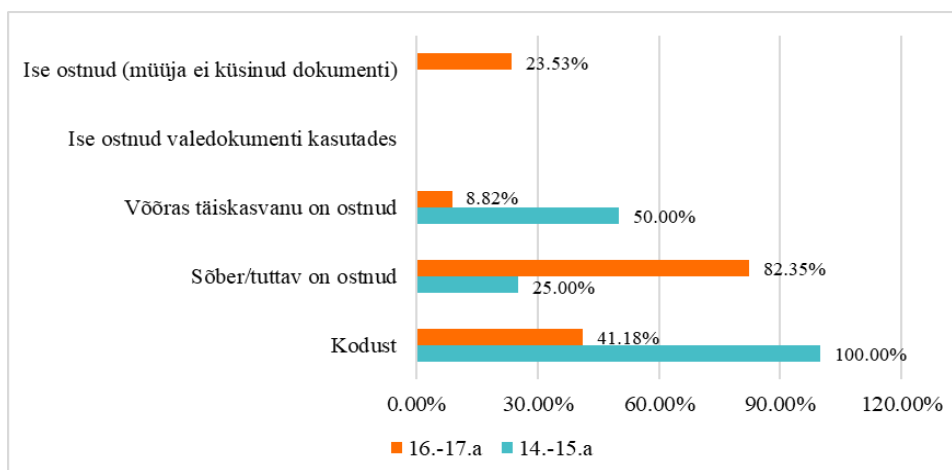
Alkohoolsetest jookidest on viimase kolme kuu jooksul õpilased tarvitanud nii lahjat kui ka kanget alkoholi. 14-15-aastastest on nii lahjat kui ka kanget alkoholi tarvitanud 75%, kuid 16-17-aastastes on mõlemat tarvitanud 64,71%. Ainult kanget alkoholi on tarvitanud rohkem 14-15-aastased õpilased, neist on ainult kanget alkoholi tarvitanud 25% ning 16-17-aastaste seas on see protsents 14,71%. Ühtlasi ei ole 14-15-aastaste seas ühtegi õpilast, kes oleks tarvitanud

ainult lahjat alkoholi, kuid see-eest on lahjat alkoholi tarvitanud 20.59% õpilastest vanuses 16-17 eluaastat.

Õpilastel tuli ankeeti täites vastata ka küsimusele, kuidas on nad alkohoolsed joogid varasemalt oma valdusesse saanud. Töö teoreetilises osas oli juttu sellest, kuidas alaealistele müüakse kergekäeliselt alkohoolseid jooke, mistõttu soovis töö autor teada saada, kas ka praegu on repondendid alkohoolseid jooke soetanud endale ise.

Vastustest ilmnes, et alkohoolseid jooke on õpilased oma valdusesse saanud erineval moel. Enim on alaealised alkohoolseid jooke saanud kas kodust või on lasknud neid osta mõnel sõbral või tuttavil. Samas on ka pooled 14-15-aastastest õpilastest lasknud alkohoolseid jooke osta võõral täiskasvanul ning 16-17-aastastest on 23.53% sooritanud ise ostu ilma dokumenti näitamata. Ükski respondentidest ei ole alkohoolsete jookide kättesaamiseks kasutanud valedokument. Seega võib öelda, et nooremad õpilased kasutavad alkohoolsete jookide kättesaamiseks kas võõraste täiskasvanute abi või võtavad alkohoolseid jooke kodust. Vanemad õpilased lasevad alkohoolseid jooke osta pigem oma sõpradel või tuttavatel või võtavad alkohoolseid jooke kodust. Ilmselt tingib seda asjaolu, et 16-17-aastastel õpilastel on rohkem täisealisi sõpru kui 14-15-aastastel, mistõttu ei pea nemad alkohoolsete jookide kättesaamiseks võõraste täiskasvanute poole pöörduma. Vt joonis 33.

Joonis 33. Alkohoolsete jookide hankimine vanuse alusel (%)

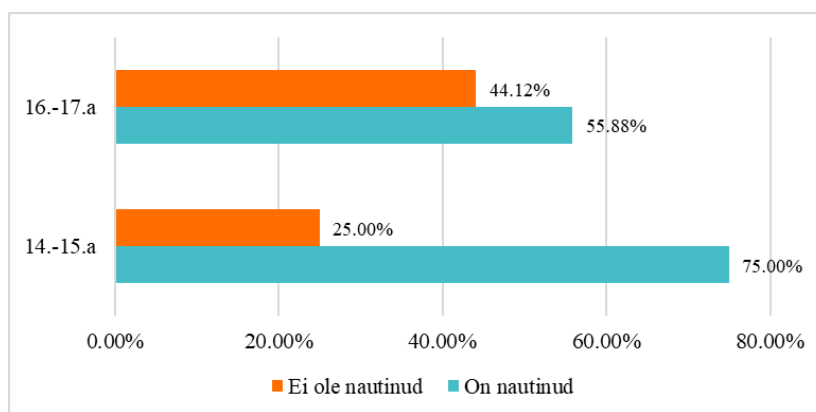


Õpilastelt küsiti ka seda, kas nad on viimase kolme kuu jooksul tarbinud alkohoolseid jooke sellisel määral, et nad on tundnud ennast alkoholijoobes ning kas nad on tundnud, et alkohoolsete jookide tarvitamine pakub neile naudingut. Respondentidest on viimase kolme kuu jooksul ennast alkoholijoobes tundnud 73,7%. Õpilastest vanuses 14-15 eluaastat on ennast alkoholijoobes tundnud 75% ning 16-17-aastastest 73,53%. Soo alusena vaadatuna

võib tõdeda, et poisid on tüdrukutega võrreldes viimase kolme kuu jooksul tarvitanud alkohoolseid jooke rohkem sellisel määral, et nad on tundnud ennast alkoholijoobes – poistest on tundnud ennast alkoholijoobes 82,35% ning tüdrukutest 66,67%.

Alkohoolsete jookide tarbimist on viimase kolme kuu jooksul nautinud 57,9% respondentidest. Vanuse alusel vaadatuna on alkohoolsete jookide tarbimine pakkunud naudingut 14-15-aastastele õpilastele rohkem kui vanematele õpilastele. Soo alusena vaadatuna võib aga tõdeda, et kuigi poisid on rohkem alkoholijoobes olnud, on tüdrukud viimase kolme kuu jooksul nautinud alkohoolsete jookide tarbimist rohkem – 66,67% tüdrukutest ning 47,06% poistest on tundnud sellest naudingut. Vt joonis 34.

Joonis 34. Naudingute tundmine alkohoolsete jookide tarbimisest vanuse alusel (%)



#### 4.2.3.2 Tubakatooteid tarvitamine ning oma valdusesse saamine

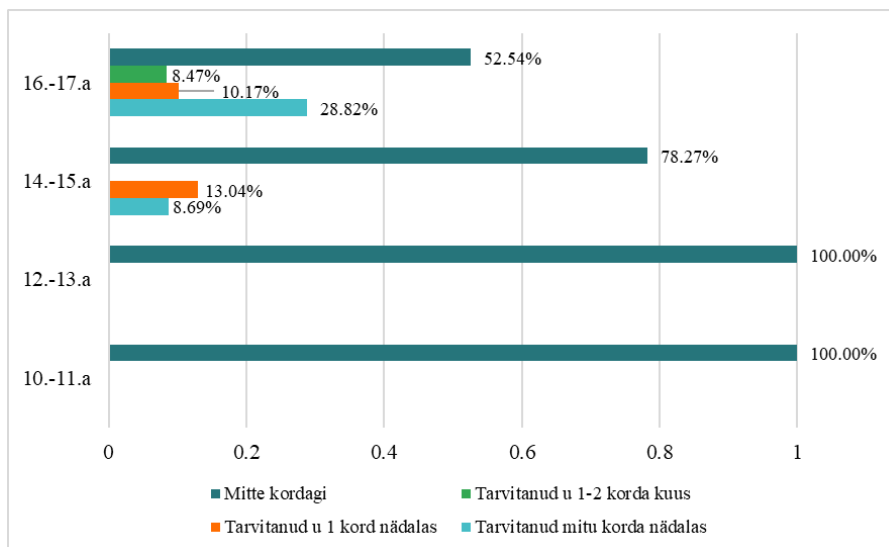
Tubakatooteid on viimase kolme kuu jooksul tarvitanud respondentidest 29,2%, mis tähendab, et tubakatooteid on viimase kolme kuu jooksul tarvitatud vähem kui alkohoolseid jooke. Neist 16,8% on tarvitanud tubakatooteid mitmeid kordi nädalas – võrreldes alkohoolsete jookidega tarvitatakse tubakatooteid küll vähem, aga see-eest sagedamini. Tubakatooteid on viimase kolme kuu jooksul tarvitanud samuti ainult 14-17-aastased õpilased, kelle seast 37,51% on seda teinud mitmeid kordi nädalas. Vanemad õpilased tarvitavad tubakatooteid sagedamini kui nooremad õpilased, st 28,82% õpilastest vanuses 16-17 eluaastat on tarvitanud tubakatooteid mitmeid kordi nädalas, 14-15-aastaste seas on see protsent 8,69%. 14-15-aastased õpilased tarvitavad tubakatooteid umbes 1 kord nädalas. Vt joonis 35.

Tüdrukud ja poisid tarvitavad tubakatooteid umbes sama palju. Tüdrukutest ei ole viimase kolme kuu jooksul tubakatooteid tarvitanud 70% ning poistest 71,69%. Samuti tarvitavad

tüdrukud ja poisid tubakatooteid umbes sama sagedusega, st mõlema soo puhul tarvitavad õpilased enim tubakatooteid mitmeid kordi nädalas ning kõige vähem tarvitatakse mõlema soo puhul tubakatooteid umbes 1 – 2 korda kuus.

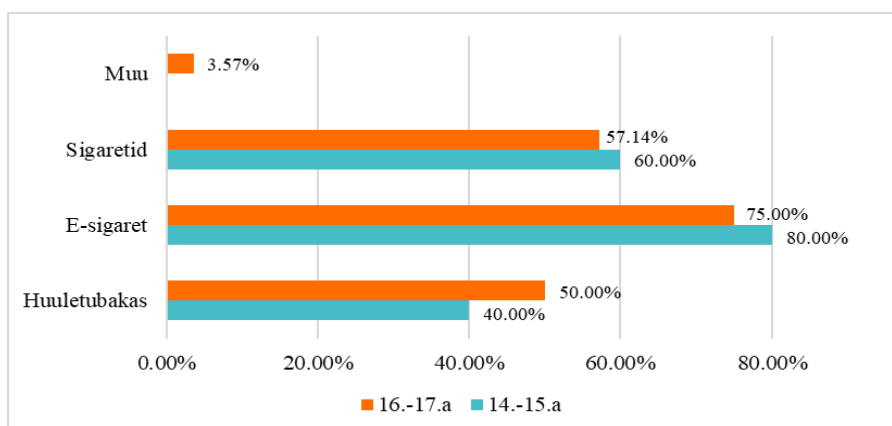
Seega, mida vanemad on õpilased, seda suurem osa neist tarvitab regulaarselt tubakatooteid. Samuti suureneb tubakatooteid tarvitamise sagedus vanuse suurenedes.

Joonis 35. Tubakatooteid tarvitamise sagedus vanuse alusel (%)



Tubakatoodeidest on enim tarvitatud e-sigaretti: 14-15-aastastest 80% ning vanematest õpilastest 75%. Mõlema vanusegrupi õpilased on tarvitanud suurel määral ka tavapäraseid sigarette ning kõige vähem on tarvitatud huuletubakat. Õpilased on vastustesse märkinud ka, et on lisaks sigarettidele, huuletubakale ja e-sigaretile tarvitanud tubakatoodeidest veel vesipiibu tubakat. Vt joonis 36.

Joonis 36. Erinevate tubakatoodeid tarvitamine vanuse alusel (%)

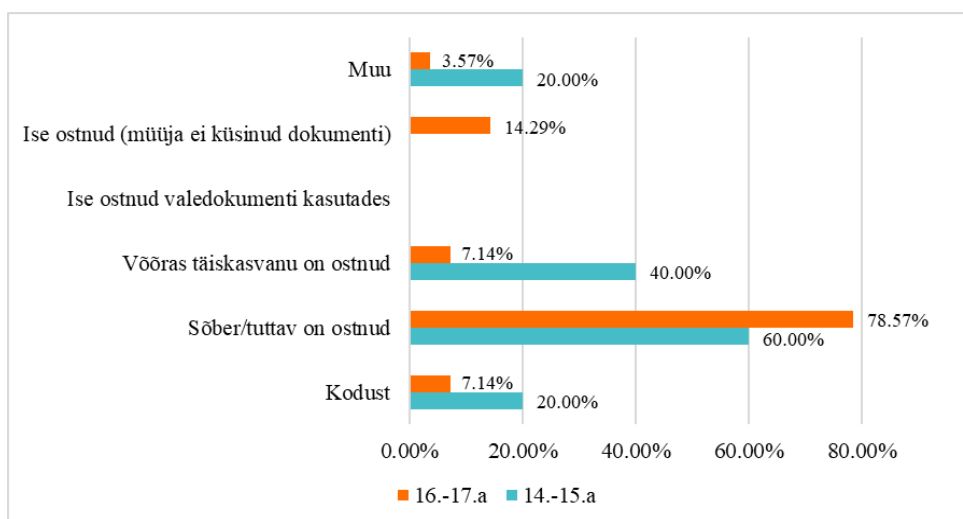


Tüdrukud on tarvitanud enamasti e-sigaretti ning poisid enim huuletubakat: huuletubakat on tarvitanud 66,67% poistest ja 33,33% tüdrukutest. See-eest on e-sigaretti tarvitanud 88,89% tüdrukutest ja 60% poistest; tavapäraseid sigarette on tarvitanud 61,11% tüdrukutest ning 53,33% poistest.

Õpilastelt küsiti ka seda, kuidas on nad tubakatooted oma valdusesse saanud ning kas tubakatoode tarvitamine on neile pakkunud naudingut. Nii nagu alkohoolsete jookide puhul on ka tubakatooteid 16-17-aastased saanud oma valdusesse mõne sõbra või tuttava vahendusel. Ka 14-15-aastased on lasknud tubakatooteid osta enim mõnel sõbral või tuttaval. Kui alkohoolsetele jookidele on ligipääsu saanud paljud õpilased ka kodust, siis tubakatoode osas on õpilaste protsent, kes on tubakatooteid võtnud kodust, väiksem. Tubakatoode hankimisel kasutatakse võrreldes alkohoolsete jookide hankimisega vähem võõra täiskasvanu abi. Õpilased ostavad ise ilma dokumenti näitamata rohkem alkohoolseid jooke – võimalik, et müüjad küsivad tubakatoode ostmisel rohkem dokumenti kui alkohoolsete jookide ostmisel. Ühtlasi ei ole tubakatoode puhul ükski õpilane kasutanud tubakatoode kättesaamiseks valedokument, kuid õpilased on saanud tubakatoodele ligipääsu nt oma klassikaaslaste kaudu, kelle valduses on tubakatooted olnud. Vt joonis 37.

Tubakatoode tarvitamise osas on 75,8% respondentidest tõdenud, et see on pakkunud neile naudingut viimase kolme kuu jooksul.

Joonis 37. Tubakatoode hankimine vanuse alusel (%)

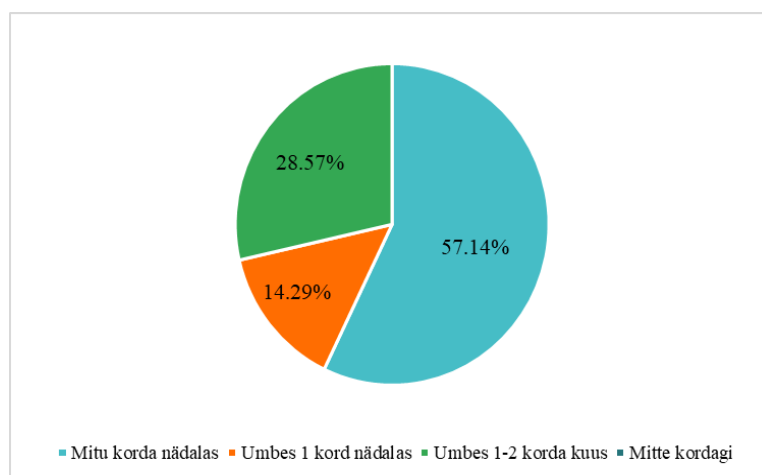


#### 4.2.3.3 Vägivalla kasutamine ning muude õigusvastaste tegude sooritamine

Õpilastelt küsiti lisaks alkoholsete jookide ja tubakatoodete tarvitamise kohta ka seda, kas nad on viimase kolme kuu jooksul teinud midagi ebaseaduslikku, mis ei ole tubakatoodete või alkoholsete jookide tarvitamine. Küsimuses anti õpilastele ette mõningad variandid, mis võiksid kõne alla tulla – nt varastamine, võõra vara lõhkumine, sissemurdmine jms. Rõõm on tõdeda, et suurem osa õpilastest ei ole viimase kolme kuu jooksul selliseid rikkumisi toime pannud, kuid 6,2% respondentidest vastasid küsimusele jaatavalt. Rikkumiste toimepanemist on tunnistanud nii 12-13-aastane, 14-15-aastane ning mitu 16-17-aastast õpilast. Soo aluselt vaadatuna on poisid rikkumisi rohkem toime pannud kui tüdrukud – 7,55% poistest on rikkumise toimepanemist jaatanud, tüdrukute puhul on see protsent 5%.

Seost koolikiusamise ning toimepandud rikkumiste vahel ei ole, st mitte ükski õpilane, kes on jaatanud rikkumiste toimepanemisi, ei ole viimase kolme kuu jooksul olnud ei kiusatav ega ka kiusaja või pealtvaataja koolikiusamises. See-eest on olemas seos õpiraskustest tulenevate pingete tundmise sageduse ja toimepandud rikkumiste vahel. Õpilased, kes on rikkumise toimepanemist jaatanud, on kõik tundnud õpiraskustest tulenevaid pingeid. Valdav osa on tundnud pingeid mitmeid kordi nädalas. Vt joonis 38.

Joonis 38. Õpiraskustest tulenevate pingete tundmise sagedus õpilaste puhul, kes on teinud midagi ebaseaduslikku (%)



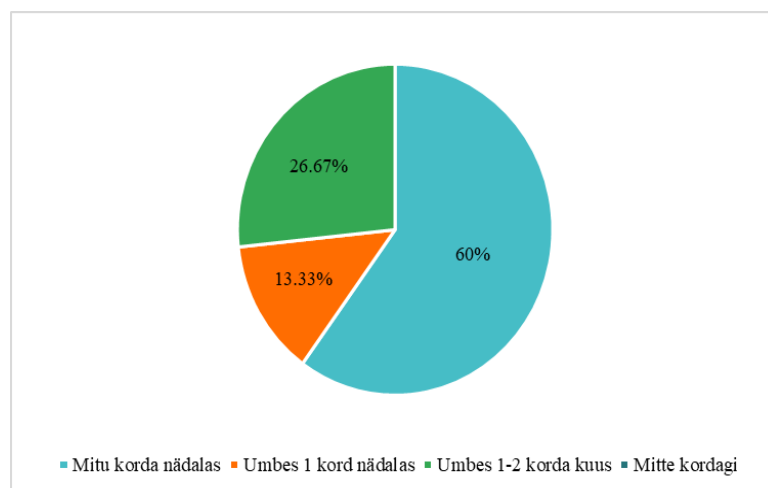
Õppeedukuse ning toimepandud rikkumiste vahel on seost veidi raskem leida, sest õigusrikkumise toimepanemist on jaatanud nii õpilased, kes on hinnanud oma õppeedukust punktiga 4, punktiga 3 või punktiga 2. Enim on õigusrikkumiste toimepanijad hinnanud oma

õppeedukust punktiga 3, mis tähendab, et õigusrikkumiste toimepanemine ei ole olnud ilmtingimata seotud madala õppeedukusega.

Õpilastelt küsiti ka seda, kas nad on viimase kolme kuu jooksul tarvitanud kellegi suhtes vägivalda. Respondentidest 86,7% kinnitasid, et nad ei ole kellegi suhtes vägivalda kasutanud, kuid 13,3% vastasid küsimusele jaatavalt. Ka siin analüüsib autor jaatavalt vastanud õpilaste ankeete saamaks teada, kas vägivalla tarvitamise ja õpiraskuste või koolikiusamise vahel on olemas nähtav seos.

Kõik õpilased, kes on jaatanud vägivalla kasutamist, on viimase kolme kuu jooksul tundnud õpiraskustest tulenevaid pingeid. Enim on vägivallatsejad tundnud pingeid mitmeid kordi nädalas. Seega võib jaatada seost õpiraskustest tulenevate pingete tundmise sageduse ning vägivalla kasutamise vahel – õpilased, kes tarvitavad teiste suhtes vägivalda, tunnevad ka õpiraskustest tulenevaid pingeid. Vägivallatsemine võibki olla üks nende pingete maandamise viisidest. Vt joonis 39.

Joonis 39. Õpiraskustest tulenevate pingete tundmise sagedus õpilaste puhul, kes on tarvitanud kellegi suhtes vägivalda (%)



Vägivallatsejate ja õppeedukuse vahel seost leida on raske, kuna vägivalda teiste suhtes on kasutanud nii õpilased, kes on hinnanud oma õppeedukust punktiga 1, punktiga 2, punktiga 3 või punktiga 4. Enim on vägivallatsejad hinnanud oma õppeedukust punktiga 3. Seega ei saa teha järeldust, et madalam õppeedukus oleks vägivalla kasutamise üheks põhjuseks.

Koolikiusamise osas saab tõdeda, et vägivallatsejad on olnud tihedamini kiusaja või pealtvaataja kui kiusatava rollis. Kõikidest vägivalla tarvitamist jaatanud õpilastest on

kiusatava rollis olnud 26,67% ning kiusaja või pealtvaataja rollis 40%. Samas ei nähtu seost kiusatavaks olemise sageduse ning vägivalda tarvitamise vahel. Samuti ei ole seost kiusajaks või pealtvaatajaks olemise sageduse ja vägivalda tarvitamise vahel, kuna suurem osa vägivallatsejaid ei ole kordagi olnud kiusaja või pealtvaataja rollis. Ühtlasi ei ole valdav osa vägivallatsejatest olnud ka kiusatava rollis.

#### 4.2.3. Õpilaste arvamus kasutusel olevatest meetmetest

##### 4.2.3.1. Õpiraskustest tulenevate pingete vähendamisega seotud meetmed

Õpilastelt küsiti ka, kas nad on varasemalt kuulnud kooli võimalusest kujundada õpe igale õpilasele vastavaks tehes selleks nt muudatusi õppeajas või õppekeskkonnas, ning kas nad on kuulnud võimalusest õppida lihtsustatud õppekaval. Samuti said õpilased avaldada arvamust selle osas, kas riiklikud meetmed õpiraskustest tulenevate pingete vähendamiseks on nende arvates tõhusad ning mida saaks riik või kool teha paremini.

Kõikidest vastanutest on 48,7% kuulnud võimalusest õppida lihtsustatud õppekaval ning 43,4% on teadlikult kooli võimalusest kujundada õpe igale õpilasele vastavaks. Õpilaste arvamused meetmete tõhususe kohta on aga erinevad. 78,76% respondentidest on leidnud, et loodud meetmed on tõhusad ning võivad aidata ennetada pingete tekkimist. Õpilased on leidnud, et meetmete rakendamine aitaks tegeleda õpilastega individuaalselt ning keskenduda just nendele aspektidele, mis õpilasele raskusi valmistavad. Kui õpilast ümbristeb keskkond, kus ta tunneb ennast mugavalt ja toetatuna, siis on ka tal endal rohkem motivatsiooni. Vastajad märkisid ka seda, et lihtsustatud õppekava või õppekava kujundamist õpilasele vastavaks ei tuleks rakendada kõigi õpilaste puhul, kellel on raskusi, vaid eristada tuleks õpilasi, kellel on probleemid tekkinud ainuüksi laiskuse tõttu. Üheks suureks plussiks on aga peetud väiksemate õpirühmade loomist, kuna sellisel juhul on õpe individuaalsem, klassiruumis pole nii suurt müra ning õpetajal on paremad võimalused tegeleda õpilaste probleemkohtadega – õpilaste jaoks on oluline, et igaüks saaks teadmisi omandada omas tempos, st soovitakse vältida n-ö kaasa lohisemist. Meetmete rakendamise miinusena on õpilased leidnud, et see võib tekitada kiusamist – kui kedagi on eraldatud teistest õpilastest, siis on see aspekt tema eristamiseks, mis võib viia kiusamiseni ning alaväärsustunde tekkimiseni.

Huvitav on märkida, et ühe õpilase arvates võiks õpilane ise saada koostada oma tunniplaani lisades sellesse ainult ained, millega ta hakkama saab ning mis pole tema jaoks pingelised. Siinkohal tuleb siiski tõdeda, et pikas perspektiivis poleks selline hariduse omandamine jätkusuutlik. Leitud on ka seda, et meetmed pingete leevendamiseks sobivad rakendamiseks ainult põhikoolis, kuna gümnaasiumis peaksid õpilased harjuma oma pingetega toime tulema just seetõttu, et edaspidi ka ülikoolis hakkama saada. Õpilased on märkinud ka seda, et kuigi meetmed võivad olla tõhusad, siis võib olla keeruline tagada kõikidele õpilastele neile kohane õpe.

Õpilased, kelle arvates meetmed pole tõhusad, on põhjendanud oma seisukohta nt sellega, et nende arvates on õpilastel võimalik minna alati väiksemasse kooli, kus õpe on niigi lihtsam kui suuremates koolides. Samuti on nad välja toonud, et probleemi olemasolul on õpilasel võimalik ka järelaitamistundides käia, mis peaks õppimisest tulenevaid pingeid vähendama.

Soovitused, mida õpilased on andnud, on paljuski seotud kodutööde ning kontrolltööde mahuga. Õpilased on seisukohal, et kodutööde andmise mahtu tuleks vähendada, kuna koolipäev on õpilase jaoks justkui tööpäev ning keegi ei eelda, et täiskasvanud inimene peale tööpäeva kodus veel midagi tööga seotut teeks. Samuti on leitud, et õpilastele tekitavad pingeid hinnete panemised ning suured kontrolltööde mahud – õpilaste silmis võiksid õpetajad teha omavahel koostööd ning jälgida, kas samal päeval on juba kontrolltöid pandud või mitte, sest kui ühes päevas on mitu kontrolltööd, siis see tekitab ainult pingeid ja stressi. Loovates ainetes (nt kehaline kasvatus, muusika- ja kunstiõpetus) tuleks kaotada eristav hindamine ning kontrolltöid võiks õpilaste silmis asendada loovamate tegevustega arvestades seejuures erinevaid tänapäeva tehnikavõimalusi – nt lühifilmi koostamine. Väga paljud on leidnud, et ainetundide ajaline pikkus peaks olema veidi lühem ning iganädalaselt võiks olla üks koduõppe päev. Samuti on juhitud tähelepanu sellele, et igas koolis võiks olla kättesaadav psühholoogi abi. Lisaks arvatakse, et pingeid aitaks ennetada ka see, kui õppetöö raames tehakse rohkem väljasõite ning kohalikud omavalitsused võiksid parandada bussiliiklust, kuna paljud õpilased on tõdenud, et nigela bussigraafiku tõttu tuleb neil pidevalt kalkuleerida, kuidas koolist koju saada ning see põhjustab neile lisastressi.

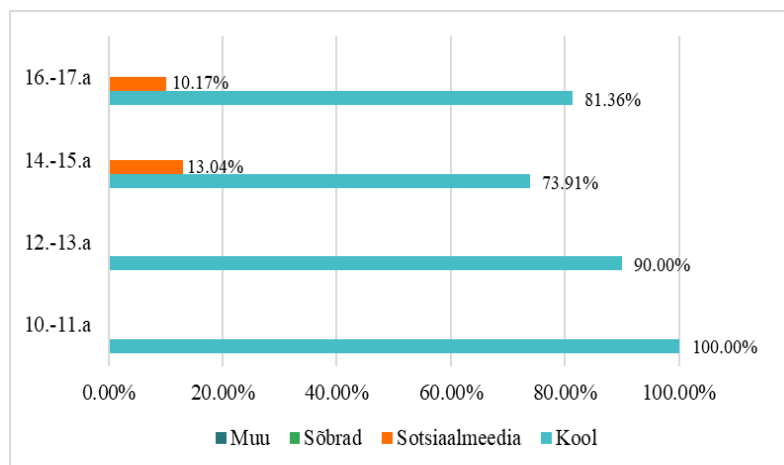
On ka õpilasi, kelle arvates on kõik väga hästi ning probleemi lahendus ei ole mitte riigi kätes, vaid õpilaste enda teha. Nii on leitud, et õpilased peaksid hakkama oma aega planeerima ning seeläbi väheneksid ka võimalikud pinged.

#### 4.2.3.2. Koolikiusamisest tulenevate pingete vähendamise seotud meetmed

Ankeedis küsiti õpilastelt, kas ja kust on nad varasemalt kuulnud erinevatest sekkumisprogrammidest, kas nad on ehk ise kunagi mõne sekkumisprogrammi poole pöördunud ning milliseid konkreetseid sekkumisprogramme kasutatakse nende koolis. Samuti oli õpilastel võimalusel avaldada arvamust sekkumisprogrammide kasutamise tõhususe kohta.

Erinevatest sekkumisprogrammidest on kuulnud 85,84% respondentidest. Kuigi osad õpilased on vastanud, et nad ei ole sekkumisprogrammidest kuulnud, kuid järgmise küsimuse all märkisid koha, kust nad on sekkumisprogrammide kohta kuulnud, siis loeti, et ka nemad on sekkumisprogrammidest varasemalt kuulnud. Enim on õpilased saanud sekkumisprogrammide kohta infot koolist – nii vastas 91,26% respondentidest. Mõni õpilane on saanud vastava info ka sotsiaalmeediast. Vt joonis 40.

Joonis 40. Allikad, kust õpilased on kuulnud sekkumisprogrammide kohta vanuse alusel (%)



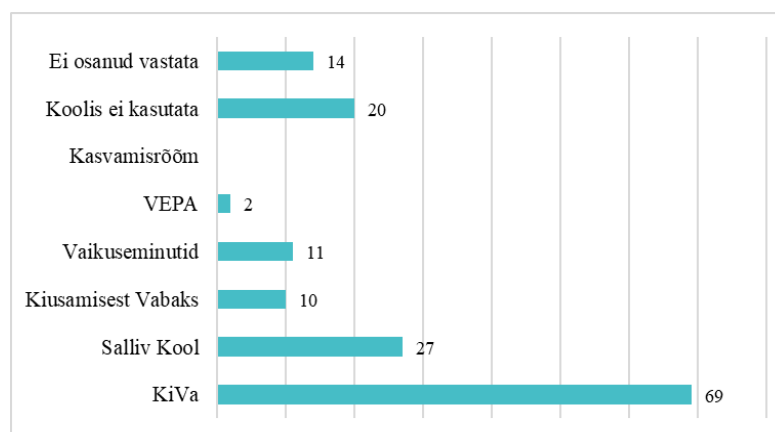
Üldiselt ei ole õpilased ise pöördunud mõne sekkumisprogrammi poole, kuid 4,42% õpilastest on seda siiski teinud. Pöördutud on nii Salliv Kool kui ka KiVa sekkumisprogrammi vedava meeskonna poole. Kiusamise korral on õpilased varasemalt pöördunud õpetajate, vanemate, sõprade ja teiste perekonnaliikmete poole abi saamiseks. Samuti on nii mõnigi õpilane pöördunud abi saamiseks politsei või psühholoogi poole. Üks õpilane tõdes, et on pöördunud vanemate poole, kuid enam ei räägi ta probleemist kellegagi, sest vanematel puudub selles osas huvi last aidata.

Mitmetes koolides on kasutusel korraga mitu erinevat sekkumisprogrammi, kuid enim on koolides rakendatud KiVa sekkumisprogrammi. Kõige vähem on aga õpilaste poolt nimetatud

VEPA käitumisoskuste mängu ning Kasvamisrõõmu – ilmselt on siin seos sellega, et VEPA käitumisoskuste mäng on mõeldud noorematele õpilastele, kuid küsimustikule on vastanud õpilased alates 10. eluaastast, mistõttu ei pruugi nad olla teadlikud programmi kasutamisest. Oli ka neid õpilasi, kes ei olnud kindlad, kas nende koolis üldse sekkumisprogrammi kasutatakse ning leidsid ka neid, kes olid veendunud, et nende koolis sekkumisprogrammi ei kasutata. Vt joonis 41.

Sekkumisprogrammide tõhususe osas on õpilased kriitilisemad – nii on 37,17% respondentidest leidnud, et sekkumisprogrammid ei vähenda koolikiusamist. Samas on 37,17% seisukohal, et programmid on tõhus meede kiusamise vähendamiseks. Ülejäänud õpilased ei osanud seisukohta võtta. Õpilased on oma põhjendustes tuginenud paljuski sellele, et programmid kujutavad endast rääkimist ning rääkimine paraku nende silmis probleemile kaasa ei aita. Mõni õpilane on oma seisukohta põhjendanud ka sellega, et programmide kasutamine on fiktiivne – programmiga liitatakse selleks, et avalikkusele öelda, et kool on mingi sekkumisprogrammiga liitunud, kuid huvi programmi kui sellise rakendamise vastu koolil ei ole. Nii on tõdetud, et kuigi sekkumisprogrammide raames nähakse ette erinevate videode vaatamine või eritundide läbiviimine, siis on ka koole, kes ei ole programmi raames tegevusi ette võtnud. Samuti on paljud õpilased tõdenud, et programmide kasutamine võib olla tõhus algklassides, kus õpilasi on kergem suunata, kuid vanemate õpilaste puhul see ei toimi – kui kellelgi on soov kedagi kiusata, siis programmi kasutamine teda ei sega, kiusatakse lihtsalt kohtades, kus õpetajad ei näe. Tõdetud on ka seda, et kui kooliruumides kiusamine lakkab, siis kiusatakse õpilast edasi ilmselt sotsiaalmeedias. Nii mõnigi õpilane on pööranud tähelepanu ka sellele, et probleemiks ei ole alati mitte kaasõpilased, vaid ka õpetajad kiusavad ning valivad, keda nad aitavad, kui kiusamise probleemiga nende poole pöörduda. Nt on sekkumisprogrammi kasutamine vähendanud õpilaste omavahelist kiusu koridorides, kuid see-eest on koridorides karjunud õpilaste peale hoopiski õpetajad. Õpilased on öelnud ka seda, et sekkumisprogrammide olemasolu aitab teadvustada kiusamise olemust ning sellega kaasnevate tagajärgede tõsidust ja annab õpilastele kindlustunde, et kiusamise korral on neil võimalus kellegi poole pöörduda abi saamiseks. Lisaks on tõdetud, et kui sekkumisprogrammide raames pidevalt räägitakse kiusamisest ja selle tagajärgedest, siis hakkavad õpilased lõpuks ka ise mõtlema sellele rohkem.

Joonis 41. Sekkumisprogrammide kasutatavus erinevates koolides (absoluutarvudes)



### 4.3. Uuringu järeldused

Uuringu põhjal võib öelda, et enim saavad õpilased alkohoolseid jooke oma valdusesse sõprade või tuttavate vahendusel – 76,3% vastanutest on alkoholile ligipääsu saanud just nii. Õpilased tarvitavad nii lahjat kui ka kanget alkoholi üsnagi võrdses mahus (lahja alkoholi tarvitamist on jaatanud 81,6% ning kange alkoholi tarbimist 84,2%). Tubakatooteid on õpilased oma valdusesse saanud samuti enim sõprade või tuttavate vahendusel – 81,8% õpilastest on tõdenud, et on kasutanud sõprade/tuttavate abi. Tubakatoodetest tarvitatakse enim e-sigaretti. Samuti on õpilased tubakatoote tarvitamist nautinud rohkem kui alkohoolseid jooke: tubakatoote nautimist on jaatanud 75,8%, alkohoolsete jookide nautimist 57,9% respondentidest.

Õpilased, kes tunnevad õpiraskustest tulenevaid pingeid rohkem kui teised, on ka altimad toime panema õigusvastaseid tegusid. Nii on õpilased, kes on tunnistanud vägivalla kasutamist kellegi suhtes või mingi muu õigusrikkumise toimepanemist, tundnud õpiraskustest pingeid viimase kolme kuu jooksul vähemalt korra.

Võimalusest õppida lihtsustatud õppekaval on kuulnud varasemalt 51,3% õpilastest ning kooli võimalusest kohandada õpe vastavalt õpilasele, tehes selleks nt muudatusi õppeajas 43,4% õpilastest. Nimetatud meetmed on õpilaste silmis pigem tõhusad. Usutakse, et meetmeid aitavad pingeid leevendada, kuid samas leitakse ka seda, et paljuski on vaja ka õpilasel muuta oma käitumist (nt hakata planeerima oma aega). Sekkumisprogrammide osas olid õpilased

kriitilisemad ning kitsaskohtadena nähti asjaolu, et programmid ei aita küberkiusamise vastu ning programmid ei pane rõhku õpetajate poolsele kiusamisele.

## KOKKUVÕTE

Koolikiusamine on üheks vägivalda vormiks, mis paraku on endiselt aktuaalne ka Eestis. Varasemate uuringutega on leitud, et nii koolikiusamise kui ka õpiraskuste all kannatavad õpilased panevad suurema tõenäosusega õigusrikkumisi toime<sup>111</sup>. Paraku on Eestis ka juhtumeid, kus koolikiusamine on päädinud enesetapuga<sup>112</sup>. Eelöeldust tõusetub vajadus uurida, kuidas õpilased tulevad õpiraskuste ja koolikiusamisega toime ning milliseid meetmeid nad selleks kasutavad. Eriti oluline on siinkohal teadvustada, et need toimetulekumeetmed võivad olla nii õiguspärased kui ka õigusvastased, kusjuures viimaste hulgas võib olla ka tõsiseid õigusrikkumisi.

Magistritöö eesmärgiks oli teada saada, milliseid õiguspäraseid ning õigusvastaseid meetmeid kasutavad õpilased vanuses 10-17 eluaastat pingete maandamiseks, mis on tekkinud neil seoses õpiraskuste ning koolikiusamisega.

Autor püstitas kaks hüpoteesi:

- 1) õpiraskuste ning koolikiusamise all kannatavad õpilased kasutavad enim pingete maandamiseks õigusvastastest meetmetest alkohoolseid jooke;
- 2) õpiraskuste ning koolikiusamise all kannatavad õpilased kasutavad enim pingete maandamiseks õiguspärastest meetmetest võimalust rääkida juhtunust sõpradele ja vanematele.

Töö eesmärgi realiseerimiseks ja hüpoteeside kontrollimiseks viis autor läbi ankeetküsitluse Eesti kooliõpilaste hulgas. Küsitluse sihtgrupiks olid 10-17-aastased põhikooli ning gümnaasiumiastme õpilased. Küsitlus viidi läbi ajavahemikul 28.02.2023-18.03.2023. Küsitluse eesmärkideks oli teada saada: 1) milliseid õiguspäraseid ja õigusvastaseid meetmeid kasutavad õpilased koolipingete maandamiseks ja 2) kas erinevad hetkel kasutusel olevad õiguspärased meetmed (sekkumisprogrammid, kvalifitseeritud koolipersonal, individuaalsed õppekavad), on küsitlusele vastanutele tuttavad ning kas nende silmis on tegu meetmetega, mis toovad kaasa tulemuslikkuse.

Küsimustikule vastas 113 õpilast.

---

<sup>111</sup> Markina, A., Žarkovski, B., lk 54 (12.12.2022); Smith, P. K., lk 145 (02.01.2023).

<sup>112</sup> Jefimov, L-M. (18.03.2023).

Esimese hüpoteesi osas võib asuda seisukohale, et andmed kinnitavad hüpoteesi tõesust. Kuigi õpilased, kes on teadlikult tarvitanud alkohoolseid jooke või tubakatooteid pingete maandamiseks, on enim õigusvastastest meetmetest kasutanud tubakatooteid, siis arvestades ka teiste õpilaste vastuseid, kasutatakse õigusvastastest meetmetest enim alkohoolsete jookide tarbimist – viimase kolme kuu jooksul on alkohoolseid jooke tarvitanud 33,63% ja tubakatooteid 29,2% vastanutest. Kuna andmete analüüsi käigus selgus, et õpilaste alkohoolsete jookide ning tubakatooteid tarbimisel on seos nii õpilaste õppeedukusega, õpiraskustest tulenevate pingete tundmise sagedusega ning ka kiusajaks või pealtvaatajaks olemisega, siis saabki tõdeda, et enim kasutatakse pingete maandamiseks alkohoolseid jooke.

Tulemused näitasid, et alkohoolseid jooke ning tubakatooteid tarvitavad 14-17-aastased õpilased ning enim saavad alaealised ligipääsu alkoholile ja tubakale sõprade või tuttavate vahendusel. Jätkuvalt on õpilasi, kes on saanud alkoholi või tubaka poest kätte ilma suurema vaevata – müüja ei ole küsinud neilt dokumenti. Samas on rõõm tõdeda, et ükski õpilane ei ole kasutanud valedokumentide tubaka või alkoholi hankimiseks.

Uuringust nähtus, et õpiraskustest tulenevate pingete tundmisel on mõju lisaks alkoholi ja tubaka tarbimisele ka muudele õigusvastastele tegudele, st õpilased, kes on toime pannud õigusrikkumisi, on tundnud ka õpiraskustest tulenevaid pingeid.

Teine hüpotees leidis kinnitust osaliselt. Õpiraskustest tulenevate pingete maandamiseks on õiguspärastest meetmetest enim kasutatud võimalust suhelda oma sõpradega, kuid koolikiusamisest tulenevate pingete maandamiseks on enim kasutatud võimalust tegeleda oma huvialadega.

Sõpradega suhtlemist on õpiraskustest tulenevate pingete maandamise meetmena enim kasutanud nooremad õpilased, st 10-11-aastased. Muidugi on ka kõikide teiste vanusegruppide vastanute seas õpilasi, kes on kasutanud pingete maandamiseks sõpradega suhtlemist, kuid neid õpilasi on protsentuaalselt vähem kui 10-11-aastaste seas. Samuti saab tõdeda, et õppeedukuse alusel kasutavad meetet enim õpilased, kes on hinnanud oma õppeedukust punktiga 3 ning pingete tundmise sageduse järgi kasutavad meetet enim õpilased, kes tunnevad õpiraskustest tulenevaid pingeid umbes 1 – 2 korda kuus. Koolikiusamisest tulenevate pingete vähendamiseks kasutatakse sõpradega suhtlemise meetet väga vähe.

Õpilastest 51,2% on varasemalt pöördunud koolikiusamise osas abi saamiseks oma vanemate poole, kuid õpilasi, kes kasutaksid vanematega rääkimist ühe pingete maandamise meetodina on väga vähe.

Töö eesmärgiks oli teada saada, milliseid õiguspäraseid ning õigusvastaseid meetmeid kasutavad õpilased vanuses 10-17 eluaastat pingete maandamiseks, mis on tekkinud neil seoses õpiraskuste ning koolikiusamisega. Õpiraskustest tulenevate pingete maandamiseks kasutatakse enim õiguspärastest meetmetest võimalust suhelda oma sõpradega ning tegeleda oma huvialadega. Koolikiusamisest tulenevate pingete maandamiseks kasutatakse õiguspärastest meetmetest enim võimalust tegeleda oma huvialadega ning puudutakse põhjuseta koolist. Nii õpiraskustest kui ka koolikiusamisest tulenevate pingete maandamiseks kasutatakse õigusvastastest meetmetest nii alkoholi kui ka tubakat.

Seonduvalt töös esitatud järeldustega annab autor järgmised soovitused, mis aitaksid senisest tõhusamalt kaasa õpilaste õpiraskuste ja koolikiusamise tõttu tekkinud pingete õiguspärasele maandamisele:

1. õpiraskustest tulenevate pingete vähendamiseks tuleks koolil, eriti õpetajatel, vaadata üle õppetöö planeerimine. Pingeid aitaks oluliselt vähendada juba asjaolu, kui kodutööd ning kontrolltööd jaotatakse nädalapäevade vahel ühtlaselt, st ei kuhjataks kõiki ülesandeid ja teste samale päevale;
2. kuna õpilased on tundnud puudust toest oma vaimse tervise osas, siis oleks oluline lihtsustada kõikide õpilaste ligipääsu tasuta vaimse abi, sh psühholoogi teenuse saamiseks;
3. kiusamise vähendamiseks oleks oluline, et koolid rakendaksid programme maksimaalselt ning mõtleksid ka programmisisust kaugemale – programmist ei saagi kasu olla, kui seda viivad läbi inimesed, kes ise on oma loomuselt kiusajad või ei suutu programmi täie tõsidusega;
4. kauplustes oleks oluline muuta dokumendi küsimise kohustus rangemaks. Hetkel esineb lubamatult palju juhtumeid, kus alaealised saavad ilma igasuguse vaevata osta ise poest alkoholi või tubakat. Tegemist on müüjate laiskusega – ehk tuleks vaadata üle müüjate kvalifikatsioon või leida moodus ka nende isiklikuks karistamiseks. Kui müüja on jätnud dokumendi küsimata ning seetõttu on alkoholi enda valdusesse saanud alaealine, siis peaks

ehk vaatama mitte juriidilise isiku vaid müüja otsa. Ilmselt n-ö karistuse rangemaks muutmine tagaks ka selle, et müüjad on edaspidi hoolsamad.

Vähetähtis ei ole teadvustada ka asjaolu, et õpilased saavad alkoholi ja tubakat kätte ka kodust. See viitab vajadusele koputada lastevanemate südametunnistusele: lapsed, ja eriti veel need, kes on sattunud koolikiusamise ohvriks või õpiraskustesse vajavad eelkõige oma kodu ja vanemate toetust mitte võimalust mätta oma mured kodust lihtsalt leitavasse tubakasse ja alkoholi.

## LEGAL MEASURES FOR 10-17-YEAR-OLD STUDENTS TO REDUCE THE TENSION ARISING FROM LEARNING DIFFICULTIES AND SCHOOL BULLYING IN ESTONIA.

Summary.

The number of crimes committed by minors is quite high in Estonia, including the use of alcohol and tobacco, which are easily available to young people. For example, in 2022, 4177 crimes committed by minors have been registered<sup>113</sup>. As far as registered offenses are concerned, it can be assumed that the actual number is much higher. Reasons why young people commit offenses are often found in school, which is one of the first socialization agents in a person's life<sup>114</sup>.

Previous research has found that students who suffer from bullying or learning difficulties at school are more likely to commit offences<sup>115</sup>. There has also been a case in Estonia where as a result of school bullying, the person being bullied took their own life<sup>116</sup>. Therefore, it is a topic that should be explored more, and it is important to find out how students cope with learning difficulties and school bullying.

The aim of this work was to find out which legal and illegal measures are used by students aged 10-17 to mitigate the tensions caused by low academic performance and school bullying. In addition, the study found out whether students are aware of the various legal measures in use to reduce learning difficulties and school bullying, and how students evaluate the effectiveness of the legal measures currently in use (intervention programs, individual study plans).

The author of the paper conducted a survey among students. The Google Form environment was used to create the questionnaire. The questionnaire consisted of 31 main questions. Among the questions in the questionnaire were open, closed, and semi-closed questions. The target group of the survey was 10-17-year-old elementary school and high school students in Estonian schools, the youngest of whom study in the 5th grade and the oldest in the 11th grade.

The author of the work established two hypotheses to be verified by the study:

---

<sup>113</sup> Kuritegevus Eestis 2022 (viide 5) (11.04.2023).

<sup>114</sup> Kaugia 2003, lk 148 – 149.; Auväärt, L. Kaugia, S, lk 2180.

<sup>115</sup> Markina, A., Žarkovski, B., lk 54 (12.12.22).; Smith, P. K., lk 145 (02.01.23).

<sup>116</sup> Jefimov, L-M. (18.03.2023).

1. From illegal measures, alcoholic beverages are most often used to relieve tension, by students suffering from learning difficulties and bullying at school.
2. From all the legal measures most used by students who suffer from school bullying or from learning difficulties, is the opportunity to tell their friends and parents about the incident, to reduce tensions.

A total of 113 students answered the questionnaire - 60 girls and 53 boys. The most active respondents to the questionnaire were students aged 16-17 years, and the lowest response activity is among students aged 10-12 years. One of the reasons why the activity of answering is divided in this way can be the fact that older students are more independent and often decide on answering the questionnaire themselves, without consulting their parents.

When answering the questionnaire, the respondents had to rate their academic success on a four-point scale, so that conclusions could be drawn from it as to whether academic success is related to the use of illegal measures. On a given scale, four meant that the student has high academic results, and one meant that the student had to constantly retake failed tests due to poor academic performance. Most respondents (66.73%) rated their academic success with a score of 3. The lowest number of students rated their academic success with a score of 1 (only 2.66% of the respondents did so). It was also revealed from the students' answers that 90.27% of the respondents have felt the tension due to learning difficulties during the last three months. 14-15-year-old students have felt the most stress due to learning difficulties.

The students were asked what legal measures they have used in the past to mitigate the tensions resulting from learning difficulties. It was a semi-closed question, where the students were given a few answer options - communicating with friends, being absent from school without a reason, and engaging in hobbies. Among the given measures, students use communication with friends (68.14%) and engaging in hobbies (66.37%). It is important to note that many students combine measures and use, for example, communication with friends and pursuing interests, as well as other measures, including illegal measures. 23% of respondents have used absence from school as one of the measures to reduce tensions. It can also be true that the worse the student has assessed his academic performance, the more he misses school without reason, and the better the student has assessed his academic performance, the more the tensions resulting from learning difficulties are mitigated by engaging in his interests. Even students who feel tension due to learning difficulties several

times a week are absent from school to reduce the tension. Students who in the past three months have never experienced stress due to learning difficulties have also never been absent from school without a reason for the purpose of relieving stress.

Other legitimate measures that are used by students to mitigate the tensions resulting from learning difficulties are, e.g.: 1) consulting with teachers; 2) watching films, videos, and series; 3) playing computer games or spending time on the computer; 4) listening to music, including going to concerts. Also mentioned as methods are spending quality time with family and/or parents, talking about your difficulties, doing beauty routines, etc.

During the analysis, it was revealed that the academic success of students and the frequency of feeling tensions resulting from learning difficulties have a connection with students' offenses. Students with poorer academic performance and students who several times a week feel the tension caused by learning difficulties use alcoholic beverages the most to relieve stress. Students who in the last three months have never felt any stress due to learning difficulties consume the least number of alcoholic beverages. Also, students with poor academic performance and students who several times a week feel the pressure of learning difficulties also use tobacco products more often compared to others. Students who have used violence against someone or done something illegal in the past three months have also all felt the strain of learning difficulties.

22.1% of all respondents have been victims of bullying in the last three months. 14.2% of the respondents have participated in school bullying as a bully or as a bystander. Also, 23.9% of respondents in the last three months have felt that school bullying has caused them tension (e.g., stress, not enjoying going to school, etc.). To reduce the tensions resulting from school bullying, students have mostly used, among the legitimate measures, the opportunity to pursue their interests (58.4%). In the same way, the students have mentioned other measures used, e.g.: 1) listening to music; 2) sharing a concern with an adult; 3) releasing emotions through crying.

The study did not show that students who were bullied at school consumed significantly more alcoholic beverages than students who were not bullied. Alcoholic beverages are consumed both by students who have been bullied at school several times a week and by students who have never been bullied. Most often, i.e., several times a week, students who have never been a victim of school bullying consume alcoholic beverages. Similarly, there was no correlation

between victimization and the use of tobacco products. Instead, there is a connection between being a bully or a bystander and using alcohol and tobacco. The answers showed that students who participate in school bullying as a bully or as a bystander on a weekly basis consume more alcoholic beverages than students who have been less often in the role of a bully or a bystander. The answers also showed that among students who are bullies or bystanders on a weekly basis, there are the most users of tobacco products. Regarding the frequency of using tobacco products, it can be stated that students who have been a bully or a bystander on a weekly basis, use tobacco products most often, i.e., several times a week.

The study also revealed that students consume both soft and hard alcohol, and access to alcohol is mostly obtained through a friend or acquaintance. There were also those who stated that they were able to buy alcohol from the store themselves because the seller did not ask them for a document. Of the students who have consumed alcohol, 73.7% have consumed alcohol to such an extent that they have felt intoxicated, and 57.9% have felt that drinking alcohol has given them pleasure. Among tobacco products, e-cigarettes are used the most (75.8%), and in most cases access to tobacco is also obtained through a friend or acquaintance. Also, in the case of tobacco products, some students have gained access by purchasing from the store themselves without showing a document. 75.8% of users of tobacco products have felt that using tobacco has given them pleasure in the last 3 months. On a positive side, no respondent has used a false document to buy alcohol or tobacco.

51.3% of the students have heard about the possibility to study with a simplified curriculum, and 43.4% have heard about the school's ability to shape learning according to the student (by making a change in the schedule, for example). 85.84% of students have heard of intervention programs, and most are familiar with the activities of the intervention program KiVa. The students believe that a simplified curriculum or designing the curriculum to suit the students helps to reduce tensions, but it was also found that the student must do a lot of things himself. It was also emphasized that a simplified curriculum can create more tension, as in this case the student would be different from others. Regarding intervention programs, students were more critical. Many felt that joining the intervention program was to say that the school had joined it. It has also been criticized that intervention programs do not focus on cyberbullying, and while students may be less likely to bully because of an intervention program, teachers who bully students are still a problem.

Therefore, regarding the first hypothesis, it can be argued that the data confirm the truth of the hypothesis. During the last three months, 33.63% of the respondents have consumed alcoholic beverages and 29.2% of the respondents have consumed tobacco products, and because during the data analysis it was revealed that the consumption of alcoholic beverages and tobacco products by students has a connection with the students' academic performance, the frequency of feeling tension resulting from learning difficulties, and also being a bully or a bystander, then it can be stated that from illegal measures alcoholic beverages are most often used to reduce tensions.

The second hypothesis was partly true. To mitigate the tensions arising from learning difficulties, the opportunity to communicate with friends is the most used of the legitimate measures, but the opportunity to engage in one's interests is the most used opportunity to mitigate the tensions arising from school bullying.

## KASUTATUD MATERJALIDE LOETELU

### Kasutatud kirjandus

1. Auväärt, L. Õigusnormid sotsiaalsete normide süsteemis. – Õigus Ühiskonnas. Artiklite kogumik. Abistavaks materjaliks õiguse sotsioloogia omandamisel. Tartu: Audentes 2006, lk 53.
2. Auväärt, L. Kaugia, S. Perekond ja lapsealiste kuritegevus. – Akadeemia 1995/10.
3. Baumbach, A., Streimann, K., Trummal, A. VEPA Käitumisoskuste Mängu rakendamine Eestis aastatel 2014– 2021. Tallinn: Tervise Arengu Instituut 2021. – [https://www.tai.ee/sites/default/files/2021-11/VEPA%20rakendamine%202014-2021\\_10.2021.pdf](https://www.tai.ee/sites/default/files/2021-11/VEPA%20rakendamine%202014-2021_10.2021.pdf) (13.03.2023).
4. Beselia, N. LIONS Quest Program for Prevention of Violence & Bullying in Schools. – Georgia Today 08.02.2018. – <http://gtarchive.georgiatoday.ge/news/9053/LIONS-Quest-Program-for-Prevention-of-Violence-&-Bullying-in-Schools> (12.03.2023).
5. Cleary, M., Sullivan, G., Sullivan, K. Kiusamine koolis. Mis see on ja kuidas sellega toime tulla. Tartu: AS Atlex 2004.
6. Farrington, D. P. jt. Effectiveness of Programs to Prevent School Bullying. – Campbell Systematic Reviews 2008/4. – <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/epdf/10.1002/CL2.50> (12.12.2022).
7. Ferguson, C.J. jt. The Effectiveness of School-Based Anti-Bullying Programs. A Meta-Analytic Review. – Criminal Justice Review 2007/32. – <https://christopherjferguson.com/bully.pdf> (12.01.2023).
8. Haataja, A. jt. The KiVa antibullying curriculum and outcome: Does fidelity matter? – Journal of School Psychology 2014/52. – <https://doi.org/10.1016/j.jsp.2014.07.001> (12.01.2023).
9. Henno, I. (koost). Õpiraskustega õpilaste toetamine põhikoolis (ainealased meetodilised- ja õppematerjalid). Tallinn: Haridus. ja Teadusministeerium 2011. – <https://oppekava.ee/opiraskustega-opilaste-toetamine-pohikoolis-ainealased-meetodilised-ja-oppematerjalid/> (13.12.2022).
10. Huitsing, G. jt. A Large-Scale Replication of the Effectiveness of the KiVa Antibullying Program: a Randomized Controlled Trial in the Netherlands. –

- Prevention Science 2020/ 21. – <https://doi.org/10.1007/s11121-020-01116-4> (15.01.2023).
11. Jakobson, M. Ostergaard, H. Free of Bullying. – The Mary Foundation & Save the Children Denmark 2017. – [https://tes.edu.ee/wp-content/uploads/2018/08/Free\\_of\\_Bullying\\_leaflet.pdf](https://tes.edu.ee/wp-content/uploads/2018/08/Free_of_Bullying_leaflet.pdf) (12.03.2023).
  12. Jansson, M. Does prevention have any impact on substance use among teenagers? – Education and Health 2019/37, No 3. – <https://sheu.org.uk/sheux/EH/eh373mj.pdf> (12.03.2023).
  13. Jefimov, L-M. Aastatepikkune kiusamine võttis Heldin Noolelt elu. “Ma arvan, et minu minevikust on saanud minu olevik ja tulevik”. – Eesti Päevaleht 30.07.2020. – <https://epl.delfi.ee/artikkel/90587617/aastatepikkune-kiusamine-vottis-heldin-noolelt-elu-ma-arvan-et-minu-minevikust-on-saanud-minu-olevik-ja-tulevik> (18.03.2023).
  14. Jung, N. Eesti õpilaste stress vähenes „Vaikuseminutite“ programmiga. – Õpetajate Leht 07.02.2022. – <https://opleht.ee/2022/02/eesti-opilaste-stress-vahenes-vaikuseminutite-programmiga/> (12.03.2023).
  15. Kahre, T. jt. Lasteombudsman. Mida teha, kui sind kiusatakse. Õiguskantsleri Kantselei 2017 – <https://www.oiguskantsler.ee/kool-kiusamisest-vabaks/mida-teha-kui-sind-kiusatakse.html> (11.01.2023).
  16. Kaugia, S. Alaealine õigusliku vastutuse subjektina. – Õigus. Psühholoogia. Sotsioloogia: õppematerjale III. Tartu: ÖPS Tartu Ühing 2003.
  17. Kaugia, S. Normatiivse käitumise regulatiivsest ja teadvuslikust tasandist. – Ühiskonna turvalisuse teenistuses. Artiklite kogumik pühendatud professor Ivar Aimre mälestusele. Tallinn: Sisekaitseakadeemia 2010.
  18. Kaugia, S. Õigusteadvuse olemus ja arengudeterminandid. Tartu: Tartu Ülikooli Kirjastus 2011. – <http://hdl.handle.net/10062/18122> (16.04.2023).
  19. Kaugia, S. Õigusteadvus: olemus, kujunemine, toimimine. – Õigus Ühiskonnas. Artiklite kogumik. Abistavaks materjaliks õiguse sotsioloogia omandamisel. Tartu: Audentes 2006.
  20. Kõrgesaar, J. Sissejuhatus hariduslike erivajaduste käsitusse. Tartu: Tartu Ülikooli kirjastus 2020. – [https://dspace.ut.ee/bitstream/handle/10062/69494/sissejuh\\_hariduslike\\_erivajadus\\_ka\\_stilus\\_veebi.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://dspace.ut.ee/bitstream/handle/10062/69494/sissejuh_hariduslike_erivajadus_ka_stilus_veebi.pdf?sequence=1&isAllowed=y) (28.12.2022).

21. Kүүts, A. Alaealiste õigusrikkumised vähenesid aastaga pisut. – Justiitsministeerium 23.02.2023. – <https://www.just.ee/uudised/alaealiste-oigusrikkumised-vahenesid-aastaga-pisut> (18.03.2023).
22. Laan, T. Politsei: alkohol ja tubakatooted on alaealistele lihtsalt kättesaadavad. – Õhtuleht 21.06.2022. – <https://www.oh tuleht.ee/1064912/politsei-alkohol-ja-tubakatooted-on-alaealistele-lihtsalt-kattesaadavad> (11.01.2023).
23. Maalouf, W. jt. Lions Quest for Adolescence Program as a School Intervention to Prevent Substance Use – a Pilot Study Across Three South East European Countries. – Prevention Science 2019/20. – <https://doi-org.ezproxy.utlib.ut.ee/10.1007/s11121-019-01012-6> (12.02.2023).
24. Markina, A., Žarkovski, B. Laste hälbiv käitumine Eestis. Justiitsministeerium: Tallinn 2014. – [https://www.kriminaalpoliitika.ee/sites/krimipoliitika/files/elfinder/dokumendid/laste\\_kaitumise\\_uuring\\_2014.pdf](https://www.kriminaalpoliitika.ee/sites/krimipoliitika/files/elfinder/dokumendid/laste_kaitumise_uuring_2014.pdf) (12.12.2022).
25. Martinson, M. Õpiraskused. Kelle probleem? Kust otsida lahendusi? Tallinn: Koolibri 2010.
26. Menesini, E., Nocentini, A. KiVa Anti-Bullying Program in Italy: Evidence of Effectiveness in a Randomized Control Trial. – Prevention Science 2016/17. – <https://doi.org/10.1007/s11121-016-0690-z> (12.01.2023).
27. Raidla, Kristi. Politseinikud viisid Pärnu kauplustest läbi kontrolloste. – Politsei- ja Piirivalveamet 06.11.2019. – <https://www.politsei.ee/et/uudised/politseinikud-viisid-paernu-kauplustes-laebi-kontrolloste-422> (11.01.2023).
28. Raidla, K. Politseinikud viisid Pärnu kauplustes läbi tubakatoodete kontrolloste. – Politsei- ja Piirivalveamet 29.08.2019. – <https://www.politsei.ee/et/uudised/politseinikud-viisid-paernu-kauplustes-laebi-tubakatoodete-kontrolloste-836> (11.01.2023).
29. Reiljan, K. Noorte alkoholiostjate dokumente kontrollib vaid iga kuues söögikoht. – Lääne Elu 03.09.2020.
30. Riives, A. Kontrollostud näitasid, et alaealised saavad alkoholi ja tubakatooted kergesti kätte. – Tartu Postimees 15.06.2021. – <https://tartu.postimees.ee/7272667/kontrollostud-naitasid-et-alaealised-saavad-alkoholi-ja-tubakatooted-kergesti-katte/comments> (11.01.2023).

31. Saar, J. Õigusvastane käitumine alaealisena ja kriminaalsed karjäärid (Eesti 1985-1999 longituuduurimuse andmetel). Tartu: Tartu Ülikooli kirjastus 2003.
32. Seema, R. Koolikiusamine kui kasvatusprobleem, mis nõuab süsteemset sekkumist. – Õpetajate Leht 13.12.2019.
33. Selart, A., Streimann, K., Trummal, A. Effectiveness of a Universal, Classroom-Based Preventive Intervention (PAX GBG) in Estonia: a Cluster-Randomized Controlled Trial. – Prevention Science 2020/21. – <https://doi.org/10.1007/s11121-019-01050-0> (13.03.2023).
34. Siegel, L., Welsh, B. Juvenile Delinquency: Theory, Practice, and Law. USA: Wadsworth 2009.
35. Smith, P. K. School-based interventions to address bullying. – Estonian Journal of Education 2016/4, No 2. – [http://eha.ut.ee/wpcontent/uploads/2016/10/7\\_06a\\_smith.pdf](http://eha.ut.ee/wpcontent/uploads/2016/10/7_06a_smith.pdf) (02.01.2023).
36. Swift, L.E. jt. Teacher factors contributing to dosage of the KiVa anti-bullying program. – Journal of School Psychology 2017/ 65. – 10.1016/j.jsp.2017.07.005 (12.01.2023).
37. Thompson, J. Esmane teejuht hariduslike erivajaduste mõistmiseks. Tallinn: Archimedes 2013. – <https://www.digar.ee/arhiiv/nlib-digar:190192> (13.12.2022).
38. Treial, K. Tõenduspõhine kiusamise ennetamine koolides – milleks ja kuidas? – Sotsiaaltöö 31.12.2019.
39. Treial, K. Õpilaste kogemused kiusamisega 2021.aasta KiVa programmi õpilasküsitluse põhjal. Tulemused teisel COVID-i kevadel. SA Kiusamisvaba Kool. – [https://www.kiusamisvaba.ee/app/uploads/2022/08/Opilastekogemusedkiusamisega2021KiVaprogrammiRAPORT\\_toimetatud.pdf](https://www.kiusamisvaba.ee/app/uploads/2022/08/Opilastekogemusedkiusamisega2021KiVaprogrammiRAPORT_toimetatud.pdf) (15.01.2023).
40. Oja, L. (toimetaja). Eesti kooliõpilaste tervisekäitumine. 2017/2018.õppeaasta uuringu raport. Tallinn: Tervise Arengu Instituut 2019. – [https://intra.tai.ee/images/prints/documents/157970053289\\_eesti\\_kooliopilaste\\_tervisekaitumine.pdf](https://intra.tai.ee/images/prints/documents/157970053289_eesti_kooliopilaste_tervisekaitumine.pdf) (13.12.2022).
41. Voog, V. Huvitav viis vanust hinnata: alaealise alkoholi andnud müüja selgitas seda noore rohkete sõrmustega. – Õhtuleht 20.10.2020. – <https://www.ohtuleht.ee/1015328/huvitav-viis-vanust-hinnata-alaealise-alkoholi-andnud-muuja-selgitas-seda-noore-rohkete-sormustega> (11.01.2023).

## Kasutatud normatiivaktid

42. Alkoholiseadus. – RT I, 04.01.2021, 6.
43. Põhikooli- ja gümnaasiumiseadus. – RT I, 04.11.2022, 7.
44. Põhikooli lihtsustatud riiklik õppekava. – RT I, 12.04.2022, 9.
45. Tubakaseadus. – RT I, 04.02.2021, 17.

## Kasutatud muud allikad

46. Alkoholiseaduse ja reklaamiseaduse muutmise seaduse seletuskiri (381 SE). – <https://www.riigikogu.ee/tegevus/eelnoud/eelnou/e6a75dec-ed4b-4c38-9131-1b4916b301f8/Alkoholiseaduse%20ja%20reklaamiseaduse%20muutmise%20seadus/> (12.01.2023).
47. Eesti-Rootsi Vaimse Tervise ja Suitsidologia Instituut. Kiusamine koolis. Uuringu raport. Tallinn: Tallinna Tehnikaülikooli Õiguse instituut 2015. – <https://humanrights.ee/app/uploads/2017/01/Uuring-kiusamisest-koolis.pdf> (15.01.2023).
48. Eesti Õpilasesinduste Liidu tegevusaruanne 2015/2016. Ülevaade EÕEL-i eesmärkidest ja töökorraldusest perioodil 07.03.2015 kuni 01.04.2016. Eesti Õpilasesinduste Liit. – [https://opilasliit.ee/wp-content/uploads/2021/04/2015-2016-Tegevusaasta-aruanne\\_EOEL.pdf](https://opilasliit.ee/wp-content/uploads/2021/04/2015-2016-Tegevusaasta-aruanne_EOEL.pdf) (12.03.2023).
49. Eesti Õpilasesinduste Liit. Salliv Kool. – <https://sallivkool.ee/> (12.03.2023).
50. Eesti Õpilasesinduste Liit. Sallivuskonverents 2022. – <https://sallivkool.ee/sallivuskonverents/> (12.03.2023).
51. Foorumteatri etendused „Salliv kool“ projekti raames. Jüri Gümnaasium 2017. – <https://www.jyri.edu.ee/foorumteatri-etendused-salliv-kool-projekti-raames> (12.03.2023).
52. Haridus- ja teadusministeerium. Hariduslike erivajadustega õpilane. – <https://www.eesti.ee/et/haridus-ja-teadus/ueldharidus/haridusliku-erivajadusega-opilane> (13.12.22).
53. Haridusvaldkonna arengukava 2021 – 2035. Tallinn: Haridus- ja teadusministeerium 2021. – [https://www.hm.ee/sites/default/files/documents/202209/eesti\\_haridusvaldkonna\\_arengukava\\_2035\\_seisuga\\_2020.03.27.pdf](https://www.hm.ee/sites/default/files/documents/202209/eesti_haridusvaldkonna_arengukava_2035_seisuga_2020.03.27.pdf) (02.01.2023).

- 54.** Kiusamisest vabaks! Free of Bullying. – <https://kiusamisestvabaks.ee/programmist/kiusamisest-vabaks/> (15.01.2023).
- 55.** Kiusamisvaba haridustee koalitsioon. – <https://kvht.ee/koolile/> (15.01.2023).
- 56.** Koalitsiooniblogi. Võimuliidu läbirääkijad tahavad kehtestada koolikohustuse 18. eluaastani. – Õhtuleht, 17.03.2023. – <https://www.oh tuleht.ee/1081553/koalitsiooniblogi-voimuliidu-labiraakijad-tahavad-kehtestada-koolikohustuse-18-eluaastani> (24.03.2023).
- 57.** Kuritegevus Eestis 2020. Alaealiste õigusrikkumised. – Justiitsministeerium. – <https://www.kriminaalpoliitika.ee/kuritegevus2020/alaealiste-oigusrikkumised/> (11.04.2023).
- 58.** Kuritegevus Eestis 2021. Alaealiste õigusrikkumised. – Justiitsministeerium. – [https://www.kriminaalpoliitika.ee/kuritegevus2021/alaealiste\\_page.html](https://www.kriminaalpoliitika.ee/kuritegevus2021/alaealiste_page.html) (11.04.2023).
- 59.** Kuritegevus Eestis 2022. Alaealiste õigusrikkumised. – Justiitsministeerium. – <https://www.kriminaalpoliitika.ee/kuritegevus2022/alaealiste-oigusrikkumised/> (11.04.2023).
- 60.** Liitunud koolid. VEPA Käitumisoskuste Mäng. Tervise Arengu Instituut. – <https://www.vepa.ee/kuidas-liituda/liitunud-koolid/> (12.03.2023).
- 61.** Metoodika. VEPA Käitumisoskuste Mäng. Tervise Arengu Instituut. – <https://www.vepa.ee/tutvustus/metoodika/> (12.03.2023).
- 62.** MTÜ Vaikuseminutid. MTÜ sihid ja dokumendid. – <https://vaikuseminutid.ee/mtu-sihid-ja-dokumendid/> (12.03.2023).
- 63.** Politsei: alkohol ja tubakatooted on alaealistele lihtsalt kättesaadavad. – Lõunaestlane 21.06.2022. – <https://lounaestlane.ee/politsei-alkohol-ja-tubakatooted-on-alaealistele-lihtsalt-kattesaadavad/> (11.01.2023).
- 64.** Politsei tegi alkoholi kontrolloste, Elva coopis sai alaealine siidri vaevata kätte. – Elva uudised 10.07.2020. – <https://elva uudised.ee/politsei-tegi-alkoholi-kontrolloste-elva-coopis-sai-alaealine-siidri-vaevata-katte/> (11.01.2023).
- 65.** Summary of „Free of bullying and children’s socio-emotional skills“. – Rambøll. The Mary Foundation & Save the Children Denmark 2017. – [https://www.freeofbullying.com/wp-content/uploads/2021/02/Summary-FoB-and-childrens-socio-emotional-skills\\_Nov17\\_DOWNLOAD\\_0.pdf](https://www.freeofbullying.com/wp-content/uploads/2021/02/Summary-FoB-and-childrens-socio-emotional-skills_Nov17_DOWNLOAD_0.pdf) (12.03.2023).

- 66.** The Free of Bullying competence centre. – <https://www.freeofbullying.com/about-us/> (12.03.2023).
- 67.** TNS Emor. Tervise Arengu Instituut. Alkoholiseadusega alaealisele ja joobes isiku alkoholitarbimise tõkestamiseks seatud piirangute järgimine ning seda takistavad tegurid. Alkoholi tele- ja internetireklaam ning noored. – Riigikantselei 04.10.2012. – [https://intra.tai.ee/images/prints/documents/135462768335\\_Alkoholiuuringute%20raport.pdf](https://intra.tai.ee/images/prints/documents/135462768335_Alkoholiuuringute%20raport.pdf) (11.01.2023).
- 68.** Tubakaseaduse ja sellega seonduvate seaduste muutmise seaduse seletuskiri (753 SE). – <https://www.riigikogu.ee/tegevus/eelnoud/eelnou/5af85ff6-e9d0-42f5-bd34-d58553f46147/Tubakaseaduse+ja+sellega+seonduvate+seaduste+muutmise+seadus> (11.01.2023).
- 69.** Why do people bully? The scientific reasons. – Ditch the Label 19.09.2022. – <https://www.ditchthelabel.org/why-do-people-bully/> (12.12.2022).

## LISAD

Lisa 1. Küsimustik: 10-17-aastaste õpilaste õiguspärased ja -vastased meetmed õpiraskustest ning koolikiusamisest tulenevate pingete maandamiseks Eestis

Hea vastaja!

Mina olen Tartu Ülikooli õigusteaduskonna II. aasta magistritudeng Alic Koppel ning viin läbi uurimust teemal "10.-17.aastaste õpilaste õiguspärased ja -vastased meetmed õpiraskustest ning koolikiusamisest tulenevate pingete maandamiseks Eestis". Antud uuringus sooviksin Teie abiga teada saada, milliseid meetmeid kasutavad õpilased õpiraskustest ja koolikiusamisest tulenevate pingete maandamiseks ning mida arvavad õpilased hetkel koolides kasutusel olevatest meetmetest.

Palun vastake küsimustikule julgelt ja avameelselt. Küsimustik on anonüümne ja vastuseid ei seostata Teie isikuga.

[\\* Viitab kohustuslikule küsimusele](#)

1. Sugu \*

*Märkige ainult üks ovaal.*

Tüdruk

Poiss

2. Vanus \*

*Märkige ainult üks ovaal.*

10-aastane

11-aastane

12-aastane

13-aastane

14-aastane

15-aastane

16-aastane

17-aastane

## Õppimisega seotud küsimused

3. Kuidas hindad enda koolis hakkama saamist? \*

*Märkige ainult üks ovaal.*

Alla keskmise (saan tihti ka negatiivseid hindeid, pean pidevalt vastamas käima)

---

1

2

3

4

---

Väga hästi (õpin viitele)

4. Kas oled viimase 3 kuu jooksul tundnud, et õppetöö on pingeline? \*

*Märkige ainult üks ovaal.*

Jah

Ei

5. Kui sageli oled viimase 3 kuu jooksul tundnud, et õppetöö tekitab sulle pingeid (nt stress, ei naudi kooliskäimist)? \*

*Märkige ainult üks ovaal.*

Mitte kordagi

Umbes 1-2 korda kuus

Umbes 1 kord nädalas

Mitu korda nädalas

6. Kuidas oled õppimisest tulenevate pingetega toime tulnud? \*

*Märkige kõik sobivad.*

Suhtlen sõpradega

Olen põhjusega puudunud koolist

Tegelen huvialadega (nt sport, laulmine, joonistamine vms)

Tarvitan alkohoolseid jooke

Tarvitan tubakatooteid

Muu: \_\_\_\_\_

7. Milliseid meetmeid oskad veel nimetada õppimisega seotud pingete maandamiseks? \*

---

---

---

8. Kas oled teadlikult tarvitanud alkohoolseid jooke õppimisest tulenevate pingete maandamiseks (nt stress, raskused õppimises, soov mitte kooli minna jne)? \*

*Märkige ainult üks ovaal.*

Jah

Ei

9. Kas oled teadlikult tarvitanud tubakatooteid õppimisest tulenevate pingete maandamiseks (nt stress, raskused õppimises, soov mitte kooli minna jne)? \*

*Märkige ainult üks ovaal.*

Jah

Ei

10. Kas oled varasemalt kuulnud võimalusest õppida lihtsustatud õppekaval? \*

*Märkige ainult üks ovaal.*

Jah

Ei

11. Kas oled varasemalt kuulnud kooli võimalusest kujundada õpe igale õpilasele vastavaks tehes selleks nt muudatusi õppeajas, õppeprotsessis või õppekeskkonnas? \*

*Märkige ainult üks ovaal.*

Jah

Ei

12. Kas Sinu arvates õpilase võimetele vastava lihtsustatud õppekava loomine või õppe kujundamine õpilasele vastavaks (nt õpilase eraldamine väiksemasse rühma, õpilase tunniplaanis muudatuste tegemine vastavalt õpilase võimetele jms) aitaks pingeid seoses õppimisega vähendada? Põhjenda \*

---

---

---

13. Mida saaks Sinu arvates kool/riik veel teha õpilaste aitamiseks seoses õppetööst tulenevate pingetega? \*

---

---

---

### **Koolikiusamisega seotud küsimused**

14. Kui sageli on Sind viimase 3 kuu jooksul koolis kiusatud? \*

*Märkige ainult üks ovaal.*

- Mitte kordagi
- Umbes 1-2 korda kuus
- Umbes 1 kord nädalas
- Mitu korda nädalas

15. Kui sageli oled viimase 3 kuu jooksul kedagi kiusanud või osalenud kiusamises pealtvaatajana? \*

*Märkige ainult üks ovaal.*

- Mitte kordagi
- Umbes 1-2 korda kuus
- Umbes 1 kord nädalas
- Mitu korda nädalas

16. Kui sageli oled viimase 3 kuu jooksul tundnud, et koolikiusamine tekitab Sulle pingeid (nt stress, ei naudi kooliskäimist)? \*

*Märkige ainult üks ovaal.*

- Mitte kordagi

- Umbes 1-2 korda kuus
- Umbes 1 kord nädalas
- Mitu korda nädalas

17. Kuidas oled varasemalt koolikiusamisest tulenevate pingetega toime tulnud? \*

*Märkige kõik sobivad.*

- Olen põhjuseta puudunud koolist
- Tegelen huvialadega (nt sport, laulmine, joonistamine vms)
- Tarvitan alkohoolseid jooke
- Tarvitan tubakatooteid
- Muu: \_\_\_\_\_

18. Kas oled varasemalt kuulnud erinevatest sekkumisprogrammidest (nt KiVa, Salliv Kool jms)? \*

*Märkige ainult üks ovaal.*

- Jah
- Ei

19. Kust oled varasemalt kuulnud erinevate sekkumisprogrammide kohta? \*

*Märkige ainult üks ovaal.*

- Koolist
- Sotsiaalmeediast
- Sõpradelt
- Muu: \_\_\_\_\_

20. Kas oled varasemalt pöördunud ise mõne sekkumisprogrammi poole? Kui jah, siis millise? Märki vastav sekkumisprogramm lahtrisse "muu". \*

- Jah
- Ei

Muu: \_\_\_\_\_

21. Kas oled varasemalt kiusatavana abi saamiseks kellegi poole pöördunud? \*

*Märkige ainult üks ovaal.*

Jah

Ei

Mind ei ole kunagi kiusatud

22. Kui Sind on varasemalt kiusatud, siis kelle poole oled varasemalt pöördunud abi saamiseks?

*Märkige kõik sobivad.*

Õpetaja

Vanemad

Sõbrad

Muu: \_\_\_\_\_

23. Milliseid sekkumisprogramme kasutatakse Sinu koolis? \*

*Märkige kõik sobivad.*

Minu koolis ei kasutata sekkumisprogramme

KiVa

Salliv Kool

Kiusamisest Vabaks

Vaikuseminutid

VEPA Käitumisoskuste mäng

Kasvamisrõõm

Muu: \_\_\_\_\_

24. Kas Sinu arvates aitavad sekkumisprogrammid koolikiusamist vähendada? Põhjenda. \*

---

---

---

25. Milliseid meetmeid oskad veel nimetada koolikiusamisega seotud pingete maandamiseks?\*

---

---

---

26. Kas oled teadlikult tarvitanud alkohoolseid jooke koolikiusamisest tulenevate pingete maandamiseks? \*

*Märkige ainult üks ovaal.*

- Jah  
 Ei

27. Kas oled teadlikult tarvitanud tubakatooteid koolikiusamisest tulenevate pingete maandamiseks? \*

*Märkige ainult üks ovaal.*

- Jah  
 Ei

### **Üldised küsimused seoses õigusvastaste meetmete kasutamisega**

Õigusvastased on meetmed, mis on vastuolus seadusandja poolt kehtestatud õigusnormidega (nt alaealistel alkoholi tarbimine, varastamine, vägivalda kasutamine jms).

28. Kas oled viimase 3 kuu jooksul kasutanud kellegi suhtes vägivalda? \*

*Märkige ainult üks ovaal.*

- Jah  
 Ei

29. Kui sageli oled viimase 3 kuu jooksul tarvitanud alkohoolseid jooke? \*

*Märkige ainult üks ovaal.*

- Mitte kordagi  
 Umbes 1-2 korda kuus  
 Umbes 1 kord nädalas  
 Mitu korda nädalas

30. Kui sageli oled viimase 3 kuu jooksul tarvitanud tubakatooteid? \*

*Märkige ainult üks ovaal.*

- Mitte kordagi
- Umbes 1-2 korda kuus
- Umbes 1 kord nädalas
- Mitu korda nädalas

31. Kas oled viimase 3 kuu jooksul teinud midagi ebaseaduslikku, mis ei oleks alkoholi või tubakatoote tarvitamine (nt varastanud, lõhkunud võõrast vara, sissemurdnud vms)? \*

*Märkige ainult üks ovaal.*

- Jah
- Ei

### **Teadlikult alkoholsete jookide tarvitamine õppetööst tulenevate pingete maandamiseks**

Kuivõrd vastasid, et oled teadlikult tarvitanud alkoholsete jooke õppetööst tulenevate pingete maandamiseks, siis palun vasta ka järgmistele täpsustavatele küsimustele.

8.1. Kui sageli oled tarvitanud alkoholsete jooke õppetööst tulenevate pingete maandamiseks? \*

*Märkige ainult üks ovaal.*

- Umbes 1-2 korda kuus
- Umbes 1 kord nädalas
- Mitu korda nädalas

8.2. Milliseid alkoholsete jooke oled tarvitanud õppetööst tulenevate pingete maandamiseks? \*

*Märkige kõik sobivad.*

- Kange alkohol (nt viin, rumm, vein jms)
- Lahja alkohol (nt õlu, siider jms)

### **Teadlikult tubakatoote tarvitamine õppetööst tulenevate pingete maandamiseks**

Kuivõrd vastasid, et oled teadlikult tarvitanud tubakatooteid õppetööst tulenevate pingete maandamiseks, siis palun vasta ka järgmistele täpsustavatele küsimustele.

9.1. Kui sageli oled oled tarvitanud tubakatooteid õppetööst tulenevate pingete maandamiseks? \*

*Märkige ainult üks ovaal.*

Umbes 1-2 korda kuus

Umbes 1 kord nädalas

Mitu korda nädalas

9.2. Milliseid tubakatooteid oled tarvitanud õppetööst tulenevate pingete maandamiseks? \*

*Märkige kõik sobivad.*

Huuletubakas

E-sigaret

Sigaretid

Muu: \_\_\_\_\_

**Teadlikult alkoholsete jookide tarvitamine koolikiusamisest tulenevate pingete maandamiseks.**

Kuivõrd vastasid, et oled teadlikult tarvitanud alkoholseid jooke koolikiusamisest tulenevate pingete maandamiseks, siis palun vasta ka järgmistele täpsustavatele küsimustele.

26.1. Kui sageli oled tarvitanud alkoholseid jooke koolikiusamisest tulenevate pingete maandamiseks? \*

*Märkige ainult üks ovaal.*

Umbes 1-2 korda kuus

Umbes 1 kord nädalas

Mitu korda nädalas

26.2. Milliseid alkoholseid jooke oled tarvitanud koolikiusamisest tulenevate pingete maandamiseks? \*

*Märkige kõik sobivad.*

Kange alkohol (nt viin, rumm, vein jms)

Lahja alkohol (nt õlu, siider jms)

**Teadlikult tubakatoodete tarvitamine koolikiusamisest tulenevate pingete maandamiseks.**

Kuivõrd vastasid, et oled teadlikult tarvitanud tubakatooteid koolikiusamisest tulenevate pingete maandamiseks, siis palun vasta ka järgmistele täpsustavatele küsimustele.

27.1. Kui sageli oled tarvitanud tubakatooteid koolikiusamisest tulenevate pingete maandamiseks? \*

*Märkige ainult üks ovaal.*

- Umbes 1-2 korda kuus
- Umbes 1 kord nädalas
- Mitu korda nädalas

27.2. Milliseid tubakatooteid oled tarvitanud koolikiusamisest tulenevate pingete maandamiseks? \*

*Märkige kõik sobivad.*

- Huuletubakas
- E-sigaret
- Sigaretid
- Muu: \_\_\_\_\_

### **Alkoholsete jookide tarvitamine viimase 3 kuu jooksul.**

Kuivõrd vastasid, et oled viimase 3 kuu jooksul vähemalt korra alkoholseid jooke tarvitanud, siis palun vasta ka täpsustavatele küsimustele.

29.1. Milliseid alkoholseid jooke oled viimase 3 kuu jooksul tarvitanud? \*

*Märkige kõik sobivad.*

- Kange alkohol (nt viin, rumm, vein jms)
- Lahja alkohol (nt õlu, siider jms)

29.2. Kuidas oled viimase 3 kuu jooksul alkoholseid jooke enda valdusesse saanud? \*

*Märkige kõik sobivad.*

- Kodust
- Sõber/tuttav on ostnud
- Olen lasknud võõral täiskasvanul osta
- Olen ise ostnud kasutades selleks valedokumente

Olen ise ostnud ilma dokumenti näitamata (müüja ei küsinud ostu sooritades dokumenti)

Muu: \_\_\_\_\_

29.3. Kas oled viimase 3 kuu jooksul tarvitanud alkohoolseid jooke sellisel määral, et oled tundnud ennast purjus? \*

*Märkige ainult üks ovaal.*

Jah

Ei

29.4. Kas oled viimase 3 kuu jooksul tundnud, et alkohoolsete jookide tarvitamine pakub sulle naudingut? \*

*Märkige ainult üks ovaal.*

Jah

Ei

### **Tubakatoodete tarvitamine viimase 3 kuu jooksul.**

Kuivõrd vastasid, et oled viimase 3 kuu jooksul vähemalt korra tubakatooteid tarvitanud, siis palun vasta ka täpsustavatele küsimustele.

30.1. Milliseid tubakatooteid oled tarvitanud viimase 3 kuu jooksul? \*

*Märkige kõik sobivad.*

Huuletubakas

E-sigaret

Sigaretid

Muu: \_\_\_\_\_

30.2. Kuidas oled viimase 3 kuu jooksul tubakatooteid enda valdusesse saanud? \*

*Märkige kõik sobivad.*

Kodust

Sõber/tuttav on ostnud

- Olen lasknud võõral täiskasvanul osta
- Olen ise ostnud kasutades selleks valedokumente
- Olen ise ostnud ilma dokumenti näitamata (müüja ei küsinud ostu sooritades dokumenti)
- Muu: \_\_\_\_\_

30.3. Kas oled viimase 3 kuu jooksul tundnud, et tubakatoodete tarvitamine pakub sulle naudingut? \*

*Märkige ainult üks ovaal.*

- Jah
- Ei