

TARTU ÜLIKOOLI VILJANDI KULTUURIAKADEEMIA

Kogukonnahariduse ja huvitegevuse õppekava

Krista Paabus

**LASTEVANEMATE JA ÕPETAJATE ARVAMUSED ISIKLIKE NUTISEADMETE
KASUTAMISE REEGLITE VAJALIKKUSEST EESTI ÜLDHARIDUSKOOIDES**

Lõputöö

Juhendaja: Külli Salumäe, MA, huvihariduse õpetaja

Viljandi 2025

Resümee

Lastevanemate ja õpetajate arvamused isiklike nutiseadmete kasutamise reeglite vajalikkusest Eesti üldhariduskoolides

Isiklike nutiseadmete kasutamine üldhariduskoolides on üha aktuaalsem teema, ent seni ei ole Eestis tehtud riiklikke otsuseid ega välja töötatud lahendusi selle reguleerimiseks. Lõputöö eesmärgiks on välja selgitada lastevanemate ja õpetajate arusaam isiklike nutiseadmete kasutamise reeglite otstarbest ja sisust Eesti üldhariduskoolides. Lõputöö eesmärgi saavutamiseks kasutasin kvalitatiivset uurimisviisi, valimi suuruseks oli 13 vastajat, kellest 9 lapsevanemat ja 4 õpetajat Eesti erinevatest koolidest. Andmekogumismeetodina kasutasin avatud küsimustega poolstruktureeritud ehk teemaintervjuud. Uurimistööst selgus, et üleriigiliste piirangute asemel eelistatakse koolipõhiseid reegleid, kuid nende tulemuslik rakendamine eeldab, et koolikogukond on kursis koolis kehtivate nutiseadmete kasutamise reeglite, nende eesmärkide ja olulisusega.

Võtmesõnad: isiklik nutiseade, üldhariduskool, õpilaste probleemne nutiseadmekasutus, õpetaja, lapsevanem

Abstract

Parents' and teachers' opinions on the necessity of rules for using personal smart devices in Estonian general education schools

The use of personal smart devices in general education schools is an increasingly topical issue, but so far no national decisions have been taken or solutions developed to regulate it in Estonia. The aim of the thesis is to find out the perception of parents and teachers about the purpose and content of the rules for the use of personal smart devices in Estonian general education schools. In order to achieve the aim of the thesis, I used a qualitative research method. The sample size was 13 respondents, including 9 parents and 4 teachers from different schools in Estonia. The data collection method used was semi-structured interviews with open questions. The research showed that school-based rules are preferred to nationwide restrictions, but their effective implementation requires that the school community is aware of the rules for using smart devices in school, their purpose and their importance.

Key words: personal smart device, general education school, problematic use of smart devices by students, teacher, parent

Sisukord

Sisukord	4
Sissejuhatus	5
1. Nutiseadmed noorte igapäevaelus	7
1.1. Nutiseadme positiivne ja negatiivne mõju arenevale lapsele	7
1.2. Lapse virtuaalmaailma põgenemise põhjused	9
1.3. Lapse ekraaniaja piiramise vajalikkuse põhjendused	11
1.4. Vanemate vastutus laste ekraaniaja piiramisel	13
1.5. Õpilaste isiklike nutiseadmete kasutuse reguleerimise võimalused üldhariduskoolis	14
2. Metoodika	17
2.1. Uurimuse valim ja läbiviimine	17
2.2. Andmete analüüsimine	18
3. Uurimistulemused, arutelu ja järeldused	18
3.1. Isiklike nutiseadmete kasutamise reeglite vajalikkus üldhariduskoolis	18
3.1.1. Üleriigiliste reeglite vajalikkus	19
3.1.2. Kõigile koolipere liikmetele arusaadavad ja kehtivad kirjalikud reeglid	20
3.1.3. Koolitöötajate eeskuju ja vastutuse määramine	21
3.1.4. Vähendada nutiseadmete ületarbimise negatiivset mõju õpilastele	21
3.1.5. Õppimise toetamine ja turvalise koolikeskkonna loomine	22
3.2. Regulatsiooni vajavad valdkonnad, seoses isiklike nutiseadmete kasutamisega koolikeskkonnas	23
3.2.1. Isiklike nutiseadmete eesmärgipärane kasutamine õppetegevuseks	24
3.2.2. Isiklike nutiseadmete kasutamise regulatsioonide rakendamine ja vastutus reeglite järgimisel	24
3.2.3. Lastevanemate informeerimise moodused õpilaste isiklike nutiseadmete kasutamise reeglitest koolis	26
3.3. Kattuvused ja erinevused lastevanemate ja õpetajate arusaamades	27
3.4. Arutelu	28
3.5. Meetodi kriitika ja edasised võimalikud uurimissuunad	30
Kasutatud kirjandus	32
Lisad	37
Lisa 1. Poolstruktureeritud intervjuu küsimused (kava)	37
Lisa 2. Koodipuu	39

Sissejuhatus

Tänapäeva maailmas, kus tähelepanu ja keskendumisvõime on muutunud üha väärtuslikumaks, on märgata nende omaduste vähenemist (Hansen & Wänblad, 2022, lk 126). Digitaalne eluviis, mis eeldab pidevat internetiühendust, on kujunenud igapäevaelu lahutamatuks osaks, mõjutades oluliselt inimeste käitumist, enesetunnet ja vaimseid protsesse. Digipädevus ehk oskus digitehnoloogia abil probleeme lahendada, on muutunud oluliseks nii hariduses kui tööelus (Digipädevus.ee). Eriti haavatavad on noored, kelle aju on alles arengujärgus, kuna nutiseadmete liigtarbimine võib pärssida nende vaimset arengut (Aru, videoloeng, 2023).

Teadusuuringud digitaliseerimise mõju kohta on Eestis ja välismaal alles algusjärgus, kuid uusi teadmisi koguneb iga päevaga. Mitmed uuringud näitavad, et piiramatu nutiseadmete kasutamine avaldab negatiivset mõju laste ja noorte vaimsele ning füüsilisele tervisele, sotsiaalsetele oskustele, suhetele ja õppeedukusele. Üldpildis me kogeme teistsugust stressi kui iial varem, me magame vähem ja istume rohkem (Hansen, 2020, lk 9).

Sarapuu (2021) järgi on nutiseadmete kasutamine koolides muutumas üha olulisemaks teemaks. Mida teha, kui õpilased kasutavad koolis mobiiltelefoni või muud nutiseadet tunni segamiseks või kaaslaste kiusamiseks? Kui palju saab nutiseadmete kasutamist kooli kodukorras reguleerida? Nendele ja paljudele teistele küsimustele ootavad vastust koolijuhid, õpilased ja ka lapsevanemad ajal, kui peaaegu kõigil õpilastel on isiklik nutiseade koolis kaasas.

Praegu ei ole riigikogu kehtestanud ühtseid üleriigilisi piiranguid nutiseadmete kasutamisele üldhariduskoolides, jättes vastava regulatsiooni kehtestamise koolide pädevusse kooli kodukorra kaudu. Seetõttu varieeruvad nutiseadmete kasutamise reeglid ja piirangud kooliti märkimisväärselt. Kodukorda koostades peab kool omakorda aluseks võtma selle, mida seadus nutiseadmete või esemete hoiulevõtmise kohta üldiselt ütleb (Sarapuu, 2021).

Koolides toimuvad aktiivsed arutelud isiklike nutiseadmete keelamise ja nende kasutamise tingimuste üle, tuginedes teadusuuringutele ja õpilaste küsitlustele. Erinevate koolide kodukordi lugedes märkasin, et paljudes koolides on tundide ajaks kehtestatud nutiseadmete kasutamise keeld, kuid vahetundide kohta on kodukorras vähem selget reguleerimist. Kuna õpilased veedavad koolis ka vaba aega, on oluline leida tasakaal nutiseadmete kasutamise, sotsialiseerumise ja õppetöö vahel kogu koolipäeva vältel.

Minu lõputöö teema valik tulenes 2024. aasta sügisel avalikult meedias kajastamist leidnud ühiskondlikust probleemist. Hariduseksperdid ja lastevanemad kirjutasid avaliku kirja

palvega, et riik töötaks hiljemalt õppeaastaks 2025/2026 välja selged reeglid nutiseadmete kasutamiseks koolikeskkonnas, et toetada laste vaimset ja füüsilist tervist, arengut, heaolu, õppeedukust ja turvalisust. Rõhutatakse vajadust tagada vahetundides lastele võimalus puhata, omavahel suhelda, liikuda ja mängida, et nad saaksid õppetööle paremini keskenduda.

Küsimuseks on, kes peaks vastutama selle eest, et need vajadused oleksid täidetud – kas õpilane, lapsevanem, õpetaja, koolijuht või poliitik? Kelle koostöös on võimalik ära hoida virtuaalkeskonna pärssiv mõju õpilaste tava-suhtlusele koolipäeva vältel?

Lõputöö eesmärgiks on välja selgitada lastevanemate ja õpetajate arusaam isiklike nutiseadmete kasutamise reeglite otstarbest ja sisust Eesti üldhariduskoolides.

Uurimuse eesmärgist lähtuvalt on uurimisküsimusteks:

1. Miks on vajalik kehtestada reeglid isiklike nutiseadmete kasutamisele üldhariduskoolis lastevanemate ja õpetajate arvates?
- 2.. Mida tuleks lastevanemate ja õpetajate arvates reguleerida isiklike nutiseadmete kasutamisel üldhariduskoolis?
3. Millised on kattuvused ja erinevused lastevanemate ja õpetajate arusaamades?

Sissejuhatusel järgneb peatükk teoreetilise ülevaatega, mis koosneb viiest alapeatükist.

1. Nutiseadmed noorte igapäevaelus

Tehnoloogia areng mõjutab aasta aastalt üha rohkemate igas eas inimeste igapäevaelu. e-Eesti rahvusvahelise maine uuringust (2021) selgus, et Eestit peetakse digitaalselt maailma arenenumaks riigiks (EAS, 2021). Eestimaalased kasutavad internetti järjest rohkem. Statistikaameti andmetel on internetiühendus 93,2% Eesti kodudes ja internetikasutajate arvu kasvuga on paranenud ka arvuti kasutamise oskused (Eesti statistika andmebaas, 2023). Eesti kooliõpilaste tervisekäitumise uuringu (HBSC) andmetel on 99,5% õpilastest kodus vähemalt üks arvuti või tahvelarvuti, nendest 20% on kaks arvutit ja 71% õpilastel on kodus rohkem kui kaks arvutit. Samuti kinnitab *stat 2024* uuring, et viimase nelja aasta jooksul on erinevate nutiseadmete kasutamine märgatavalt suurenenud.

Digiseadmete kasutamisel võib olla nii positiivseid kui ka negatiivseid mõjusid. Noored kasutavad neid iga päev – need on kasulikud õppimiseks, suhtlemiseks ja meelelahutuseks, kuid kontrollimatu või liigne kasutamine võib kaasa tuua tõsiseid ohte nagu tähelepanu hajumine, uneprobleemid ja sõltuvus.

1.1. Nutiseadme positiivne ja negatiivne mõju arenevale lapsele

Nutiseade on kaasaskantav elektrooniline seade, mis sisaldab erinevaid tarkvararakendusi ning on ühenduses teiste seadmetega traadita sidevõrgu kaudu (nt nutitelefon, tahvelarvuti, nutivõru, e-luger) (Eesti Keele Instituut, n.d.). Mobiiltelefonist on saanud inimese truu kaaslane, mis jääb käe- ja kuuldeulatusest kaugemale enamasti vaid siis, kui see juhuslikult kuhugi unustatakse. Telefonitootjad arendavad ja lisavad nutiseadmetesse aina enam uusi funktsioone – profikaamera tasemel saab teha fotosid ja videojäädvustusi, lugeda e-raamatuid, suhelda teksti, hääle ja pildiga, erinevad äpid aitavad teha e-poodides ostutehinguid endale sobival ajal, pakuvad meelelahutust, tõlketeenust, mis kokkuvõtvalt muudavad inimeste elu mugavamaks. Tehnoloogia, mis algselt oli loodud meid abistama või elu lihtsamaks tegema, on hakanud meid orjastama, ja probleem ei ole selles, et digimaailm on halb, vaid et me kasutame seda piiramatult.

“Nutiseadmete oht on sama, mis sõltuvust tekitavate ainete puhul: mängud, sotsiaalmeedia või mõni nutiseadme rakendus suudab kiiresti aju ja käitumise üle suurema kontrolli saada kui lapse enda sees olev väike kirg midagi teha. Nutiseadme programmid piiravad lapsi ja nende autonoomiat,” selgitab ajuteadlane Jaan Aru (2022).

Samas mõõdukas digiseadmete hariduslik kasutus õppimiseks – kuni viis tundi päevas – toetab akadeemilist edukust ja kuuluvustunnet (OECD, 2024).

Nutiseadmed võivad koolilaste arengut mõjutada mitmeti, on nii positiivseid kui ka negatiivseid aspekte. Järgnev võrdlev tabel (vt tabel 1) kajastab erinevate allikate põhjal (*van der Niet et al., 2014; Haidt, 2025; Aru, 2017; Siegel, 2018.*) tulemusi nutiseadmete positiivsetest ja negatiivsetest mõjudest arenevale lapsele.

Tabel 1. Nutiseadme positiivne ja negatiivne mõju arenevale lapsele

Positiivsed mõjud:	Negatiivsed mõjud:
<p>Teadmiste täienemine - ligipääs mitmesugustele haridus ressursidele: õppevideod, interaktiivsed õppeprogrammid, üldhariduse omandamist toetavad rakendused, silmaringi laiendav teadus- ja kultuuriinfo.</p> <p>Digitaalsete oskuste täienemine - Õpetab töötama erinevate rakendustega, veebis infot otsima.</p> <p>Teadushuvi ja loovuse kasv - Interaktiivsed õppemängud suunavad uurima ja aitavad selgitada keerulisi teadusmõisteid.</p>	<p>Füüsilise aktiivsuse vähenemine - kehakaalu tõusu ja terviseprobleeme, näiteks selja- ja kaelavalusid.</p> <p>Sotsiaalsete oskuste ja suhtlemise vähenemine - vahetu suhtlemisoskuse puudulik omandamine.</p> <p>Keskendumisvõime vähenemine - Lühikeste ja kiirete informatsioonilõikude kasutamine häirib suutlikkust süvitsi mõelda ja keerulisi ülesandeid lahendada.</p>

Ollakse ühisel arvamusel, et nutiseadme mõju lapse arengule sõltub lapse vanusest, jälgitava sisust, digiseadmete kasutamise viisist, lapse iseloomust ja huvidest. Arvesse peab võtma nii bioloogilisi, emotsionaalseid, sotsiaalseid kui ka kognitiivseid ülesandeid konkreetsel arenguperioodil. Näiteks tähelepanu, taju ja mälu seotud oskused erinevad lastel eri vanustes, samuti nagu probleemide analüüsimis- ja lahendamisoskus. (Kivisaar & Vilms, 2025). Kindlad ollakse ka ekraaniaja negatiivses mõjus kõne arengule ja funktsionaalsele lugemisoskusele (Dy et al., 2023; Horowitz-Kraus et al., 2021).

Üks põhjusi, miks koolides arutletakse nutiseadmete kasutamise piiramise üle, on laste vähenenud liikumisaktiivsus. Eestis täidab igapäevase liikumissoovituse vaid umbes veerand 7–13-aastastest õpilastest (Mooses, 2017). Samas on kehaline aktiivsus seotud parema keskendumisvõime, õppimisvõime ja üldise vaimse heaoluga (van der Niet et al., 2014; Uibu, 2022). Kehaliselt aktiivsetel lastel ja noortel vanuses 4–18 aastat muutuvad paremaks peaaegu kõik mõtlemisega seotud võimed. Võime teha samal ajal mitut asja, töömälu ja tähelepanuvõime – kõik muutuvad paremaks. Samas ei pruugi see olla ainult liikumisega seotud.

Tegevuste vahetus nagu näiteks üleminek ühelt tööülesandelt teisele või ühest ainetunnist teise võib lapsele olla vaimset koormav ning vajada lühiajalist üleminekuperioodi ehk ümberlülitustegevust. Sellisel perioodil aitavad inimesi turvalised ja harjumuspärased tegevused – näiteks füüsiline liikumine, vaikne hetk omaette, söömine või lemmikmuusika. Täiskasvanud on enamasti omandanud toimivad enesejuhtimise strateegiad, mis võimaldavad neil teadlikult reguleerida oma käitumist ja tähelepanu. Lapsed seevastu on alles enesejuhtimisoskuste kujunemise protsessis ning neil võib puududa kogemus ja oskus valida sobivaid toimetulekumehhanisme (Zimmerman, 2000; Blair & Diamond, 2008). Olen märganud ja kuulnud koolis liikudes, kuidas õpilasi spontaansete jooksumängude jms tegevustel piiratakse ja ehk ka karistatakse (“ära jookse”, “kõnni rahulikult”, “sa saad haiget”, “mine liigu”, “hakka õppima”) ja spordiväljakud on sõltumata suurepärasele võimalustele tühjad. Siit ka põhjus, miks lapsed pöörduvad nutiseadmete poole, otsides kiiret leevendust või tähelepanu hajutust. Kuna enesejuhtimisoskus ei ole neil veel täielikult välja arenenud, võivad nad eelistada isiklikku nutiseadet kui kõige käepärasemat, lihtsat ja vahetut rahulolu pakuvat vahendit, ehkki see ei pruugi toetada pikaajalist toimetulekut ega arengut (Blair & Diamond, 2008).

1.2. Lapse virtuaalmaailma põgenemise põhjused

Nutiseadmepõhine lapseõlv kahjustab laste vaimset tervist, tõrjub neid päriselust eemale ja muudab nad õnnetuks. Sotsiaalse suhtlemise puhul joonistus *Eesti inimarengu aruande* tulemustest välja, et 10% võrra on suurenenud õpilaste hulk, kes leiavad, et oma mõtetest ja tunnetest on kergem rääkida internetis kui silmast silma (Eesti Koostöö Kogu, 2023).

Iga käitumine on millegi tagajärg ehk soov leevendada sisemist ebamugavust on kogu meie käitumise algpõhjus, kuid sageli näeme eelkõige selle kaudset põhjust. Nutiseadmes aega kulutada on samuti kaudne põhjus, selle tegevusega püüab meie aju toime tulla hingelise valuga. Enamik inimesi ei taha endale tunnistada ebamugavat tõde, et tähelepanu mujale juhtimine on alati ebatervislik põgenemine tegelikkusest. Kui mingi käitumine toimus varem tõhusa leevendusvahendina, kaldume seda tõenäoliselt kasutama ka edaspidi kui vahendit ebamugavustunde eest põgenemiseks (Eyal & Li, 2020, lk 38).

Veebisuhtlus ei asenda silmast-silma suhtlust, kuid järjest enam noori tunnistavad, et neil on TI-kaaslane kui sõber ja nõuandja. Kui siiski tehisaru kasutame, peame seda tegema targalt, mõtestatult ja kriitiliselt. Täit tõde vestlusrobot veel ei tea. Mis kõige olulisem – ta ei asenda päris inimest. 2025 aasta veebruaris toimunud Tartu Hariduslaada avasõnades

mõtiskles ka Tartu linnaepa Urmas Klaas just selle üle, et üksteisele silma vaadates on keerulisem nii valetada kui „ei“ öelda.

Haidt (2025) toob välja kahe suundumuse – ülehoolditsemise **pärismaailmas** ja alahoolitsemise **virtuaalmaailmas** – peamised põhjused, miks peale 1995. aastat sündinutest on saanud ärev põlvkond (vt tabel 2).

Haidt'i järgi võib olla ka internetimaailmas kogukondi, kus saab luua tihedaid suhteid ja tugevat kuuluvustunnet, kuid kui lapsed liiguvad üleskasvamise ajal paljudes muteeruvates võrgustikes, kus nad ei pea isegi oma pärisnime kasutama ja võivad ühe nupuvajutusega lahkuda, siis vaevalt nad õpivad seal suhteid hoidma ning ennast ja oma tundeid nende tähtsate suhete nimel valitsema.

Tabel 2. Tava- ja virtuaalsuhtluse erinevus (Haidt, 2025, lk 16):

	Suhted pärismaailmas	Suhted virtuaalmaailmas
1.	<i>Kehalised</i> , st kasutame suhtlemisel oma keha, oleme teadlikud teiste kehadest, reageerime teiste kehadele nii teadlikult kui alateadlikult	<i>Kehatud</i> , st suhtlemiseks ei ole vaja keha, vaid ainult keeleoskust. Teine pool võib olla (või juba ongi) tehisintellekt
2.	<i>Sünkroonsed</i> , st toimuvad korraga ehk samal ajal, kusjuures voorud ja nende järjekord kujunevad alateadlikult	Väga <i>asünkroonsed</i> ning toimuvad tekkepõhiste postituste ja kommentaaride kaudu (v.a. videokõned, mis on sünkroonsed)
3.	Enamasti <i>üks-ühele</i> või <i>üks mitmele vormis</i> , kusjuures igal hetkel toimub ainult üks suhtlus	Sageli <i>üks paljudele</i> vormis, st oma sisu levitatakse publikule, mis võib olla väga suur. Korraga võib toimuda mitu suhtlust.
4.	Toimuvad kogukondades, kus kehtivad <i>suured nõuded kuuluvusele</i> , mistõttu on inimestel suur huvi arendada olemasolevaid suhteid ja parandada katkisi.	Toimuvad kogukondades, kus on <i>väikesed nõuded kuuluvusele</i> , mistõttu kiputakse siis kui asi enam ei meeldi, teisi lihtsalt blokeerima või ise lahkuma. Need kogukonnad on enamasti lühiealised ja suhted neis tähtsusetud.

Haidt (2025, lk 21) on erinevatele teadustöödele tuginedes välja toodud neli põhimõtet, mis digiajastul peaksid looma aluse tervema lapsepõlve kujunemisele. Eesmärk on vältida kahte äärmust: ühelt poolt laste ülehoolditsemist pärismaailmas, mis väljendub liigeses kaitsmises ja piirab nende võimalusi praktiliste kogemuste omandamiseks, mis on vajalikud iseseisvuse ja sotsiaalsete oskuste arenguks; teiselt poolt alahoolitsemist virtuaalmaailmas, mis on eriliselt ohtlik just murdeas, kui noored on emotsionaalselt haavatavamad.

1. *Nutitelefonid peaksid lubatud olema alles põhikoolis.* Lapsevanemad peaksid oma laste juurdepääsu internetile piirama ja neile kuni 14nda eluaastani võimaldama sellise telefoni, kus on vähe äppe ja millega ei saa internetis surfata.
2. *Sotsiaalmeedia kasutamine peaks lubatud olema alles alates 16. eluaastast.* Laskem oma laste ajal välja areneda, enne kui me nad pideva üksteise võrdlemise ja algoritmidega valitud mõjuisikute jõgedesse lubame.
3. *Koolid olgu nutiseadmevabad.* Kõigis alg- ja põhikoolides peaksid õpilased oma telefonid, nutikellad jm seadmed, millega saab tekstisõnumeid saata, koolipäeva ajaks kappi, seifi vms kohta hoiule panema. Ainult nii jätkub neil tähelepanu üksteisele ja õpetajatele.
4. *Lastele tuleb anda palju rohkem iseseisvust.* Nii õpivad lapsed loomulikult suhtlema, oma ärevusest üle saama ja täiskasvanuna iseseisvalt toime tulema.

Kui enamik lapsevanemaid ja koole teeks ära kõik neli muudatust, oleks noorte vaimne tervis juba paari aasta pärast tunduvalt parem (Haidt, 2025).

1.3. Lapse ekraaniaja piiramise vajalikkuse põhjendused

Teaduskirjanduses ja avalikel aruteludel on leitud, et nutiseadmete ülemäärane kasutamine põhjustab muu hulgas laste keskendumisvõime ja lugemisoskuse halvenemist, sotsiaalmeedia- ja mängusõltuvust, küberkiusamist, vähest liikumist, sotsiaalsete oskuste kängumist ja silmade ülekoormust.

Alates trükipressi ja raamatu leiutamisest, läbi raadio ja televiisori kasutuselevõtu kuni videomängude loomise ja nende massidesse jõudmiseni, on lastekasvatuse ajalugu küllastatud moraalse paanikaga asjadest, mis oletatavasti panevad lapsed veidralt käituma. Õigel moel ja õiges koguses kasutatuna võib laste tehnoloogia huvi olla kasulik, ent liiga palju (või liiga vähe) võib avaldada teatud kahjulikku mõju (Eyal & Li, 2020, lk 210). Lihtsam on süüdistada kedagi või midagi, mitte iseennast. Kui lapsed ei käitu nii, nagu vanemad soovivad, on meil loomumane otsida vastuseid, mis aitavad meil vastutust endalt ära nihutada. Minevikus on varemgi usutud, et kohe saabub noorte käitumises prognoosimatu kriis ja hirmud noorte moraalse allakäigu üle on vaid peegelduseks ühiskondlikest muutustest ja täiskasvanute ärevusest. Nagu kirjutab Abigail Wills “Me pole ainulaadsed; meie hirmud ei erine kuigi oluliselt meie eelkäijate omast” (Wills, 2009).

Nutiseadmed võivad laste ajule mõjuda hoopis teistmoodi kui täiskasvanutele. Tehnoloogia areng võimaldab sotsiaalmeediat mugavalt kasutada, kuid sellega kaasnevad ka

ohud. Näiteks on leitud, et noorem põlvkond kasutab sotsiaalmeediat ka enese identiteedi määratlemise, tagasiside saamise ja suhete loomise eesmärkidel, mis kõik võivad viia sotsiaalmeediast sõltuvuseni (Andreassen et al., 2017).

Nutiseadmete keelustamise üks enim nimetatud argumente on, et noored on telefonis liiga palju ja see tekitab mitmesuguseid probleeme, näiteks võib vähendada noorte sotsiaalseid oskusi, süvendada emotsioonide reguleerimise probleeme ning eneseregulatsiooni. (Kuss & Lopez-Fernandez, 2016; Throuvala et al., 2021). Eestis on 67% poistest ja 73% tüdrukutest koolipäeva jooksul kasutanud telefone meelelahutuseks (Tire et al., 2023). Selle tulemusel langevad akadeemilised tulemused ja seotustunne kooliga väheneb (OECD, 2024). Võrreldes nelja aasta taguse ajaga teevad noored oluliselt rohkem õppetöid elektrooniliste vahenditega. Kui eelmise uuringu ajal kasutas arvutit õppetöoks 80% õpilastest, siis nüüd 90%. Vähemalt kaks tundi päevas veetis koolitöö tõttu digivahendites 30% õpilastest, varem 19% (TAI, 2023). Tehisintellekti (TI) põhinevaid rakendusi kasutab koolitöödega tegeledes igal nädalal 39% üheksanda kuni kaheteistkümnenda klassi õpilastest (*Õpetajate Leht*, 2024). Liigne ekraaniaeg on seotud ka ärevuse, depressiooni, küberkiusamise ja läbipõlemisega. (Oja, et al., 2024; OECD, 2024; Salmela - Aro et al., 2017). Soovitavast uneajast vähem magavate noorte hulk on alates 2014. aastast kasvanud ning 2022. aastaks on koolipäevadel unevõlas 32% noortest, tüdrukud sagedamini kui poisid (TAI 2023).

“Ekraaniaeg” on lai mõiste. Üks asi on rääkida tuttavatega Skype`is või otsida Wikipediast kirjandi jaoks fakte, teine asi mängida Candy Crush Sagat või sirvida Facebooki. (Hansen, 2019, lk 148). Oja jt (2023) raportist on selgunud, et 76% 11–15-aastastest õpilastest suhtlevad sõpradega elektroonilise meedia kaudu iga päev. Nutiseadmed võiks areneva lapse ellu tulla võimalikult hilises eas ja kasutusaeg peaks olema tasakaalus kehalise liikumise, sotsiaalse läbikäimise ja vanemliku vahendamise erinevate meetoditega, nagu näiteks koosvaatamine ja arutlemine nähtu üle (WHO, 2019).

Hansen (2020, lk 149) on tsiteerinud Torkel Klingbergi, Karolinska instituudi professorit, kes on väitnud: “Ekslik on arvata, et ekraanide kasutamine reguleerib end ise. Oleks ebareaalne anda seitsmeaastasele nutiseade kätte ja eeldada, et ta oskab seda mõistlikult kasutada. Kindlasti on lapsi, kelle puhul võib see toimida, aga enamiku jaoks võib selle järgimine raskusi põhjustada.”

Piirangute kavandamisel tuleb läbi mõelda, mis on nende eesmärk: kas parandada laste keskendumisvõimet, tagada tunnis õpilaste tähelepanu, kaitsta laste silmi, panna lapsed koolis rohkem liikuma, aidata parandada õpilaste sotsiaalseid oskusi või vältida küberkiusamist. Eesmärkide sõnastamine aitab selgeks teha, millised piirangud on asjakohased, ning vältida

asjatut reguleerimist. Eesti Õiguskantsleri noored nõuandjad on maininud, et nutiseadme keelamine ei vähenda kiusamist, kui ei tegelda kiusamise juurpõhjustega (*Õiguskantsler, 2025*).

1.4. Vanemate vastutus laste ekraaniaja piiramisel

Lapsevanema roll lapse kujunemisel ennastjuhtivaks (või teadlikuks) nutiseadme kasutajaks.

Lapsevanema töö on luua keskkond, kus lastel on turvaline ja stabiilne olla, kus nad on armastatud ja kus nad saavad õitseda, olgu nad millised tahes, lastes neil ise maailma võimalusi avastada. (Gopnik, 2016, lk 28). Muu hulgas peavad vanemad hoolitsema selle eest, et nende lapsed õpiks nutiseadmeid kasutama vaimset ja füüsilist tervist säästval viisil (*Õiguskantsler, 2025*).

Nutiseadmehuvi ei ole lapse vaba valik - nutiseadmed annavad lastele tihti vanemad, enne kui laps ise teadliku valiku teeb. Me soovime, et lapsed oleksid autonoomsed ja suudaksid tegeleda eneseteostusega, seda ei saa treenida nutiseadet varakult kätte andes, vaid selleks peab olema enne oskus end kontrollida, tal peavad olema juba huvid ja alles siis võib nutiseade teda aidata (Aru, 2022, lk 29).

Lapse arengu ja kasvu loomulik keskkond on perekond, mis avaldab kõige suuremat mõju nii laste väärtushinnangute kujunemisele kui oskuste ja käitumiste omandamisele. Lapsevanemaks olemine kätkeb kõike, mida sa oma lapsele teed ja mida sa koos temaga ette võtad. Keelamine on täiskasvanutele mugav, aga ei toimi – see ei ole jätkusuutlik lahendus. Oluline on järjepidev arusaam ja jälgimine lastevanemate poolt, mida nende lapsed nutiseadmetega teevad. Siiski on leitud, et vaid vähesed lapsevanemad kohandavad mingil viisil ligipääsu nutivahendite kasutamisele (Ofcom, 2019). Kuigi lapsed paistavad käsitlevat nutiseadmeid mängleva kergusega, vajavad nad siiski vanemate juhendamist.

Kooliõpilaste tervisekäitumise 2021/2022. aasta uuringus (Health Behaviour in School-aged Children study; HBSC) selgus, et noorte hinnangud oma perekonna toetavale õhkkonnale on võrreldes varasema uuringu tulemustega langenud. Vaid 71% hindab oma perekonna toetust kõrgeks, 2018. aastal oli see veel 76%. Hinnang vanemate toetusele langeb laste vanuse kasvades. Uuringust selgub, et kolmandik vanemaid ei tea, mida noored vabal ajal teevad, ning rohkem kui kaks kolmandikku vanematest ei tea noorukite tegevusest internetis (TAI, 2024). Ka Samsungi tellitud ja uuringufirma Norstat, 2024. aasta märtsis läbi viidud uuringust selgus, et 74% lapsevanematest paneb oma lapse liigset nutikasutust tähele ning lausa 93% lapsevanematest arvab, et nooruki nutikasutus peaks olema piiritletud. Siiski vaid 67% vanematest kontrollib kas täielikult või osaliselt oma lapse internetitegemisi ning

peaaegu veerand vastanutest ei tea, mida nooruk nutitefonis teeb (Uuring, Ainult pooled lapsevanemad, 2024).

1.5. Õpilaste isiklike nutiseadmete kasutuse reguleerimise võimalused üldhariduskoolis

Õpilased veedavad suurema osa oma ajast koolis, seepärast mõjutavad seal saadud kogemused nende praegust ja tulevast tervist ning sotsiaalset ja emotsionaalset heaolu. Toetav koolikeskkond mõjub soodsalt noorte tervisele ja heaolule, samas kui negatiivsed kogemused võivad soodustada riskikäitumist ning kahjustada noorte vaimset ja füüsilist tervist (Tervise Arengu Instituut, 2024a).

PISA 2022 aasta aruandest selgub, et 91% Eesti koolijuhtidest väidab koolides olevat digitehnoloogia kasutuseks loodud reeglid, mida rakendavad 95,4% õpetajatest vastavalt oma tunni vajadustele. Nutiseadmed on ära keelanud 15,2% koolidest. Samas testis osalenud õpilastest 95,5% on koolides nutitelefoni piiramise vastu. Enam kui 70% õppijatest soovib koolis kasutada isiklikku nutiseadet ning on valmis nende kasutamise reegleid koos õpetajatega välja töötama. 71,5% õppijatest ootab, et koolis oleks lubatud oma isikliku seadme, näiteks arvuti kaasavõtmine. Samas ollakse nõus (71% vastanutest), et reeglid tuleb luua koostöös õpetajaga. Enam kui kolmveerand õpilastest on vastu koolis sotsiaalmeedia ja mängude mängimise võimaluse blokeerimisele. Ligi 80 % õpilastest on vastu, et kool blokeeriks kooli võrgus sotsiaalmeedia kasutuse ja mängude mängimise. 65,7% on vastu sellele, et õpetajad jälgiks, mida õpilased oma arvutis teevad (Tire et al. 2023).

2023 aasta juulis avaldatud UNESCO raport kutsus riike üles keelustama nutitelefoni kasutamist koolides. Õiguskantsler on viidanud, et piirangute kavandamisel tuleb läbi mõelda, mis on nende eesmärk: kas parandada laste keskendumisvõimet, tagada tunnis õpilaste tähelepanu, kaitsta laste silmi, panna lapsed koolis rohkem liikuma, aidata parandada õpilaste sotsiaalseid oskusi või vältida küberkiusamist. Teadusuuringutest ei ole võrsunud üheseid soovitusi, kas ja kui suures ulatuses tuleks piirata nutiseadmete kasutamist koolis ning pole ka teada, milline oleks piirangute pikaajaline mõju. Kuid teadlased rõhutavad, et toimivate nutiseadmete kasutamise reeglite saamiseks tuleb nende koostamisse kaasata lapsed, lapsevanemad ja õpetajad (Õiguskantsler, 2025).

Nutiseadmete probleemile koolides otsitakse lahendusi üle maailma ja erinevad riigid on juba reguleerinud nutiseadmete kasutamist koolis. Et vähendada häireid õppetöös, on nutiseadmete kasutamist koolides tänaseks karmilt piiranud Rootsi, Prantsusmaa ja Hollandi. 2025. aasta algusest hakkas Lätis kehtima haridusseaduse muudatus, mis keelab 1.-6. klassi

õpilastel koolis mobiiltelefoni kasutada, välja arvatud juhul, kui on vaja omandada õppematerjale. Holland, Kreeka ja Itaalia on keelanud mobiiltelefonide kasutamise tundides (BNS, 2024).

Eestis on nutiseadmete keelustamine koolikeskkonnas on pigem katsetamisfaasis, siis puuduvad andmed, millised on piirangute pikaajalised mõjud koolikeskkonnale ja õppeedukusele.

Eesti Vabariigi õiguskantsler Ülle Madise on oma vastuskirjas (2025) lastevanematele ja õpetajatele selgitanud, et koolis tuleb lastele õpetada digivahendite kasutamist ning ohutut käitumist ja tervislikke eluviise, peab olema tagatud õppetunnis õppetöös vajalike digiseadmete olemasolu. Koolis peavad olema olemas kõik seadmed, mida kool soovib õppetöös kasutada. Kooli pidaja peab tagama muu hulgas õppekava nõuetele vastava õppekeskkonna ning võimalused õpilase arengu toetamiseks (PGS § 7 lg 1). Põhikooli riikliku õppekava (PRÕK) § 6 järgi tuleb põhikooli õpilasele tagada võimalus kasutada internetiühendusega arvutit ja esitlustehnikat.

Seni ei ole Eestis peetud vajalikuks ühtse üleriigilise keelu kehtestamist, kuid selge sõnum on antud – nutiseadmete kasutamine koolides vajab teadlikku ja vastutustundlikku korraldamist. Haridusministeerium tahab, et nutiseadmete kasutamist reguleeriks edaspidi iga kool. Praegu on nii, et kool võib, aga ei pea reguleerima nutiseadme kasutamist. Kooli kodukorra kehtestab direktor ja see on õpilastele ja koolitöötajatele täitmiseks kohustuslik. (PGS § 68 lg 1). Eestis on iga kool oma kodukorra sätestamisel vaba (Õiguskantsler, 2025 ja ERR, 2023).

Sellised kooli kodukorra sätted, mis kohustavad kõiki õpilasi panema oma mobiiltelefoni enne tundi hoidikusse ning käsitlevad sellest keeldumist kodukorra rikkumisena, ei ole kooskõlas põhikooli- ja gümnaasiumiseadusega (PGS) Sisuliselt on tegemist mobiiltelefoni hoiule võtmisega, mis on seaduse kohaselt lubatud vaid siis, kui õpilane kasutab seda viisil, mis ei ole kooskõlas kooli kodukorraga (PGS § 58 lg 3 p 6).

Siiski on 2025. aasta kevadeks Eestis koole, kus juba on võetud vastu otsus kehtestada oma koolis täielikult isiklike nutiseadmete kasutamise keeld. Mitmes koolis kehtib keeld testimisperioodil kuni 6. klassini (Tartu Tamme Kool, Tõrvandi Kool) ja jälgitakse, kuidas oleks võimalik seda kõigis kooliastmetes rakendada.

Näide Tõrvandi Kooli kodukorrast: 2.14. Isiklike nutiseadmete kasutamine koolipäeva jooksul mistahes viisil ei ole lubatud (nt helistamine, sõnumite saatmine, sotsiaalmeedia kasutamine, filmimine ja pildistamine, kella või teadete vaatamine jne) (Tõrvandi Kooli kodukord, 2023).

Manitud koolijuhtide hinnangul on tulemused olnud positiivsed kõigi osaliste poolt vaadatuna ja reeglite kehtestamine on olnud üllatavalt sujuv (*konverents 30.01.25*). See on andnud teistele koolijuhtidele kindlama tunde, et enda kodukorrareeglid üle vaadata, ootamata riigi tasandil otsuseid, ja seda on ka Tartu linna koolides juba tehtud. Osa koole katsetab esialgu nutivabade kalendripäevadega. Samas ei ole mulle teadaolevalt veel nendes koolides uuringuid tehtud, kuidas mõjub näiteks põhikooli kolmanda vanuseastme õpilastele nutiseadme keeld, kui nad on harjunud infot otsima internetist ja soovivad vaheajal järgnevaks tunniks valmistuda, nt korrata kontrolltööks. Või kuidas see mõjutab teisi õpilasi, kui osal on lubatud ja osal mitte.

Kool saab vastutada vaid koolis toimuva eest ning ei saa mõjutada õpilaste käitumist kodus. Kes vastutab kooli ja kodu koostöö eest? Võiks uskuda, et koostöö algatamine, selleks ootuse, pinnase ja võimaluste loomine on kooli ülesanne ja seda peaks alustama juba enne kooli tulekut. Lastevanemad peavad mõistma koolis kehtestatud nutiseadmete kasutamise korra vajadust ning olema valmis oma lastele toeks olema nende reeglite rakendamisel. Koostöö alus on ühised väärtused (Valk & Ress, 2016, lk 252–255).

2. Metoodika

Et välja selgitada lastevanemate ja õpetajate arusaam isiklike nutiseadmete kasutamise reeglite otstarbest ja sisust Eesti üldhariduskoolides kasutasin kvalitatiivset uurimisviisi, kuna soovisin andmeid õpetajate ja lastevanemate hoiakute, arvamuste ja kogemuste kohta.

Andmekogumismeetodina kasutasin avatud küsimustega poolstruktureeritud ehk teemaintervjuud Hirsjärvi & Hurme (2009) alusel: see meetod võimaldab säilitada intervjuude üldise struktuuri, kuid samas pakub paindlikkust küsimuste järjestuse muutmiseks vastavalt vestluse kulgemisele. Lisaks võimaldas poolstruktureeritud formaat esitada täpsustavaid lisaküsimusi, mis aitasid koguda rikkalikumat ja kontekstitundlikumat andmestikku.

2.1. Uurimuse valim ja läbiviimine

Rakendades lumepallivalimit leidsin 13 inimest, kes olid valmis individuaalintervjuus vastama küsimustele, mis puudutasid õpilaste isiklike nutiseadmete kasutamise reeglite vajalikkust üldhariduskoolides. Lumepallivalimi puhul leitakse esimesed sobivad inimesed, kes juhatavad edasi järgmiste uuritavate juurde (Rämmer, 2014). Enne intervjuude kokkuleppimist täpsustasin, kas nad on valmis vastama õpetaja või lapsevanema vaatepunktist, kuna mitmel vastajal oli lisaks lapsevanema rollile ka õpetajana töötamise kogemus, kuigi mitte üldhariduskoolis.

Viisin läbi 13 individuaalintervjuud, sain vastused 4 õpetajalt ja 9 lastevanemalt. Lastevanemate valimi moodustasid erinevate üldhariduskoolide 5.–10. klassi õpilaste vanemad (emad). See sobis uurimistöö eesmärkidega, kuna just vanemates kooliastmetes on koolide kehtestatud reeglid isiklike nutiseadmete kasutamisele paindlikumad kui algklassides, kus päevakava ja käitumisreeglid on sageli rangemalt reguleeritud. Samuti oli lastevanematel olemas varasem kogemus noorema kooliastme lastega, sealt üleminekuga järgmisse kooliastmesse ning mitmel ülevaade erinevatest koolidest, mis lisas nende vaatenurgale sügavust.

Õpetajate valimisse kuulus kolmest erinevast koolist kolm meesõpetajat ja üks naisõpetaja. Nendest kolm olid aineõpetajad põhikoolis ja üks gümnaasiumis. Kahel õpetajal oli töö- ehk õpetamiskogemus mitmes koolis, teistel oli kogemus vaid ühe kooliga.

Intervjuude läbiviimise periood oli 25.märts – 03. aprill 2025. Kõigepealt viisin läbi prooviintervjuu, mille järel täiendasin ja kohandasin intervjuu kava (vt lisa 1.). Intervjuud viisin läbi suheldes vastajatega veebi vahendusel. Intervjuud salvestasin. Enne intervjuu algust tutvustasin intervjuueeritavatele uuringu eesmärki ja teemat ning selgitasin kasutatavaid

mõisteid: isiklik nutiseade, kodukord, ühtlustatud reeglid. Andsin info intervjuu eeldatavast pikkusest (20 min) ning küsisin luba intervjuu salvestamiseks. Kinnitasin intervjuueeritavatele, et nende isik ja mainitavad koolid jäävad anonüümseks ning kogutud andmeid analüüsitakse vaid käesoleva uurimuse tarbeks. Intervjuu keskmine pikkus oli 22 minutit.

Konfidentsiaalsuse säilitamiseks on uuringus osalenud isikud nummerdatud V1–V9 (lapsevanem) ja Õ1–Õ4 (õpetaja).

2.2. Andmete analüüsimine

Salvestatud helifailid transkribeerisin ehk vormistasin kirjalikuks tekstiks Tallinna Tehnikaülikooli veebipõhise kõnetuvastusprogrammiga (Olev & Alumäe, 2022), parandades hiljem salvestistest kuulamise järgi transkriptsioonis esinevad ebatäpsused. Ajaliselt kulus intervjuude korduvalt ülekuulamiseks ning tekstis vajalike paranduste tegemiseks ca 13 tundi. Läbiviidud intervjuude korrastatud transkribeeritud tekste tuli kokku 39 lehekülge, helifaile oli kokku 4,5 tunni jagu.

Oma töös kasutasin suunatud kodeerimist, mille puhul toimub kodeerimine vastavalt uurimisküsimustele ning muud teemad jäetakse andmestikus kõrvale (Kalmus et al., 2015). Uurimisküsimuste vastused kodeerisin, kasutades kvalitatiiivse sisuanalüüsi tehnikatel põhinevat veebirakendust QCAmap süstemaatiliseks tekstianalüüsiks. Täiendasin analüüsi käsitsi, märkides vastuseid tekstis ja otsides korduvaid märksõnu, et siduda need täpsemalt uurimisküsimustega, kategoriseerisin kodeerimise tulemused tabelisse (vt lisa 2). Intervjuude täistekste ei ole lõputöös konfidentsiaalsuse säilitamiseks lisatud.

3. Uurimistulemused, arutelu ja järeldused

Lõputöö eesmärk on välja selgitada lastevanemate ja õpetajate arusaam isiklike nutiseadmete kasutamise reeglite otstarbest ja sisust Eesti üldhariduskoolides. Järgnevalt esitan uurimistulemused ning arutelu. Peatüki lõpus toon välja ka meetodi kriitika ning käsitletud teema võimalikud edasiarendused.

Tulemustes toon välja näiteid intervjuudest, mis tulemusi illustreerivad, ja need on esitatud kaldkirjas. Tulemused on esitatud uurimisküsimuste järjekorras.

3.1. Isiklike nutiseadmete kasutamise reeglite vajalikkus üldhariduskoolis

Esimese uurimisküsimuse “Miks on vajalik kehtestada reeglid isiklike nutiseadmete kasutamisele üldhariduskoolis lastevanemate ja õpetajate arvates?” vastuseks kujunes

intervjuude põhjal viis peakategooriat: a) üleriigilised reeglid tagavad selged ja ühtsed kokkulepped; b) kõigile koolipere liikmetele arusaadavad ja kehtivad kirjalikud reeglid; c) koolitöötajate eeskuju ja vastutuse määratlemine; d) vähendada nutiseadmete ületarbimise negatiivset mõju õpilastele; e) õppimise toetamine ja turvalise koolikeskkonna loomine. Peaaegu kõik vastajad leiavad, et **reeglid on vajalikud**, olgu need siis kirjalikud, suusõnalised või koos lastega läbi mõeldud kokkulepped.

3.1.1. Üleriigiliste reeglite vajalikkus

Nutiseadmete üleriigiliste regulatsioonide kehtestamise osas on vastakaid arvamusi. Üleriigilised juhised võivad olla toetavad, et tagada ühtne lähenemine ja vältida ebavõrdsust koolide vahel. See on ka põhjus, miks osa lastevanemaid toetaks just riiklikku regulatsiooni – koolid järgiksid samu põhimõtteid ja jääksid ära erisused, mis tekitavad täna palju segadust.

V4: /.../ kui see on seadusega vastu võetud, siis on täitmiseks ka koolidele, ei saa koolid pigistada silma kinni, et ah, las olla ei hakka nagu.

V7: Arvan, et reeglid peaksid olema kõigile ühtsed, et kui juhuslikult laps peaks kooli vahetama, siis vähemalt need reeglid on teada.

V2: Arvan, et koolidel peaksid need kokkulepped olema tehtud ükskõik mis vormis, aga see autonoomsus jääb ikka igale koolile endale.

Õpetajad tõid välja, et igal koolil on eripära, näiteks piirkond, kooli suurus, õpilaste vanus ja õpikogemus, mistõttu peab iga kool saama ise otsustada, kuidas nutiseadmete kasutamist reguleerida. Kool oskab toetada oma õpilaste arengut ja reegleid saab reguleerida kooli kodukorras. Märkigi, et kui koolis saadakse omavahel kokkulepped sõlmitud, siis üleriigilisi ettekirjutusi ei vajata.

Õ2: Selle jaoks, et riik hakkaks otsustama, mida mingisugune asutus kusagil teeb – ma ei pea seda õigeks.

Õ3: igale koolile võiks jääda mingi autonoomia mingites küsimustes.

Õ1: Ei, kindlasti ei ole vaja kehtestada üleriigiliselt, /.../, me lähtume õppija vajadustest. /.../ peame suutma individuaalselt läheneda erinevatel tasanditel – isiku tasandil, klassi tasandil, kogukonna tasandil, kooli tasandil, riigi tasandil ja nii edasi.

Paar lastevanemat juhtis aga tähelepanu sellele, et nutiseadmete liigkasutamise probleem ei ole ainult lastel, vaid ka täiskasvanud ise on hädas.

V9: kuni täiskasvanud ise seda ei suuda, siis on väga silmakirjalik üleriigiliselt seda laste puhul keelustada.

3.1.2. Kõigile koolipere liikmetele arusaadavad ja kehtivad kirjalikud reeglid

Et olla ühises inforuumis, peavad lastevanemate arvates olema isikliku nutiseadme kasutamise reeglid kirjalikult fikseeritud, siis oskavad vanemad ja õpetajad õpilastele selgitada nutiseadmete kasutamise reegleid ja nende täitmise olulisust. Et tagada õiglus, selgus ja usaldus ning vältida erikohtlemist, peavad reeglid kehtima kõigile koolipere liikmetele ühtemoodi.

V2: /.../ Me peame arvestama kõikide soovidega /.../et kui see segab mõne õppija keskendumist, siis on see probleem, ma leian. Ja sellepärast peaksid reeglid kehtima kõikidele ühesugused.

Nutiseadmete kasutamise teadlikkus ja reeglite mõistmine on oluline, et õpilasi õigesti ja turvaliselt juhendada. Selles on oluline roll ka kooli ja kodu koostööl. Hea koostöö ja avatud suhtlus on kooli ja kodu vahel vajalik, et ennetada reeglite rikkumist ning selgitada reeglite vajalikkust ka neile lastevanematele, kes ei pruugi nendega esialgu nõustuda.

V6: Lapsevanem peab ka mõistma olukorda, et kui laps on koolis, siis ei tegeleta omavahelise vestlusega ajal, mil õpilane peab keskendumise õppeainesse.

Õ2: Meie väljakutse on see, et tuleb hakata tõstma ka lapsevanema teadlikkust./.../ Et tema asi on toetada kooli otsuseid, usaldada kooli, mitte sellele vastu võidelda, sest kool vastutab õppeprotsesside eest.

Õ1: Kool – peab palju rohkem kogukonnakoolina tegelema lapsevanemaga teavitustööga ja kommunikatsiooniga ja lastevanemate teadlikkust tõstaks, mina ei ole veel näinud ühtegi lapsevanemat, kes oma lapsele halba tahaks. Seda saab niimoodi sõnastada: me ju tegutseme teie lapse heaolu ja tuleviku nimel, palun toetage.

Nutiseadmete kasutamise reeglid peaksid kehtima kõigile (õpilased, õpetajad, koolitöötajad). Arvatakse, et kui reeglid on selged, arusaadavad, ühtsed, tekib õpilasel turvatunne ning teadmine, mida temalt oodatakse.

V1: Ühesõnaga minu lapsed on öelnud seda, et kui rakenduks vaata kõigile õpilastele, et ei ole nii, et osadel võib osadele ei või et siis nad oleksid hea meelega sellega nõus, et kooliajal ei peaks neid nutitelefone kasutama.

Õ4: Meil oli esimesed kaks aastat ainult algklassides keelatud. Ja siis läksime ikkagi nagu terve kooli peale. Et üldine ühtne reegel on parem, sest muidu tekib osadel, et miks nemad võivad ja kuidagi selgita koguaeg.

3.1.3. Koolitöötajate eeskuju ja vastutuse määramine

Kuna kõik algab eeskujust, siis lastevanemad soovivad, et kooli isiklike nutiseadmete kasutamise reeglid kehtiksid ka õpetajatele. Et täiskasvanud (õpetajad ja koolitöötajad) teaksid, kuidas olla oma nutiseadmete vastutustundliku kasutamise kujundamisel õpilastele eeskujuks. Ühtsed põhimõtted ja kokkulepped peavad olema arusaadavalt kirjas nt kodukorras, sel juhul mõistavad ka õpilased reegleid ja järgivad neid.

V9: Kõigepealt hakkab asi eeskujudest, et kui õpetaja terve vahetunni on telefonis, tekib küsimus lapsel, et miks mina ei või?

V2: Lapsed väga palju toovadki näiteks selle nutiseadme puhul, et meil küll keelatakse seal nutiseadmes olek, aga siis me lähme õpetajaga kuhugi välja ja õpetaja ise kogu aeg on seal nutitelefonis.

Õpetajad mõistavad, et peavad samuti oma nutiseadme kasutamist piirama ja olema õpilastele eeskujuks, kuid toodi välja, et nende jaoks on nutiseade töövahend, mis hoiab tööpäeva lõpus aega kokku, kuna kõik andmed on vaja sisestada digitaalselt.

Õ3: Ma kasutan telefoni ise stuudiumi kasutamise mõttes päris palju koridoris, kui keegi tuleb nüüd jooksvate probleemidega, saan kohe kiirelt vastata või kontrollida.

Õ4: Meil on telefon töövahend, kas ürituste pildistamiseks või siis mina hästi palju suhtlengi meilide teel ja kõik asjad on nagu telefonis. Kui õpilased on minu käest küsinud, et miks mina võin olla telefonis, aga et tema ei või, siis ma olengi neile selgitanud, et minu jaoks on telefon töövahend.

3.1.4. Vähendada nutiseadmete ületarbimise negatiivset mõju õpilastele

Ollakse segaduses, kuidas vähendada nutiseadme ületarbimise mõju, kui digiajastul on nutiseadmed noorte igapäevaelu ja õppetöö osa, seda olulisem on nende teadlik ja eesmärgipärane kasutamine õppetöös.

Õ3: Kui me suurendame seda digirolli, siis selle tähtsus suureneb samamoodi nagu mõned õpetajad kasutavad neid kordamismänge töödeks telefonis.

V9: /.../et kool ja see koolimeeskond ise on teadlikud sellest maailmast, et nad ei läheks seda teed, et me lihtsalt keelame, kuna need on kuidagi pahad või kahjulikud, vaid õpetaks, et lapsed saaksid digiriigis hakkama

Reeglite kehtestamisega saab nutiseadmete kasutusaega koolipäeva jooksul vähendada, mis aitab ennetada õpilaste nutisõltuvusest tingitud füüsilisi ja psüühilisi probleeme, parandada keskendumisvõimet ja õpitulemusi, luua õppimist toetav õpikeskkond ning soodustada positiivseid sotsiaalseid suhteid. Mainiti, et nutiseadmed segavad tundide läbiviimist, et

lapsed ei kuula teisi, mängivad telefonis jne.

V6: /.../ õpilane on ärevil, segab tunde ja õpetaja peab väga palju aega kulutama korralekutsumise peale.

V9: Tunnis jääb aine omandamata, laste omavaheline suhtlus jääb väheseks.

V1: /.../ kui ma vaatan, kuidas lapsed seal telefonis on, ütleme just algklassides mingisugune rühm lapsi lihtsalt nagu lebotab kuskil seinä ääres juhtmed seinas, et see ei ole nagu noh, füüsiliselt lapse arengule nagu vastav.

Lastevanemad tunnevad muret, et interneti ja tehisintellekti abil täidetakse ülesandeid sageli pealiskaudselt, ilma sisulise süvenemiseta ja see võib mõjutada ka õpitulemusi. Selle asemel peaksid õpetajad keskenduma rohkem aruteludele ja suhtlemisoskuse arendamisele klassis, et toetada õpilaste kriitilist mõtlemist ja sotsiaalset arengut.

V4: /.../ õpetajad on ka mugavaks läinud. Näiteks eile tegi laps teatrietenduse analüüsi, selle asemel et lapsega arutleda etenduse üle, mida keegi märkas, mida mitte – lastakse teha kõik asjad nagu arvutis.

Kui üheks piirangute kehtestamise põhjuseks tuuakse, et võib-olla noorel on koolipäeval ainukesed tunnid, kus ta nutiseadmetes aega ei veeda ja neil on sel ajal võimalus oma klassikaaslastega rohkem silmast silma suhelda, siis õpetajad näevad siin ohtu:

Õ1: Kool on see viimane kants, kus veel tegeletakse digiseadmete mõtestatud kasutamisega, seal õpetamisega. Kui me võtame selle tüki ära, siis teised osapooled sellega ei tegele, mis tähendab seda, et õpilasel ei saabugi teadmist, mida see digiseade tähendab, kuidas seda kasutatakse, mida sellega tehakse ja teha saab, mis on eetiline, mis mitte, kus läheb liigkasutamise piir edasi.

3.1.5. Õppimise toetamine ja turvalise koolikeskkonna loomine

Nutiseadmete kasutamine peaks koolipäeva jooksul olema piiratud nii, et see toetab õppimist ja keskendumist ka nendel lastel, kes ise ei suuda oma seadmete kasutamist kontrollida.

Lastevanemad toovad näite, et kui koolipäeva jooksul on isiklik nutiseade käepärast (taskus, kotis), siis ühel hetkel see ka välja võetakse. See näitab vajadust selgete reeglite järele, kuna noortel puudub sageli oskus oma käitumist kontrollida ja ekraaniaega piirata.

V4: Tegelikuses on see, et need lapsed on nii sõltuvuses nendest nutiseadmetest, et nad võtavad selle välja tunni ajal kogu aeg.

V3: Tunnis peaks olema see karmimalt siis reguleeritud, et need õpilased, kes ise ei suuda ennast kontrollida, et nendel ei oleks seda võimalust, et seda tähelepanu õpetaja asemel siis telefoni suunata.

Õ1: Õppeprotsessi läbiviimise eest vastutab endiselt õpetaja, kaasa arvatud ka nii füsioloogilise, vaimse turvalisuse ja kõige muu selle eest vastutab koolis ikkagi kool ja õpetaja. Õpetaja peab suutma seda protsessi ohjata.

Nii õpetajad kui lastevanemad tõid välja, et esimese kooliastme õpilastele võiks nutiseadmete kasutamine olla keelatud, et kujundada õigeid harjumusi.

Õ3: See peaks olema esimese kooliastme õpilastel kindlasti, sellepärast et nad on sellises eas, et neid saab nii-öelda harjumuste puhul siis mõjutada. /.../ vanema kolmanda kooliastme puhul pigem võib-olla pakuksin autonoomiat natukene rohkem vahetunnis.

Õpilaste privaatsuse kaitsmiseks peaksid vahetundide ajal kehtima samad reeglid, mis tundide ajal, ka selleks tuleb kehtestada vastavad reeglid ja selgitada, et näiteks teise õpilase filmimise ja pildistamise jaoks on vaja kaasõpilaselt/õpetajalt enne luba küsida, kuna nii saab vähendada küberkiusamise levimist. Ühised ja arusaadavad kokkulepped aitavad tagada reeglite järgimise ja vähendada rikkumisi.

Õ1: Õpilane ei ole piisavalt teadlik, kui talle ei räägita sellest, mis on nagu ohud ja millega ta peab arvestama ja millega tegelema.

Õ4: Näiteks võetigi telefon välja ja filmiti mingisuguseid olukordasid kuskil /.../ siis hakati jagama.

V2: See läheb kohe kõik viraalseks. /.../ Selgitada, et privaatsust tuleb austada, et kui ikkagi üks õpilane ütleb, et mind segab, siis nii on, mis sest, et see on ainult üks õpilane.

V4: Näiteks minu laps saadab mulle õpetajast tunni ajal pilte. Ja siis teevad omavahel seal mingeid pilte ja mängivad mängu.

3.2. Regulatsiooni vajavad valdkonnad, seoses isiklike nutiseadmete kasutamisega koolikeskkonnas

Teise uurimisküsimuse alla “Mida tuleks lastevanemate ja õpetajate arvates reguleerida isiklike nutiseadmete kasutamisel üldhariduskoolis?” kujunes intervjuude vastustest kolm peakategooriat: a) kasutamine õppetegevuseks, sh erandid; b) regulatsioonide rakendamine ja vastutus reeglite järgimisel; c) lastevanemate informeerimise moodused õpilaste isiklike nutiseadmete kasutamise reeglitest koolis. Järgnevalt kirjeldavad õpetajad ja lastevanemad teemast tulenevalt oma ootusi kooli kodukorra sisule.

3.2.1. Isiklike nutiseadmete eesmärgipärane kasutamine õppetegevuseks

Õpilased peaksid kasutama nutiseadmeid ainult siis, kui see on vajalik õppetööks ja õpetaja poolt lubatud. Kasutamist peab reguleerima ka ajaliselt (mõiste koolipäeva jooksul), sh kooli territooriumil liikumisel ja teiste õpilastega suhtlemisel.

Õ3: Vahetunnis hetkel ma arvan, et kes tunneb, et tal on vaja kuidagi seda mahalaadimistegevust või õppetööst nii-öelda pead puhtamaks teha, siis võib, noh, vahetunnis siis seda kasutada. Tunnis kindlasti ei tohiks, kui õpetaja ei luba.

Õ1: /.../ loomulikult ainetunnis seadmete kasutamise üle otsustab ainuisikuliselt aineõpetaja.

Lapsevanemad tõid välja, et kui nutiseadmed on keelatud, tuleb määratleda (häda)olukorrad, millal õpilastel on lubatud isikliku nutiseadme kasutamine koolipäeva vältel. Näiteks kuidas saavad lapsevanem ja õpilane omavahel vajadusel ühendust võtta (terviserike, isiklik mure).

Õ3: Väga raske seda tõestada, et kas see nüüd oli helistamiseks või kontakteerumiseks, eks, et siis peaks ikka mingi piirkond jääma koolis selleks.

3.2.2. Isiklike nutiseadmete kasutamise regulatsioonide rakendamine ja vastutus reeglite järgimisel

Iga kooliga seotud osapool peab olema kursis koolis kehtivate nutiseadmete kasutamise reeglitega ning vastutama nende järgimise eest. Kooli kodukorras fikseeritud reeglid peavad olema nähtavad kõigile kooli territooriumil viibivatele isikutele ja täitmiseks. Lihtsat viide “vaata kodulehte” ei aita. Ka kooliruumis peavad olema õpilastele ja külalistele reeglid nähtavad. Et mööduja saaks rikkujale märku anda. Samuti oli vanemaid, kes arvasid, et peaks reeglitega tutvumist kirjalikult kinnitama.

Õ4: No meil on need üleval kooli kodulehel, aga ma arvan, et ikkagi kui sa oled uus õpilane või õpetaja, siis keegi võiks sind kurssi viia sellega sõnaliselt, mitte et visatakse ainult paber ette, et tutv. Olulisemad punktid võiks ikkagi olla tutvustatud, lahti seletatud.

V9: Ei tohi oodata ka seda, et lapsele septembris räägitakse ja siis tal on kuni juuni lõpuni meeles.

V6: Kodukorrareeglitega tutvumine nii lapsevanemate kui ka õpilase poolt kinnitus allkirjaga.

Reeglid peavad sisaldama teavet erandite, seadmete vastutustundliku kasutamise kohta ja tuleb määratleda, millised tagajärjed kaasnevad reeglite rikkumisega.

V2: Vahetunnis võiks küll käituda nii, et kui keegi märkab mingit rikkumist või ütleme, et ei peeta seal kokkulepetest kinni, et siis sellele tuleb reageerida.

Õ3: Õpetaja läheb mõõda ja näeb, et on nii-öelda rikkumine, siis peaks ikka reageerima, see võiks niisugune heakorra tava olla.

Õ4: Isiklikke nutiseadmeid koolipäeva jooksul ei kasutata, samas jäävad ikkagi alati võimalused, kui on vaja, ja õpilane lepib kokku õpetajaga, et praegu mul on vaja helistada, siis ta ikkagi selle võimaluse saab.

Samas tõi õpetaja välja, et kui kool ütleb, et meil on nutivaba kool, siis on ka olukordi, kus lastevanemad hakkavad kasutamist õigustama.

Õ1: Meil on niinimetatud helikopter-tüüpi lapsevanemaid, /.../ et laps saab õppetöös halva hinde, viie minuti pärast tuleb juba telefonikõne õpetajale.

Praegu koolides kehtivad kokkulepped ei ole vanematele sobivad, nt ühised hoiukarbid või kui reeglite rikkumise korral võetakse õpilase telefon hoiule ja kätte saab selle ainult lapsevanem, kes aga võib olla tööl, mis tähendab et lapse nutiseade (mis on ka lapse õppevahend, kell, päevik, kalender, suhtlusvahend) jääb kooli.

V4: See ka ei tööta, et paned telefonid ühte kasti. Okei, nad ei lähe segamini, aga kui see kast maha kukub või keegi viskab teise vastu ja kui minu lapse telefonis on pragu, kes siis vastutab?

V7: Meie koolis on õpetajatele antud luba telefon konfiskeerida ja õpilane saab nutiseadme tagasi vaid vanema nõusolekuga (lapsevanem peab ise järgi minema).

Õ4: Ja meil ongi õpetajate vahel kokkulepe, et igaüks, kes märkab, ei pööra pead ära, ei kõnni eemale, vaid siis tegeleb /.../ kui mitu korda on õpilast hoiatatud, et siis ka reaalselt võtab selle telefoni hoiule.

Nutiseadmete kasutuse reguleerimine koolis peab olema ühine otsustusprotsess, kus kaasatakse kõik osapooled – koolipere, lastevanemad, õpilased, eksperdid ja vaimse tervise spetsialistid. Otsuste tegemisel peab kaaluma nii tehnoloogia kasu kui ka võimalikke negatiivseid mõjusid. Kui reeglid sünnivad koostöös, tunnevad nii lastevanemad, õpetajad kui ka õpilased end kaasatute ja vastutavatena.

V2: Oleks vaja kaasata kõiki, et kõik osapooled, kes koolis üldse on, saaksid teha oma ettepanekud. Siis ei ole nii, et tugevama õigusega kehtestatakse, aga kaalutakse kõiki eesmärgiga, kuidas korraldada nii, et kõikidel oleks koolis hea olla.

V9: Laua ääres peaksid olema ka vaimse tervise spetsialistid, et oleks läbi kaalutud nagu see, mis me sellest võidame, mis me sellest kaotame ja võib-olla ka mõned

inimesed, kes on tehnikavaldkonnaga seotud, kes kuidagi oskavad seda pilti laiemalt vaadata, et mis meil on sellest kasu, mis meil on sellest kahju.

Õ2: Ma olen nõus sellega, et kool otsustab ja teeb koostööd lapsevanematega, näiteks hoolekoguga koos. Ja see üleriigiline [korraldus] jälle on seal nagu üleliigne.

3.2.3. Lastevanemate informeerimise moodsed õpilaste isiklike nutiseadmete kasutamise reeglitest koolis

Koolides peavad olema isiklike nutiseadmete kasutamise reeglid selgelt sõnastatud ning toimuma parem koostöö/kommunikatsioon kooli ja kodu vahel.

V2: /.../ väga lihtsalt kodukorras kirjas, kui vaja ka seina peal ja kindlasti alates esimesest klassist tuleb hakata sellega tegelema, et see ei tuleks üllatusena, et oi, ma ei teadnudki, et meil selline asi on olemas.

Reeglid on vaja perioodiliselt üle vaadata, arvestades ka erandeid, sealjuures on oluline kooli ja kodu koostöö, et kõik oleksid teadlikud ja järgiksid kehtivad reegleid.

Õ1: Korra aastas absoluutselt, iga õpiperioodi alguses, see on täiesti loomulik, et kui algab jälle uus õppeaasta, siis tuletatakse meelde, räägid jälle läbi, arutad, võib-olla teed ka kohandusi.

V9: Minule piisaks sellest, kui seda selgitatakse ja võiks kuidagi käia läbi selle kooli ja organisatsiooni väärtuste juurest ja ise läheks kindlasti ju ka kooliga enne tutvuma, mitte ainult kodulehe põhjal ei teeks seda valikut. Et on vanema enda vastutus nendel hetkedel küsida neid asju, mis on talle olulised.

Lastevanematega tekkis arutelu, et kui koolis ei tohi nutiseadmeid õppetöös kasutada või nende kasutamist ei õpetata, peavad noored koolivälisel ajal ise need oskused omandama. Lastevanematel võib puududa piisav teadlikkus digitehnoloogia hariduslikust kasutamisest, mistõttu ei pruugi nad osata noori eesmärgipäraselt toetada. Või ei ole nad teadlikud nutimaailma ohtudest ja seetõttu ei mõista ka piirangute vajadust. Seega on oluline, et kool võtaks kohustuse koolipere teadlikkust tõsta ja nutiseadmete kasutamise teemal näiteks arutelu kohtumisi korraldada.

V2: /.../ näiteks veel mingid telefonioperaatoreid sisse tuua võib-olla, kuidas kasutada neid telefone /.../ Arvan, et väga paljud vanemad, kaasa arvatud mina, ei tea neid asju või ei valda seda teemat, sest ei ole vajadust olnud.

V3: Kusjuures ma ei teagi, kas koolides üldse näiteks klassijuhataja tunnis või kuskil räägitakse nendest ekraaniaja tarbimise ohtudest, mis on internetis, ma ei kujuta ette,

kas sellest räägitakse kuskil üldse. Sellest võiks kindlasti rääkida õpilastele ka paar korda aastas, tuua mingeid “hirmuäratavaid näiteid”.

V9: Ka vanematele mingid sellised infotunnid või lastevanemateõhtud või kohtumised [võiks] toimuda, kus selliseid praktikaid jagatakse ja mõnes mõttes lapsevanemate kaasamine, et lapsed saaksid digiriigis hakkama.

3.3. Kattuvused ja erinevused lastevanemate ja õpetajate arusaamades

Mõlema osapoole ühine seisukoht on, et ühtsed ja läbipaistvad reeglid loovad lastele turvalisema ja paremini toetatud koolikeskkonna. Lastevanemad soovivad, et reeglid kehtiks kõigile koolis viibijatele ühesuguselt. Nii lastevanemate kui õpetajate vastustest selgub, et segadus isiklike nutiseadmete kasutamisel koolis tekib tihti seetõttu, et pole selge, kas reeglid on olemas, kus ja kas need kehtivad ja mida täpselt sisaldavad.

V3: Mulle konkreetselt ei meenu, et ma oleks kuskilt lugenud või näinud neid reegleid, võib-olla kunagi kuskil ammu oli. Aga noh, ma saan märkuste järgi aru, et see ei ole lubatud.

Samuti toovad nii õpetajad kui vanemad välja, et nad ise peavad samuti oma nutiharjumused üle vaatama, et olla lastele eeskujuks.

Mõlemad pooled peavad oluliseks, et koolipäeva jooksul oleks seadmete kasutamine selgelt ja kõiki pooli arvestades reguleeritud – eelkõige õppetöösse mittepuutuvate tegevuste piiramine tundides ja teadlikum kasutus õppeprotsessis.

V9: Esimestes klassides oli seda vähem, nüüd on järk-järgult rohkem suurenenud tahvelarvuti kasutamine ja tegelikult arvuti kasutamine.

Lastevanemate ja õpetajate ootus on, et koolid õpetaksid vastutustundlikku kasutamist: kui algklassides kasutatakse seadmeid sageli mänguliselt, siis vanuseastmeti suureneks mõistmine, et need ei ole ainult mängimiseks.

V9: ... vastutuse andmist järk-järgult, et laps ise kuidagi mõistab, mis juhtub, kui ma passin 24/7 seal vahepeal. Et laps oskaks luua seoseid.

Õ2: Ja niisama kahuutide mängimist või mingisugustes programmides olemist - ma ei näe sellel nagu mõtet, kui seal ei ole sisulist mõtet taga.

Kool saab vastutada ainult koolis toimuva üle ja toetada õpilasi, kes ise ei suuda oma nutiseadme kasutamist kontrollida. Kui koolis on nutiseadmed keelatud, siis lapsel võib olla võimalus neid väljaspool kooli piiramatult kasutada, sest kodus kehtivad teised reeglid või pole neid. Kodutööd annavad õpilastele põhjendatud võimaluse veeta pikki perioode

nutiseadmes või arvutis, kuid tihti kasutatakse seda aega hoopis meelelahutuseks.

V9: Kui tunnid saavad kell kaks läbi, siis ekraan vastu nägu saab olla tunde ja tunde.

V7: Kui noortel on teadmine, et nad võivad telefonides istuda igal ajal ja neid ei piirata, siis seda nad ka teevad.

V3: Minu arvates on see on hea vabandus, et nad saaks kodus ka rohkem arvutit kasutada, et ütledki umbes “pane arvuti kinni”, siis saab kohe öelda, et “aga ma pean kooliasju seal tegema”.

Kui vanemad loodavad, et kool või riik võtab midagi ette, et õpilase nutiseadme kasutamist vähendada lisaks koolile ka kodus, sest vanemad ise ei suuda ega oska, siis õpetajad vastasid, et kool liigub digitaalse õppe suunas – traditsioonilised töövahendid paber ja pliiats taanduvad ja nende asemel kasutatakse järjest enam arvuteid ja veebilahendusi (kodutööd, testid), mistõttu digiseadmete kasutamine koolis ja kodus ei muutu tavapäraseks, vaid vältimatuks.

Õ3: Peame selle poole aastaga ikkagi konkreetse näite tooma, siis kuskile vist midagi kirja panema, kuidas me seda digiõpet õpilastele lähema aasta jooksul rakendasime, mida ma varasemalt ei ole enda töö puhul teinud.

Oluline on usalduslik koostöö kooli ja kodu vahel – lastevanemate teadlikkus kooli reeglitest ning valmisolek toetada õpetajaid aitab luua toetava ja arendava koolikeskkonna.

Õ1: Pigem on ikka vaja sellega tegeleda, et me suudame seda kasutamist mõtestada, et kõik saavad aru, et see on tuleviku tööriist.

3.4. Arutelu

Lõputöö eesmärk oli välja selgitada lastevanemate ja õpetajate arusaam isiklike nutiseadmete kasutamise reeglite otstarbest ja sisust Eesti üldhariduskoolides. Järgnevalt arutlen tulemuste üle, toon välja uurimuse piirangud ja praktilise väärtuse ning annan idee teema jätkuvaks uurimiseks.

Uurimisküsimusele, miks on vajalik kehtestada reeglid isiklike nutiseadmete kasutamisele üldhariduskoolis, leidsid lastevanemad ja õpetajad, et reeglid on vajalikud, kuna praegu valitseb segadus, kas, kus ning mil määral need reeglid kehtivad. Lastevanemad tõid näite, et kui seade häirib õppetundi, tekitab lastes keskendumis- ja suhtlemisraskusi või rikub kooliliikmete privaatsust (nt loata filmimine) peab olema süsteem selle kontrollimiseks või keelamiseks. 2023. aasta juulis avaldatud UNESCO raport kutsus riike üles keelustama nutitelefoni kasutamist koolides, kuid aastaks 2025 Eestis seda tehtud ei ole. e-Eesti rahvusvahelise maine uuringust (2021) selgus, et Eestit peetakse digitaalselt maailma arenenumaks riigiks, mis tekitab mõtteainet, kas meie igapäevaelus on see üldse võimalik.

Küll on mitu kooli alustanud piirangute sissetoomist nii-öelda nutiseadmevaba kooli elluviimiseks; ei jääda ootama üleriigilisi otsuseid või seadusi.

Selgus, et õpetajate arvates ei pruugi üleriigilised isiklike nutiseadmete kasutamise reeglid olla koolikeskkonnas kõige sobivaim lahendus. Õpetajad tõid välja, et iga kool on olemuselt erinev ning vajab paindlikke reegleid, mis arvestaksid kooli õpilaste ja õpikeskkonna eripäradega, võimaldades õpetajatel ise otsustada nutiseadmete kasutamise piirangute üle oma tunnis. Kivisaar & Vilms (2025) leidsid oma uurimuses, et laste tähelepanu, taju ja mälu seotud oskused arenevad vanuse järgi, samuti nagu probleemide analüüsimis- ja lahendamisoskus.

Üleriigiliselt kehtestatud reegleid soovivad eelkõige lapsevanemad, sest nende arvates riiklikud suunised tagaksid kindlustunde kõigile osapooltele, see aitab ka vältida pidevat reeglite kohandamist või erandite tegemist. Haridusministeerium tahab, et nutiseadmete kasutamist reguleeriks jätkuvalt iga kool oma kodukorras. Paljude üldhariduskoolide kodukorras on juba fikseeritud nutiseadmete kasutamise reeglid, aga lastevanemate arvates ei ole need piisavalt selged.

Uurimisküsimusele, mida tuleks lastevanemate ja õpetajate arvates reguleerida isiklike nutiseadmete kasutamisel üldhariduskoolis, selgus et oluline on **sõnastada kodukorra reeglid arusaadavalt ja neid perioodiliselt meelde tuletada**. Lapsevanemate hinnangul peavad isiklike nutiseadmete reeglid koolikeskkonnas kehtima ühtviisi kõigile kooliliikmetele kogu koolipäeva jooksul. Ka Haidt (2025) on öelnud, et ainult tundide ajal kehtiv isikliku nutiseadme keeld on mõttetu, parem on kehtestada keeld kogu koolipäevaks, kuna käeulatuses olev seade segab õppetöösse keskendumist ja seepärast peab nutisade olema paigutatud eraldi kappi hoiule.

Samuti on oluline reguleerida digivahendite kasutamist õppetöös. Põhikooli riikliku õppekava järgi tuleb põhikooli õpilasele tagada võimalus kasutada internetiühendusega arvutit ja esitlustehnikat. Lapsevanemad tõid välja, et isikliku nutiseadme kasutamine koolis peaks olema tasakaalustatud, kuna kõigil ei ole sarnaseid võimalusi nende kasutamiseks. Olulisemaks peetakse, kuidas õpetada õpilasi nutiseadmeid kasutama eesmärgipäraselt ja õppimist toetavalt. Van der Niet jt (2017) rõhutavad, et nutiseadmete kasutamine koolis peab olema tasakaalustatud ja hästi juhitud, et toetada õppetööd ning vältida negatiivseid kõrvalmõjusid.

Ei saa eeldada, et lapsed kasutavad seadet vaid mängimiseks või sotsiaalmeedias olemiseks. Samas tekib vastuolu olukorras, kus kool piirab nutiseadmete kasutamist, kuid järjest enam tehakse õppetööd elektrooniliste vahenditega (TAI, 2023.). See eeldab, et peale

kooli tuleb lapsel õppimiseks nutiseadet kasutada, kuna see on talle kõige harjumuspärasem ja kättesaadavam elektrooniline seade.

Uurimisküsimusele, millised on kattuvused ja erinevused lastevanemate ja õpetajate arusaamades, pidasid lapsevanemad ja õpetajad oluliseks usalduslikku koostööd kooli ja kodu vahel – koostöö alus on ühised väärtused (Valk & Ress, 2016). Uuringu tulemus näitab, et koolid peaksid keskenduma **kokkulepete selgemale kommunikatsioonile**, et kõik osapooled mõistaksid kehtivaid reegleid, nende eesmärgi ja olulisust. Reeglite tutvustamist ja meeldetuletamist tuleks alustada juba koolitee alguses ning jätkata järjepidevalt lastevanemate koosolekutel, et toetada ühist arusaama ja koostööd.

Õpetajad omakorda soovivad, et vanemad toetaksid ja usaldaksid kooli otsuseid, mitte ei võitleks vastu, sest kool vastutab õppeprotsesside eest.

Varasemad uuringud näitavad, et kuigi lapsed kasutavad nutiseadmeid osavalt, vajavad nad juhendamist, mida enamik vanemaid siiski ei paku (Ofcom, 2019). See tuli välja ka poolte vanemate vastustest, kes kodus piirangute kehtestamisega enam hakkama ei saa või puuduvad neil teadmised, mida või kui kaua lapsed nutiseadmes teevad, mis ühtib TAI (2024) uuringu tulemusega, mille järgi kolmandik vanematest pole teadlik oma laste vaba aja veetmisest. Kui lapsed on alles enesejuhtimisoskuste kujunemise protsessis ning neil võib puududa kogemus ja oskus valida sobivaid toimetulekumehhanisme (Zimmerman, 2000; Blair & Diamond, 2008), tunnistab mõnigi vanem, et on täna ise hädas ekraaniaja piiramisel, samas kui lapsed on digimaailmas pädevamad.

Toodi ka välja erinevus kooliastmete kaupa: nooremas astmes olid vanemad reeglitega paremini kursis, vanema kooliastme lastevanemad olid neist sageli teadlikud pealiskaudselt või üldse mitte. Just selles vanusegrupis – kesk- ja vanemas kooliastmes – ollakse koolis hädas nutiseadme kasutamisega. Kuna õpilaste enesejuhtimisoskus ei ole veel täielikult välja arenenud, eelistavad nad nutiseadet kiireks rahuloluks, mis aga ei soodusta pikaajalist arengut (Blair & Diamond, 2008). Tekkinud olukord vähendab vanemate võimalust toetada reeglite järgimist ja raskendab eeskuju andmist nutiseadmete teadlikuks kasutamiseks. See tulemus toetab Haidti (2025) nelja põhimõtet, sh kõik alg- ja põhikoolid peaksid olema **nutiseadmevabad**, ainult nii jätkub õpilastel tähelepanu üksteisele ja õpetajatele.

3.5. Meetodi kriitika ja edasised võimalikud uurimissuunad

Kasutatud uurimismeetodit hindan töö kontekstis sobivaks. Individuaalintervjuudeks sobiva aja ja inimeste leidmine ning hiljem vastuste analüüsimine oli küll väga ajamahukas, aga selle

käigus oli võimalik koguda personaalsemaid kogemusi ning arvamusi nii lastevanematelt kui õpetajatelt üldhariduskoolis.

Töö piiranguks oli võrreldes lastevanematega väiksem õpetajate valim, kuna õpetajatel osutus keeruliseks leida sobivat aega intervjuus osalemiseks. Samuti ei õnnestunud uuringu valimisse kaasata ühtegi kooli esindajat, kus koolipäeva jooksul kehtiks kõigile koolipere liikmetele täielik isiklike nutiseadmete kasutamise keeld.

Et uurimistöö keskendus isiklike nutiseadmete kasutamise reeglite vajalikkusele ja sisule, siis tulevikus soovitan uurida ka lastevanemate ja õpetajate arvamusi selle kohta, millist muutust nad ootavad – kas õpilased hakkavad nutivaba kooli korral rohkem suhtlema või keskenduvad õpingutele ning kas see lähenemisviis pakub tõepoolest lahendust probleemidele nagu õpilaste vähenesotsiaalne suhtlus, tähelepanu ja keskendumisvõime langus, samuti nutiseadmete liigsest kasutamisest tingitud vaimne väsimus ja õppeedukuse langus. Kuna nutiseadmeid kasutatakse ka väljaspool kooli, ei pruugi üksnes koolisisene reguleerimine olla piisav lahendus. Tulevastes uurimustes võiks keskenduda lastevanemate, õpetajate ja õpilaste kogemustele koolides, kus on kehtivad üle-koolilist nutiseadmete kasutamise piirangud, et paremini mõista erinevate regulatsioonide mõju õppetööle, koolikultuurile ja kodu-kooli koostööle.

Tänu sõnad

Soovin tänada oma juhendajat, kes andis mulle konstruktiivset tagasisidet ja toetas mind lõputöö erinevates etappides. Tänan kõiki intervjueritavaid, kes leidsid aja ja võimaluse osaleda intervjuudes. Olen tänulik oma lastele mõistmise eest. Tänan ka inimesi, kellega tööalaselt kokku puutusin ja kes kaudselt motiveerisid mind lõputööd lõpetama.

Autorsuse kinnitus

Kinnitan, et olen koostanud ise käesoleva lõputöö ning toonud korrektselt välja teiste autorite ja toetajate panuse. Töö on koostatud lähtudes Tartu Ülikooli Viljandi kultuuriakadeemia lõputöö nõuetest ning on kooskõlas heade akadeemiliste tavadega.

Krista Paabus

/allkirjastatud digitaalselt/

19.05.2025

Kasutatud kirjandus

- Andreassen, C. S., Pallesen, S., & Griffiths, M. D. (2017). The relationship between addictive use of social media, narcissism, and self-esteem: Findings from a large national survey. *Addictive Behaviors*, *64*, 287–293.
<https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2016.03.006>
- Aru, J. (2017). *Ajust ja arust: mõtlemisest, õppimisest ja aju arengust*. Argo Kirjastus.
- Aru, J. (2022). *Loovusest ja logelemisest: Nutineedusest, mõttevälgatustest ja laste arengust*. Ajujutud OÜ.
- Aru, J. [The Academy of Good Thoughts]. (2023, 23. märts). *Jaan Aru loeng nutiseadmetest, nutisõltuvusest ja laste andekusest* [Video]. YouTube.
<https://www.youtube.com/watch?v=y3aJYDkqmkU>
- Blair, C., & Diamond, A. (2008). Biological processes in prevention and intervention: The promotion of self-regulation as a means of preventing school failure. *Development and Psychopathology*, *20*(3), 899–911. <https://doi.org/10.1017/S0954579408000436>
- BNS. (2024, 1. oktoober). *Läti seimi komisjon toetas mobiiltelefonide keelamist kuni 6. klassini*. Postimees.
<https://maailm.postimees.ee/8106755/lati-seimi-komisjon-toetas-mobiiltelefonide-keelamist-kuni-6-klassini>
- Digipädevus. (s.a.). *digipädevus / digioskused*. <https://digipadevus.ee/sonastik/digipadevus/>
- Dy, A. B. C., Dy, A. B. C., & Santos, S. K. (2023). Measuring effects of screen time on the development of children in the Philippines: A cross-sectional study. *BMC Public Health*, 1261. <https://doi.org/10.1186/s12889-023-16188-4>
- EAS. (2021, 29. juuni). *E-Eesti maineuuring: Eesti on digitaalselt maailma arenenum riik*. Ettevõtluse ja Innovatsiooni Sihtasutus.
<https://eas.ee/e-eesti-maineuuring-eesti-on-digitaalselt-maailma-arenenuim-riik/>
- Eesti Keele Instituut. (n.d.). *Nutiseade – Sõnaveeb*.
<https://sonaveeb.ee/search/unif/dlall/dsall/nutiseade>
- Eesti Koostöö Kogu. (2023). *Eesti inimarengu aruanne 2023: Vaimne tervis ja heaolu*.
<https://inimareng.ee/et/eesti-inimarengu-aruanne-2023/>
- Eesti laste vaimse tervise uuringu konsortium. (2024). *Eesti laste vaimse tervise uuring. Lõpparuanne*. https://www.sm.ee/sites/default/files/documents/2025-02/Eesti_laste_vai_mse_tervise_uuring.pdf

- ERR. (2023, 21. september). *Ministeerium nutiseadmeid koolis piirama ei hakka*.
<https://www.err.ee/1609363463/ministeerium-nutiseadmeid-koolis-piirama-ei-hakka>
- Eyal, N., Li, J. (2020). *Segamatu : Kuidas hallata tähelepanu ja juhtida oma elu*. Helios
- Gopnik, Alison. (2016). *The Gardener and the Carpenter*. Penguin Random House.
- Haidt, J. (2025). *Ärev põlvkond. Kuidas lapsepõlve Suur Ümberprogrammeerimine põhjustab vaimse tervise epideemiat*. Postimehe Kirjastus.
- Hansen, A. (2018). *Tugev aju: kuidas liikumine ja treening sinu aju tugevdavad*. Varrak.
- Hansen, A. (2020). *Ekraaniaju: kuidas digisõltuvus meie tervist ja heaolu mõjutab*. Varrak.
- Hansen, A., & Wänblad, M. (2022). *Juuniori ekraaniaju*. Varrak.
- Hirsjärvi, S., & Hurme, H. (2009). *Tutkimushaastattelu: Teemahaastattelun teoria ja käytäntö*. Gaudeamus
- Horowitz-Kraus, T., DiFrancesco, M., Greenwood, P., Scott, E., Vannest, J., Hutton, J., Dudley, J., Altaye, M., & Farah, R. (2021). Longer Screen Vs. Reading Time is Related to Greater Functional Connections Between the Salience Network and Executive Functions Regions in Children with Reading Difficulties Vs. Typical Readers. *Child Psychiatry & Human Development*, 52(4), 681–692.
<https://doi.org/10.1007/s10578-020-01053-x>
- Kalmus, V., Masso, A., & Linno, M. (2015). Kvalitatiivne sisuanalüüs. Sotsiaalse Analüüsi Meetodite ja Metodoloogia õpibaas. <https://samm.ut.ee/kvalitatiivne-sisuanalys/>
- Kangur, M. (2024, 7. juuli). Ministeerium nutiseadmeid koolis piirama ei hakka. ERR.
<https://www.err.ee/1609363463/ministeerium-nutiseadmeid-koolis-piirama-ei-hakka>
- Kivisaar, A., & Vilms, T. (2025, 14. jaanuar). *Kas algkoolieas lapsele ja murdeas noorele sobib sama ennetustegevus?* Tervise Arengu Instituut.
<https://www.tai.ee/et/uudised/kas-alkkoolieas-lapsele-ja-murdeas-noorele-sobib-sama-ennetustegevus>
- Kuss, D. J., & Lopez-Fernandez, O. (2016). Internet addiction and problematic Internet use: A systematic review of clinical research. *World Journal of Psychiatry*. 6(1), 143-176. <https://doi.org/10.5498/wjp.v6.i1.143>
- Konverents “Nutiseadmed koolis - õnnetus või nuhtlus”, 30.01.2025, Tartu Ülikool
<https://uttv.ee/naita?id=36265>
- Mayring, (2022). Qualitative Content Analysis Programm. <https://www.qcamap.org/ui>
- Microsoft Copilot. (2025, mai 8-9). Vestlus kokkuvõtte ja mõtete korrastamise kohta
- Mooses, K. (2017). *Eesti õpilaste liikumisaktiivsus koolipäeva jooksul*. Tartu Ülikool.
<https://www.ut.ee/et/sisu/eesti-opilased-liiguvad-murettekitavalt-vahe>

- Ofcom. (2019, 29. jaanuar). *Children and parents: Media use and attitudes report 2018*.
<https://www.ofcom.org.uk/siteassets/resources/documents/research-and-data/media-literacy-research/children/childrens-parents-jan-2019/children-and-parents-media-use-and-attitudes-2018.pdf?v=323754>
- Oja, L. (2025, 3. veebruar). Me kõik elame valesti. Aga noored? *Tervise Arengu Instituut*.
<https://www.tai.ee/et/uudised/me-koik-elame-valesti-aga-noored>
- Oja, L., Piksööt, J., Haav, A., Kasvandik, L., Mäll, T., Rahno, J., Saamel, M., Siilbek, E., Talvik, A., & Vorobjov, S. (2023). *Eesti kooliõpilaste tervisekäitumine 2021/2022. õppeaasta uuringu raport* (lk 99). Tervise Arengu Instituut.
<https://www.tai.ee/sites/default/files/2024-01/Eesti%20kooli%C3%B5pilaste%20tervis%C3%A4itumine.pdf>
- Olev, A., & Alumäe, T. (2022). Estonian Speech Recognition and Transcription Editing Service. *Baltic J. Modern Computing*, 10(3), 409-421.
<https://doi.org/10.22364/bjmc.2022.10.3.14>
- OpenAI. (2025). *ChatGPT* (v4.0) [Tehisintellektiga vestlusrobot]. <https://chat.openai.com/>
- Postimees. (2024, 5. märts). *Uuring: ainult pool vanematest tuletab lastele internetis levivaid ohte meelde*.
<https://tehnika.postimees.ee/8003344/uuring-ainult-pool-vanematest-tuletab-lastele-internetis-levivaid-ohte-meelde>
- Puusepp, V., Maikalu, K., Kleinberg, A., Konstabel, K., Konstabel, K., & Tõnnisson, K. (2024, 24. september). *Avalik kiri: Nutiseadmete kasutamine koolides vajab reguleerimist*. ERR.
<https://www.err.ee/1609469623/avalik-kiri-nutiseadmete-kasutamine-koolides-vajab-reguleerimist>
- Põhikooli-ja gümnaasiumiseadus. (2010). RT I 2010, 41, 240.
<https://www.riigiteataja.ee/akt/13332410?leiaKehtiv>
- Rämmer, A. (2014). Valimi moodustamine. <https://samm.ut.ee/valimid/>
- Salmela-Aro, K., Upadyaya, K., Hakkarainen, K., Lonka, K., & Alho, K. (2017). The dark side of internet use: Two longitudinal studies of excessive internet use, depressive symptoms, school burnout and engagement among Finnish early and late adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, 46(2), 343–357.
<https://doi.org/10.1007/s10964-016-0494-2>
- Sarapuu, A. (2021, 18. juuni). *Kuidas piirata nutiseadmete kasutamist koolis?* Õpetajate Leht.
<https://opleht.ee/2021/06/kuidas-piirata-nutiseadmete-kasutamist-koolis/>

- Siegel, D. J. (2018). *Ajutorm. Teismelise aju jõud ja siht: Teejuht nooruki tärkava meelega mõistmiseks vanuses 12-24*. Helios.
- Sotsiaalministeerium. (2023). Laste ja noorte vaimse tervise parandamise ettepanekud. https://www.sm.ee/sites/default/files/documents/2025-02/Laste%20ja%20noorte%20vaimse%20tervise%20parandamise%20ettepanekud_kokkuvote.pdf
- Suun, K. (2022). *Lastevanemate roll eelkooliealiste laste digiohutuse teadlikkuse tõstmisel* [Bakalaureusetöö, Tartu Ülikooli Haridusteaduste instituut]. Dspace. <http://hdl.handle.net/10062/81717>
- Zimmerman, B. J. (2000). Attaining self-regulation: A social cognitive perspective. In M. Boekaerts, P. R. Pintrich, & M. Zeidner (Eds.), *Handbook of self-regulation* (pp. 13–39). Academic Press.
- Tartu Tamme Kool. (2024). *Tartu Tamme Kooli kodukord*. <https://www.tamme.tartu.ee/dok/kodukord2024.html>
- Tartu Tervishoiu Kõrgkool. (2020, 15. mai). *Nutisõltuvus või mitte – Kust läheb piir?* <https://www.tartuh.ee/heanou-post/nutisoltuvus-voi-mitte-kust-laheb-piir/>
- Tervise Arengu Instituut. (2024, 14. märts). Digisõltuvuse sümptomitega noorte hulk kasvab. <https://www.tai.ee/et/uudised/digisoltuvuse-sumptomitega-noorte-hulk-kasvab>
- Tervise Arengu Instituut. (n. d.). *Eesti kooliõpilaste tervisekäitumise uuring (HSBC)*. <https://www.tai.ee/et/teadustoo/teadustoo-ulevaade/rahvastikupohised-uuringud/eesti-kooliopilaste-tervisekaitumise-uuring>
- Tire, G., Puksand, H., Kraav, T., Jukk, H., Henno, I., Lindermann, K., Täht, K., Konstabel, K., Lorenz, B., & Kitsing, K. (2023). *PISA 2022 – Eesti tulemused – Eesti 15-aastaste õpilaste teadmised ja oskused matemaatikas, funktsionaalses lugemises ja loodusteadustes*. lk 122 -124 https://harno.ee/sites/default/files/documents/2023-12/Pisa_tulemused_2022_veebi.pdf
- Tõenduspõhine kiusamise ennetamine koolides – milleks ja kuidas? (2019, 31. detsember). *Sotsiaaltöö*. <https://www.tai.ee/et/sotsiaaltoo/toenduspoehine-kiusamise-ennetamine-koolides-milleks-ja-kuidas>
- Tõlkeprogramm. <https://www.deepl.com/en/translator> (free version)
- Tõrvandi Kool. (s. a.). *Tõrvandi Kooli kodukord. Külastatud 05.03.2025* <https://media.voog.com/0000/0050/6408/files/T%C3%B5rvandi%20Kooli%20kodukord-1.pdf>
- Uibu, M. (2022, 2. detsember). Liikumine toetab koolis õppimist ja heaolu. *Õpetajate Leht*.

- <https://opleht.ee/2022/12/liikumine-toetab-koolis-oppimist-ja-heaolu/>
- UNESCO. (2023). *Technology in education: GEM REPORT 2023*
<https://www.unesco.org/gem-report/en/technology>
- Valk, A., Ress, K. (2016). *Rõõmuga kooli: kodu ja kooli koostöö käsiraamat*. Tartu Linnavalitsuse haridusosakond
- Van der Niet, A. G., Hartman, E., Smith, J., & Visscher, C. (2014). The effects of physical activity on cognitive performance and academic achievement in children and adolescents: A meta-analysis. *Educational Psychology Review*, 26(1), 1–19.
<https://doi.org/10.1007/s10648-013-9245-3>
- Vikipeedia. (s.a.). *Nutitelefon*. <https://et.wikipedia.org/wiki/Nutitelefon> külastatud 01.03.2025
- WebMD. (2023, 28. august). *Ways Your Smartphone Can Wreck Your Health*.
<https://www.webmd.com/balance/ss/slideshow-smart-phone-health-problems>
- Wills, A. (2009). Youth culture and crime: what can we learn from history? *HistoryExtra*.
<https://www.historyextra.com/period/20th-century/youth-culture-and-crime-what-can-we-learn-from-history/>
- Wichstrøm, L., Stenseng, F., & Belsky, J. (2019). The development of social media use and its impact on adolescent mental health: A longitudinal study. *Developmental Psychology*, 55(3), 627–639.
- World Health Organization. (2019). *World health statistics 2019: Monitoring health for the SDGs, sustainable development goals*. World Health Organization.
<https://apps.who.int/iris/handle/10665/324835>
- Õiguskantsler. (2025, jaanuar). *Nutiseadme kasutamine koolis* (PDF).
<https://www.oiguskantsler.ee/sites/default/files/2025-01/Nutiseadmete%20kasutamine%20koolis.pdf>
- Õpetajate Leht. (2024, 11. september). *Uuring: suur osa Eesti õpilastest kasutab koolitööde tegemisel igal nädalal AI abi*. Õpetajate Leht.
<https://opleht.ee/2024/09/uuring-suur-osa-eesti-opilastest-kasutab-koolitoode-tegemisel-igal-nadalal-ai-abi>

Lisad

Lisa 1. Poolstruktureeritud intervjuu küsimused (kava)

(Täpsustus autori poolt: Kuigi intervjuud viidi läbi antud intervjuu kava alusel, ilmnes tulemuste analüüsi koostamisel, et küsimuste loogilisem järjestus oleks pidanud algama kavasse paigutatud teisest osast. Seda asjaolu tuleks arvesse võtta, kui keegi soovib tulevikus sama kava kasutada).

Uurimuse eesmärk: Välja selgitada lastevanemate ja õpetajate arusaam isiklike nutiseadmete kasutamise reeglite otstarbest ja sisust Eesti üldhariduskoolides.

	Uurimisküsimused	Intervjuu küsimused
1.	Mida tuleks lastevanemate ja õpetajate arvates reguleerida isiklike nutiseadmete kasutamisel üldhariduskoolis?	<p>1. Kuidas on nutiseadmete kasutamine õppimises viimastel aastatel muutunud?</p> <p><i>1.1. Mis on muutunud seoses digivahendite kasutuselevõtuga koolikeskkonnas?</i></p> <p><i>1.2. Kuidas peaks õpilane teie arvates koolis oma isiklikku nutiseadet kasutama?</i></p>
		<p>2. Kelle puhul peaks olema koolis isikliku nutiseadme kasutamine reguleeritud?</p> <p><i>2.1. Miks? soovid põhjendada?</i></p>
		<p>3. Milliste asjaoludega peavad koolipere liikmed arvestama, kui koolikeskkonnas on lubatud isiklike nutiseadmete piiramatut kasutamist?</p> <p><i>3.1. Kas arvate, et piiramatut nutiseadmete kasutamist on koolikeskkonnas probleemiks?</i></p> <p><i>3.2. Miks või miks mitte?</i></p> <p><i>3.3. Kui oluline on teie arvates, et kool kehtestaks reeglid isiklike nutiseadmete kasutamiseks?</i></p>
		<p>4. Kas teie koolis on isiklike nutiseadmete kasutamine:</p> <p><i>4.1. arusaadavalt reguleeritud?</i></p> <p><i>4.2. mis seda kinnitab? Tooge mõni näide.</i></p> <p><i>4.3. kas mõni (isiklike nutiseadmete kasutamise) reegel on teie arvates ka puudu?</i></p> <p><i>4.4. kas mõni reegel on ülearu? Täpsustage</i></p>
		<p>5. Kuidas on võimalik saavutada, et kirjas (nt kodukorras) olevaid isiklike nutiseadmete reegleid ka täidetakse?</p> <p><i>5.1. Kas keegi peaks nende täitmist kontrollima?</i></p> <p><i>5.2. Kelle tööülesannetesse peaks olema selline õigus antud?</i></p> <p><i>5.3. Kas lapsevanem saab midagi teha, et laps koolis isiklikku nutiseadet kehtestatud reeglite kohaselt kasutaks?</i></p>

2.	Miks on vajalik kehtestada reeglid isiklike nutiseadmete kasutamisele üldhariduskoolis lastevanemate ja õpetajate arvates?	<p>1. Kas teie kogemuse alusel on koolis isiklike nutiseadmete kasutamise reegleid lihtne või keeruline rakendada? (lapsevanematelt küsi “teie arvates”)</p> <p><i>1.1. Tooge mõni näide - õpetajalt</i></p> <p><i>1.2. Mis paneb teid niimoodi arvama? -lapsevanem</i></p>
		<p>2. Mida arvate, kas nutiseadmete kasutamise reeglid peaksid olema kehtestatud üleriigiliselt?</p>
		<p>3. Missugune reegel on Teie arvates kindlasti vajalik nutiseadmete koolikeskkonnas kasutamise reeglistikus?</p> <p><i>3.1. Kui see oleks teie teha, missuguse reegli te sõnastaksite kindlasti isiklike nutiseadmete kasutamisele koolikeskkonnas?</i></p>
		<p>4. Kuidas teie arvates peaksid reeglid isiklike nutiseadmete kasutamiseks koolides välja töötatud olema?</p> <p><i>4.1. Kes seda peaksid tegema?</i></p> <p><i>4.2. Kes peaks vastutama üleriigiliste isiklike nutiseadmete kasutamise reeglite väljatöötamise eest?</i></p>
		<p>5. Kuidas võiksid lapsevanemad ja kool teha koostööd nutiseadmete kasutamise üleriigiliste reeglite väljatöötamisel?</p> <p><i>5.1. Kas reeglite koostamisel peaksid olema kaasatud ka teised partnerid?</i></p> <p><i>5.2. Milline oleks parim viis kooli ja lastevanemate koostööks? (koostöövorm)</i></p>
		<p>6. Kus peaksid olema kirjas koolide isiklike nutiseadmete kasutamise reeglid?</p> <p><i>6.1. Kust teil lapsevanemana on neid kõige mugavam lugeda?</i></p> <p><i>6.2. Millise perioodi jooksul peaks need reeglid üle vaatama või uuendama?</i></p>
		<p>7. Millised on teie ootused nutiseadmete kasutamise reeglitele koolis?</p>
		<p>8. Kas ma jätsin midagi küsimata, mis jäi praegu küsimata....</p>

Lisa 2. Koodipuu

Uurimisküsimused	Peakategooriad	Alamkategooriad
K1: Miks on vajalik kehtestada reeglid isiklike nutiseadmete kasutamisele üldhariduskoolis lastevanemate ja õpetajate arvates?	K11: Üleriigilised reeglid tagavad selged ja ühtsed kokkulepped	<p>K111: Üleriigilised juhised võivad olla toetavad, et tagada ühtne lähenemine ja vältida ebavõrdsust koolide vahel.</p> <p>K112: Selged üleriigilised reeglid aitavad õpilastel mõista, et reeglid kehtivad kõigis koolides ühtemoodi ja tagada parema reeglite järgimise.</p> <p>K113: et reeglid lähtuksid kooli eripärast ja koolikultuurist on vaja koolipõhiseid nutiseadmete kasutamise reegleid</p>
	K12: Kõigile koolipere liikmetele arusaadavad kirjalikud reeglid tagavad, et kõigile kehtivad ühesugused tingimused	<p>K121: et tagada õiglus, selgus ja usaldus ning vältida erikohtlemist või segadust nende järgimisel, peavad reeglid kehtima kõigile koolipere liikmetele ühtemoodi</p> <p>K122: Et vanemad ja õpetajad oskaksid õpilastele selgitada nutiseadmete kasutamise reegleid ja nende täitmise olulisust</p>
	K13: Koolitöötajate eeskuju ja vastutuse määratlemine	<p>K131: Et täiskasvanud (õpetajad ja koolitöötajad) teaksid kuidas olla isiklike nutiseadmete kasutamisel õpilastele eeskujuks</p> <p>K132: Et koolitöötajate vastutus õpilaste vastutustundlikku nutiseadmete kasutamise kujundamisel oleks kirjalikult fikseeritud</p> <p>K133: Et õpetajatel oleksid ühtsed põhimõtted ja kokkulepped, mis aitab tagada, et õpilased mõistavad reegleid ja järgivad neid</p>
	K14: Vähendada nutiseadmete ületarbimise negatiivset mõju õpilastele	<p>K141: Vähendada nutisõltuvuse füüsilist ja psüühilist mõju õpilastele</p> <p>K142: Hoida ära õpilaste keskendumisraskused ja terviseprobleemid</p> <p>K143: Et tagada kõigile õpilastele õppimist toetav õpikeskkond ja õpitulemused</p> <p>K144: Hoida ära õpilaste sotsiaalsete suhete halvenemine ja konfliktid.</p>
	K15: Õppimise toetamine ja turvalise koolikeskkonna loomiseks	<p>K151: et aidata tunni ajal nende õpilaste keskendumist, kes ise ei suuda nutiseadme kasutamist kontrollida</p> <p>K152: et tagada keskendumine ja vähendada segavaid faktoreid- peavad nutiseadmed olema keelatud koolipäeva vältel.</p> <p>K153: ühised ja arusaadavad kokkulepped aitavad tagada reeglite järgimise ja vähendada rikkumisi.</p> <p>K154: et tagada õpilaste turvalisus ja vastutus, peavad vahetundide ajal kehtima samad reeglid nagu tundide ajal</p>

K155: et tagada õpilaste privaatsuse nt, filmimine ja pildistamine on lubatud ainult kokkuleppel

K2: Mida tuleks lastevanemate ja õpetajate arvates reguleerida isiklike nutiseadmete kasutamisel üldhariduskoolis?

K21: Eesmärgipärane kasutamine õppetegevuseks, sh erandid

K211: tuleb määratleda ära koolipäeva mõiste, koolipäeva ajal on nutiseadmed keelatud

K212: Õpilased peaksid kasutama nutiseadmeid ainult siis, kui see on vajalik õppetööks ja õpetaja poolt lubatud.

K213: tuleb määratleda (häda)olukorrad, millal õpilastel on lubatud isikliku nutiseadme kasutamine koolipäeva vältel

K22: Regulaatsioonide rakendamine ja vastutus reeglite järgimisel

K221: Kodukorras fikseeritud reeglid on nähtavad kõigile kooli territooriumil viibivatele isikutele

K222: Sisekorraeeskirjad/kokkuleppetega tutvumise kohustus kogu kooliperele

K223: määratleda, millised tagajärjed kaasnevad reeglite rikkumisega

K224: Nutiseadmete kasutamise reeglite järgimine peab olema ühine vastutus ja mille koostamisel kõik koolipere liikmed saavad vajadusel kaasa rääkida, sh noored

K23: Lastevanemate informeerimise moodused õpilaste isiklike nutiseadmete kasutamise reeglitest koolis

K231: Reeglite perioodiline ülevaatamine ja teavitamise kord (kooli ja lastevanemate koostöö) on vestlused, koosolekud, vastava sisulised koolitused ja arutelud, kus ollakse ühises inforuumis.

Lihtlitsents lõputöö reprodutseerimiseks ja üldsusele kättesaadavaks tegemiseks

Mina, Krista Paabus, k,

1. annan Tartu Ülikoolile tasuta loa (lihtlitsentsi) minu loodud teose
“LASTEVANEMATE JA ÕPETAJATE ARVAMUSED ISIKLIKE NUTISEADMETE
KASUTAMISE REEGLITE VAJALIKKUSEST EESTI ÜLDHARIDUSKOOIIDES”,

mille juhendaja on Külli Salumäe,

reprodutseerimiseks eesmärgiga seda säilitada, sealhulgas lisada Tartu Ülikooli digitaalarhiivi
kuni autoriõiguse kehtivuse lõppemiseni;

2. annan Tartu Ülikoolile loa teha punktis 1 nimetatud teos üldsusele kättesaadavaks
Tartu Ülikooli veebikeskkonna, sealhulgas digitaalarhiivi kaudu Creative Commonsi
litsentsiga CC BY NC ND 4.0, mis lubab autorile viidates teost reprodutseerida,
levitada ja üldsusele suunata ning keelab luua tuletatud teost ja kasutada teost
ärieesmärgil, kuni autoriõiguse kehtivuse lõppemiseni;
3. olen teadlik, et punktides 1 ja 2 nimetatud õigused jäävad alles ka autorile;
4. kinnitan, et lihtlitsentsi andmisega ei riku ma teiste isikute intellektuaalomandi ega
isikuandmete kaitse õigusaktidest tulenevaid õigusi.

Krista Paabus

19.05.2025