

Tartu Ülikool  
Sotsiaal- ja haridusteaduskond  
Haridusteaduste instituut  
Põhikooli mitme aine õpetaja õppekava

Kaari Raudsepp

Internetisõltuvus ja selle seosed kooliga seotud teguritega kahe Tartu  
linna kooli näitel

magistritöö

Juhendaja: Piret Luik, PhD

Läbiv pealkiri: Internetisõltuvuse seosed kooliga seotud teguritega

KAITSMISELE LUBATUD

Juhendaja: Piret Luik, PhD

.....  
(allkiri ja kuupäev)

Kaitsmiskomisjoni esimees: Hasso Kukemelk, knd

.....  
(allkiri ja kuupäev)

Tartu 2012

## Sisukord

Sissejuhatus .....	3
1. Teoreetilised lähtekohad.....	5
1.1 Internetisõltuvus ja selle esinemine õpilaste seas .....	5
1.1.1 Internetisõltuvuse esinemise ulatus õpilaste seas.....	5
1.1.2 Internetisõltuvuse riskitegurid õpilaste seas.....	8
1.2 Arvuti ja interneti kasutamise seos õppeedukuse, õppimisharjumuste ja muude kooliga seotud näitajatega.....	12
1.3 Internetisõltuvus ja selle seos interpersonaalsete suhetega .....	15
1.5 Töö eesmärk ja hüpoteesid .....	20
2. Uurimus internetisõltuvusest ja selle seostest kooliga seotud teguritega .....	22
2.1 Metoodika .....	22
2.1.1 Valim.....	22
2.1.2 Mõõtevahendid.....	22
2.1.3 Protseduur.....	23
2.2 Tulemused .....	24
2.3 Arutelu.....	29
Kokkuvõte.....	32
Summary .....	33
Internet addiction and its correlations with factors connected to school.....	33
Tänuõnad .....	34
Autorsuse kinnitus.....	34
Kasutatud kirjandus.....	35
Lisa 1.....	40
Ankeet .....	40

## Sissejuhatus

Viimastel kümnenditel on üha kasvanud internetikasutajate hulk kogu maailmas. Vastavalt Internet World Stats (2011) andmetele 32,7% maailma elanikest kasutab internetti ja sellega seondult on kujunenud probleemiks liigne internetikasutamine, mis võib viia sõltuvuseni ja tekitada kahjulikke tagajärgi nii tööl või koolis kui ka eraelus. Lawrence, Zi-wen & Jin-cheng (2009) kirjeldavad oma artiklis internetisõltuvust kui kontrollimatut ja kahjustavat internetikasutamist. Internetisõltuvuse näol on tegemist uut tüüpi sõltuvusega, mida on maailmas uuritud alates 1990-ndatest aastatest ja on näidatud, et probleem kasvab kogu maailmas (Ozcinar, 2011; Young, 1996).

Privitera & Campbell (2009) töid välja, et üks põhilisemaid gruppe, kes kasutab internetti on noored inimesed. Tänapäeva ühiskond nõuab õpilastelt, et nad suudaksid tehnoloogilises keskkonnas orienteeruda ja arendaksid oma võimeid pidevalt. Kuid sellega seondult on hakanud nüüd haritlased ja psühholoogid muretsema interneti liigse mõju pärast (Nalwa & Anand, 2003). Hetkel leidub veel vähe informatsiooni internetisõltuvuse probleemi tegelikust ulatusest rahvastiku hulgas. See võib olla ligikaudu 0,3- 1% populatsioonist. Noorukite hulgas on tulemused erinenud sõltuvalt mõõtmisinstrumentidist ja geograafilisest asukohast (Lawrence et al., 2009).

Internetisõltuvus on kujunenud oluliseks probleemiks, mis mõjutab õpilaste õppeedukust ja teisi kooliga seotud tegureid negatiivselt. Young (1996, 1999, 2004), Brenner (1997), Chou (2001), Nalwa & Anand (2003), Ozcinar (2011) on kõik näidanud, et internetisõltuvus mõjub negatiivselt õpilaste akadeemilisele edule ja samuti on välja toodud, et halvenevad interpersonaalsed suhted. Eestis on seda valdkonda siiani veel vähe uuritud.

Käesolev magistr töö on väljaarendatud autori bakalaureusetööst (Raudsepp, 2010), milles käsitleti internetisõltuvust kui uut tüüpi sõltuvust ning viidi läbi ka uurimus maa -ja linnakoolide õpilaste seas, et välja selgitada sõltuvuse esinemise ulatus. Kuna tulemused näitasid, et õpilaste hulgas oli 3% internetisõltlasi ja lausa 70% liigkasutajaid (Raudsepp, 2010), siis on oluline seda teemat edasi uurida. Internetisõltuvust saab seda kergemini ravida, mida varem algstaadium avastatakse (Lawrence et al., 2009; Ozcinar, 2011). Antud töö eesmärgiks on lähemalt vaadelda neid aspekte, mis on seotud internetisõltuvusega kooli kontekstist lähtuvalt võttes aluseks kahe Tartu linna kooli 7.-9.klasside õpilased. Kooliga seotud tegurite hulka on võetud antud töös õpiedukus, õppimisele kulunud aeg kodus, puudumised, kooliskäimise meeldivus, õpilase aktiivsus väljaspool tunde ning suhted

klassikaaslaste ja õpetajatega. Sellest lähtuvalt saavad õpetajad koolides vaadelda just neid tegureid, mida ma oma töös kajastan, et probleemile läheneda.

Töö koosneb kahest peatükist, mis on omakorda jaotatud alapeatükkideks. Esimeses peatükis on teoreetilised lähtekohad, kus käsitletakse internetisõltuvuse esinemist õpilaste seas, internetisõltuvuse seoseid õppe edukuse, koduse õppimise ja muude kooliga seotud näitajatega ning interpersonaalsete suhetega. Teooria lõpus on ka töö eesmärk ning hüpoteesid välja toodud. Teises peatükis on Tartu kahes koolis läbiviidud uuring internetisõltuvusest ning selle seostest kooliga seotud teguritega ning uuringu erinevad tulemused ja arutelu.

# 1. Teoreetilised lähtekohad

## 1.1 Internetisõltuvus ja selle esinemine õpilaste seas

### 1.1.1 Internetisõltuvuse esinemise ulatus õpilaste seas.

Internetisõltuvust on uuritud alates 1990-ndate keskpaigast kui uut tüüpi sõltuvust ja vaimset terviseprobleemi, millega kaasnevad sarnased sümptomid, mis teistegi sõltuvuste puhul (Young, 1996). Termin „internetisõltuvus“ võttis ilmselt esimesena kasutusele dr. Ivan Goldberg (1996), et defineerida patoloogilist ja kompulsiiivset internetikasutamist.

Internetisõltuvuse diagnoosimine on endiselt problemaatiline, puudub kliiniline diagnoos ja probleemi põhiline epidemioloogia jääb selgusetuks (Lawrence et al., 2009). Siiaamaani pole teda kantud ühtegi ametlikku diagnostilisse süsteemi, ka mitte Diagnostilise ja Statistilise Käsiraamatu Vaimsete häirete 4. väljaandesse (DSM-IV) ja pole leitud ühist aktsepteeritud mõõtmisviisi, mis näitaks adekvaatset reliaablust ja valiidust erinevates riikides. Seetõttu on keeruline võrrelda internetisõltuvuse esinemist erinevates riikides. Kõige sagedamini kasutatav küsimustik on Young'i Internetisõltuvuse Skaala (IAT), mis on tehtud valiidselt Suurbritannias, USA-s, Soomes ja Koreas (Weinstein & Lejoyeux, 2010).

Pakutud on nelja komponenti, mis on olulised diagnoosi panemiseks: 1) liiga sagedane interneti kasutamine, mis on sageli seotud ajakaotuse ja mitmete oluliste asjade edasilükkamisega, 2) võõrutamishäired, mis kaasnevad, kui pole võimalik interneti pääseda, näiteks viha, pinget ja/või depressioon, 3) tolerantsi suurenemine, millega kaasneb vajadus parema arvuti riist- ja tarkvara järele ja pikemad arvutis veedetud tunnid ja 4) kahjulikud tagajärjed, mis sisaldavad vastuvaidlemist, valetamist, kooli- või tööprobleeme, sotsiaalset isolatsiooni ja toitumisprobleeme (Weinstein & Lejoyeux, 2010). Paljud uurimused on leidnud seoseid internetisõltuvuse ja depressiooni vahel noorukite seas. Samuti mõjutab sõltuvus füüsilist tervist (Lawrence et al., 2009).

Enamik uuringutest, mis on tehtud internetisõltuvuse kohta, kasutas Young'i internetiküsimustikku ja enamikul juhtudel kaasati keskkoolide ja ülikoolide õpilased. Kui kaasati rohkem erinevatest gruppidest osalejaid, siis sõltlaste protsent osutus väiksemaks kui kasutades ainult õpilasi ja üliõpilasi (Johansson & Göttestam, 2004; Kaltiala-Heino, Lintonen & Rimpelä, 2004). Seda seletatakse sellega, et noored on oma elus selles punktis, kus nad on

väga vastuvõtlikud kahju tekitavatele sõltuvustele ja neid saab kergesti mõjutada oma käitumist muutma, kuna nad kohanduvad tehnoloogiaga paremini (Byun et al., 2009). Ka Young (2004) tõi välja, et õpilased ja üliõpilased on kõrge internetisõltuvuse riski all, kuna neil on kerge ligipääs arvutile, samuti on neil võimalik mobiiliga internetis käia. Sarnasele tulemusele jõudsid Pitkow & Kehoe (1996), kes tõi lisaks välja, et 32% uuritavatest kasutab internetti haridusasutustes ja 28% kasutajatest on kolledžiõpilased. Ühes Lõuna-USA ülikoolis tehtud uuringust selgus, et veerand uuritavatest olid sõltuvussümptomitega (Lawrence et al., 2009). Ozcinar'i (2011) Põhja-Küprose noorukite hulgas läbiviidud uuring näitas, et 8,3% keskkooli õpilastest, 5,7% bakalaureuseastme üliõpilastest ja 5,6% magistriastme üliõpilastest olid internetisõltuvuses. Kuigi õpilased on üldise populatsiooni hulgas väheesindatud, on nad siiski kõrge riski all, kuna neil on lisaks kergele ligipääsule internetiühendusele ka veel paindlik ajagraafik. Samas rõhutasid Byun et al. (2009), et on oluline mõista, et väga harva need erinevad uurimused toovad välja selle, et just see kontingent on kõige suuremaks riskirühmaks. Internet lubab õpilastele paremaid tulemusi õppimises ja on saamas oluliseks osaks koolitööde tegemisel, mis tähendab, et õpilaste internetis veedetud aeg üha suureneb (Nalwa & Anand, 2003). Noorukite hulgas on internetisõltuvuse mõõtmine andnud erinevaid tulemusi, mida on mõjutanud nii mõõtmisinstrument kui ka asukoht, kus uurimus läbi viidi. Vastavalt mõõtmisinstrumendile on mõned uurimused esitanud ainult liigkasutajate hulka kuuluvad noored, mis tähendab seda, et nende internetikasutamine on võrreldes tavakasutajaga liigne ja võib viia sõltuvuseni (Weinstein & Lejoyeux). Mõned uurimused (Chen & Chou, 1999) pole sõltlasi välja toonud, mis tähendab, et vastavas uurimuses, kas ei leitud sõltlasi või neid ei saanud kindlaks teha (olenevalt mõõtmisinstrumendist). Järgnevas tabelis (tabel1) on välja toodud mõned erinevates riikides läbiviidud uuringute tulemused, mis olid esindatud Lawrence'i et al. (2009) ning Weinstein & Lejoyeux (2010) töödes ja milles uuriti õpilasi:

Tabel 1. Internetisõltuvuse ja/või liigse internetikasutamise mõõtmise tulemused erinevates riikides (koostatud Lawrence'i et al. (2009) ning Weinstein & Lejoyeux (2010) toodud andmete põhjal)

Riik	Liigkasutajad	Sõltlased
Iraan	30%	3%
Lõuna-Korea	10-30%	4%
Hong Kong	20%	-*
Suurbritannia	18%	-
India	18%	-
Taiwan	18%	-
Singapur	17%	-
Norra	9	2
Kreeka	8	-
Saksamaa	3	-
Põhja-Küpros	1	6
Itaalia	-	5
Austraalia	-	4
Hiina	-	2

\*- vastavat kategooriat ei leitud või ei uuritud

Internetisõltuvuse määr on maailmas kiiresti kasvamas. Rahvusvahelised internetisõltuvuse skoorid, mis on kasutanud küsimustikke nagu Young'i internetisõltuvuse test, varieeruvad erinevatel aastatel 1,5%-lt kuni 8,2%-ni (Lawrence et al., 2009). Eelkõige on probleem suurenenud Aasia riikides (Ozcinar, 2011). Lawrence et al. (2009) täheldasid kasvavat probleemi noorukite seas Taiwanis ja Hiinas, kus sõltuvus kasvas 2000.aastal 6%-lt 11%-le 2004.aastal. Seal on ühtlasi ka internetisõltuvust kõige enam uuritud. Palju on tehtud uurimusi ka USA-s ning on leitud 3-7% sõltlasi. Interenetisõltuvusest on saanud üha sagedasem vaimne probleem noorte seas (Lawrence et al., 2009).

Siiski on nende eelpool mainitud uurimuste juures probleemiks see, et kasutatakse erinevaid termineid, et kirjeldada probleemset internetikasutamist, nagu piiripealne, kompulsivne, liigne, riski all ja sõltuvuses, mis ei ole üheselt defineeritud või kliiniliselt

kindlaks tehtud. Samuti kasutavad uuringud erinevaid mõõtmisinstrumente. Näiteks Nalwa & Anand'i (2003) uurimuses kasutati Davis' e *online* kognitiivset skaalat (DOCS) ja veel on kasutatud patoloogilise internetikasutamise teste (Morahan-Martin & Schumacher, 1997) ning Brenner (1997) kasutas internetiga seotud sõltuvuskäitumise testi (IRABI). Kuid põhiline ja maailmas kõige enam kasutatud on Young'i (1998) internetisõltuvuse test, mis koosneb 20-küsimusest, mis mõõdavad sõltuvust (Weinstein & Lejoyeux, 2010). Antud töös kasutatakse sünonüümidega internetisõltuvust ja kompulsivset interneti kasutamist. Interneti liigkasutamine või üleliigne kasutamine tähendab antud töös sellist internetikasutust, mis võib põhjustada inimesele probleeme ja võib areneda sõltuvuseks, kuid mõõtmise hetkel polnud tegemist internetisõltuvusega. Käesolevas töös võetakse aluseks Young'i internetisõltuvuse definitsioon (1999), mille kohaselt on internetisõltuvuse puhul tegemist impulsside kontrolli häirega, kasutades sõltuvuse mõõtmiseks samu kriteeriume, mis hasartmängurluse puhul ja põhjustab inimesele tõsisemaid negatiivseid tagajärgi koolis ja/või tööl ning igapäevaelus.

### 1.1.2 Internetisõltuvuse riskitegurid õpilaste seas.

Kui vaadelda erinevaid uurimusi, mis on tehtud õpilaste seas internetikasutamise kohta, siis selgub, et suurem probleem on eelkõige meessoost noorte hulgas (Chou & Hsiao, 2000; Johansson & Götestam, 2004; Konstantinos et al., 2008; Morahan-Martin & Schumacher, 1997; Weinstein & Lejoyeux, 2010). Lawrence'i et al. (2009) uuringus osalesid 13.-18-aastased noored, kellest täpselt pooled sõltlastest olid noormehed. Kuigi nagu eelnevast selgus kannatavad sõltuvuse all just meessoost noorukid ja eriti introvertsed noorukid on aga uurimused välja toonud, et sõltuvus on viimastel aastatel suurenenud just naissoost noorukite seas (Lawrence et al., 2009).

Samuti võis sõltuvusega seotud olla vanus. Keskkoolis on leitud rohkem sõltlasi (Ozcinar, 2011). Põhjus võis Ozcinar'i (2011) sõnul peituda selles, et keskkooliõpilastel on Põhja-Küprosel väiksem koormus koolis ja seetõttu on neil rohkem aega veeta internetis (Ozcinar, 2011). USA riiklikus uuringus, kus osalesid lapsed ja teismelised vanuses 2-18, kasvas vanusega nende laste arv, kes olid kasutanud arvutit väljaspool kooli viimase päeva jooksul (Rideout, Foehr, Roberts & Brodie, 1999). Konstantinose et al. (2008) uurimuses olid kõrgemad näitajad nooremate kooliõpilaste hulgas, kellele järgnesid üliõpilased. Johansson & Götestam (2004) vanusegruppide vahel erinevusi ei leidnud.



Ozcinar (2011), Konstantinos et al. (2008) ja Louizou, Konstantoulaki & Kafetzis, (2009) leidsid, et üks põhjus, miks internetisõltuvus poiste hulgas levinum on, võib peituda mängude mängimises internetis. Ozcinar tõi välja, et 22% poisse ja ainult 9% tüdrukuid mängib elektroonilisi mänge iga päev. Ka Gross'i (2004) uurimuses oli teatud grupp väga sagedasi mängude mängijaid, kuhu kuulusid peaaegu kõik meessoost õpilased. See grupp oli ainult 5% määraga, aga siiski oluline näitaja. Lisaks selgus Ozcinar'i (2011) uurimuses, et mehed tutvusid internetis kolm korda enam uute inimestega ja kasutasid naistest enam selliseid internetirakendusi, nagu arvamuste vahetamine teistega, fantaasiate jagamine ja uudiste lugemine. Subrahmanyama, Greenfielb, Krautz & Grossb (2001) tõi välja, et poisid kasutasid internetti sagedamini, kuigi neil oli tüdrukutega võrdne ligipääs ühendusele. Kaheaastase perioodi vältel, üle poolte noormehi olid internetis aktiivsed võrreldes väiksema arvu tüdrukutega. Poisid edestasid tüdrukeid kõiki tüüpi internetikasutuses, kuigi neil oli sama arvutikasutamisoskus ja tase.

Erinevad uurimused (Louizou et al., 2009; Subrahmanyama et al., 2001; Turow, 1999; Van den Eijnden, Merrkerk, Vermuls, Spijkerman & Engels, 2008) viitavad, et lisaks mängude mängimisele on riskiteguriks internetis suhtlemine ja seda funktsiooni kasutavad rohkem just naised. Van den Eijnden et al. (2008) tõi välja, et et suhtlemisfunktsioon on muutumas üha olulisemaks mõlemast soost noorte internetikasutamise puhul, aga tüdrukute vajadus suhelda on suurem. Young (1998) leidis, et internetisõtlased kasutasid põhiliselt kahte tüüpi suhtlemisfunktsiooni (*online* suhtlus ja e-post). Sarnasele tulemusele jõudsid Chou, Chou & Tyan (1999), kes selgitasid välja, et sõltlased kasutasid internetti rohkem suhtlemiseks. Kuna populaarsed on eelkõige reaalaaja suhtlemisfunktsioonid, nagu MSN ja jututoad, siis kasutatakse neid väga sageli ja korraka pikka aega, kuna sõnumit on võimalik kohe näha ja sellele vastata. Turow (1999), Gross, Juvonen & Gable (2002) ja Gross (2004) tõi välja, et noored peavad oluliseks hoida internetis kontakti lähedaste ja kaugemate sõpradega. Seega võib järeldada, et noorte internetis veedetud aeg suureneb ja tekib oht liigkasutamiseks, mis võib omakorda viia sõltuvuseni. Suure hulga varajases noorukieas olevate õpilaste seas läbiviidud longitudinaalse uurimuse tulemused näitasid, et *online* suhtlemine oli positiivselt seotud kompulsiiivse interneti kasutamisega kuus kuud pärast esimese testi tegemist. Siiski ainult reaalaaja suhtlemisfunktsioonid, nagu *messenger* ja jututoad olid seotud kompulsiiivse interneti kasutamisega, viidates sellele, et noorukid, kes pidevalt neid funktsioone kasutasid olid suuremas kalduvuses kompulsiiivsele interneti kasutamisele (Subrahmanyama et al., 2001).

Gao & Su (2007) tõid välja, et internetisõltuvusega õpilastel võib juba eelnevalt olla rohkem käitumuslikke või emotsionaalseid probleeme nende igapäevaelus kui mittesõltlastel. Näiteks võib olla neil keskendumisprobleeme, esineda hüperaktiivsust ja seetõttu kritiseerivad neid sageli õpetajad ja vanemad ja saavad harva kiita. Niisiis võivad need õpilased oma viha välja elada läbi internetimängude ja jututubade. Seal võivad nad tunda teataval määral saavutustunnet. Internetisõltlaste grupil olid tunduvalt kõrgemad skoorid neurotismi, psühhoosi ja valetamise osas (Gao & Su, 2007). Samuti said nad madalamaid skoores ajakontrolli, ajaväärtustamise ja mõistliku ajakasutamise osas ja prosotsiaalses käitumises (Gao & Su, 2007). Teiseks võivad need õpilased olla impulssiivsemad, neil on vähem enesekontrolli, mis toob endaga kaasa suutmatuse kontrollida aega, mille veedavad internetis. India uurimuse põhjal (Nalwa & Anand, 2003) kujunesid kaks gruppi: sõltlased ja mittesõltlased. Sõltlased tundsid, et elu ilma internetita on igav. Sõltlased olid ka üksikumad.

Üks põhilisi näitajaid, mida on uurijad silmas pidanud sõltuvuse uurimisel õpilaste seas, on ajahulk, mis veedetakse internetis. Tulemused on olnud erinevad. Ozcinar'i (2011), Chou & Hsiao (2000), Chen & Chou (1999) ning Gao & Su (2007) uurimustes toodi sõltlaste kohta välja, et nad kasutasid internetti palju tunde nädalas ja veetsid seal rohkem aega kui mittesõltlased. Õpilaste sõltuvusskoorid olid korrelatsioonis nende nädalas internetis veedetud tundidega. Soome uurimuses veetsid sõltlased internetis rohkem tunde (keskmiselt 2,7 tundi) kui mittesõltlased (1,3 tundi) (Kaltiala-Heino et al., 2004). Norras läbiviidud uuringust selgus aga, et interneti kasutamise sagedus ja internetisõltuvus olid omavahel nõrgalt seotud (Johansson & Götestam, 2004). Indias korraldatud uuringus, kus uuriti 16.-18.-aastaseid kooliõpilasi, polnud üldse seost internetikasutamise osas sõltlaste ja mittesõltlaste vahel. Mõlemad rühmad kasutasid internetti sama palju tunde (Nalwa & Anand, 2003).

Mõned uurijad on püüdnud ka välja selgitada, millised võiksid olla veel riskitegurid internetisõltuvuse ennustamiseks. Leidusid mõned sarnased näitajad. Konstantinos et al. (2008), Johansson & Götestam (2004) ning Louizou et al. (2009) tõid välja, et faktorid nagu ligipääs internetiühendusele kodus, kasutamisharjumused, uudistegrupid, e-maili teenused, mängud, jututoad, arutelugruppidest osavõtmine internetis, internetikaupade ostmine, erinevate artiklite ja väljaannete lugemine on olulised riskitegurid sõltuvuse kujunemiseks. Mõnes uuringus (Konstantinos et al., 2008; Weinstein & Lejoyeux, 2010) olid demograafilised näitajad, nagu elukoht, internetisõltuvuse ennustajad. Suuremates linnades oli väiksem sagedus kasutamises kui maal ja väikestes linnades. Samas kui Norras tehtud uurimuses polnud elamispiirkond seotud sõltuvusega (Johansson & Götestam, 2004).

Lawrence et al. (2009) ning Weinstein & Lejoyeux (2010) töid välja, et potentsiaalsed riskitegurid olid uimastite tarbimine, perega mitterahulolu ja stressi põhjustavate sündmuste kogemine, madal seotus kooliga, sagedased konfliktid perekonnas ja perekonna positiivne suhtumine uimastite kasutamisse (Weinstein & Lejoyeux, 2010). Louizou et al. (2009) ning Konstantinos et al. (2008) rõhutasid, et oluline on koht, kus internetti kasutatakse. Kodu ja internetikohvikud on olulised kohad. Mõlemates kohtades on võimalik internetti vabalt kasutada ilma täiskasvanute järelvalveta. Kool on ebaolulisem koht sõltuvuse kujunemisel, mis võib tuleneda sellest, et seal on teatud lehekülgedele võimatu ligi pääseda ja juurdepääs võib olla piiratud (Louizou et al., 2009). Roberts et al. (1999) näitasid, et probleem oli suurem valgete kui mustade või latiinode hulgas. Samuti see suurenes vastavalt pere sissetuleku suurenemisega. Nad rõhutasid, et vanemate arv (üksikvanem või kaks vanemat) polnud oluline faktor.

Nimetatud uurimuste põhjal võib väita, et väga raske on ennustada, millised tegevused internetis võiksid olla sõltuvuse kujunemise ennustajad ja kui suurel määral on korrelatsioonid internetis viibitud ajahulk ja sõltuvus. Mõned uuringud (Chen & Chou, 1999; Chou & Hsiao, 2000; Ozcinar, 2011) on jõudnud tulemusele, et ajahulk, mis veedetakse internetis on seotud sõltuvusega, kuid teised uuringud (Nalwa & Anand, 2003) pole seost leidnud. Samuti arvatakse, et sõltused kasutavad internetti põhiliselt suhtlemiseks (Louizou et al., 2009; Van den Eijnden et al., 2008), kuid samas võib öelda, et see ongi noorte põhiline tegevus internetis ning uuringud (Gross et al., 2002; Gross, 2004) pole leidnud kinnitust sellele, et see funktsioon võiks kuidagi kahjulik olla. Pealegi suhtlevad lapsed ja noorukid põhiliselt juba tuttavate inimestega (Subrahmanyama et al., 2001). Kuigi poisid veedavad internetis rohkem aega (Konstantinos et al., 2008), võib see olla tingitud mängude mängimisest (Ozcinar, 2011), seevastu tüdrukud kulutavad rohkem aega suhtlemisele (Van den Eijnden et al., 2008). Samuti ei saa väita, et kodune ligipääs internetile võiks olla seotud sõltuvusega. Kuigi uuringud näitasid, et kodus veedetakse väga palju aega internetis (Subrahmanyama et al., 2001), siis pole see seotud sõltuvusega. Siiski võib väita, et suureks probleemiks on aja väärkasutus; internetti kasutatakse valede eesmärkidel ja nii-öelda raisatakse aega (Nalwa & Anand, 2003).

## **1.2 Arvuti ja interneti kasutamise seos õppeedukuse, õppimisharjumuste ja muude kooliga seotud näitajatega**

Internetti peetakse põhiliseks õppimisele kaasa aitavaks vahendiks. Mitmed uuringud on näidanud, et arvutite kasutamine oli positiivselt seotud õppimistulemuste paranemisega, aga see suhe polnud täpsemalt lahtiseletatud. Sparks (1986, viidatud Subrahmanyama, 2001 j) leidis, et olid olulised erinevused arvutioskuse osas keskkooliõpilaste hulgas, kellel oli kodus arvuti ja kellel polnud. Nendel õpilastel, kellel oli kodus arvuti olid paremad oskused arvuti kasutamise osas võrreldes nendega, kellel polnud. Rocheleau (1995) analüüsis 7.-12.klassi õpilasi. Õpilased, kellel oli kodus arvuti, said üldiselt paremaid hindeid ja paremaid tulemusi matemaatikas ja emakeeles, kui need õpilased, kellel polnud kodus arvutit. Aga Barber'i (1997, viidatud Young, 2004 j) küsitlusest selgus, et üle kolmandiku vastanud õpetajatest, raamatukogutöötajatest ja arvuti koordineerijatest uskusid, et interneti kasutamine ei too kaasa laste paremaid tulemusi koolis; nad arvasid, et informatsioon internetis on organiseerimata ja pole seotud kooli õppekavaga, et aidata õpilasi ja võib olla pigem häiriv. Vastajad arvasid, et õpikud aitavad õpilastel saavutada testides paremaid tulemusi. Ka Young (2004) ning Brady (1996) tõid välja, et üha enam arvavad õpetajad ja koolitöötajad, et internetiühenduse loomine koolides võib kasu asemel hoopis kahju tuua.

Suureks probleemiks on kujunenud liigne interneti kasutamine ülikoolides. Brady (1996) USA ülikoolis läbiviidud uurimuses leiti, et ligi pooltel üliõpilastel oli koolis probleeme just hilisel ööl internetis käimise tõttu, mille tagajärjel kannatasid õppimisharjumused. Ühes esimestes ühiselamus tehtud uuringutes, mis käsitlesid internetisõltuvust, selgus, et vastanutel oli interneti kasutamine seganud nende akadeemilist tööd, õppesooritust ja sotsiaalset elu. Mõned vastanutest ütlesid, et internetil oli nende igapäevaelule üldine negatiivne mõju (Scherer, 1997). *Online* küsitlus (Brenner, 1997) ja kaks ülikoolilinnakus läbi viidud uuringut näitasid et patoloogiline internetikasutamine on suureks probleemiks õppimisele ja inimestevahelistele suhetele (Young, 1996, 1997). Alfredi ülikoolis tehtud uuringus selgus, et viimaste halbade SAT tulemuste põhjused peituvad selles, et liigselt veedetakse aega internetis (Nalwa & Anand, 2003).

Uurimused on näidanud, et internetisõltuvus on seotud ka õpilaste seas olulise õpingute halvenemisega (Lin & Tsai, 1999; Nalwa & Anand, 2003). Young (1998) leidis, et üle poolte õpilaste seas langesid hinded ja toodi välja, et interneti kasutamine on seganud nende akadeemilist edukust. Uuritavad leidsid, et liigne interneti kasutamine põhjustas neile isiklikke, perekondlikke ja tööga seotud probleeme, mis olid sarnased neile, kes kannatasid teiste sõltuvuste all. Uurimustest (Brady, 1996; Nalwa & Anand, 2003) on selgunud, et aja

väärkasutamine oli põhiline internetikasutamise tulemus, mille tõttu olid õpilastel probleemid koolis. Ka Young'i uurimuses (1998) toodi välja, et kõige suuremaks probleemiks oli aja väärkasutus, mis põhjustas isegi mõningaid füüsilisi tagajärgi, nagu halvenenud magamisharjumused ja väsimus. Samuti võivad õpilased kogeda akadeemilisi probleeme, mis võib lõpuks viia halvade hinnete ja isegi koolist väljalangemiseni. Chou & Hsiao (2000) uurimuses teatasid õpilased, et internetil on mõningane negatiivne mõju nende õpingutele ja igapäevaelu toimetustele. Ozcinar (2011) tõi aga välja, et leidub tugev korrelatsioon internetisõltlaste ja õppimiskeskuste vahel ning samuti selgus tema uurimusest, et liigne interneti kasutamine põhjustab pedagoogilisi, füüsilisi, psühholoogilisi ja interpersonaalseid probleeme. Füüsiliste probleemide hulka kuulusid kange kael, valusad ja kuivad silmad, vähene uni, peavalud, nägemishäired ning pinged õlgades. Ka Soomes läbiviidud uuringus mõned noorukid teatasid interneti kahjulikust mõjust, muuhulgas mõjust hinnetele (Kaltiala-Heino et al., 2004). Kuid näiteks Lin'i & Tsai (1999) uuringus Taiwani ühe keskkooli õpilased ütlesid, et internetil oli nõrk negatiivne mõju nende õpingutele ja igapäevaelule, aga tugev positiivne mõju suhetele kaaslasega.

Young & Rogers (1998) leidsid, et sõltlased said kõrgemaid tulemusi iseseisvuse mõõtmisel, eelistades tegevusi sooritada pigem üksinda ja olid rohkem omaette. On võimalik, et need, kes kannatavad sõltuvuse all ei koge samu võõrandumistundeid, mis teised, kui nad veedavad pikki tunde üksinda istudes. Samuti aitab interneti interaktiivsus tunda teatavat seotust teiste kasutajatega. Nad tunnevad, et nad pole üksi. Seetõttu ongi kõige haavatavamad lapsed, kes on üksikud ja vaevlevad igavuses ning, kes on üksinda kodus, kuna teised pereliikmed ei viibi seal ning nad ei suhtle oma eakaaslastega pärast koolipäeva.

USA uurimuses vaadeldi arvutite mõju laste õppe edukusele matemaatikas, loodusainetes, keeltes ja kirjutamises. Kõige sagedamini kasutati arvutis kooli tarbeks *Word* kirjutamisprogrammi ja veel lisaks informatsiooni otsimist. Küsitlused näitavad, et vanemad üldiselt usuvad, et arvutid aitavad kaasa õppimisele. Turow (1999) küsitluses ütlesid vanemad, kelle kodus oli arvuti, et lapsed võivad arvutis avastada fantastilisi ja kasulikke asju ja, et ilma internetita oleks lastel eakaaslastega võrreldes, kellel on internet, halvemad võimalused. Vanemad ütlesid, et nad hindavad hariduslikke võimalusi, mida internet lastele võimaldab, aga samal ajal muretsesid kvaliteedi langemise pärast (näiteks lühikeste *online* artiklite lugemine raamatute asemel) ja informatsiooni usaldusvääruse pärast. Üks ema oli imeks pannud, kui palju informatsiooni tema poeg on võimeline internetis leidma, aga muretses ka, et liigne info võib pärssida uurimuslikku tööd ja kriitilist mõtlemist. Teised muretsesid, et informatsioon on erapoolik ja tasakaalustamata (Subrahmanyama et al., 2001).

Internetisõltuvus mõjutab lisaks hinnetele, ka muid kooliga seotud tegureid, nagu õppimisharjumused ning koolist puudumine. Young (1996, 1998) leidis, et õpilaste õppimisharjumused on langenud ja nende tundidest puudumine või peale tunde jäämine on tekkinud just liigse interneti kasutamise tõttu. Ka Nalwa & Anand (2003), Chou (2001) ning Chou & Hsiao (2000) töid välja, et vähene osavõtmine tunnivälistest tegevustest, kehvemad õppimisharjumused ning teised probleemid on seotud liigse interneti kasutamisega. Õpilased, kes kaldusid sõltuvuse poole, kogesid rohkem negatiivseid tagajärgi nende õpingutele ja igapäevaelule, kui need, kes olid tavakasutajad. Ozcinar'i (2011) uurimuses peaaegu pooled vastanutest, kes paigutati sõltlaste alla, nõustusid väitega, et nad paluvad koduste tööde tegemist inimestelt, kellega suhtlevad internetis ja 59% nõustus, et nad tegelevad tunni ajal millegi muu kui õpetaja kuulamisega.

Vähene magamine on üks internetisõltuvuse olulisemaid kahjulikke tagajärgi just õpilaste ja üliõpilaste puhul. Umbes pool uuritavatest ütles, et nende unerežiim oli häiritud hiliste internetis veedetud tundide pärast. Mõned õpilased ütlesid, et nad olid internetis vahel isegi kella neljani hommikul. Selle tagajärjed olid pinges õlad, nälg, tundidesse hiljaks jäämine jne (Ozcinar, 2011). Ka Nalwa & Anand (2003) jõudsid sarnase tulemuseni ja leidsid, et sõltlased lükkasid oma kohustusi edasi väga sageli ning vähene magamine põhjustas suuri probleeme õppimises. Need tulemused olid kooskõlas Young'i (1996, 1998) tulemustega.

Kuid paljud küsitlused, mis sõltuvust uurisid, ei toonud välja, et uurimistulemused olid seotud valimiga, mis tähendab, et valimisse kuulusid õpilased, kes on internetisõltuvuse kujunemisel riskirühmaks. Seega polnud tulemused piisavad üldistamiseks (Griffiths, Miller, Gillespie & Sparrow, 1999). Chou, Condron & Belland (2005) leiavad, et baseerudes eelmainitud uuringutele on raske jõuda ühesele otsusele, et liiga sage interneti kasutamine põhjustaks üleüldise negatiivse mõju sõltlaste igapäevaelule, võib leida ainult ühe kindla negatiivse tagajärge, milleks on aja väärkasutus, mis segab akadeemilist tööd, sooritust koolis või tööl ning argielu jne. Samas peaksid õpetajad jälgima neid õpilasi, kellel on koolis raskusi, kuna tänapäeval võivad olla need seotud interneti liigse kasutamise või isegi sõltuvusega.

Kuigi internet on ideaalne asi, mida kasutada uurimistegevuseks, siis õpilased käivad ebavajalikel lehekülgedel, veedavad aega jututubades, suhtlevad oma internetist leitud sõpradega ja mängivad interaktiivseid mänge raisates niiviisi aega. Nad ei suuda kontrollida kõiki neid võimalusi, mida internetiavarused pakuvad ja kulutavad seal liigselt aega, selle asemel, et tegeleda tervislike tegevustega (Nalwa & Anand, 2003; Young, 1999). Arvutit ja

interneti peaks võtma kui väärtuslikku abilist mitte kui imeasja, mis lahendab meie kõik probleemid (Nalwa & Anand, 2003).

### ***1.3 Internetisõltuvus ja selle seos interpersonaalsete suhetega***

Paljud uurimused on püüdnud välja selgitada internetisõltuvuse mõju interpersonaalsetele suhetele. Tulemused on olnud erinevad. Mõned uurimused toovad välja interneti positiivse või neutraalse mõju suhetele (Chou & Hsiao, 2000; Chou, 2001; Chou et al., 2005; Lin & Tsai, 1999), seda paljuski tagasihoidlikkumate noorte vaatevinklist lähtuvalt. Neis uurimustes leidsid õpilased, et internet aitab parandada ja täiendada interpersonaalseid suhteid. Chou et al. (2005) uurimuses sisaldas interneti mõju suhetele eneseidentiteeti, lähedasemaid suhteid sõpradega, sidet maailmaga jne. Pea pooled vastanud ütlesid, et neil on paremad suhted oma vanade sõpradega tänu internetile ja üle poolte leidsid internetist uusi sõpru. Mõned vastanutest olid ka nendega reaalses elus kohtunud. Enamik uuritavatest tundsid, et internet laiendas nende sotsiaalset elu positiivselt. Seetõttu võib järeldada, et internetisõprust peetakse üleüldiste sõprussuhete üheks osaks. Sage internetikasutamine võib kaasa tuua ajakasutamise probleeme, aga ei mõju suhetele negatiivselt; vastupidi internet pakub võimalust tutvuda uute inimestega ja suhelda olemasolevate sõpradega ning leida nendega uusi kõneaineid (Chou, 2001; Chou et al., 2005). Chou et al. (2005) ei leidnud oma uurimuses olulisi erinevusi sõltlaste ja mittesõltlase interpersonaalsete suhete osas. Chou & Hsiao (2000) uurisid Taiwanis õpilasi ja leidsid, et polnud erinevust selle vahel, kuidas sõltlased ja mittesõltlased vaatlesid interneti mõju suhetele sõprade, koolikaaslaste, vanemate ja õpetajatega.

Teised uurimused rõhutavad, et internetisõltuvus halvab suhteid eakaaslaste, vanemate ja õpetajatega ning tekitab sotsiaalset ärevust (Brenner, 1997; Chang & Law, 2008; Liu & Kuo, 2007; Nie & Erbring, 2000; Ozcinar, 2011; Weinstein & Lejoyeux, 2010; Young, 1996). Ozcinar'i (2011) uurimuses üle poolte vastanutest, kes osutusid sõltlasteks, nõustusid väitega, et lahendavad isikutevahelisi konflikte pigem internetis kui näost näkku. Peaaegu pooled vastanutest nõustusid sellega, et nad nad istuvad arvutisse enne kui perega suhtlevad. Kui suureneb sõltuvus, suurenevad noorte probleemid suhtlemisosekuste osas. Vastavalt Nie & Erbring'ule (2000) interneti kasutamine vähendab aega, mida veedetakse sotsiaalses elus. Kuid nad rõhutavad seejuures, et siiski on põhilisemad probleemid seotud õppimisega. Lõuna-Koreas läbiviidud uurimuses (Weinstein & Lejoyeux, 2010) oli internetisõltuvus positiivses

korrelatsioonis sotsiaalse ärevuse ja ebarahuldavate suhetega eakaaslastega ja vanematega, peresuhete, pere sidususe ja peresisese vägivallaga. Chou et al. (1999) uurimuse kohaselt õpilaste sõltuvusskoorid olid positiivses korrelatsioonis nende reaalsusest põgenemise skooride, interepersonaalsete suhete ja kogu suhtlemise meeldivuse (*communication pleasure*) skooridega. Chou & Hsiao (2000) sõltuvusgrupp leidis, et internet on meelt lahutav, huvitav, interaktiivne ja rahuldust pakkuv. Lavin, Marvin, McLarney, Nola & Scott (1999) leidsid, et sõltlased said madalamaid skooore üldises tähelepanu otsimise skaalal ja samuti põnevuse ja seikluste otsimise-skaalal, aga samas nad rõhutasid, et suhtlemismeeldivuse skoorid on kõige tugevamad näitajad internetisõltuvuse puhul. Tsai & Lin'i (2004) uurimusest selgus, et õpilased arvasid, et nad võivad kontrollida internetirakendusi ja need, kes kõrgelt väärtustasid interneti kasulikkust, väitsid, et nad vajavad seal rohkem aega, et saavutada rahuldust tegevusest.

Interneti suur roll sotsialiseerumisprotsessis on esmane põhjus, miks inimesed üleliigselt internetis aega veedavad, kasutades seal reaalajas toimivaid suhtlemisviise, nagu arutelufoorumid, jututoad ja *online* mängud. Kasutajate arv sellistel lehekülgedel nagu Blogger.com, MySpace.com ja Wikipedia.org suurenes märgatavalt viimase kümne aasta jooksul (Byun et al., 2009). Nii psühholoogide seas kui ka meedias on jätkuv debatt *online* suhtluse mõju üle noorukitele. Ühest küljest võivad sel olla positiivsed tagajärjed, näiteks suurendades sotsiaalset toetust, võimaldades kergemini leida sõpradega kontakti või luua uusi sõprussidemeid. Samuti võib internet pakkuda suhteliselt turvalist paika, kus saab suhelda ilma sotsiaalseid oskusi kasutamata, mis on vajalikud näost-näkku suhtlusel ja see on kasulik just isoleeritud teismeliste (Subrahmanyama et al., 2001). Populaarsed stereotüübid, mis ümbritsevad erinevaid tüüpe häkkerlust ja arvutisõltuvust, viitavad, et sõltuvuses kalduvad olema puudulike sotsiaalsete oskustega meessoost teismelised, kellel on vähene või üldse puuduv sotsiaalelu ja vähene enesekindlus (Ozcinar, 2011). Enamus uurimusi on kinnitanud fakti, et suurem osa interneti kasutajatest on tõesti meessoost (Griffiths et al., 1999). Uurijad on leidnud, et jututoad ja mängud on olulised faktorid, mis põhjustavad liigse internetikasutamise. Introvertidest noored inimesed on paremini võimelised väljendama ennast internetis ja saavad seal kergemini erinevate gruppide tegevusest osa võtta (Ozcinar, 2011).

Mitmed eelpool mainitud uuringud (Ozcinar, 2011; Weinstein & Lejoyeux, 2010 jt) on juba viidanud interneti sõltuvust tekitavale mõjule, kus internetisõltuvus on seotud inimese sisemiste ja inimestevaheliste konfliktide tekkega. Eakaaslastega suhtlemisel on mõju lapse



interpersonaalsetele oskustele ja sotsiaalsele kompetentsusele. 7.eluaasta paiku hakkavad lapsed suhtlema rohkem oma eakaaslaste kui täiskasvanutega (Griffiths, 1997). Arvutikasutamine on tekitanud mure, et lapsed vormivad sõprust masinaga, selle asemel et sõbrustada eakaaslastega, pärssides nende interpersonaalseid oskusi. Fakt, et rohkem kui ühel viiendikul 8-18-aastastel lastel on arvuti nende magamistoas, viitab sellele et arvuteid võidakse sageli kasutada üksinduses (Subrahmanyama et al., 2001). Tõepoolest on leitud, et nooremate ja vanemate keskkooliõpilaste seas üle 60% veetis arvutis aega üksi (Subrahmanyama et al., 2001). Samuti on pakutud, et mõned noored muutuvad nii seotuks mõnede kindlate interneti rakendustega, et nad ei suuda enam kontrollida oma tegevust, neil on interneti sundkasutamine (Subrahmanyama et al., 2001). See tähendab, et inimene kogeb ebameeldivaid emotsioone, kui interneti kasutamine on võimatu, jätkab interneti kasutamisega vaatamata sellele, et soovib lõpetada või vähendada selle kasutamist, kasutab internetti, et pääseda negatiivsetest tunnetest, interneti kasutamine domineerib inimese kognitsioone ja käitumist (Subrahmanyama et al., 2001). Samas saab uurimuste alusel järeldada, et pidevad mängude mängijad kohtuvad sõpradega sagedamini väljaspool kooli, kui need, kes harvemini mängivad (Colwell, Grady & Rhaiti, 1995). Erinevusi ei leitud sotsiaalsetes interaktsioonides arvutimängijate ja mittemängijate vahel (Phillips, Rolls, Rouse & Griffiths, 1995). Teiste sõnadega mängude mängimine ei avaldanud mõju sotsiaalsele võrgustikule ja suhete toimimisele laste hulgas. Vähem on teada pikaajalise liigse arvutikasutamise mõjust nende laste hulgas, kes mängivad arvutimänge 39 tundi nädalas või rohkem (Griffiths & Hunt, 1995).

Võrreldes täiskasvanutega olid teismelised jututubade ja muude sarnaste kohtade sagedasemad kasutajad ja kohtusid internetis rohkem uute inimestega (Gross et al., 2002). Kuna noorukeid kirjeldatakse tüüpiliselt sotsiaalsete suhetega eksperimenteerijatena (Brown, Mounts, Lambom & Steinberg, 1993) kasutavad noored internetti sotsiaalseks eksperimenteerimiseks, kuna see on seotud nende arenguliste iseärasustega (Gross et al., 2002). Kuigi on selge, et teismelised kasutavad internetti sageli sotsiaalsetel eesmärkidel, ei ole üheselt kindlaks tehtud, kas see parandab või halvendab nooruki sotsiaalseid suhteid. Mõju sõltub sellest, kas noorukil on teisi sotsiaalseid kontakte. Neid aspekte on üsna vähe uuritud, aga mõned uuringuanalüüsid, mis on keskendunud internetile, on näidanud, et teismeliste liigne arvutikasutamine on seotud sotsiaalse seotuse vähenemisega (Kraut et al., 1998; Weinstein & Lejoyeux, 2010). Kraut'i et al. (1998) longitudinaalse uurimuse tulemused näitasid, et kui osalejad veetsid rohkem aega internetis, kogesid nad suuremat langust sotsiaalses ja psühholoogilises heaolus. USA-s läbiviidud uurimuses (Gross et al., 2002)

7.klassi õpilased California riigikoolis täitsid heaolu kohta küsimustiku ja samuti vastasid internetikasutamisega seotud küsimustele. Internetis veedetud aeg ei olnud seotud situatsioonilise või igapäevase heaoluga. Siiski oli lähedus internetisõpradega seotud igapäevase sotsiaalse ärevuse ja üksindusega koolis. Osalejad, kes tundsid end koolis üksikuna või sotsiaalselt ärevana suhtlesid igapäevaselt tõenäolisemalt läbi *messenger*'i inimestega, keda nad hästi ei tundnud. Need tulemused võivad tähendada, et kui õpilased tundsid end koolikaaslastega lähedasena ja turvaliselt, püüdsid nad ka internetis nendega täiendavalt suhelda. Kui tunti end sotsiaalselt ebamugavalt ja teistest eraldatuna, kasutasid noorukid interneti selleks, et mitte tunda end üksi ja pöördusid seal inimeste poole (Gross et al., 2002).

Subrahmanyama et al. (2001) uurimuses ütles enamik õpilasi, et nende *online* sotsiaalsed suhted levisid ka väljaspoole interneti. Samas on internetisuhete tugevus ebaselge. *Online* suhteid kasutati esmajoones, et hoida ühendust lähedaste sõpradega ja pereliikmetega, mida nimetavad sotsioloogid „tugevateks sidemeteks“ (Granovetter, 1973). Lisaks ei asendanud see vanemaid suhtlemisviise. Näiteks ütlesid teismelised, et nad kiirustavad koju et kirjutada oma sõpradega, kellest just lahku mindi. Pärast kolledžisse minekut, kasutasid õpilased interneti, et suhelda oma vanemate ja endiste koolikaaslastega (Subrahmanyama et al., 2001). Internetisuhted on tüüpiliselt „nõrgemad“ võrreldes nende suhetega, mis on väljaspool interneti (Subrahmanyama et al., 2001, Gross et al., 2002). Uurimused näitavad, et seda tüüpi sotsiaalsed kontaktid pakuvad tüüpiliselt vähem sotsiaalset toetust kui lähedasemate suhete puhul (Wellman et al., 1996). Selliste „nõrkade sidemete“ loomine viitab faktile, et kontrastiks varasematele telekommunikatsiooni sisaldatavatele interpersonaalsetele suhtlemisviisidele, sisaldab internet populaarseid suhtlemisrakendusi, mis julgustavad võõrastega suhtlema. Oluline erinevus nende teenuste juures on see, et nad pakuvad avalikke kohti, kus inimesed võivad koguneda, üksteist kohata, suhelda või vaadata teiste suhtlemist ja vahetevahel sõlmida uusi tutvusi (Subrahmanyama et al., 2001). Näiteks Subrahmanyama et al. (2001) uurimuses ütlesid õpilased, et tundsid end nende inimestega vähem lähedasematena, kellega suhtlesid internetis. Ka Parks'i & Roberts'i (1997) uuringus väitsid osalejad, et nad veetsid vähem aega koos nendega, kellega suhtlesid internetis, kui nad suhtlesid reaalelu sõpradega ja nad kirjeldasid neid kui lühiajalisi suhteid. Veelgi enam võrreldes reaalse elu suhetega, ütlesid uuritavad, et internetisuhted häabusid kiiremini. Erinevalt Subrahmanyama et al. (2001) uurimusest leiti, et internetis sõlmitud suhted jäidki sinna. Väga vähe oli selliseid juhtumeid, mis kandusid edasi reaalsele suhtlemisele (Parks & Roberts, 1997).

Teiste uuringute andmed näitavad aga teistuguseid trende. Näiteks McKenna & Bargh'i (1998) uuringust selgus, et sotsiaalselt ärevad üksikud inimesed leiavad rohkem siiramaid ja intiimsemaid inimsuhteid internetist kui reaalsest maailmast ja nad kalduvad neid edukalt integreerima oma eludesse. McKenna & Bargh (1998) küsitlesid kogenud internetikasutajaid, kes olid valinud selle, et otsivad sõpru internetist. 63% nendest oli rääkinud telefonis kellegagi, keda kohtasid internetis, 56% olid vahetanud üksteise pilte, 54% olid saatnud postiga kirju ja 54% olid kohtunud näost-näku. Interneti mõjud ei ilmne kohe. Uuringus osalejate psühholoogiline ja sotsiaalne heaolu langes esimese aastaga, mil nad hakkasid internetti kasutama. Järgmise 12 kuu jooksul oli väiksem langus või isegi paranemine.

Leidub kolm seletust nendele efektidele. Kõigepealt nagu paljude õppimisprotsessidega, varajasel mõjul võivad olla laiemad tagajärjed kui hilisemate puhul (Argote & Epple, 1990). Kui on tegemist täiesti uue asjaga, loob see suuremad muutused käitumises. Teiseks inimesed võivad kasutada internetti hiljem mõistlikumalt, kui nad seda algselt tegid. Näiteks internetiühenduse ligipääsu uudsus võib panna kasutajaid veetma seal rohkem aega kui neile kasulik, külastama neid lehekülgi, mis neid tegelikult ei huvita ja suhelda inimestega, kellega tegelikult sidet ei tunta. Kui see uudsus kaob, võivad inimesed kasutada internetti sellel viisil, mis on rohkem seotud nende tõeliste huvidega. Kolmandaks, ajaga internet kui tehnoloogia ja selle ressursid samuti muutuvad. Näiteks 1995. ja 1996.aastal, kui inimesed kasutasid internetti esimest korda, olid jututoad ja MUD-id kõige populaarsemad teenused, mida võis kasutada suhtlemiseks teistega reaalses maailmas. Kuna nendes kohtades käidi kõige tõenäolisemalt, siis oli seal ka väga tõenäoline võõrastega tutvuda. 1997. ja 1998.aastal kaks uut AOL reaalaaja suhtlemislehekülge saavutasid populaarsuse. MSN ja ICQ olid nüüd need kohad, kus suhelda inimestega. Nende sõbralistid suurendasid tõenäosust, et inimesed suhtlevad nendega, keda juba tunnevad. Internetikasutajate hulga suurenemine tähendas, et seal on rohkem kõigi lähedasi sõpru ja sugulasi (Subrahmanyama et al., 2001).

Need tulemused tähendavad seda, et McKenna & Bargh'i (2000) arvamus, et pole olemas ühte ainuomast interneti mõju keskmisele inimesele, kehtib ka varases noorukieas olevatele indiviididele. Interneti positiivne või negatiivne mõju noorukile sõltub suuresti noore isiksuseomadustest ja veel paljudest erinevatest näitajatest. Mõned uurimused (Gross et al., 2002) on leidnud, et internet võib põhjustada eakaaslastest kaugenemist sotsiaalselt ärevatel ja üksikutel indiviididel. Samal ajal leitakse, et noored kasutavad internetti kui veel ühte suhtlemisvõimalust (Chou, 2001; Chou et al., 2005).

Internetisõltuvuse ravimiseks töid Lawrence et al. (2009) välja kognitiiv-käitumusliku teraapia, õpilaste harimise õige internetikasutamise teemal, motivatsiooniintervjuu tehnika, pereteraapia ning eakaaslaste toetus- ja grupidööd (Lawrence et al., 2009). Eksperdid peaksid arendama vältivaid plaane võimalikele sõltlastele ja neid, kes kuuluvad riskirühma peaks varustama detailse informatsiooniga probleemi kohta. Programmidesse peaks kaasama vanemaid ja jagama infot selle kohta, kuidas noortele selgitada interneti õiget kasutamist. Õpetajad, kes tegelevad koolis psühholoogilise konsultatsiooni ja nõuandmisega, peaks teema tõstatama lastevanemate koosolekutel ja õpilaste huvi internetilt eemale viima ja selle asendama teise keskkonnaga, organiseerides regulaarseid tegevusi teemadel, mis õpilasi huvitavad. Pere peaks noori toetama interpersonaalsete suhetega seotud tegevustes ja hoidma nende internetis viibimise kontrolli all, kasutades selleks päevaplaani tegemist (Ozcinar, 2011). Vastavalt Glasheen'ile & Campbell'ile (2008, 2009) paljud teise kooliastme õpilased kogevad depressiooni ja viha ja on väitnud, eriti noormehed, et nad ei soovi osa võtta näost näkku abistamisest. Seetõttu võiks luua *online*- abisüsteemid. Pere peaks õpetama eetilisi reegleid, mida järgida internetis suhtlemisel. Õpetajad võiks õpetada interneti positiivseid ja negatiivseid aspekte ja näidata, kuidas kasutada interneti kõige efektiivsemalt ja õpilastele sobival viisil (Ozcinar, 2011).

### **1.5 Töö eesmärk ja hüpoteesid**

Mujal maailmas internetisõltuvuse alal tehtud uurimuste (Ozcinar, 2011, Young, 1996 jpt) tulemused näitasid, et sõltuvus võib põhjustada probleeme õpilaste õppeedukuses, õppimisharjumustes, suhete toimimises ja teistes kooliga seotud valdkondades. Kuna Eestis pole autorile teadaolevalt sellel alal uurimusi läbi viidud, on oluline välja selgitada, milliste aspektidega on internetisõltuvus seotud Eesti õpilaste puhul. Sellest lähtuvalt on uurimuse eesmärgiks välja selgitada, kas internetisõltuvus on seotud negatiivselt järgmiste kooliga seotud teguritega: õpiedukus, õppimisele kulunud aeg kodus, puudumised, kooliga rahulolu, õpilase aktiivsus väljaspool tunde ning suhted klassikaaslaste ja õpetajatega.

Varasemate uurimuste (Nalwa & Anand, 2003, Ozcinar, 2011; Young, 1998;) tulemused näitasid, et internetisõltuvus toob kaasa õpilaste hinnete langemise ja akadeemilise ebaedu. Sellest lähtuvalt püstitati esimeseks hüpoteesiks:

1. Internetisõltuvuse testi skoor on seotud halva õppeedukusega õpilaste endi hinnagul.

Young (1996, 1998) , Chou (2001) jt töid välja, et internetisõltuvus halvendab õppimisharjumusi; õpilased ei tee koduseid ülesandeid enam nii hoolsalt, samuti põhjustab sõltuvus koolist puudumisi. Seega on teiseks hüpoteesiks:

2. Internetisõltuvuse testi skoor on seotud vähema õppimisele kuluva aja, suuremate puudumiste arvuga ja väiksema kooliskäimise meeldivusega õpilaste endi hinnangul.

Brenner (1997), Liu & Kuo (2007), Nie & Erbring (2000), Weinstein & Lejoyeux (2010) jpt leidsid, et internetisõltuvus on seotud interpersonaalsete suhete halvenemisega ja põhjustab konflikte suhetes ning reaalsest suhetest eemaldumist. Niisiis on töö kolmas hüpotees:

3. Internetisõltuvuse testi skoor on negatiivselt seotud õpilaste hinnanguga suhetele õpetajate ja klassikaaslastega

Chou (2001) ning Chou & Hsaio (2000), Nalwa & Anand (2003) leidsid, et liigne internetikasutamine on seotud vähese osavõtmisega tunnivälisest tegevustest, kuna selle asemel veedetakse aega internetis. Seega on viimaseks hüpoteesiks:

4. Internetisõltuvuse testi skoor on negatiivselt seotud õpilaste hinnanguga oma tunnivälisele aktiivsusele

## **2. Uurimus internetisõltuvusest ja selle seostest kooliga seotud teguritega**

### **2.1 Metoodika**

Käesolevas uurimuses kasutati kvantitatiivset andmeanalüüsi. Meetod valiti esiteks eelkõige sellepärast, et eelnevates internetisõltuvusega seotud uurimustes on valdavalt kasutatud kvantitatiivset meetodit. Antud uurimuses kasutatakse korrelatiivset uurimisstrateegiat. Cohen & Manion (1998) ütlevad, et korrelatsioonide leidmist haridusvaldkonnaga seotud uurimustes võib kasutada kahel põhilisel põhjusel. Esiteks siis kui on vajalik välja selgitada või kindaks teha seosed, mille abil soovitakse saada esmalt põhiline informatsioon, mis viiks edasiste uurimusteni. Kuna antud magistritöö teema kohta puuduvad või pole kättesaadavad Eesti õpilaste seas läbiviidud andmed, siis on oluline saada esmane ülevaade probleemist edasiste uurimuste planeerimiseks. Teiseks toovad Cohen & Manion (1998) välja, et korrelatsioonide leidmine on sobilik siis, kui soovitakse tõestada eelnevate teadmiste põhjal tehtud ennustusi tulemuste kohta. Antud magistritöö uurimus võtab aluseks varasemalt tehtud internetisõltuvuse ja kooliga seotud tegurite tulemused ning võrdleb neid Eesti õpilaste seas leituga.

#### **2.1.1 Valim.**

Uurimus viidi läbi 147 õpilase seas kahes Tartu koolis. Õpilased olid vanuses 13-16 aastat ja keskmine vanus oli 14,5 aastat. Uurimus viidi läbi 7.- 9.- klassides, kõige rohkem oli osalejaid 8.klassist (61 õpilast), 7.klassist oli 44 ja 9.klassist osales 42 õpilast. Uurimuses osales kokku 79 tüdrukut ja 68 poissi (54% tüdrukuid ja 46% poisse).

#### **2.1.2 Mõõtevahendid.**

Uurimuse läbiiviimiseks kasutati ankeeti, mis koosnes kahest osast: esimene osa oli koostatud autori poolt ja sisaldas küsimusi internetikasutusharjumuste ning kooliga seotud tegurite kohta nagu hinded, õppimisharjumused jne. Küsimused olid koostatud varasemate internetisõltuvuse uurimuste põhjal ja väljatöötatud teooriast lähtuvalt. Teises osas oli

internetisõltuvuse test, millele pidi vastama Likert' i skaalas 1-5, kus 1 tähendas „üldse mitte” ja 5 „alati“. Internetisõltuvuse test on koostatud dr Kimberely Young' i poolt (1998) ja tõlgitud autori poolt eesti keelde ja piloteeritud (Raudsepp, 2010). Mõlema osa küsimused olid valikvastustega. Ankeet on esitatud lisades (lisa 1). Ankeedi mõlemad osad olid reliaabsed; esimese osa reliaablus oli 0,77 (Cronbachi alfa) ja internetisõltuvuse testil 0,88 (Cronbachi alfa). Ankeedi vaatas läbi antud töö juhendaja. Internetisõltuvuse test on valiidne, kuna on koostatud spetsialisti poolt ja kasutatud mitmetes varasemates uurimustes (Chou, 2001; Konstantinos et al., 2008; Lawrence et al., 2009; Weinstein & Lejoyeux, 2010 jt).

Järgnevalt on väljatoodud internetisõltuvuse testi punktisummad Young' i (1998) testi põhjal, mis määravad internetikasutaja tüübi. Punktid saadakse väidete sagedusi kokku liites (kokku oli testis 20 väidet, nii et miinimum sai olla 20 punkti ja maksimum 100 punkti).

Antud töös liigitati internetikasutajad Young' i (1998) liigitusest lähtudes:

20-39 - keskmine internetikasutaja. On olemas kontroll interneti üle, kuigi vahetevahel võib interneti kasutamise aeg suurenedada. (tavakasutaja)

40-69 - ilmnevad sagedased probleemid seoses liigse interneti kasutamisega. (liigkasutaja)

70-100 - interneti kasutamine põhjustab tõsiseid probleeme, millele tuleks koheselt tähelepanu pöörata. (internetisõltlane)

### **2.1.3 Protseduur.**

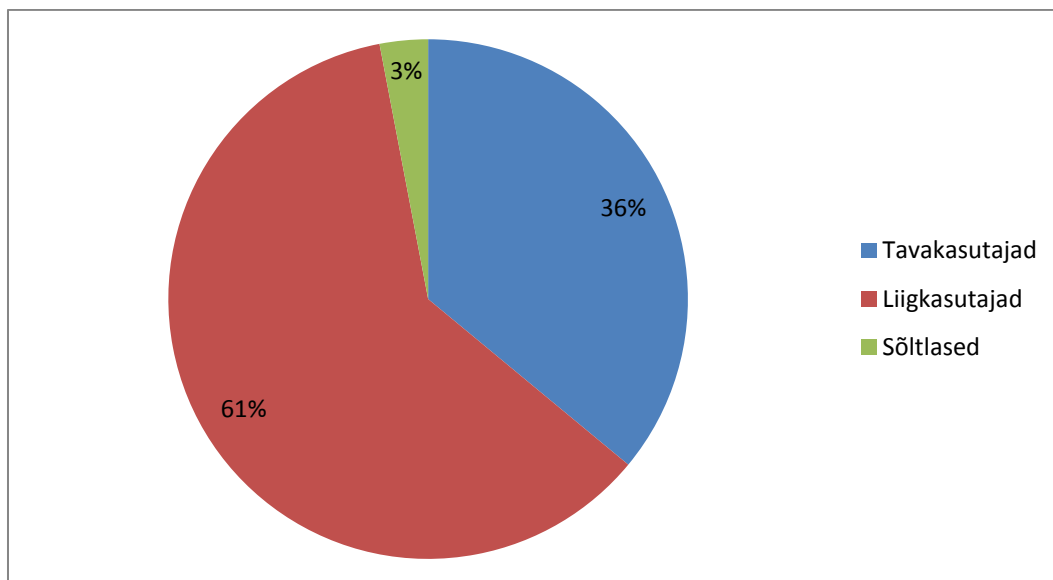
Andmete kogumine toimus koolides kohapeal ning autori juuresolekul. Eelnevalt oli koolide juhtidele selgitatud, et tagatud on anonüümsus ning kusagil ei avaldata koolide andmeid. Käesoleva töö autor selgitas õpilastele, et ankeedid on anonüümsed ning nimesid peale ei kirjutata. Ankeedi täitmiseks kulus ligikaudu 10-15 minutit. Kõik ankeedid tagastati ja neid oli võimalik kasutada.

Eetika tagamiseks selgitati kooli juhtkonnale, et andmeid kasutatakse ainult üldistatud kujul ning kusagil ei mainita osalenud koolide nimesid. Samuti vaadati kooli poolt eelnevalt ankeet läbi, et kontrollida eetikale vastavust. Cohen & Manion (1998) ütlevad oma raamatus, et esitatud informatsiooni põhjal ei tohiks kuidagi identifitseerida uurimuses osalenuid. Õpilastele rõhutati ankeedile nime mitte peale kirjutamist. Lisaks sellele oli õpilastele ankeedi täitmine vabatahtlik.

Andmetöötluseks kasutati Microsoft Exceli programmi ning SPSS statistikaprogrammi, mille abil leiti korrelatsioonikordajad kontrollimaks hüpoteese. Kuna kõik püstitatud hüpoteesid olid seosehüpoteesid, kasutati *Pearson'i linearkorrelatsiooni* ja *Spearman'i astakorrelatsiooni*. Võrdlemiseks kasutati *Mann-Whitney U-testi* ja *t-testi*.

## 2.2 Tulemused

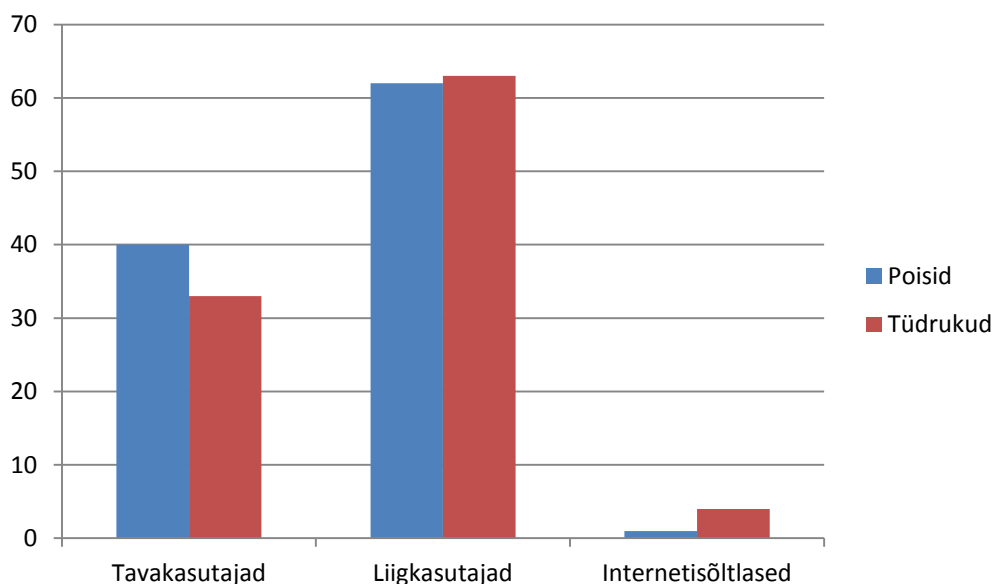
Uurimus näitas, et uuritud õpilaste hulgas oli Young'i testi põhjal 3% (4 õpilast) internetisõtlasi, kelle sõltuvusskoor oli kõrgem kui 70 punkti. Ühe sõtlase skoor oli peaaegu maksimum, nimelt ta sai 100 punktist 99 (tegemist oli poisiga). Kõige madalam skoor oli 22 punkti. Jooniselt (joonis 1) on näha, et üle poolte vastanutest (61%) paigutus liigkasutaja kategooriasse, kelle internetisõltuvuse testi tulemus oli 40 ja 69 punkti vahel.



Joonis 1. Uurimuses osalenud õpilaste internetisõltuvuse testi tulemused

Joonisel 2 on välja toodud internetisõltuvuse testi tulemused soo lõikes. Sõtlaste seas oli kolm tüdrukut ja üks poiss. Protsentuaalselt oli tüdrukute hulgas 4% sõtlasi ja 1% poiste hulgas. Võrdlustest ei näidanud olulisi erinevusi poiste ja tüdrukute vahel internetisõltuvuse testi tulemuste osas (*t*-testiga 0,46;  $p > 0,05$ ).



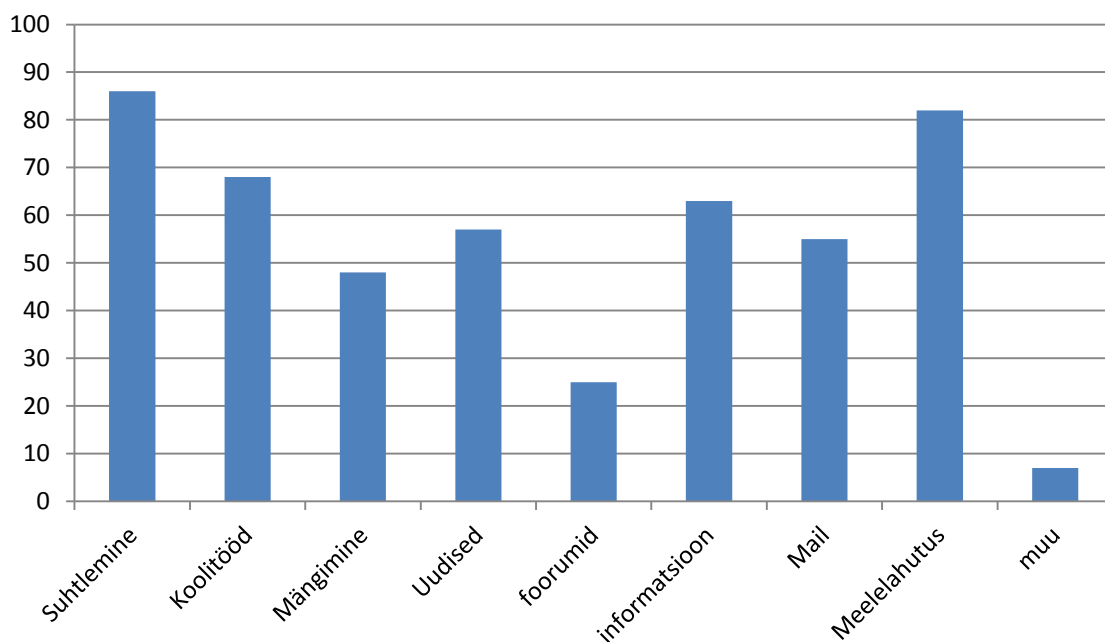


Joonis 2. Õpilaste internetisõltuvuse testi tulemused soo lõikes (%)

Kõige suurema skoori sai küsimus „Kui sageli jääd internetti kauemaks kui plaanisid?“, millele 8% õpilastest vastas, et „alati“ ja 31%, et „sageli“. Õpilaste vanus ja internetisõltuvuse skoor polnud statistiliselt olulises seoses (Pearson'i lineaarkorrelatsioon  $r = -0,02$ ;  $p > 0,05$ ). Samuti ei leitud seost õpilaste kooliklassi ja internetisõltuvuse skoori vahel (Spearman'i astakorrelatsioon  $\rho = -0,06$ ;  $p > 0,05$ ).

Peaaegu kõik vastanud õpilased kasutasid enda hinnangul internetti kodus (98%), suur hulk kasutas ka sõprade juures (38%) ja 29% koolis. 10% vastanutest kasutas internetti internetikohvikutes ja/või raamatukogus, mõned õpilased (6%) kasutasid ka mujal (sugulaste/tuttavate juures, telefonis). Leitud oluline erinevus interneti kasutamise osas endi hinnangul sõprade juures poiste ja tüdrukute vahel (Mann-Whitney testiga  $Z = -2,42$ ;  $p > 0,05$ ). Poisid kasutasid endi hinnangul internetti sõprade juures oluliselt enam kui tüdrukud.

Uurimusele vastajad märkisid endi hinnangul kõige levinumaks tegevuseks internetis suhtlemise (86%), näiteks Facebook, MSN ja teised suhtlusportaalid ja -kanalid, järgnesid meelelahutus (muusika, filmid jne) ning koolitööde tegemine. Joonisel 3 on välja toodud õpilaste hinnangul nende sagedasemad tegevused internetis.



Joonis 3. Õpilaste tegevused internetis nende endi hinnangul (%)

Muude tegevuste all toodi näiteks välja blogid, kodulehekülje haldamine jne. Leidusid olulised erinevused mitmete internetis sooritatud tegevuste puhul tüdrukute ja poiste vahel nende endi hinnangul. Nendeks olid koolitööd (Mann-Whitney testiga  $Z = -3,27$ ;  $p > 0,05$ ), mängimine ( $Z = -5,33$ ;  $p > 0,01$ ), uudiste ja artiklite lugemine ( $Z = -2,95$ ;  $p > 0,05$ ), foorumid ( $Z = -2,24$ ;  $p > 0,05$ ) ning e-post ( $Z = -2,81$ ;  $p > 0,05$ ). Poisid kasutasid endi hinnangul internetis tüdrukutest oluliselt enam mängude mängimist ja foorumeid. Tüdrukud seevastu tegid endi hinnangul võrreldes poistega oluliselt enam koolitöid, lugesid uudiseid ja artikleid ning kasutasid e-posti.

Uurimuses osalenud õpilased kasutasid enda hinnangul internetti keskmiselt koolipäevadel kolm tundi ja puhkepäevadel keskmiselt neli tundi. Leidus statistiliselt oluline seos õpilaste hinnangul internetis veedetud aja ja internetisõltuvuse skoori vahel nii koolipäevadel ( $\rho = 0,34$ ;  $p < 0,01$ ) kui ka puhkepäevadel ( $\rho = 0,37$ ;  $p < 0,01$ ). Õpilased, kes kasutasid enda hinnangul enam internetti koolipäevadel ja puhkepäevadel, oli kõrgem internetisõltuvuse seos.

Tabelist 2 on näha, et õpilaste hinnangu oma hinnetele ja internetisõltuvuse skoori vahel leidus oluline negatiivne seos. Samuti leidus seos uuritavate hinnangul vanemate rahulolu õpilaste hinnetega ja internetisõltuvuse skoori vahel ( $p < 0,05$ ). Õpilaste rahulolu oma hinnete ja sõltuvusskoori vahel nende endi hinnangul oli seos täpselt piiripealne ( $p = 0,05$ ).

Tabel 2. Õpilaste ja vanemate hinnangute õpilaste hinnetele ja internetisõltuvuse skoori seos Spearmani astakorrelatsiooni alusel

<b>Spearmani korrelatsioon internetisõltuvuse skooriga</b>		
<b>Õpilaste hinnangud</b>	Korrelatsioonikordaja	Statistiline olulisus (p)
Õpilaste hinded	- 0,17	0,04*
Õpilaste rahulolu oma hinnetega	-0,16	0,05
Vanemate rahulolu õpilaste hinnetega	-0,16	0,04*

p\* < 0,05

Kõige sagedamini vastasid uurimuses osalenud õpilased, et õpivad enda hinnangul kodus umbes pool tundi kuni tund. Tabelist 3 võib näha, et õppimisele kulunud aja õpilaste hinnangul ja internetisõltuvuse skoor vahel polnud seost. Õpilastele valdavalt meeldis koolis käia. Kõige sagedasem vastus küsimusele „Kuivõrd meeldib sulle koolis käia?“ oligi „üldiselt meeldib“. Tabeli (tabel 3) järgi polnud seost õpilaste hinnangutega kooliskäimise meeldivuse ja internetisõltuvuse skoori vahel. Keskmiselt (mediaan) puuduti õpilaste hinnangute põhjal „väga harva“. Ainult üks õpilane puudus enda väitel „väga sageli“. Tabeli 3 järgi oma puudumistele antud hinnangu ja internetisõltuvuse vahel leidis statistiliselt oluline positiivne seos.

Tabel 3. Õpilaste hinnangute kooliga seotud teguritele ja internetisõltuvuse skoori seos

<b>Spearmani korrelatsioon internetisõltuvuse skooriga</b>		
<b>Õpilaste hinnangud</b>	Korrelatsioonikordaja	Statistiline olulisus (p)
Õppimisele kuluv aeg kodus	0,02	0,85
Koolist puudumine ilma mõjuva põhjuseta	0,22	0,00**
Kooliskäimise meeldivus	0,05	0,53

\*\*p < 0,01

Uurimuses osalenud õpilased hindasid suhteid oma klassikaaslaste ja õpetajatega keskmiselt (mediaan) „üldiselt heaks“. Uuritavatest olid nende enese hinnangul väga halvad suhted oma klassikaaslastega vaid ühel vastanutest ja õpetajatega samuti ühel vastanutest. Analüüs, mille tulemused on toodud tabelis (tabel 4) näitas, et leidis statistiliselt oluline negatiivne seos õpilaste hinnangute suhetele õpetajatega ja internetisõltuvuse skoori vahel.

Tabel 4. Õpilaste hinnangute interpersonaalsetele suhetele seos internetisõltuvuse skooriga

<b>Spearmani korrelatsioon internetisõltuvuse skooriga</b>		
	Korrelatsioonikordaja	Statistiline olulisus (p)
Õpilaste hinnangud oma suhetele klassikaaslastega	0,04	0,61
Õpilaste hinnangud oma suhetele õpetajatega	-0,18	0,03*

\*p < 0,05

Osavõtmise õpilaste hinnangul oma kooli huviringidest, trennidest, organisatsioonidest jne oli üsna madal. Üle poolte uuritavatest (64%) ei võtnud enese hinnangul osa mitte ühestki trennist, ringist või muust kooliga seotud organisatsioonist. Vaid 14 inimest (10%) võttis enda hinnangul osa mitmest koolivälisest tegevusest. Kõige sagedamini mainiti laulukoori, erinevaid trenne ja ka õpilasomavalitsust. Ankeedis küsiti ka oma kooli esindamist erinevatel võistlustel, olümpiaadidel ja muudel üritustel. Keskmiselt olid uurimuses osalenud õpilased oma hinnangul kooli esindanud 1,8 korral. 39% uuritavatest olid seda teinud rohkem kui kolmel korral, aga 20% polnud enda väitel mitte kordagi oma kooli esindanud. Osavõtmise kooli ringidest, trennidest ja teistest huvitegevustest õpilaste enda hinnangute põhjal polnud statistiliselt olulises seoses internetisõltuvuse skooriga. Samuti ei olnud olulist seost oma kooli esindamisel üritustel või võistlusel õpilaste hinnangul ja internetisõltuvuse skoori vahel. Järgnev tabel (tabel 5) kajastab Spearmani korrelatsioonianalüüsi tulemusi.

Tabel 5. Õpilaste hinnangute tunnivälisele aktiivsusele seos internetisõltuvuse skooriga

<b>Spermani korrelatsioon internetisõltuvuse skooriga</b>		
<b>Õpilaste hinnangud</b>	Korrelatsioonikordaja	Statistiline olulisus (p)
Osalemine koolis ringides, trennides, organisatsioonides	0,08	0,32
Oma kooli esindamine üritustel, võistlustel ja muudel juhtudel	-0,14	0,09

### **2.3 Arutelu**

Käesolevast uurimusest selgus, et internetisõltlasi oli uurimuses osalenud õpilaste hulgas kokku 3%. Sarnane tulemus oli ka autori bakalaureusetöös (Raudsepp, 2010), kus leiti sama osakaal sõltlasi. Antud uurimuse tulemused on kooskõlas ka mujal maailmas tehtud uurimustega (Lawrence et al., 2009; Weinstein & Lejoyeux, 2010), mis tõid välja, et noorte hulgas on sõltlaste arv umbes vahemikus 1-8%. Kuid tuleb arvesse võtta, et uurimus viidi läbi ainult kahe kooli õpilaste seas.

Selgus, et antud uurimuses polnud erinevusi internetisõltuvuse skoori osas tüdrukute ja poiste vahel. Need tulemused on vastuolus mujal maailmas tehtud uuringutega (Johansson & Götestam, 2004; Konstantinos et al., 2008; Morahan-Martin & Schumacher, 1997; Weinstein & Lejoyeux, 2010), kes kõik leidsid, et internetisõltuvus on suurem meessoost noorukite hulgas ja sugu on üks suuremaid ennustajaid internetisõltuvuse puhul.

Esimeseks autori poolt püstitatud hüpoteesiks oli, et internetisõltuvuse testi skoor on seotud halva õppeedukusega õpilaste endi hinnangul. Korrelatsioonianalüüs näitas, et õpilaste hinnangud oma hinnetele ja sõltuvusskoor olid omavahel negatiivselt seotud. See tähendab, et mida halvemad olid uuritavate hinded nende hinnangute põhjal, seda suurem oli

internetisõltuvuse testi skoor. Seega leidis esimene hüpotees kinnitust. See tulemus on kooskõlas mitmete teiste (Brady, 1996; Brenner, 1997; Kaltiala-Heino et al., 2004; Nalwa & Anand, 2003; Ozcinar, 2011; Young, 1998 jpt) eelnevate uuringute tulemustega, mis kõik on leidnud, et interneti liigkasutamine põhjustab akadeemilist ebaedu. Uurimus näitas, et seos õpilaste rahulolu ning sõltuvusskoori vahel oli täpselt piiripealne. Õpilaste hinnangud oma vanemate rahuolule uuritavate hinnetega ja internetisõltuvuse skoor olid omavahel negatiivselt seotud. Õpilased hindasid oma vanemate rahulolu hinnetega seda madalamaks, mida suurem oli uuritavate sõltuvusskoor. Kuna varasemad uurimused pole seda aspekti lähemalt uurinud ei saa tulemusi võrrelda. Vanemate rahulolu pidid õpilased ise hindama ja seetõttu oli see vaid nende subjektiivne arvamus. Tuleb veel ära märkida, et hinded olid võetud õpilaste endi vaatenurgast ja ei pruugi vastata tegelikkusele. Suurem valim oleks teinud ka selgemaks seose õpilaste rahulolu oma hinnetega ja internetisõltuvuse skoori vahel uuritavate hinnangul.

Teiseks hüpoteesiks oli järgmine väide: internetisõltuvuse testi skoor on seotud vähema õppimisele kuluva aja, suuremate puudumiste arvuga ja väiksema kooliskäimise meeldivusega õpilaste endi hinnangul. See hüpotees leidis vaid osalist kinnitust. Korrelatsioonianalüüs näitas, et kodus õppimisele kulutatud aeg õppija hinnangul ja internetisõltuvuse skoor polnud omavahel seotud. Ka ei näidanud analüüs seost kooliskäimise meeldivuse ja internetisõltuvuse skoori vahel. Kuid leidis positiivne seos õppija hinnangul põhjuseta puudumise ja sõltuvusskoori vahel. Õpilaste puudumiste arv nende enese hinnangul oli seda sagedasem, mida suurem on sõltuvustesti skoor. Seega leiab see hüpotees kinnitust ainult osaliselt, nimelt selles osas, mis puudutab õpilaste hinnanguid põhjuseta puudumisele ja internetisõltuvuse skoori seost. Mujal maailmas tehtud uuringud (Chou, 2001; Ozcinar, 2011; Young, 1996, 1998) aga näitasid, et liigne internetikasutamine põhjustab õppimisharjumuste langemist ning õpilased veedavad kodus pikki tunde arvutis jättes koolikohustused unarusse. Antud uurimuse tulemusi võib seostada Young'i (1996) omadega, kes leidis, et tundidest puudumine või peale tunde jäämine võib olla tekkinud liigse internetitarbimise pärast. Kuid ei saa väita, et selles uurimuses osalenud õpilase puudumised võiksid olla seotud liiga sagedase internetikasutamisega.

Kolmanda hüpoteesi kohaselt on internetisõltuvuse testi skoor negatiivselt seotud õpilaste hinnanguga suhetele õpetajate ja klassikaaslastega. Hüpotees leidis osalist kinnitust. Testi skoor polnud oluliselt seotud õpilaste hinnangutega oma suhetele klassikaaslastega. Kuid leiti, et õpilaste suhted õpetajatega uuritavate hinnangul ja internetisõltuvuse skoor on negatiivses

seoses. Seega võib järeldada, et, mida halvemad olid suhted õpetajatega uuritavate hinnangul, seda suurema skoori said nad internetisõltuvuse testis. Teised uurimused on näidanud nii sarnaseid kui vastupidiseid tulemusi. Brenner (1997), Chang & Law (2008), Liu & Kuo (2007), Nie & Erbring (2000), Weinstein & Lejoyeux (2010) ja mitmed teised töid välja, et internetisõltuvus halvendab interpersonaalseid suhteid ning põhjustab kaugenemist eakaaslastest. Uurimus on kooskõlas Chou (2001), Chou et al. (2005) ning Lin & Tsai, (1999) tulemustega, kes kõik leidsid, et liigne internetikasutamine ei mõjuta oluliselt suhteid eakaaslastega. Nad tõid esile, et põhilisemad probleemid on seotud õppimise, mitte suhetega ning internet võib suhteid kaaslastega hoopis parandada. Antud uurimuse tulemusi, mis puudutavad suhteid õpetajatega võib selgitada Ozcinar'i (2011) poolt leitud, kes väitis, et 59% õpilasi, kes paigutusid sõltlaste alla, tegelesid tunni ajal millegi muu kui õpetaja kuulamisega, mis põhjustas probleeme õpetajate ja õpilaste vahelistes suhetes.

Viimaseks püstitatud hüpoteesiks oli, et internetisõltuvuse testi skoor on seotud õpilaste hinnanguga oma tunnivälisele aktiivsusele. Analüüs ei näidanud olulist seost õpilaste osavõtu kooli ringidest, trennidest või organisatsioonidest ja sõltuvusskoori vahel. Ka polnud seotud omavahel oma kooli esindamine üritustel või võistlustel õpilase hinnangul ning internetisõltuvuse skoor. Seega ei leidnud hüpotees kinnitust. Nalwa & Anand (2003) leidsid oma uurimuses, et internetisõltuvus on seotud vähese tunnivälise aktiivsusega. Kuid seda aspekti on ka mujal maailmas üsna vähe uuritud ning ei saa teha üldistusi. Veel tuleks arvesse võtta, et ankeedis küsiti ainult oma kooli huviringidest ja organisatsioonidest osavõttu, õpilased võivad osaleda ka mitmetes teistes mitte kooliga seotud huvialaringides või trennides. Teiseks tuleks silmas pidada, et kooli esindamine on suures osas seotud õpilaste võimetega ning interneti liigkasutamine ei pruugi siin olulist rolli mängida.

Käesolevat magistritööd saab võtta aluseks nii kordusuurimuste läbiviimiseks laiema kontingendi ulatuses kui ka täiendavateks uurimusteks kooliga seotud aspektide ning internetisõltuvuse seose uurimuseks. Samuti on õpetajatel võimalik arvesse võtta neid riskitegureid, mida on täheldatud õpilaste internetisõltuvuse kujunemise puhul ja lisaks saavad nad koolis jälgida tegureid, mis võivad olla seotud liigse interneti kasutamisega, nagu langenud õppeedukus, sagedasemad puudumised, halvenenud suhted ja konfliktid õpetajatega.

Käesoleva uurimuse tulemusi interpreteerides võib väita, et Eestis tehtud uurimus sarnaneb mitmetes näitajates mujal maailmas tehtud uurimustega, aga leidub ka mõningaid erinevusi, mis viibki antud uurimuse kitsaskohtadeni. Esiteks tuleks arvesse võtta, et valim oli liiga väike suuremate üldistuste tegemiseks ning osalesid ainult kaks ühe piirkonna kooli. Tulevikus samalaadsete uurimuste läbiviimiseks tuleks laiendada valimit suuremale

piirkonnale. Teiseks, mida on nimetanud ka mujal maailmas tehtud uurimused, (Byun et al., 2009) on see, et õpilased on üheks suuremaks riskirühmaks internetisõltuvuse kujunemisel ning tulemusi tuleks tõlgendada ainult antud kontingendi ulatuses. Antud uurimuse põhjal ei saa teha järeldusi internetisõltuvuse ulatusele Eestis. Kolmandaks kitsaskohaks on see, et kogu uurimuses oli tegemist õpilaste endi hinnangutega, mis ei pruugi olla vastav tegelikkusele. Eriti puudutab see hinnete ja õppimise osa. Väga raske on hinnata, eriti teismeliste puhul, kui palju reaalselt näiteks õpitakse kodus või millised on põhilised hinded koolis. Samuti on internetisõltuvuse testi täitmine paljuski subjektiivne, kuna alateadlikult püüab inimene end paremas valguses näidata ning tulemusi kallutada. Soovitus tulevasteks kordusuurimusteks oleks näiteks leida õpetajate ja ka vanemate hinnangud õpilaste õppimisele ja hinnetele.

## Kokkuvõte

Käesoleva magistritöö eesmärgiks oli välja selgitada internetisõltuvuse seosed kooliga seotud teguritega, mille hulka kuulusid õpiedukus, õppimisele kulunud aeg kodus, puudumised, kooliskäimise meeldivus, õpilase aktiivus väljaspool tunde (osalemine koolis ringides, trennides ja muudes organisatsioonides ning oma kooli esindamine erinevatel üritustel) ning suhted klassikaaslaste ja õpetajatega.

Antud töö uurimisprobleem tulenes interneti üha laialdasemast levikust, mis on endaga kaasa toonud ka liigse interneti kasutamise, mis võib viia sõltuvuseni. Riskirühma kuuluvad eelkõige kooliõpilased, kes oma igapäevaelus arvutit ja internetti pidevalt kasutavad. Eestis polnud autorile teadaolevalt seda probleemi varasemalt uuritud, millest tuleneski vajadus viia läbi uurimus Eesti kooliõpilaste seas. Käesolevas töös uuriti Tartu linna kahe kooli õpilasi 7.-9.klassides. Selleks kasutati ankeeti, mille esimeses pooles olid küsimused, mis puudutasid kooliga seotud aspekte ning üldisemaid internetikasutusharjumusi ning teises pooles maailmas laialdaselt kasutatud Young'i (1998) internetisõltuvuse test. Kõiki aspekte hindasid õpilased ise, seega on tegemist ainult õpilaste hinnangutega.

Tulemustest selgus, et õpilaste internetisõltuvuse skoor oli seotud uuritavate hinnangutega hinnetega; skoor oli seda suurem, mida halvemad olid hinded õpilaste endi hinnangul. Õpilased hindasid oma vanemate rahulolu hinnetega seda madalamaks, mida suurem oli nende sõltuvusskoor. Samuti leiti, et internetisõltuvuse skoor oli seotud õpilaste



puudumiste ning suhetega õpetajatega õpilaste hinnangute põhjal. Tulemused ei näidanud olulist seost ülejäänud kooliga seotud tegurite ning internetisõltuvuse skoori vahel, nagu õppimisele kulunud aeg, kooliskäimise meeldivus, suhted klassikaaslastega ning õpilase aktiivsus väljaspool tunde õpilaste hinnangul.

Antud uurimus on väga oluliseks aluseks tulevastele samalaadsetele. Autorile teadaolevalt on see Eestis esimene internetisõltuvuse ja kooliga seotud tegurite uurimus, mille tulemusi on võimalik kasutada edasiseks uurimiseks. Käesolev magistritöö annab üldise pildi internetisõltuvuse esinemisest 13.-16.aastaste õpilaste hulgas ning seostab seda kooliga seotud aspektidega.

## Summary

### ***Internet addiction and its correlations with factors connected to school***

The aim of the current master's thesis is to clarify correlations between internet addiction and factors connected to school which included academic achievement, the amount of time studying at home, absences, pleasure of going to school, students' activities outside the classroom (participation in after school activities, trainings or other organisations and representing their school in different events) and relationships with classmates and teachers.

The problem of the current study was followed from constant spread of internet that has involved excessive use which may lead to addiction. Students are particularly at risk, because they use computer and internet constantly in their daily life. This problem has not been studied earlier in Estonia that led to the need for carry out the study among Estonian students. Current study was carried out among students in grades seven to nine from two schools in Tartu. An questionnaire was used in which first part included questions about factors connected to school and general habits of internet using and in the second part was word-widely used Young Internet Addiction Test (1998). All the aspects were rated by students themselves, so this study is only from the view of students.

The results of the analysis showed that internet addiction score of the students was in correlation with marks in students' estimation; those students whose score was higher had

lower marks in their own estimation. Students rated their parents' satisfaction with their marks as lower as higher was the addiction score. Also was found that internet addiction score was correlated with students' absences and relationships with teacher in students estimation. The results did not show significant correlations with all the other factors connected to school, like the amount of time studying at home, pleasure of going to school, relationships with classmates and students' activities outside the classroom in students' estimation.

Current study is very important basis for future studies related to this topic. This is the first study about internet addiction and factors connected to school in Estonia which results could be used for further studies as it is known to the author of this study. Current master's thesis gives general overview of internet addiction among 13-16 year-old students in Estonia and correlates it factors connected school.

## **Tänu sõnad**

Töö autor tänab kõiki uurimuses osalenud õpilasi ning samuti koolide juhtkondi ning õpetajaid, kes andsid loa uurimuse läbiviimiseks.

## **Autorsuse kinnitus**

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

Kuupäev

Allkiri

## Kasutatud kirjandus

Argote, L., & Epple, D. (1990). The learning curves in manufacturing. *Science*, 247, 920-924.

Brady, K. (1996, April 21). Dropout rise a net result of computers. *The Buffalo News*, p. A1.

Brenner, V. (1997). The results of an on-line survey for the first thirty days. *Psychological Reports*, Vol. 80, Iss. 3, 879-882 (Uurimus esitati Ameerika Psühholoogia Assotsiatsiooni 105. Aastakoosolekul USA-s Illinois'is 18.augustil 1997).

Brown, B. B., Mounts, N., Lamborn, S. D., & Steinberg, L. (1993). Parenting practices and peer groups affiliationin adolescence. *Child Development*, 64, 467-482.

Byun, S., Ruffini, C., Mills, E.J., Douglas, C.A., Niang, M., Stepchenkova, S., Lee, K.S., Loufti, J., Lee, K.L., Atallah, M., Blanton, M. (2009). Internet Addiction: Metasynthesis of 1996-2006. Quantitative Research. *Cyberpsychology & Behavior*, Volume 12, Number 2, 203-207.

Chang, M.K., & Law, S.P. (2008). Factor structure for Young's Internet Addiction Test: A confirmatory study. *Computers in Human Behavior*, 24, 2597-2619.

Chen, S. H., & Chou, C. (1999). Development of Chinese Internet addiction scale in Taiwan (Uurimus esitati Ameerika Psühholoogia Assotsiatsiooni 107.aastakoosolekul USA-s Bostonis augustis 1999).

Chou, C., Chou, J., Tyan, N. N. (1999). An exploratory study of Internet addiction, usage and communication pleasure—The Taiwan's case. *Int. J. Educ. Telecommun.* 5(1): 47-64.

Chou, C., & Hsiao, M. C. (2000). Internet addiction, usage, gratifications, and pleasure experience—The Taiwan college students' case. *Comput. Educ.* 35(1): 65-80.

Chou, C. (2001). Internet Heavy Use and Addiction among Taiwanese College Students: An Online Interview Study. *Cyberpsychology & Behavior*, Volume 4, Number 5, 573-585.

Chou, C., Condrón, L., Belland, C, J. (2005). A Review of the Research on Internet Addiction. *Educational Psychology Review*, Vol. 17, No. 4, December, 363-388.

Cohen, L., Manion, L. (1998). *Research methods in education* (Fourth Edition). London and New York.

- Gao, F., Su, L. (2007). Internet addiction among Chinese adolescents: prevalence and psychological features. *Child Care Health & Development*, 33, 75–81.
- Glasheen, K.J., & Campbell, M.A. (2008). School counselling launches into cyberspace: An action research study of a school based online counselling service. *Australian Association for Research in Education (AARE)*, November 30–December 4, 1-13.
- Glasheen, K.J., & Campbell, M.A. (2009). The use of online counselling within an Australian secondary school setting: A practitioner's viewpoint. *Counselling Psychology Review*, 24(2), 42–51.
- Goldberg, I. (1996). *Internet Addiction Disorder*. Külastatud aadressil [http://www.physics.wisc.edu/~shalizi/internet\\_addiction\\_criteria.html](http://www.physics.wisc.edu/~shalizi/internet_addiction_criteria.html).
- Colwell, J., Grady, C., & Rhaiti, S. (1995). Computer games, self-esteem, and gratification of needs in adolescents. *Journal of Community and Applied Social Psychology*, 5, 195-206.
- Granovetter, M. (1973). The strength of weak ties. *American Journal of Sociology*, 73, 1361-1380.
- Griffiths, M. D., & Hunt, N. (1995). Computer game playing in adolescence: Prevalence and demographic indicators. *Journal of Community & Applied Social Psychology*, 5, 189-193.
- Griffiths, M. (1997). Friendship and social development in children and adolescents: The impact of electronic technology. *Educational and Child Psychology*, 14, 25-37.
- Griffiths, M., H., Miller., T., Gillespie & Sparrow, P. (1999). Internet usage and internet addiction in students and its implications for learning. *Journal of Computer Assisted Learning*, 15, 85-90.
- Gross, F.E., Juvonen, J., Gable, L.S. (2002). Internet Use and Well-Being in Adolescence. *Journal of Social Issues*, Vol. 58, No. 1, 2002, 75-90.
- Gross, F.E. (2004). Adolescent Internet Use: What we expect, what teens report. *Applied Developmental Psychology* 25, 633–649.
- Internet World Stats (2011). *World Internet Usage and Population Statistics*. Külastatud aadressil <http://www.internetworldstats.com/stats.htm>.
- Johansson, A., Götestam, K.G. (2004). Internet addiction: Characteristics of a questionnaire and prevalence in Norwegian Youth (12-18 years). *Scandinavian Journal of Psychology*, 45, 223-229.
- Kaltiala-Heino, R., Lintonen, T., Rimpelao, A. (2004). Internet Addiction? Potentially problematic use of the Internet in a population of 12-18 year-old adolescents. *Addiction Research and Theory*, February 2004, Vol. 12, No. 1, 89–96.

- Konstantinos, E., Siomos., Evaggelia. D.D., Dimitrios, A. Braimiotis., Odysseas., D. Mouzas., Nikiforos, V. A. (2008). Internet Addiction among Greek Adolescent Students. *Cyberpsychology & Behavior, Volume 11, Number 6, 2008, 653-557.*
- Kraut, R., Patterson, M., Lundmark, V., Kiesler, S., Mukopadhyay, T., & Scherlis, W. (1998). Internet paradox: A social technology that reduces social involvement and psychological well-being? *American Psychologist, 53, 1017-1031.*
- Lavin, M., Marvin, K., McLarney, A., Nola, V., and Scott, L. (1999). Sensation seeking and collegiate vulnerability to Internet dependence. *Cyberpsychol. Behav. 2(5): 425– 430.*
- Lawrence, T.L., Zi-wen, P., Jin-cheng, M., Jin, J. (2009). Factors Associated with Internet Addiction among Adolescents. *Cyberpsychology & Behavior, Volume 12, Number 5, 551-555.*
- Lin, S. S. J., and Tsai, C. C. (1999). *Internet Addiction among High Schoolers in Taiwan* (Uurimus esitati Ameerika Psühholoogia Assotsiatsiooni 107.aastakoosolekul USA-s Bostonis augustis 1999). Külastatud aadressil <http://eric.ed.gov/PDFS/ED437912.pdf>.
- Liu, Y.C., & Kuo, Y.F. (2007). A study of Internet addiction through the lens of the interpersonal theory. *CyberPsychology and Behavior, 10(6), 799–804.*
- Louizou, A., Konstantoulaki, E., Kafetzis, D. (2009). Internet use and misuse: A multivariate regression analysis of the predictive factors of Internet use among Greek adolescents. *Eur J Pediatr, 168(6), 655–665.*
- McKenna, K. Y. A., & Bargh, J. A. (1998). Coming out in the age of the Internet: Identity 'de-marginalization' from virtual group participation. *Journal of Personality and Social Psychology, 75, 681-694.*
- McKenna, K. Y. A., & Bargh, J. A. (2000). Plan 9 from cyberspace: The implications of the Internet for personality and social psychology. *Personality and Social Psychology Review, 4, 57–75.*
- Morahan-Martin, J.M. & Schumacher, P. (1997) Incidence and correlates of pathological internet use. *Computers in Human Behavior, Volume 16, Issue 1, 31 January, 13–29* (Uurimus esitatati Ameerika Psühholoogia Assotsiatsiooni 105.aastakoosolekul USA-s Illinois'i osariigis Chicagos).
- Nalwa, K., Anand, P.A. (2003). Internet addiction in students: A cause of concern. *CyberPsychology&Behavior, Volume 6, Number 6, 653-656.*

- Nie, N.H., & Erbring, L. (2000). *Internet and society*. Külastatud aadressil <http://www.bsos.umd.edu/socy/alan/webuse/handouts/Nie%20and%20Erbring-Internet%20and%20Society%20a%20Preliminary%20Report.pdf>.
- Ozcinar, Z. (2011). The Relationship Between Internet Addiction and Communication, Educational and Physical Problems of Adolescents in North Cyprus, *Australiam Journal of Guidance and Counselling, Volume 21, 1*, 22-32.
- Parks, M. R., & Roberts, L. D. (1997). Making MOOsic: The development of personal relationship on-line and a comparison to their office counterparts. *Journal of Social and Personal Relationships, 15*, 517-537 (Uurimus esitati Lääne Kõne Assotsiatsiooni aastakoosolekul Monterey's veebruaris 1997).
- Phillips, C. A., Rolls, S., Rouse, A., & Griffiths, M. (1995). Home video game playing in schoolchildren: A study of incidence and patterns of play. *Journal of Adolescence, 18*, 687-691.
- Pitkow, J. & Kehoe, C. (1996). Emerging trends in the World Wide Web user population. *Communications of the ACM, 39, 6*, 106-108.
- Privitera, C., & Campbell, M.A. (2009). Cyberbullying: The new face of workplace bullying? *CyberPsychology and Behavior, 12*, 395–400.
- Raudsepp, K. (2010). *Internetisõltuvus ja selle esinemine maa-ja linnanoorte hulgas*. Publitseerimata bakalaureusetöö. Tartu Ülikool.
- Rideout, V. J., Foehr, U. G., Roberts, D. F., & Brodie, M. (1999). *Kids and media at the new millenium: Executive summary*. Menlo Park, CA: Kaiser Family Foundation (Nov.).
- Rocheleau, B. (1995). Computer use by school-age children: Trends, patterns and predictors. *Journal of Educational Computing Research, 1*, 1-17.
- Scherer, K. (1997). College life online: Healthy and unhealthy Internet use. *Journal of College Student Development, November 1* (Uurimus esitati Ameerika Psühholoogia Assotsiatsiooni 104.aastakoosolekul USA-s Chicagos).
- Subrahmanyama, K., Greenfielb, P., Krautz, R., Grossb, E. (2001). The impact of computer use on children's and adolescents' development. *Applied Developmental Psychology 22*, 7-30.
- Tsai, C.C., Lin, C.C. (2004). Taiwanese Adolescents' Perceptions and Attitudes regarding the Internet: Exploring Gender Differences. *Adolescence, Vol.39*.
- Turow, J. (1999, May 4). *The Internet and the family: The view from the parents, the view from the press* (Report No. 27). Philadelphia, PA: Annenberg Public Policy Center of the

University of Pennsylvania. Külastatud aadressil

<http://www.asc.upenn.edu/usr/jturow/Report99.pdf>.

Van den Eijnden, R., Merrkerk, J.G., Vermulst, A.A., Spijkerman, R., Engels, R. (2008). Online Communication, Compulsive Internet Use, and Psychosocial Well-Being Among Adolescents: A Longitudinal Study. *Developmental Psychology*, Vol. 44, No. 3, 655–665.

Weinstein, A., Lejoyeux, M. (2010). Internet Addiction or Excessive Internet Use. *The American Journal of Drug and Alcohol Abuse*, 36, 277–283.

Wellman, B., Salaff, J., Dimitrova, D., Garton, L., Gulia, M., & Haythornthwaite, C. (1996). Computer networks as social networks: Collaborative work, telework, and virtual community. *Annual Review of Sociology*, 22, 213-238.

Young, K. (1996). Internet Addiction: The Emergence of a new clinical disorder.

*CyberPsychology and Behavior*, Vol. 1 No. 3, 237-244 (Urimus

esitati Ameerika Psühholoogia Assotsiatsiooni 104. aastakoosolekul Kanadas Torontos 15.aug.1996).

Young, K. S. (1997). *What makes the Internet addictive: Potential explanations for pathological Internet use* (Urimus esitati Ameerika Psühholoogia Assotsiatsiooni

105.aastakoosolekul USA-s Chicagos augustis 1997). Külastatud aadressil

<http://ceres.imt.uwm.edu/cipr/image/416.pdf>.

Young, K. (1998). *Internet Addiction Test (IAT)*. Külastatud aadressil

<http://www.internetoveruse.com/wp-content/uploads/Internet-Addiction-Test.pdf>.

Young, K. S., and Rogers, R. C. (1998). The relationship between depression and Internet addiction. *Cyberpsychol. Behav.* 1(1): 25–28.

Young, K. (1999). *Internet Addictions: Symptoms, Evaluation, and Treatment*. Külastatud aadressil <http://textedu.com/f2/download/internet-addiction-symptoms-evaluation-and-treatment.pdf>.

Young, K. (2004). Internet Addiction. A New Clinical Phenomenon and Its Consequences. *American Behavioral Scientist*, Vol. 48 No. 4, December, 402-415.

# Lisa 1.

## Ankeet

### Internetikasutusharjumused ja kooliga seotud tegurid noorte hulgas

Head õpilased! Olen Tartu Ülikooli tudeng ja viin läbi oma magistritööd interneti kasutamisest ja selle mõjust kooliga seotud teguritele. Selleks on mul vaja teie abi. Palun teil täita järgnev ankeet, mis koosneb kahest osast ja on anonüümne.

#### I. osa. Vasta küsimustele.

1. Milliseid hindeid saad koolis kõige sagedamini?

- a) viisi
- b) nelju
- c) kolmesid
- d) kahtesid

2. Kuidas oled rahul oma õppeedukusega?

- a) väga rahul
- b) üldiselt rahul
- c) pole rahul
- d) pole üldse rahul
- e) ei oska öelda

3. Kuidas on Sinu vanemad rahul Sinu õppeedukusega?

- a) väga rahul
- b) üldiselt rahul
- c) pole rahul
- d) pole üldse rahul
- e) ei oska öelda

4. Kui palju aega kulub Sul tavaliselt õppimisele kodus?

- a) ei õpi kodus
- b) alla poole tunni
- c) umbes pool tundi
- d) pool tundi kuni tund
- e) tund kuni poolteist
- f) kaks või enam tundi

5. Milleks kasutad põhiliselt interneti? Märki kõik sobivad vastusevariandid.

- a) koolitöödeks
- b) suhtlemiseks (msn, Facebook, jututoad jne)
- c) mängimiseks
- d) uudiste, artiklite jms lugemiseks
- e) foorumites aega veetmiseks
- f) infomatsiooni otsimiseks (google jne)



- g) maili lugemiseks
- h) meelelahutuseks (näiteks muusika, filmid jne)
- i) muu(kirjuta see siia).....  
.....  
.....

6. Kus kasutad põhiliselt internetti? Märki kõik sobivad variandid.

- a) kodus
- b) koolis
- c) sõprade juures
- d) raamatukogus/avalikes internetipunktides
- e) mujal (kirjuta see siia).....

7. Kui palju veedad koolipäeval keskmiselt aega internetis?

- a) alla ühe tunni
- b) 1-2 tundi
- c) 2-3 tundi
- d) 3-5 tundi
- e) 5-7 tundi
- f) rohkem kui 7 tundi

8. Kui palju veedad puhkepäevadel keskmiselt aega internetis?

- a) alla ühe tunni
- b) 1-2 tundi
- c) 2-3 tundi
- d) 3-5 tundi
- e) 5-7 tundi
- f) rohkem kui 7 tundi

9. Kuidas hindad oma suhteid klassikaaslastega?

- a) väga head
- b) üldiselt head
- c) pigem halvad
- d) väga halvad
- e) ei oska öelda

10. Kuidas hindad oma suhteid õpetajatega?

- a) väga head
- b) üldiselt head
- c) pigem halvad
- d) väga halvad
- e) ei oska öelda

11. Kuivõrd meeldib sulle koolis käia?

- a) väga meeldib
- b) üldiselt meeldib
- c) pigem ei meeldi
- d) ei meeldi üldse
- e) ei oska öelda

12. Kui tihti puudud koolist ilma mõjuva põhjuseta?

- a) ei puudu üldse
- b) väga harva
- c) vahete-vahel
- d) üsna sageli
- e) väga sageli

13. Kas osaled oma koolis mõnes huviringis, trennis või organisatsioonis? (kooli ajaleht, õpilasnõukogu jne)

- a) ei võta ühestki osa
  - b) jah, võtan osa ühest ringist/trennist/organisatsiooni tegevusest (kirjuta see siia).....
  - c) jah võtan osa mitmest ringist/trennist/organisatsiooni tegevusest (kirjuta need siia).....
- .....
- .....
- .....

14. Kas oled oma kooli esindanud mõnel olümpiaadil, üritusel või mõnel muul alal? (spordivõistlused, lauluvõistlused, üleriigilised või piirkondlikud olümpiaadid jne)

- a) ei ole
- b) olen ühe korra
- c) olen kaks kuni kolm korda
- d) olen rohkem kui kolm korda

**II osa. Tõmba ring ümber sobivale vastusevariandile.**

1= üldse mitte 2= harva 3= vahetevahel 4= sageli 5= alati

- 1. Kui sageli jääd internetti kauemaks kui plaanisid? 1 2 3 4 5
- 2. Kui sageli jätad tegemata kodused majapidamistööd, et veeta rohkem aega internetis? 1 2 3 4 5
- 3. Kui sageli eelistad sa internetisõprust reaalsele sõprusele? 1 2 3 4 5
- 4. Kui sageli sõlmid uusi tutvusi teiste interneti kasutajatega? 1 2 3 4 5
- 5. Kui sageli teised (pere, sõbrad, tuttavad jne) muretsevad, et sa veedad liiga palju aega arvutis? 1 2 3 4 5
- 6. Kui sageli sinu hinded või koolitöö kannatab internetis viibimise pärast? 1 2 3 4 5
- 7. Kui sageli vaatad enne läbi oma e-maili selle asemel, et teha seda, mida arvutis tegema pead? 1 2 3 4 5

8. Kui sageli sinu tööjõudlus või produktiivsus kannatab internetis viibimise pärast?  
(näiteks koristad küll oma tuba, kuid mitte enam nii korralikult kui varem) 1 2 3 4 5
9. Kui sageli muutud sa kaitsvaks või salatsevaks, kui keegi küsib sinult internetis viibimise põhjust? 1 2 3 4 5
10. Kui sageli sa tõrjud häirivaid mõtteid oma elust rahustatavate mõtetega internetist? 1 2 3 4 5
11. Kui sageli ootad sa aega, mil saad tagasi internetti minna? 1 2 3 4 5
12. Kui sageli sa kardad, et elu ilma internetita on igav, tühi ja rõõmutu? 1 2 3 4 5
13. Kui sageli sa ütled halvasti, karjud või saad pahaseks, kui keegi segab sind internetis viibimise ajal? 1 2 3 4 5
14. Kui sageli oled unine, kuna viibisid hilise ööni internetis? 1 2 3 4 5
15. Kui sageli mõtled internetis olemisest, kui teed midagi muud? 1 2 3 4 5
16. Kui sageli leiad end ütlemast „ainult mõni minut veel“ kui oled internetis? 1 2 3 4 5
17. Kui sageli püüad sa vähendada internetis viibimise aega, aga ebaõnnestud? 1 2 3 4 5
18. Kui sageli varjad teiste eest ajahulka, mille oled veetnud internetis? 1 2 3 4 5
19. Kui sageli eelistad sa viibida internetis, selle asemel, et minna kodust välja aega veetma? 1 2 3 4 5
20. Kui sageli parandab internetti minek sinu enesetunnet, kui juhtud olema masenduses, tujutu või närviline? 1 2 3 4 5

Olen poiss  tüdruk

Klass.....

Vanus.....

**Aitäh!**