Kas Sul on nutisõltuvus? Tee kindlaks, millised äpid röövivad kõige rohkem Sinu aega

8 aastat tagasi - 27.03.2018 Autor: AM

2017. aastal läbiviidud uuringu kohaselt kasutab 38 protsenti 16-24-aastastest Eesti noortest nutitelefoni iga päev enam kui kolm tundi. Kui arvad, et ka sinu aeg kulub just telefonis surfates ja sul on nutisõltuvus, siis alljärgnevad äpid näitavad sulle, millistele neist kõige rohkem aega raiskad.

Tele2 Eesti tootedirektori Katrin Aroni sõnul kaotavad inimesed tihti nutiseadmega ajataju. “Lihtsad analüüsiäpid annavad arvuti või telefoni kasutamisest ausa ülevaate ja inimene saab selle põhjal otsustada, kas sotsiaalmeediaga veedetud tunnid on mõistlik ajakulu,” rääkis Aron.

“Kõikide analüüsiäppide puhul tasub keskmisest hoolikamalt lugeda privaatsustingimusi, et saada aru, mida rakendus kogutava isikliku infoga teeb ja ega see kuskile edasi ei rända,” soovitas Aron.

Quality Time (Android, tasuta)

Annab lihtsa ülevaate, kaua inimene telefoniga kokku ning iga äpiga aega veedab. Quality Time’iga saab lisada alarmi, mis hoiatab, kui veedad liiga palju aega nutiseadmega. Samuti saab endale panna kasutuspiirangu, et teeksid seadme või mingite rakenduste kasutamisel aeg-ajalt pausi. App Usage (Android) rakendus pakub sarnaseid võimalusi veidi erinevate lisadega. Näiteks saab ekraanile panna igapäevase kasutusaja lugeja.

Moment (iOS, tasuta)

Apple piirab kasutust jälgitavate rakenduste tegutsemist. Moment üritab sellest mööda saada nii, et inimene teeb ise oma telefoni töösolevatest rakendustest ekraanipildi. Äpiga on võimalik jälgida ka näiteks laste mobiilikasutust ning seada iseendale kasutusaja piiranguid.

Instant (Android ja iOS, tasuline)

Instant teeb kasutusharjumustest põhjaliku analüüsi – kui palju telefoni omanik magas, kus käis, mitu sammu päevas tegi. Lisada saab ka meeldetuletusi, et

netikasutust jälgida või piirata.

WhatPulse (Windows, macOS, Linux, tasuta)

Whatpulse jälgib sinu tegemisi nutitelefoni asemel arvutis ja näitab ära, kui palju aega kulub inimesel töötegemisele, milliseid rakendusi kõige rohkem kasutatakse ning mis rakendused tarbivad kõige rohkem internetti.

Webtime Tracker (tasuta)

Heaks abiliseks on ka Webtime Tracker, mis pakub Chrome veebibrauseri kasutajatele head ülevaadet, kui palju aega ja millistel internetilehekülgedel veedetakse.

2017. aasta sügisel Eestis Tele2 tellimusena läbiviidud uuringust selgus, et 58% 16-24-aastastest ning 49% 25-34-aastastest on tundnud, et peaksid oma nutitelefoni kasutamist vähendama.

- Uudised

- Androidiblog
- Mobiiltelefonid

Pilt


9:67
Friday, 09 December