

Tartu Ülikool, Tervise Arengu Instituut

# Eesti laste vaimse tervise uuringu II vahearuanne

Küsitlusuuringu metoodika väljatöötamine

---

Veebruar 2024

## KOKKUVÖTE

Küsitlusuuringu eesmärk on saada ülevaade 8–17-aastaste laste vaimse tervise ja subjektiivse heaolu seisundist (sh sotsiaalsetest riski- ja kaitseteguritest ja ebavõrdsusest). Uuringu käigus kogutakse andmeid vaimse tervise ja sellega seotud tegurite kohta 2.–11. klassi õpilastelt üle Eesti. Uuringu algalim (umbes 3000 õpilast) moodustatakse koolide põhisel. Küsitlusmeetodiks on elektrooniline laste poolt isetäidetav ankeetküsitlus. Lisaks küsitletakse elektroonilise isetäidetava lühiküsimustikuga ka samade laste vanemaid. Küsimustiku väljatöötamisele eelnesid individuaalsed intervjuud 2., 5. ja 8. klassi õpilastega ankeedis sisalduvate uute küsimuste (mida ei ole üle võetud varasematest uuringutest) piloteerimiseks. Samuti piloteeriti tervele küsimustikule vastamist 2. ja 5. klassis klassitestimise käigus.

Uuringu meetoodika väljatöötamisel osalesid TAI, TÜ ja Turu-uuringute AS meeskonnad, võttes arvesse Sotsiaalministeeriumi kui tellija soovitusi.

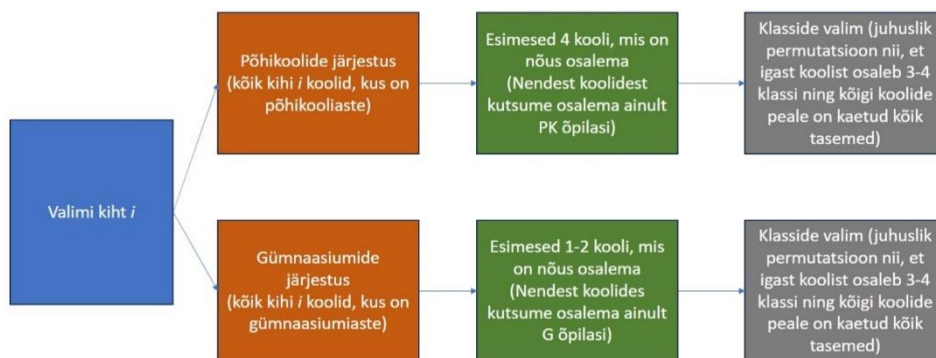
## UURINGU PLANEERITAV AJAKAVA

1. Pilootuuringu läbiviimine – oktoober 2023 kuni jaanuar 2024
2. Koolidega kontakteerumine ja nõusolekute küsimine – veebruar 2024 kuni mai 2024
3. Lapsevanematelt nõusolekute kogumine – veebruar 2024 kuni mai 2024
4. Küsitluse läbiviimine koolides – veebruar 2024 kuni mai 2024
5. Andmete puhastamine – mai kuni juuli 2024
6. Andmete analüüs – august kuni detsember 2024
7. Uuringu raporti koostamine – oktoober kuni detsember 2024
8. Uuringu tulemuste tutvustamine – jaanuar kuni veebruar 2025
9. Võimalusel (rahastuse ja tegijate olemasolul) kordusuuringu läbiviimine – kuni detsember 2033

## VALIM

LVTU põhiuuringu valimisse (detailset valimi koostamise kirjeldust vt lisa 1) kuuluvad koolid, mis valitakse juhuslikult arvestades kooli suurust, õppekeelt ja piirkonda: 1. Tallinna eesti õppekeelega koolid; 2. Tallinna vene (ja vene-eesti) õppekeelega koolid; 3. Ida-Virumaa eesti õppekeelega koolid; 4. Ida-Virumaa vene (ja vene-eesti) õppekeelega koolid; 5. Harjumaa (va Tallinn); 6. Lääne-Eesti (Hiiu, Lääne, Pärnu ja Saare maakond); 7. Kesk-Eesti (Järva, Lääne-Viru ja Rapla maakond); 8. Lõuna-Eesti (Jõgevamaa, Põlvamaa, Tartumaa (va Tartu), Valgamaa, Viljandi ja Võru maakond); 9. Tartu linn. Kuna väljaspool Tallinna ja Ida-Virumaad on vene õppekeelega koole vähe, siis nendes piirkondades eraldi venekeelsete koolide kihti ei võeta, kuid juhuslikult võivad venekeelsed koolid ka nendes piirkondades valimisse sattuda. Igas kihis kutsume uuringusse 400 vastajat (kokku 3600 last). (Joonis 1)

Iga kiht jaguneb omakorda kaheks koolitüübiks: I koolitüüp on põhikoolid (ja põhikoolid koos gümnaasiumiosaga); II koolitüüp on gümnaasiumid (ja põhikoolid koos gümnaasiumiosaga). I koolitüübi nimekirjas saab olema 15 põhikooli või põhikool-gümnaasiumi, millest tuleb nõusse saada 4. II koolitüübi nimekirjas saab olema 5 gümnaasiumit (ka põhikoolidega gümnaasiumid), millest tuleb nõusse saada 1. Koolidega võetakse ühendust juhusliku järjestuse alusel, mis võtab arvesse ka kooli suurust (suuremad koolid satuvad suurema tõenäosusega järjestuses ettepoole). Igas koolis igale tasemele (2. klass, 3. klass jne) tehakse juhuslik järjestus nt D B A C E, ning sellest järjestusest tuleb valida esimene klassikomplekt, mis on selles koolis olemas. Nt kui valitud kooli 3. klassis on 3 paralleeli – A, B ja C, siis tuleb sealt valida B. Kui on 4 paralleeli, siis D jne. Igas koolis püüame saada uuringusse juhuslikult valitud 3-4 klassi (nt 5.a klassi, 7.b klassi jne) ehk igast koolist ca 70 õpilast.



Joonis 1. Valimi koostamise põhimõtete skeem.

Koolide direktoritele saadetakse meili teel uuringut tutvustav kiri ja küsitakse nõusolekut kooli osalemiseks uuringus. Koolile uuringukutset saates mainime, et soovime koolis läbi viia küsitluse 2–6 juhuslikult valimisse sattunud klassis (klassid ja konkreetsed paralleelid valib välja algoritm). Nõusoleku andnud koolide direktoritel palutakse nimetada koolipoolsed kontaktisikud (tavaliselt valimisse sattunud klasside juhatajad), kes aitavad vastavas koolis uuringut korraldada.

Kooli kontaktisik saadab vähemalt kaheksa tööpäeva enne küsitluse toimumist e-kooli, Stuudiumi vm elektroonilise õppeinfosüsteemi kaudu osalevate klasside lapsevanematele välja lapsevanema informeerimise vormi, mis sisaldab linki elektroonilisele lapsevanema/eestkostja nõusoleku vormile LimeSurvey platvormil. Kui vanem märgib nõusolekuvormis, et on lapse küsitluses osalemisega nõus, genereerib süsteem lapsele individuaalse uuringukoodi (*token'i*), mille sisestamisel saab laps koolis küsimustikule vastata ja mille alusel seostatakse omavahel vanema ja lapse küsimustikke. Nõusoleku andmise järel palutakse lapsevanemal täita lapsevanema küsimustik (lisa 2) LimeSurvey platvormil.

Pärast lapsevanema informeerimise vormi saatmist ja enne küsitluspäeva saadab kooli kontaktisik elektroonilise õppeinfosüsteemi kaudu vanematele (vastavalt vajadusele) kuni viis meeldetuletust nõusolekuvormi ja lapsevanema küsimustiku täitmiseks. Nõusolekuvorm tuleb täita hiljemalt üks tööpäev enne küsitluspäeva. Lastel, kelle vanemad ei ole küsitluse toimumise ajaks nõusolekut andnud, ei ole küsimustiku täitmiseks vajalikku uuringukoodi ja nad ei saa seega uuringus osaleda.

## VALIMI KOOSTAMISEL ARUTATUD ASPEKTID

Taotluses kirjeldatud valimist eristab reaalselt valimit see, et esialgu plaanisime iga kihi jagada kolmeks: põhikoolid, põhikoolid gümnaasiumiosaga ja gümnaasiumid. Valimit tegema hakates saime aru, et kolmas lisakiht ei anna valimile väärtust juurde ning otsustasime sellest loobuda, et lihtsustada nii valimi koostamist kui hilisemat analüüsi.

Valimi koostamise käigus arutasime ja tutvustasime tellijale ka seda, et Eesti koolivõrgus on üsnagi palju erikoole, kus lapsed ei õpi riikliku õppekava järgi. LVTU valimisse nad kuuluda ei saa, kuna LVTU küsimustikku ei ole piloteeritud õpilaste grupil, kes tõenäoliselt vajaksid lihtsustatud varianti küsimustikust. Sellise variandi väljatöötamine vääriks eraldi uuringut. Seega otsustasime erikoolid valimist välja jätta.

## PROTSEDUUR

Kooli kontaktisik saadab elektroonilise õppeinfosüsteemi kaudu lapsevanematele uuringut tutvustava teabe. Infokiri sisaldab linki elektroonilisele lapsevanema nõusoleku vormile, kuhu vanem sisestab enda ja lapse nimed ning lapse kooli ja klassi. Käesolevas uuringuetapis osalemiseks nõusoleku andmiseks teeb vanem nõusolekuvormi vastava linnukese. Eraldi nõusolekut küsitakse isikuandmete säilitamiseks ja edaspidise kordusuuringu raames uuesti kontakteerumiseks. Vanematelt, kes on taaskontakteerumisega nõus, küsitakse kontaktandmed (nii vanema enda kui lapse meiliaadress ja telefoninumber). Lapse seekordseks küsitlemiseks nõusoleku andnud vanematele avaneb täitmiseks lapsevanema küsimustik (lisa 2). Nõusolekuvormi ja lapsevanema küsimustiku andmed salvestatakse eraldi failidesse Turu-uuringute AS poolt hallataval LimeSurvey platvormil.

Pärast nõusolekute kokku kogumist hakatakse küsitama lapsi, kelle vanemad on selleks nõusoleku andnud. Selleks lepitakse klassijuhatajatega kokku laste küsitlemiseks parim aeg ja koht koolis. Lastevanematele antakse 4 päeva aega nõusolek anda, siis saadetakse meeldetuletus uuesti, millele järel on uuesti aega 4 päeva, et nõusolek anda. Seega küsitluse aeg võib langeda juba 8. tööpäevale alates kontakteerumise hetkest. Võimalusel lepitakse aeg kokku juba esimese kontakteerumise ajal. Küsitluse viib läbi eelnevalt instrueeritud Turu-uuringute AS-i küsitaja, kes jagab vanemate nõusolekuga lastele nime järgi laiali sedelid nende unikaalsete uuringukoodidega. Uuringukood tuleb sisestada LimeSurvey keskkonnas küsimustikku sisenedes. Lastelt küsitakse nõusolek küsitluse alguses: kogu nõustumise üle otsustamiseks vajalik info esitatakse lastele LimeSurvey küsitluskeskkonnas küsimustiku sissejuhatavas osas. Lastelt küsitakse kaks eraldi nõusolekut: käesolevas uuringuetapis osalemiseks ja kordusuuringusse kutsumise eesmärgil uuesti kontakteerumiseks. Kui laps ei ole nõus käesolevas küsitluses osalema, siis küsitlust läbi ei viida. Kui laps ei ole nõus uuesti kontakteerumisega, arvatakse ta võimaliku kordusuuringu valimist välja. Laps jääb kordusuuringu valimist välja ka siis, kui lapsevanem ei nõustu, et tema ja lapsega kordusuuringu raames uuesti kontakteerutakse.

Küsitlus toimub klassides koolitunni (45 min) jooksul. Õpilastele, kes uuringus ei osale, palutakse õpetajal anda selleks ajaks iseseisev töö, võimalusel teises ruumis. Kui klassis on nõustujaid ainult paar õpilast, moodustatakse paralleelklasside peale üks rühm õpilasi, kes tulevad tunnist ära, saavad minna küsitluse jaoks broneeritud klassiruumi ja täita küsimustikku seal. Küsitluse läbiviimiseks kasutatakse kooli või uuringufirma tahvelarvuteid, mis vähendab võimalust, et kaasõpilased saaksid kellegi vastuseid näha. Küsitlus viiakse läbi turvalises veebikeskkonnas LimeSurvey platvormil, mida haldab Turu-uuringute AS. Küsitaja koostab iga küsitluse läbiviimise kohta vaatlusprotokolli.

## KÜSIMUSTIKUD

### KÜSIMUSTIKE PILOTEERIMINE

Pilootuuringu eesmärk oli testida küsimustiku väidete, küsimuste ja juhiste arusaadavust ning sobivust uuringu sihtrühmale ning saada sisendit küsimustiku täiendamiseks, selgitades välja laste jaoks olulised vaimset tervist puudutavad teemad. Eraldi eesmärk oli testida väikese grupiga klassitestimise protseduuri, et teha selgeks, kui kaua kulub eri vanuses lastel aega küsimustikule vastamiseks ning milliste protseduuriliste või tehniliste asjaoludega peab arvestama küsitlusuuringu läbiviimisel. Sellest tulenevalt toimus pilootuuring kahes etapis: individuaalsed intervjuud ja klassitestimise.

Pilootuuringu intervjuud viidi läbi kolmes koolis (kahes eesti ja ühes vene õppekeele koolis). Individuaalsete intervjuude läbiviimiseks moodustati mugavusvalim. Uuringusse kaasati õpilased 2., 5. ja 8. klassist; igast klassist kolm õpilast. Uuritavad värbasid ja intervjuud viisid läbi pilootuuringu meeskonda kuuluvad koolipsühholoogid. Kokku toimusid intervjuud 27 õpilasega (14 poissi, 13

tüdrukut) vanusevahemikus 7–14. Intervjuudes osales 18 eesti keelt emakeelena ja 9 vene keelt emakeelena kõnelevat last. Intervjuud viidi läbi kahes Tartu ja ühes Tallinna üldhariduskoolis. Planeeritud oli intervjuude läbiviimine samuti kahes Tallinna koolis, kuid andmekoguja haigestumise tõttu ei osutunud andmekogumine ühes vene õppekeele Tallinna koolis pilootuuringuks ettenähtud aja jooksul võimalikuks. Kõik intervjuud helisalvestati intervjuueeritavate ja nende vanemate eelneval nõusolekul.

Intervjuu esimeses osas esitati lapsele suuliselt küsimustiku instruksioonid, küsimused, väited ja vastusevariandid ning paluti lastel anda märku ja kommenteerida neid, mis olid arusaamatud. Lisaks sellele paluti lastel mõned küsimustiku väited ja küsimused ümber sõnastada. Andmekoguja andis lapselt saadud tagasiside põhjal iga juhise, küsimuse, väite ja vastusevariandi puhul hinnangu selle arusaadavusele 1 – 3 skaalal, kus 1 tähendab, et väide “pole arusaadav”, 2 tähendab “enam-vähem arusaadav” ja 3 tähendab “täiesti arusaadav”. Kõikide väidete ja küsimuste kohta käivad kommentaarid ja arusaadavuse hinnangud koondati ühte andmestikku ning iga väite/küsimuse/instruktsiooni kohta arvutati keskmine arusaadavuse hinnang. Analüüsimisel vaadeldi, millised väited või küsimused olid saanud madalamaid keskmisi hinnanguid ning uuringumeeskonnas arutati laste ja andmekogujate kommentaaridele tuginedes võimalikke parandusi instruksioonide, väidete, küsimuste ja vastusevariantide sõnastuses. Eesti- ja venekeelse küsimustiku kommentaare ja arusaadavuse hinnanguid analüüsiti eraldi. Analüüsile tuginedes tehtud muudatused või parandused ühtlustati nii eesti- kui ka venekeelses küsimustikus.

Intervjuu teises osas esitati lapsele avatud küsimused vaimse tervise, stressi ja negatiivsete emotsioonidega toimetulekuviiside kohta. Selle intervjuu osa eesmärk on saada sisendit selle kohta, mis on uuringu sihtrühma kuuluvate laste jaoks aktuaalsed teemad, millist sõnavara nad kasutavad vaimse tervise teemadel rääkimiseks, et planeeritavat küsimustikku parandada ja täiustada. Uurimismeeskonna liikmed kuulasid intervjuude teise osa kohta tehtud salvestusi ning tegid sellele tuginedes ettepanekuid instruksioonide, küsimuste, väidete ja vastusevariantide sõnastuse osas.

Pilootuuringu teises, klassitestimise etapis testiti küsimustiku täidetavust klassiruumis. Klassitestimise eesmärgiks oli täpsustada, kas õpilased saavad iseseisvalt küsimustikule vastamisega hakkama, milliseid täiendavaid juhiseid on vaja õpilastele anda ning milline on keskmine küsimustiku täitmisele kuluv aeg. Testimine viidi läbi kahes klassis (eesti õppekeele kooli 2. ja 5. klassis). Klassitestimised toimusid Tallinna Reaalkoolis 2023. aasta detsembris (2. klass) ja 2024. aasta jaanuaris (5. klass). Klassitestimise valim moodustati mugavusvalimi printsiibil samas koolis, kus viidi läbi intervjuud, kuid jälgiti, et intervjuueeritavad ei oleks samast klassist, kus viidi läbi klassitestimine.

Klassitestimise läbiviimine on lükkunud edasi, sest pilootuuringu esimese osa (intervjuude) läbiviimiseks kulunud aeg osutus planeeritust pikemaks. Sellest tulenevalt on edasi lükkunud ka piloteeritava küsimustiku lõpliku versiooni kooskõlastamine klassitestimist korraldava AS Turu-Uuringutega ning tehniliste ettevalmistuste tegemine klassitestimise läbiviimiseks.

## **PILOTEERIMISE PÕHJAL KÜSIMUSTIKUS TEHTUD MUUDATUSED**

Intervjuude põhjal tehtud olulisemad muudatused küsimustikus olid järgmised:

- a) Väite "Ma ärkan värsk ja puhanuna" sõnastasime ümber "Kui sageli Sa ärkad puhanuna?", kuna sõna "värsk" oli mitme õpilase jaoks ebaselge. Samuti lihtsustasime häirunud söömiskäitumist puudutavate küsimuste sõnastust õpilaste enda ümbersõnastuste põhjal ning vähendasime vaimse tervisega seotud hoiakute ploki vastusevariantide arvu (8-punktiest skaalast 5-punktiest).

b) Peretüübi küsimuse juurde lisasime täpsustuse, et selle küsimuse puhul palume märkida ainult lapsega koos elavad täiskasvanud, kuna kohati soovisid õpilased sinna märkida ka õdesid-vendi või koduloomi. Emotsionaalsete- ja käitumisprobleemide plokis tekitas mõnes õpilases segadust väljend "Käitun nagu oleksin justkui üles keeratud", seega asendasime selle väitega "Tunnen vajadust pidevalt tegutseda, nagu oleksin üles keeratud".

c) Digiseadmete kasutamise ploki juures toodi välja, et mõnes koolis on digiseadmete (nt kooli tahvelarvutite) kasutamine osa koolitööst, seega lisasime küsimusse täpsustava märkuse "Järgnevad küsimused puudutavad digiseadmete kasutamist, mis ei ole seotud kooliga." Vene õppekeelega õpilased tõid läbivalt välja, et digiseadmetest rääkides kasutavad nad kõnekeelset mõistet "гаджет", mis sai täpsustava märkusena lisatud venekeelse küsimustiku küsimustesse, mis käsitlevad digiseadmete kasutamist.

d) Küsimuste juures, mis puudutasid vaimse tervise probleemide puhul abi otsimist, tõid õpilased välja, et lisaks etteantud variantidele on abi otsitud või saadud ka õdedelt-vendadelt või veebi suhtluskaaslastelt, seega lisasime need variandid. Vene õppekeelega kooli õpilased tõid välja, et koduse keele märkimise juures võiks kajastuda ka ukraina keel, seega see vastusevariant lisati nii eesti- kui ka venekeelsesesse testi.

e) Algselt plaanitud RCADS-25 depressiooni- ja ärevushäirete hindamise mõõdiku asemel lisasime kõige nooremale vanusegrupile (8-10a) meeolelu hindamiseks Meeleolu ploki Kidscreenist (7 küsimust), sest intervjuudest selgus, et kõige nooremad lapsed ei saa RCADS-25 väidetest aru. Niisamuti on Kidscreeni valitud väited lihtsamast sõnastuses ning eelnevalt juba Eesti valimil erinevates vanusegruppides testitud (Konstabel jt, 2016).

## TELLIJA KOMMENTAARIDE PÕHJAL KÜSIMUSTIKKU SISSEVIIDUD MUUDATUSED

- a) Lisasime Riski- ja kaitsetegurite plokist kaks küsimust ("Me tülitseme peres sageli", "Meie peres sageli solvatakse üksteist või karjutakse üksteise peale") perekonfliktidest ka kõige nooremale vanusegrupile (8-10a).
- b) Viisime ühes väites lahku vanemate alkoholi- ja narkoprobleemid (alaosa Kriisid/sündmused kodus).
- c) Lisasime küsimuse selle kohta, kuivõrd laps tunneb, et tal on piisavalt sõpru (vastamisskaalal "üldse ei nõustu"... "nõustun täielikult").
- d) Vaimse tervise probleemidega sõprade arvu puudutava küsimuse juurde lisasime vastusevariandi "Ei oska öelda".
- e) Stigma ja teenuste ploki lisasime küsimuse, hindamaks, kust on laps saanud teavet vaimse tervise ning vaimse tervise probleemide kohta. Vastusevariandid sisaldavad erinevaid allikaid (nt teavet on saadud koolist, sõpradelt, internetist jne).
- f) Lisasime küsimuse huvitegevuste ja trennide kohta ("Kui tihti Sa tegeled koolist vabal ajal järgmiste asjadega?").
- g) Lapse ja vanema vastuste võrreldavuse huvides ühtlustasime majandusliku olukorraga seotud küsimused Lapse ja Lapsevanema küsimustikus.

## MUUDATUSED VÕRRELDES ALGTAOTLUSEGA

Viisime sisse ka mõned sisulisemad suuremad muudatused võrreldes algtaotlusega.

- a) Emotsionaalse enesetunde küsimustiku (EEK-2; Aluoja jt, 1999; Ööpik jt, 2006) asemel hindame depressioonile ja ärevushäiretele omaseid jooni RCADS-25 skaala abil. EEK-2 on välja

töötatud, et hinnata depressioonile ja ärevushäiretele viitavaid sümptomeid täiskasvanute seas. Seega pole antud skaala alaealistel valideeritud ning ei ole teada, kuivõrd 15+ vanuserühmale kohalduksid täiskasvanute valimil välja töötatud normid. RCADS-25 on aga hetkel Tervisekassa poolt tellitud ja Tartu Ülikooli Kliinikumi poolt läbiviidava projekti "Meeleolu- ja ärevushäirete hindamisvahendite valideerimine" raames Eesti lastele kohandamisel.

- b) ATH, eksternaliseeritud ja internaliseeritud psühhopatoloogia hindamiseks plaanisime algselt kasutada Tugevuste ja raskuste skaalat (SDQ; Goodman, 1997; eestikeelne versioon Trummal ja Kukk, 2018). Kuna aga SDQ kasutamine veebis on tasuta, otsustasime ülalmainitud joonte hindamiseks kasutada Youth Pediatric Symptom Checklist-17 (PSC-Y-17; Bergmann jt, 2018), mille oleme uuringumeeskonnas eesti keelde tõlkinud.

## LÕPLIK LAPSE KÜSIMUSTIK

Lapse küsimustik (lisa 3) on koostatud kolmes versioonis: 2.–4. klassidele, 5.–7. klassidele ja 8.–11. klassidele. Vanuse suurenedes lisandub küsimustikku uusi teemasid ja küsimuste plokkide. Ankeet on koostatud arvestusega, et keskmine vastamisaeg oleks 30 minutit, st kogu ankeedile jõuaks lõpuni vastata koolitunni jooksul. Pilootuuringus testitud 2. klass ja 5. klass jõudsid oma küsimustiku versiooni kõigile küsimustele vastata. 2. klass andis tagasisidet, et küsimustikku oli huvitav täita. Nii 2. klassi kui 5. klassi piloottestimisel ilmnis, et mõnedest välisautorite poolt loodud ja kinnitatud küsimuste tõlgetest (nt Kidscreeni mõned küsimused), ei saanud lapsed hästi aru. Kuna eelnevalt valideeritud küsimuste sõnastust muuta ei tohi, instrueerime küsitajat, et ta selgitaks nende küsimuste mõtet lastele, kui nende kohta küsitlemise ajal küsitakse.

Küsimustiku koostamisel on kasutatud juba olemasolevaid ja rahvusvaheliselt tunnustatud küsimustikke, mis võimaldab tulemusi võrrelda seniste Eestis läbi viidud uuringute ning rahvusvaheliste uuringutega. Küsimustik katab nii positiivset vaimset tervist (heaolu) kui ka vaimse tervise probleeme (peamiselt vanemates vanusegruppides), samuti vaimse tervisega seotud riski- ja kaitsetegureid, hoiakuid (sh stigmatiseerimine) ja teadlikkust vaimse tervise teenustest. Vaimse tervise häirete puhul on eesmärgiks hõlmata olulisemate lapse- ja noorukiea vaimse tervise häirete sümptomaatikat, sh meeleolu- ja ärevushäired, aktiivsus- ja tähelepanuhäire, söömis- ja käitumishäired, enesevigastamine.

Vaimse tervise probleemide mõõtmiseks kasutame mitmeid mujal maailmas kohandatud skaalasisid. Depressiooni ja ärevushäiretele viitavate sümptomite hindamiseks 11–17a lastel kasutame 25-väitelist Revised Children's Anxiety and Depression Scale'i (RCADS-25; Ebesutani jt, 2012) ning tähelepanu- ja käitumisprobleemidele viitavate joonte hindamiseks 8-17a seas Youth Pediatric Symptom Checklist-17 (PSC-Y-17; Bergmann jt, 2018). Mõlema skaala väited oleme käesoleva uuringu jaoks eesti ja vene keelde tõlkinud. Samuti on küsimustikku lisatud kaks enesevigastamist puudutavat küsimust (11-14a ja 15+ a vanusegruppidele), mis on eesti keelde kohandatud Hooliva kogukonna noorteuuringu jaoks Deliberate Self Harm Inventory (DSHI; Gratz, 2001) järgi.

Söömishäiretele viitavate sümptomite hindamiseks kasutame 4 küsimust, mis on loodud hindama peamisi söömishäirete diagnostilisi kriteeriume ning mida kasutati veidi muudetud kujul ka Rahvastiku Vaimse Tervise Uuringu (2022) noorukite küsimustikus. Häirunud söömiskäitumise puhul on oluline eristada ülesöömist ja liigsöömist: ülesöömine viitab suure koguse toidu tarbimisele, liigsöömine hõlmab endas aga lisaks suure koguse toidu tarbimisele ka tajutud kontrolli tunnet söömise üle (Goldschmidt, 2017). Seejuures on just tajutud kontrollitunne (võrreldes lihtsalt suurte koguste toidu tarbimisega) näidatud olevat seotud muude häirunud söömiskäitumise tunnuste ja üleüldise kehvena

vaimse tervisega (Jenkins jt, 2012; Latner jt, 2007). Sellest lähtuvalt on teaduskirjanduses soovitatud eristada ka kolme tüüpi inimesi (Brownstone jt, 2013): neid, kel esineb vaid ülesöömist; neid, kel esinevad üle- ja liigsöömine koos (objektiivsed liigsöömishood); neid, kel esineb liigsöömine ilma ülesöömiseta (subjektiivsed liigsöömishood), sest söömishäiretele omast psühhopatoloogiat ja üldist emotsionaalset häiritust näib olevat enim neil, kel on objektiivsed liigsöömishood, ja kõige vähem neil, kes kogevad ülesöömishooge.

Vaimse heaolu, pere-, sõprus- ja koolisuhete hindamiseks kasutame erinevaid plokkide Kidscreen-27 või Kidscreen-52 skaalast (Kidscreen Group Europe, 2016; eestikeelne versioon Konstabel jt, 2016), mis on varasemalt eesti keelde kohandatud ning mis hindab kooliealise lapse heaolu, suhteid vanemate ja eakaaslastega, sotsiaalset toetust ning koolikeskkonda.

Lisaks keskkondlikele riskiteguritele hindame ka individuaalsed riskitegureid. Emotsioonide juhtimisega seotud probleemide hindamiseks kasutame valitud väiteid Emotsiooni regulatsiooni raskuste skaalast (Gratz ja Roemer, 2004; eesti k versioon Vachtel, 2011). Samuti oleme sellesse plokki lisanud üksiküsimusi stressiga toimetuleku ja säilenõtkuse kohta, tervisekäitumisega seotud riskiteguritest üksiküsimusi une ning ekraaniaja kohta.

Vaimse tervisega seotud hoiakute ja stigma hindamiseks on kohandatud küsimused Mental Health Literacy skaalast (MeHLA; Zenas jt, 2020), mis hindab noorukite vaimse tervisega seotud teadlikkust. Lisaks oleme loonud mõned üksiküsimused ka vaimse tervise abi otsimise kohta.

Samuti sisaldab küsimustik sotsiaal-demograafiliste tegurite plokki.

## **LAPSEVANEMA KÜSIMUSTIK**

Lapsevanema küsimustik (lisa 2) on kõigi uuringus osalevate laste vanemate jaoks sama. Küsimustik täidetakse vanema poolt LimeSurvey platvormil. Küsimused puudutavad nii vanemat ennast kui uuringus osalevat last.

Vanema kohta käiv plokk sisaldab küsimusi vanema sotsiaal-demograafilise tausta, vaimse heaolu, vaimse tervise häirete esinemise, vanemana toimetuleku ja vaimse tervisega seotud hoiakute kohta. Valdavalt on kasutusel varasemates uuringutes (nt Rahvastiku Vaimse Tervise Uuring (2022) ning Lapse õiguste ja vanemluse uuring 2018 (Koppel jt, 2018) kasutatud küsimused. Vanema subjektiivset psühholoogilist heaolu hinnatakse WHO-5 (Sisask jt, 2008) skaalaga; vaimse tervisega seotud hoiakuid ja stigmat küsimustega, mis on mugandatud MeHLA (Zenas jt, 2020) skaalast täiskasvanute jaoks.

Lapse kohta käivate küsimuste plokk sisaldab küsimusi lapse üldise ja vaimse tervise kohta, sh PSC-Y-17 (Bergmann jt, 2018) lapsevanema versiooni, mis hindab eksternaliseeritud ning internaliseeritud psühhopatoloogiat ja tähelepanuprobleemide sümptomite esinemist lapsel. Samuti küsime lapse vaimse tervise probleemide korral abi otsimise ja saamise kohta ning uneaja, kehalise aktiivsuse ja teiste huvitegevuste kohta.



## UURINGU EETILISED ASPEKTID

Käesoleva uuringu kavand on kooskõlastatud TAI inimuuringute eetikakomiteega (piloottuuring TAIEK otsusega 1239, 10.10.2023; põhiuuring otsusega 1270, 02.01.2024; põhiuuringu küsimustike parandused ja materjalide venekeelsed tõlked otsusega 1282, 25.01.2024). Võimalikud järgnevad uuringuetapid (nt tulevikus planeeritav kordusuuring) tuleb samuti eelnevalt eetikakomiteega kooskõlastada.

Uuringut korraldades peetakse silmas uuritavate autonoomia respektiivimist (osalemine vabatahtlik, võimalik uuringust loobuda mis tahes etapis). Selleks võetakse ette järgmised sammud:

1) informeeritakse lapsi ja nende seaduslikke esindajaid (lapsevanem või eestkostja) igakülselt uuringust enne selle algust ja selles osalemise tähendusest;

2) uuringus osalemise eelduseks on nii osaleja enda kui ka tema vanema(te) või eestkostja informeeritud nõusolek. Nii lapsel kui tema seaduslikul esindajal on õigus loobuda uuringus osalemisest oma otsust põhjendamata. Lapsel on õigus küsimustiku täitmine igal ajal pooleli jätta. Uuringust loobumine on võimalik ka pärast andmekogumise lõppu kuni andmete anonüümimiseni lapse või lapsevanema kirjalikku taasesitamist võimaldavas vormis tehtud vastavasisulise avalduse alusel. Sel juhul kustutatakse lapse kohta käivad andmed uuringu andmebaasist. Juba avaldatud analüüse (sh artikleid) ümber ei tehta.

Lisaks infolehtedel esitatavale teabele saavad uuritavad ja nende seaduslikud esindajad küsida uuringu läbiviijatelt uuringu kohta täiendavaid küsimusi kas meili või telefoni teel või koolis küsitlejalt.

Küsimustiku koostamisel on võetud arvesse laste vanust, et küsimustiku maht ja sisu vastaks laste vanusele ja oleks neile jõukohane. Vaimse tervise teema on tundlik ning selle kohta küsimine võib põhjustada vastajas ebamugavust. Küsimustele vastamine on vabatahtlik – lapsel on õigus jätta vastamata tema jaoks ebamugavatele küsimustele. Uuringuga ei kaasne invasiivseid protseduure.

Uuringu infolehel selgitatakse uuritavatele andmete konfidentsiaalsust puudutavaid aspekte: andmeid analüüsitakse pseudonüümitult ning tulemusi ei seostata konkreetsete vastajatega.

Küsimustiku täitmisest ei tulene uuritavatele otsest riski, siiski võivad mõned küsimustikus sisalduvad teemad olla tundlikumad või kurnavamad (nt uimastite tarvitamisega, konfliktsete peresuhete või vaimse tervise probleemidega seotud küsimused). Uuringu infolehel selgitatakse osalevale lapsele, et kui ta ei soovi mõnele küsimusele vastata, siis ta ei pea seda tegema. Samuti võib ta küsimustiku täitmisest keelduda või täitmise katkestada ilma, et peaks seda põhjendama.

On võimalik, et küsitleja saab klassis küsitlust läbi viies teadlikuks asjaoludest, mis viitavad mõne uuringus osaleva lapse puhul abivajadusele. Vastavalt lastekaitse seadusele võtab küsitleja sel juhul ühendust kohaliku omavalitsuse lastekaitseteenistusega või lasteabiga telefonil 116 111. Küsitleja selgitab lapsele oma muret ning kohustust kuuldest lastekaitse töötajat informeerida ning selgitab, miks info jagamine on vajalik. Kõigile küsitluses osalenud lastele selgitatakse, et juhul kui mõned ankeedis käsitletud teemad panid neid muretsema või tundma ebamugavalt, võivad nad abi saamiseks pöörduda oma kooli tugispetsialistide poole. Lapse küsimustiku lõpus kuvatakse teave tasuta abi saamise võimaluste kohta, samuti on see esitatud projekti kodulehel <https://lvtu.ut.ee/vaimse-tervise-abi-infoleht>. Uuritavad ei saa uuringus osalemisest otsest kasu. Kasu võib olla kaudne, kuna 1) küsimustele vastates tuleb vastused anda endast lähtuvalt, mistõttu terviseiga seotud aspektid saavad uuritaval endal läbi mõeldud ja seega võib saada ideid oma tervise eest paremini hoolitsemiseks; 2) uuring annab sisendi teaduspõhisele ennetustööle, millest saab kasu kogu ühiskond.

## ANDMEHALDUS

Andmekogumise etapis on isikuandmete vastutav töötleja Turu-uuringute AS. Turu-uuringute AS koordineerib koolidesse lapsevanematele teavituskirjade saatmist; võtab lapsevanematelt elektroonilised aktiivsed nõusolekud ja kogub vanemate ankeediga andmed nõusoleku andnud lapsevanematelt; genereerib lastele uuringukoodid; kontrollib, milliste laste vanemad on nõusoleku andnud ja saavad uuringus osaleda (s.h haldab uuringus osalemisest keeldumisi/ nõustumiste tagasivõtmist enne, uuringu ajal ja andmekogumise järgselt kuni andmete üleandmiseni TAI-le) ning viib läbi küsitluse koolides. Küsitluses osalevate laste vanemate informeeritud nõusoleku vormide andmed kogutakse üle krüpteeritud ühenduse Turu-uuringute AS-i pilvekettale (kasutatakse Amazoni teenust, andmeid säilitatakse lirimaa serverites) kausta. Teise kausta kogutakse laste küsitlusandmed, kolmandasse lapsevanemate küsimustiku andmed. Andmetele on ligipääs kahel Turu-uuringute AS-i andmesüsteeme haldaval isikul. Pärast andmefailide üleandmist TAI-le kustutatakse nii lastevanemate nõusolekuvormide kui küsimustike andmed Turu-uuringute AS-i pilvekettalt (hiljemalt 30.08.2024).

Iga laps, kelle vanem on andnud uuringus osalemiseks nõusoleku, saab uuringus osalemiseks individuaalse uuringukoodi, mille alusel on võimalik seostada omavahel lapse ja vanema küsimustikku ning lapsevanema nõusolekuvormi. Küsitluses osalejate nimesid näevad üksnes vastavates klassides küsitlust läbi viivad Turu-uuringute AS-i küsitlajad. Küsimustikus ei küsita andmeid, mis võimaldaksid lapse isikut tuvastada. Küsimustik täidetakse tahvelarvutis veebipõhiselt LimeSurvey keskkonnas, mis tagab andmete turvalise kogumise ja hoiustamise. Küsimustik täidetakse vastavalt kooli võimalustele kas arvutiklassis või laste aineklassis, kus kohapeal olev küsitlaja jälgib, et lapsed iseseisvalt küsimustikku täidaksid. Privaatsuse tagamiseks ei kasutata suuri arvutiekraane arvutiklassides, vaid tahvelarvuteid.

Pärast andmete üleandmist kuni uuringu lõpuni (31.12.2033, kui võimalusel on läbi viidud kordusuuring) on andmete vastutav töötleja TAI, kes teostab küsitlusandmete esmase kontrolli ning analüüsi. Pseudonüümitud küsitlusandmeid säilitatakse TAI serveris ning neile pääsevad ligi ainult uuringuga seotud isikud. Lapsevanemate informeeritud nõusoleku andmete faili (mis on ühtlasi võtmefail, sisaldades lapsevanema ja lapse nime, kontaktandmeid ning lapse uuringukoodi) säilitatakse TAI serveris muudest küsitlusandmetest eraldi tulevaste jätku-uuringute tarbeks ja sellele on ligipääs ainult uuringuga seotud ja selleks autoriseeritud TAI töötajatel, kelle tööülesanded seda nõuavad. TÜ-poolsete uurimisrühma liikmetega jagatakse pseudonüümitud küsitlusandmeid, kuid mitte nõusolekuandmete faili. Nõusolekuvormide andmeid säilitatakse kuni uuringuperioodi lõpuni (31.12.2033), seejärel need hävitatakse ning küsitlusandmed muutuvad anonüümseteks. Anonüümseid andmeid säilitatakse TAI serveris tähtajatult. Uuringu tellijale, Sotsiaalministeeriumile, edastatakse vastavalt lepingule anonüümitud küsitlusandmete failid edasisteks statistilisteks andmeanalüüsideks.

Uuringu käigus kogutud andmeid kasutatakse projekti „Eesti laste vaimse tervise uuring“ raporti koostamisel ja teadustöös. Tulemuste publitseerimisel ei kasutata nimesid ega muud infot, mis teeks uuritavate ja teiste seotud isikute tuvastamise võimalikuks. Kõik tulemused esitatakse üldistatud kujul.

## LISAD

- Lisa 1. Valimi koostamise kirjeldus
- Lisa 2. Lapsevanema küsimustik
- Lisa 3. Lapse küsimustik

## KASUTATUD KIRJANDUS

- Aluoja, A., Shlik, J., Vasar, V., Luuk, K., & Leinsalu, M. (1999). Development and psychometric properties of the Emotional State Questionnaire, a self-report questionnaire for depression and anxiety. *Nordic Journal of Psychiatry*, 53(6), 443-449.
- Bergmann, P., Lucke, C., Nguyen, T., Jellinek, M., & Murphy, J. M. (2018). Identification and utility of a short form of the Pediatric Symptom Checklist-Youth self-report (PSC-17-Y). *European Journal of Psychological Assessment*, 36(1), 56–64.
- Brownstone, L. M., Bardone-Cone, A. M., Fitzsimmons-Craft, E. E., Printz, K. S., Le Grange, D., Mitchell, J. E., ... & Joiner, T. E. (2013). Subjective and objective binge eating in relation to eating disorder symptomatology, negative affect, and personality dimensions. *International Journal of Eating Disorders*, 46(1), 66–76.
- Ebesutani, C., Reise, S., Chorpita, B. F., Ale, C., Regan, J., Young, J., Higa-McMillan, C., & Weisz, J (2012). The Revised Child Anxiety and Depression Scale - Short Version: Scale reduction via exploratory bifactor modeling of the broad anxiety factor. *Psychological Assessment*, 24, 833-845.
- Eesti rahvastiku vaimse tervise uuringu konsortsium. Eesti rahvastiku vaimse tervise uuringu lõpparuanne. Final report of the Estonian National Mental Health Study. Tallinn, Tartu: Tervise Arengu Instituut, Tartu Ülikool, 2022.
- Goldschmidt, A. B. (2017). Are loss of control while eating and overeating valid constructs? A critical review of the literature. *Obesity Reviews*, 18(4), 412–449
- Goodman, R. (1997). The Strengths and Difficulties Questionnaire: A Research Note. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 38(5), 581–586. <https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.1997.tb01545.x>
- Gratz, K. L. (2001). Measurement of deliberate self-harm: Preliminary data on the Deliberate Self-Harm Inventory. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 23, 253–263.
- Gratz, K. L., & Roemer, L. (2004). Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the difficulties in emotion regulation scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 26(1), 41–54.
- Jenkins, P. E., Conley, C. S., Rienecke Hoste, R., Meyer, C., & Blissett, J. M. (2012). Perception of control during episodes of eating: Relationships with quality of life and eating psychopathology. *International Journal of Eating Disorders*, 45(1), 115–119.
- Kidscreen Group Europe (2016). The KIDSCREEN Questionnaires. Quality of life questionnaires for children and adolescents. Lengerich: Pabst Science Publishers.
- Konstabel, K., Narusson, D., Konstabel, K. & Lasn, H. (2016). *Hindamisvahendite kohandamine laste heaolu ja vaimse tervisega seotud riskide varajaseks märkamiseks*. Tartu.
- Koppel, K., Biin, H., Osila, L., Anniste, K., Aaben, L., Piirits, M., Kukk, K. ja Kask, I. (2018). *Lapse õiguste ja vanemluse uuring 2018. Metoodika vahearuanne*. Tallinn: Poliitikauuringute Keskus Praxis.
- Latner, J. D., Hildebrandt, T., Rosewall, J. K., Chisholm, A. M., & Hayashi, K. (2007). Loss of control over eating reflects eating disturbances and general psychopathology. *Behaviour research and therapy*, 45(9), 2203–2211.
- Ööpik, P., Aluoja, A., Kalda, R., & Maarsoos, H. I. (2006). Screening for depression in primary care. *Family practice*, 23(6), 693-698.

- Sisask, M., Värnik, A., Kõlves, K., Konstabel, K., & Wasserman, D. (2008). Subjective psychological well-being (WHO-5) in assessment of the severity of suicide attempt. *Nordic Journal of Psychiatry*, 62, 431–435.
- Trummal, A., & Kukk, M. (2018). Lapse käitumise ja vanemliku kompetentsuse küsimustike psühhomeetrilised omadused ning normatiivsed andmed. Tallinn: Tervise Arengu Instituut.
- Vachtel, I. (2011). *Emotsiooni regulatsiooni raskuste skaala konstrueerimine* [Constructing the Difficulties in Emotion Regulation Scale]. University of Tartu, Tartu.
- Zenas, D., Nielsen, M. G., Fonager, K., Petersen, K. S., Szulevicz, T., & Overgaard, C. (2020). Assessing mental health literacy among Danish adolescents – development and validation of a multifaceted assessment tool (the Danish MeHLA questionnaire). *Psychiatry Research*, 293, 113373.

## Lisa 1.

# Laste vaimse tervise uuringu (LVTU) koolide valimi koostamine

Kenn Konstabel

2024-02-01

## Sisukord

Taust .....	13
Algandmed .....	13
Õpilaste arvud piirkondade ja kooli õppekeele järgi .....	15
Koolide nõusoleku taotlemine ja klasside valimi koostamine .....	15
Koolide järjestused valimi kihtide kaupa .....	16
Tallinn: eesti õppekeelega koolid.....	16
Tallinn: eesti+vene või vene õppekeelega koolid .....	17
Harju .....	18
Lääne .....	19
Kesk .....	21
Ida: eesti õppekeelega koolid.....	22
Ida: eesti+vene või vene õppekeelega koolid .....	23
Tartu .....	24
Lõuna.....	25

## Taust

### Algandmed

Kasutame andmeid 3 allikast:

1. HTM-ilt saadud fail *UT\_Vaimne\_tervis\_24012024\_valimi\_alus\_HTMist.xlsx* (tabel x)
2. Koolide kontaktandmete tabel EHIS-est (tabel y)
3. Õpilaste arvude tabel EHIS-e avaandmetest (tabel z)

Tabelis x (HTM-ilt saadud valimi alustabel) on 505 rida ja järgmised tunnused: *OPPEASUTUS\_ID, õppeasutuse.nimetus, ASUKOHT\_JUR, Maakond, kooli.alamtüüp, Kokku.õpilaste.arv, eesti.keel, vene.keel, muu.õppekeel, RÕK, eri, rahvusvahelised, 1..kooliaste, 2..kooliaste, 3..kooliaste, gümnaasium, kokku.klassikomplekte/paralleele*. Tunnuste nimed on järgnevas võrreldes algse tabeliga natuke lühendatud,

"õppeasutuse.nimetus" --> "nimi, "kokku.klassikomplekte/paralleele" --> "klasse", "Kokku.õpilaste.arv--> "õpilasi. "1..kooliaste - 4..kooliaste" --> "KK1 - KK4" (klassikomplektide arvud 1. - 4. kooliastmes).

**Lisame sinna tabelist y (koolide kontaktandmete fail EHIS-est) järgmised tunnused: KOOL\_ID, KOV, tel, email, www, aadress, indeks.**

**Lõpuks, tabelist z (EHIS-est alla laaditud õpilaste arvude tabel) lisame järgnevad tunnused: NP, NG, omandivorm, direktor, kus NP on õpilaste arv põhikooliastmes ning NG on õpilaste arv gümnaasiumiastmes.**

**Jätame tabelist välja koolid, kus ei ole ühtegi õpilast, kes õpiks riikliku õppekava järgi, samuti sellised koolid, kus õppekeeleks ei ole eesti ega vene keel. Selle kriteerimi järgi jäävad välja (1) erivajadustega lastele mõeldud koolid ja (2) rahvusvahelised koolid.**

jrk	ID	nimi	RÕK	eri	rahvusvahelised
1	810	Ahtme Kool	0	86	0
2	41,691	Audentese Rahvusvaheline Kool	0	0	104
3	1,032	Eesti Rahvusvaheline Kool	0	0	130
4	1,040	Hilariuse Kool	0	40	0
5	1,386	Jaagu Lasteaed-Põhikool	0	36	0
6	687	Kammeri Kool	0	39	0
7	806	Kiigemetsa Kool	0	40	0
8	2,302	Käo Põhikool	0	35	0
9	793	Nurme Kool	0	49	0
10	815	Porkuni Kool	0	98	0
11	309	Põlva Roosi Kool	0	24	0
12	800	Raikküla Kool	0	48	0
13	1	Salu Kool	0	21	0
14	4,491	Tallinna Euroopa Kool	0	0	401
15	516	Tallinna Kadaka Põhikool	0	253	0
16	31,411	Tallinna Rahvusvaheline Kool	0	0	241
17	2,153	Tallinna Soome Kool	41	0	0
18	442	Tallinna Tondi Kool	0	292	0
19	279	Tartu Maarja Kool	0	73	0
20	1,045	Tartu Rahvusvaheline Kool	33	0	57
21	253	Türi Kevade Kool	0	11	0

jrk	ID	nimi	RÕK	eri	rahvusvahelised
22	801	Urvaste Kool	0	26	0
23	809	Valga Jaanikese Kool	0	41	0
24	526	Võru Järve Kool	0	25	0
25	792	Ämmuste Kool	0	32	0

**Seega valimi alustabelis on 480 kooli ning alustabelist jääb välja 25 kooli.**

### Õpilaste arvud piirkondade ja kooli õppekeele järgi

Vastavalt eetikataotlusele ja koosolekul kokku lepitud täpsustustele räägime 7 piirkonnast:

1. Tallinn
2. muu Harjumaa
3. Lääne-Eesti (Hiu, Lääne, Pärnu ja Saare maakond)
4. Kesk-Eesti (Järva, Lääne-Viru ja Rapla maakond)
5. Ida-Virumaa
6. Tartu linn
7. Muu Lõuna-Eesti (Jõgeva, Põlva, Tartu, Valga, Viljandi ja Võru maakond)

piirkond	koolide.arv	ÕK.eesti	ÕK.vene	ÕK.mõlemad	õpilaste.arv	eesti.k	vene.k
Tallinn	82	56	3	23	53,412	39,304	13,817
Harju	62	57	1	4	24,798	23,609	1,189
Lääne	87	84	0	3	17,366	17,042	324
Kesk	66	64	0	2	14,158	14,038	120
Ida	37	19	5	13	12,669	6,401	6,268
Tartu	28	25	0	3	15,171	14,677	380
Lõuna	118	114	0	4	23,799	23,483	316

### Koolide nõusoleku taotlemine ja klasside valimi koostamine

Koolidega võetakse ühendust allpool toodud juhuslikus järjekorras eraldi igas valimi kihis ning eraldi põhikooli- ja gümnaasiumiastmes. Eesmärgiks on saada igas valimi kihis nõusolek 4 koolilt põhikooliastmes ning 1 koolilt gümnaasiumiastmes. Pärast nõusolekute saamist järgneb valimi koostamise teine etapp, kus määratakse, millisest koolist millised klassid uuringusse kutsutakse. Klasside valimi koostamisel on eesmärgiks, et osalejaid oleks igast vanuserühmast (2.-10. klass) ligikaudu võrdselt ning kui koolis toimub samal ajal teadaolevalt teisi mahukaid uuringuid (nt ESPAD 8.-9. klassides), siis need klassid jääksid võimalusel LVTU valimist välja. Klassidest koostatakse juhuslik valim arvestades eeltoodud piiranguid, lähtudes algvalimi suurusest vähemalt 3000 vastajat.

## Koolide järjestused valimi kihtide kaupa

Valimi koolide järjestus on ka exceli failis *Lvtu\_valim.xlsx*.

**Igas valimi kihis on toodud koolide juhuslik järjestus eraldi põhikoolide ja gümnaasiumide kohta. Tegu on kaalutud järjestusega, see tähendab, et suurematel koolidel on suurem tõenäosus sattuda järjestuses ettepoole.**

**Tallinn ja Ida-Virumaa jagunevad 2 kihiks: eestikeelsed koolid (st koolid, kus õppekeeleks on ainult eesti keel) ning vene- ja eesti+vene-keelsed koolid (st koolid, kus õppekeeleks on kas ainult vene keel või nii vene kui ka eesti keel).**

- “Põhikoolide” järjestuses on igas valimikihis koolid, kus on põhikooliastme õpilasi. Nendest koolidest kutsutakse valimis osalema ainult põhikooliastme õpilasi. Kaalude aluseks on põhikooliastme õpilaste arv vastavas koolis.
- “Gümnaasiumide” järjestuses on igas valimikihis koolid, kus on gümnaasiumiastme õpilasi. Nendest koolidest kutsutakse valimis osalema ainult gümnaasiumiastme õpilasi. Kaalude aluseks on gümnaasiumiastme õpilaste arv vastavas koolis.

Iga kooli kohta on tabelis järgnevad tunnused:

---

oppekeel	Õppekeel (1= ainult eesti, 2 = ainult vene, 3= eesti ja vene)
nimi	Kooli nimi
tel	Telefon
email	E-postiaadress
www	Kooli veebileht
NP	Õpilaste arv põhikooliastmes
NG	Õpilaste arv gümnaasiumiastmes
KP	Klassikomplektide arv põhikooliastmes
KG	Klassikomplektide arv gümnaasiumiastmes
eesti.keel	Eesti õppekeelega õpilaste arv
vene.keel	Vene õppekeelega õpilaste arv

---

### Tallinn: eesti õppekeelega koolid

---

Õpilaste arv põhikoolis	26,383
Õpilaste arv gümnaasiumiastmes	7,565
Õpilaste arv (1-12. klass) kokku	33,948
Põhikooliastmega koolide arv	51
Gümnaasiumiastmega koolide arv	36
Koolide arv kokku	56

---



Põhikooli valim: koolide järjestus (esimesed 15)

oppekeel	nimi	NP	NG	KP	KG	Eesti.N	Vene.N
1	Tallinna 21. Kool	1,051	338	36	9	1,392	0
1	Tallinna Kunstigümnaasium	689	198	42	9	903	0
1	Tallinna Nõmme Põhikool	522	0	23	0	523	0
1	Tallinna Järveotsa Gümnaasium	687	133	27	3	821	0
1	Jakob Westholmi Gümnaasium	720	199	28	8	924	0
1	Hiiu Kool	542	0	25	0	540	0
1	Gustav Adolfi Gümnaasium	1,082	436	41	12	1,519	0
1	Kalamaja Põhikool	517	0	22	0	517	0
1	Tallinna Prantsuse Lütseum	550	194	18	6	745	0
1	Vanalinna Hariduskolleeegium	581	432	40	17	1,015	0
1	Tallinna Mustamäe Gümnaasium	689	208	34	9	906	0
1	Tallinna Arte Gümnaasium	628	434	31	16	1,059	0
1	Tallinna Laagna Gümnaasium	733	158	35	6	897	0
1	Tallinna Kuristiku Gümnaasium	823	150	36	7	975	0
1	Audentese Erakool	438	0	23	0	438	0

**Gümnaasiumiastme valim: koolide järjestus (esimesed 5)**

oppekeel	nimi	NP	NG	KP	KG	Eesti.N	Vene.N
1	Tallinna 21. Kool	1,051	338	36	9	1,392	0
1	Tallinna 32. Keskkool	735	368	31	12	1,103	0
1	Tallinna Tehnikagümnaasium	617	181	27	8	798	0
1	Gustav Adolfi Gümnaasium	1,082	436	41	12	1,519	0
1	Tallinna Tõnismäe Riigigümnaasium	335	408	17	15	745	0

**Tallinn: eesti+vene või vene õppekeelega koolid**

Õpilaste arv põhikoolis	16,543
Õpilaste arv gümnaasiumiastmes	2,798
Õpilaste arv (1-12. klass) kokku	19,341
Põhikooliastmega koolide arv	26
Gümnaasiumiastmega koolide arv	21

## Põhikooli valim: koolide järjestus (esimesed 15)

oppekeel	nimi	NP	NG	KP	KG	Eesti.N	Vene.N
3	Tallinna Õismäe Vene Lütseum	980	92	35	3	92	981
3	Tallinna Humanitaargümnaasium	913	177	34	6	462	623
3	Tallinna Pae Gümnaasium	1,104	162	43	6	574	693
3	Tallinna Mustamäe Reaalgümnaasium	746	121	38	6	122	747
3	Tallinna Läänemere Gümnaasium	1,264	125	55	3	538	853
3	Tallinna Mustamäe Humanitaargümnaasium	770	106	30	3	567	312
3	Lasnamäe Gümnaasium	1,268	174	55	6	434	1,014
3	Tallinna Kesklinna Vene Gümnaasium	977	169	36	3	170	980
3	Tallinna Tõnismäe Reaalkool	722	130	29	3	130	727
3	Tallinna 53. Keskkool	669	157	36	6	158	669
3	Eurogümnaasium	164	35	15	3	35	161
3	Sakala Eragümnaasium	198	54	9	3	54	202
3	Ehte Humanitaargümnaasium	751	125	37	4	125	744
3	Tallinna Linnamäe Vene Lütseum	1,294	391	46	12	391	1,298
3	Tallinna Juudi Kool	268	95	12	4	95	271

## Gümnaasiumiastme valim: koolide järjestus (esimesed 5)

oppekeel	nimi	NP	NG	KP	KG	Eesti.N	Vene.N
3	Tallinna Mustjõe Gümnaasium	562	272	28	9	397	440
3	Kool 21. sajandil	49	71	8	3	74	49
3	Tallinna Läänemere Gümnaasium	1,264	125	55	3	538	853
3	Tallinna Pae Gümnaasium	1,104	162	43	6	574	693
3	Haabersti Vene Gümnaasium	727	179	29	6	453	456

## Harju

Õpilaste arv põhikoolis	22,012
Õpilaste arv gümnaasiumiastmes	2,735
Õpilaste arv (1-12. klass) kokku	24,747

Põhikooliastmega koolide arv	59
Gümnaasiumiastmega koolide arv	15
Koolide arv kokku	62

Põhikooli valim: koolide järjestus (esimesed 15)

oppekeel	nimi	NP	NG	KP	KG	Eesti.N	Vene.N
1	Jüri Gümnaasium	1,114	258	60	9	1,371	0
1	Lagedi Kool	237	0	20	0	237	0
1	Kallavere Keskkool	261	32	13	3	297	0
3	Keila Kool	1,436	166	82	13	1,509	93
2	Maardu Põhikool	417	0	27	0	0	423
1	Tabasalu Kool	1,143	0	57	0	1,145	0
1	Järveküla Kool	744	0	40	0	744	0
1	Vasalemma Põhikool	140	0	15	0	142	0
1	Loo Keskkool	572	96	29	4	670	0
1	Oru Põhikool	164	0	9	0	164	0
1	Saku Gümnaasium	1,289	250	58	9	1,538	0
1	Viimsi Kool	1,313	0	65	0	1,316	0
3	Maardu Gümnaasium	705	154	53	9	426	430
1	Laagri Kool	1,330	0	69	0	1,330	0
1	Vääna-Jõesuu Kool	134	0	6	0	134	0

Gümnaasiumiastme valim: koolide järjestus (esimesed 5)

oppekeel	nimi	NP	NG	KP	KG	Eesti.N	Vene.N
1	Kiili Gümnaasium	861	115	44	6	975	0
1	Viimsi Gümnaasium	0	556	0	3	557	0
1	Tabasalu Gümnaasium	0	339	0	3	342	0
3	Keila Kool	1,436	166	82	13	1,509	93
1	Saue Riigigümnaasium	0	410	0	26	410	0

Lääne

Õpilaste arv põhikoolis	14,754
-------------------------	--------

Õpilaste arv gümnaasiumiastmes	2,576
Õpilaste arv (1-12. klass) kokku	17,330
Põhikooliastmega koolide arv	81
Gümnaasiumiastmega koolide arv	16
Koolide arv kokku	87

Põhikooli valim: koolide järjestus (esimesed 15)

oppekeel	nimi	NP	NG	KP	KG	Eesti.N	Vene.N
1	Pärnu Ülejõe Põhikool	858	0	44	0	857	0
1	Paikuse Kool	626	0	31	0	622	0
1	Kuressaare Vanalinna Kool	375	0	18	0	375	0
1	Kuressaare Hariduse Kool	668	0	44	0	673	0
1	Pärnu Rääma Põhikool	587	0	32	0	581	0
3	Haapsalu Põhikool	675	0	37	0	655	20
1	Muhu Põhikool	133	0	9	0	132	0
1	Sauga Põhikool	237	0	14	0	237	0
1	Noarootsi Kool	91	0	8	0	93	0
1	Haapsalu Linna Algkool	263	0	22	0	264	0
1	Uuemõisa Lasteaed-Algkool	153	0	8	0	154	0
1	Kärla Põhikool	149	0	11	0	148	0
1	Pärnu Vanalinna Põhikool	533	0	31	0	533	0
1	Juurikaru Põhikool	51	0	9	0	51	0
1	Pärnu-Jaagupi Põhikool	261	0	22	0	262	0

**Gümnaasiumiastme valim: koolide järjestus (esimesed 5)**

oppekeel	nimi	NP	NG	KP	KG	Eesti.N	Vene.N
1	Pärnu Koidula Gümnaasium	0	606	0	21	608	0
1	Pärnu Sütevaka Humanitaargümnaasium	214	192	9	6	411	0
1	Noarootsi Gümnaasium	0	149	0	6	150	0
1	Saaremaa Gümnaasium	0	504	0	17	505	0
1	Lihula Gümnaasium	249	60	14	3	309	0

## Kesk

Õpilaste arv põhikoolis	12,312
Õpilaste arv gümnaasiumiastmes	1,841
Õpilaste arv (1-12. klass) kokku	14,153
Põhikooliastmega koolide arv	62
Gümnaasiumiastmega koolide arv	16
Koolide arv kokku	66

### Põhikooli valim: koolide järjestus (esimesed 15)

oppekeel	nimi	NP	NG	KP	KG	Eesti.N	Vene.N
1	Rapla Keslinna Kool	447	0	25	0	451	0
1	Kadrina Keskkool	492	132	31	3	625	0
1	Võsu Kool	79	0	13	0	79	0
1	Vinni-Pajusti Gümnaasium	378	67	21	3	448	0
1	Kiltsi Mõisakool	63	0	9	0	64	0
1	Paide Hillar Hanssoo Põhikool	414	0	26	0	407	0
1	Valtu Põhikool	176	0	11	0	176	0
1	Kunda Ühisgümnaasium	253	38	14	3	285	0
1	Rakvere Vabaduse Kool	702	0	41	0	703	0
1	Paide Hammerbecki Põhikool	462	0	34	0	461	0
1	Rakvere Waldorfkool	218	30	9	3	247	0
1	Türi Põhikool	534	0	34	0	536	0
3	Tapa Gümnaasium	591	54	44	3	580	60
1	Koigi Kool	104	0	9	0	104	0
1	Koeru Keskkool	275	59	20	3	331	0

### Gümnaasiumiastme valim: koolide järjestus (esimesed 5)

oppekeel	nimi	NP	NG	KP	KG	Eesti.N	Vene.N
1	Kohila Gümnaasium	756	126	51	6	884	0
1	Rakvere Riigigümnaasium	0	435	0	25	435	0
1	Väike-Maarja Gümnaasium	287	54	17	3	340	0
1	Rapla Gümnaasium	0	262	0	9	263	0

oppekeel	nimi	NP	NG	KP	KG	Eesti.N	Vene.N
1	Koeru Keskkool	275	59	20	3	331	0

#### Ida: eesti õppekeelega koolid

Õpilaste arv põhikoolis	3,059
Õpilaste arv gümnaasiumiastmes	1,692
Õpilaste arv (1-12. klass) kokku	4,751
Põhikooliastmega koolide arv	14
Gümnaasiumiastmega koolide arv	8
Koolide arv kokku	19

#### Põhikooli valim: koolide järjestus (esimesed 15)

oppekeel	nimi	NP	NG	KP	KG	Eesti.N	Vene.N
1	Narva Vanalinna Põhikool	515	0	22	0	519	0
1	Kiviõli 1. Keskkool	302	42	22	3	347	0
1	Sillamäe Eesti Põhikool	232	0	18	0	233	0
1	Narva Eesti Põhikool	172	0	9	0	165	0
1	Lüganuse Kool	65	0	9	0	68	0
1	Jõhvi Põhikool	557	0	37	0	556	0
1	Sinimäe Põhikool	117	0	22	0	115	0
1	Iisaku Gümnaasium	115	20	21	2	137	0
1	Kohtla-Nõmme Kool	132	0	10	0	132	0
1	Illuka Kool	120	0	13	0	121	0
1	Kohtla-Järve Järve Kool	344	0	21	0	347	0
1	Mäetaguse Põhikool	132	0	14	0	131	0
1	Toila Gümnaasium	202	57	12	3	260	0
1	Maidla Kool	54	0	9	0	53	0

#### Gümnaasiumiastme valim: koolide järjestus (esimesed 5)

oppekeel	nimi	NP	NG	KP	KG	Eesti.N	Vene.N
1	Narva Gümnaasium	0	541	0	19	545	0

oppekeel	nimi	NP	NG	KP	KG	Eesti.N	Vene.N
1	Jõhvi Gümnaasium	0	428	0	18	429	0
1	Sillamäe Gümnaasium	0	247	0	18	250	0
1	Kohtla-Järve Gümnaasium	0	192	0	5	194	0
1	Kiviõli 1. Keskkool	302	42	22	3	347	0

#### Ida: eesti+vene või vene õppekeelega koolid

Õpilaste arv põhikoolis	7,739
Õpilaste arv gümnaasiumiastmes	138
Õpilaste arv (1-12. klass) kokku	7,877
Põhikooliastmega koolide arv	18
Gümnaasiumiastmega koolide arv	2
Koolide arv kokku	18

#### Põhikooli valim: koolide järjestus (esimesed 15)

oppekeel	nimi	NP	NG	KP	KG	Eesti.N	Vene.N
2	Kiviõli Vene Kool	196	0	18	0	0	196
3	Sillamäe Vanalinna Kool	652	0	42	0	62	594
3	Narva Kesklinna Kool	591	0	41	0	181	416
2	Narva Pähklikmäe Kool	903	0	45	0	0	906
3	Narva Soldino Kool	627	0	40	0	56	584
3	Kohtla-Järve Kesklinna Põhikool	425	0	23	0	60	366
3	Kohtla-Järve Slaavi Põhikool	393	0	34	0	108	284
2	Narva 6. Kool	149	0	10	0	0	161
3	Narva-Jõesuu Kool	110	0	9	0	34	73
3	Narva Keeltelütseum	685	119	41	3	267	539
3	Jõhvi Kesklinna Kool	566	0	29	0	222	343
2	Narva Paju Kool	195	0	69	0	0	192
3	Kohtla-Järve Tammiku Põhikool	438	0	26	0	98	340
3	Kohtla-Järve Maleva Põhikool	583	0	38	0	401	184
2	Erakool Intellekt	163	0	9	0	0	161

#### Gümnaasiumiastme valim: koolide järjestus (esimesed 5)

oppekeel	nimi	NP	NG	KP	KG	Eesti.N	Vene.N
3	Narva Keeltelütseum	685	119	41	3	267	539
3	Narva Õigeusu Gümnaasium	92	19	9	3	21	92

## Tartu

Õpilaste arv põhikoolis	11,990
Õpilaste arv gümnaasiumiastmes	3,142
Õpilaste arv (1-12. klass) kokku	15,132
Põhikooliastmega koolide arv	24
Gümnaasiumiastmega koolide arv	11
Koolide arv kokku	28

Põhikooli valim: koolide järjestus (esimesed 15)

oppekeel	nimi	NP	NG	KP	KG	Eesti.N	Vene.N
3	Tartu Annelinna Gümnaasium	822	249	38	11	879	192
1	Tartu Hansa Kool	730	0	39	0	733	0
1	Tartu Herbert Masingu Kool	248	40	92	5	290	0
1	Tartu Kivilinna Kool	806	0	36	0	811	0
1	Tartu Tamme Kool	789	0	34	0	789	0
1	Tartu Veeriku Kool	799	0	41	0	801	0
1	Miina Härma Gümnaasium	529	358	27	12	774	0
1	Tartu Mart Reiniku Kool	843	0	41	0	846	0
1	Tartu Variku Kool	580	0	28	0	577	0
1	Tartu Karlova Kool	660	0	29	0	662	0
1	Tartu Hiie Kool	249	15	31	0	264	0
1	Tartu Erakool	716	0	36	0	719	0
1	Tartu Descartes'i Kool	421	0	26	0	424	0
1	Tartu Waldorfgümnaasium	281	80	18	3	361	0



oppekeel	nimi	NP	NG	KP	KG	Eesti.N	Vene.N
1	Tartu Forseliuse Kool	598	0	33	0	597	0

### Gümnaasiumiastme valim: koolide järjestus (esimesed 5)

oppekeel	nimi	NP	NG	KP	KG	Eesti.N	Vene.N
1	Tartu Tamme Gümnaasium	0	482	0	15	483	0
1	Hugo Treffneri Gümnaasium	0	531	0	16	536	0
3	Tartu Annelinna Gümnaasium	822	249	38	11	879	192
1	Tartu Herbert Masingu Kool	248	40	92	5	290	0
1	Tartu Jaan Poska Gümnaasium	0	580	0	16	580	0

### Lõuna

Õpilaste arv põhikoolis	20,602
Õpilaste arv gümnaasiumiastmes	3,134
Õpilaste arv (1-12. klass) kokku	23,736
Põhikooliastmega koolide arv	110
Gümnaasiumiastmega koolide arv	29
Koolide arv kokku	118

### Põhikooli valim: koolide järjestus (esimesed 15)

oppekeel	nimi	NP	NG	KP	KG	Eesti.N	Vene.N
1	Põlva Kool	818	0	46	0	816	0
1	Kääpa Põhikool	154	0	10	0	151	0
1	Valga Põhikool	738	0	52	0	739	0
1	Viljandi Kesklinna Kool	741	0	33	0	748	0
1	Ülenurme Gümnaasium	1,042	186	49	6	1,226	0
1	Suure-Jaani Kool	368	0	28	0	365	0
1	Viiratsi Kool	79	0	6	0	79	0
1	Lähte Ühisgümnaasium	375	132	20	9	506	0
1	Elva Gümnaasium	821	118	45	4	943	0
1	Räpina Ühisgümnaasium	294	78	26	3	374	0
1	August Kitzbergi nimeline Gümnaasium	266	47	22	3	318	0

oppekeel	nimi	NP	NG	KP	KG	Eesti.N	Vene.N
1	Tõrva Gümnaasium	418	66	19	3	486	0
1	Parksepa Keskkool	194	116	11	5	310	0
1	Põltsamaa Ühisgümnaasium	731	138	59	6	869	0
1	Voore Põhikool	34	0	5	0	35	0

**Gümnaasiumiastme valim: koolide järjestus (esimesed 5)**

oppekeel	nimi	NP	NG	KP	KG	Eesti.N	Vene.N
1	Suure-Jaani Gümnaasium	0	65	0	3	65	0
1	Põlva Gümnaasium	0	187	0	9	187	0
1	Rõngu Keskkool	194	40	13	3	237	0
1	Tõrva Gümnaasium	418	66	19	3	486	0
1	Räpina Ühisgümnaasium	294	78	26	3	374	0

Eesti laste vaimse tervise uuringu II vahearuanne: Küsitlusuuringu meetodika väljatöötamine  
Lapsevanema küsimustik

Vanema kohta käivad küsimused			
Teemaplokk	Alateema	Mõõdik	Väide
Taust	Sugu	RVTU (+ muu ja ei soovi vastata variandid juurde)	Teie sugu 1 Mees 2 Naine 3 Muu 4 Ei soovi vastata
			Kes Te uuringus osalevale lapsele olete? 1 Ema 2 Isa 3 Kasuema 4 Kasuisa 5 Vanaema 6 Vanaisa 7 Hoolduspere või perekodu vanem või asenduskodu kasvataja 8 Keegi teine. Palun täpsustage! ...
	Vanus	RVTU	Teie vanus ..... aastat
	Haridus	RVTU	Milline on Teie kõrgeim lõpetatud haridustase? 1 Alg- või põhiharidus 2 Põiharidus koos kutseharidusega 3 Kesk- või gümnaasiumiharidus 4 Keskeri- või kutsekeskharidus 5 Rakenduslik- või kutsekõrgharidus 6 Kõrghariduse põhiõpe (bakalaureus) 7 Kõrghariduse kraadiõpe (magister, doktor/kandidaat)
	Perekonnaseis	RVTU	Milline on Teie praegune perekonnaseis? 1 Vallaline 2 Abielus või kooselus 3 Kindel partner, aga ei ela koos 4 Lahutatud või lahus elav 5 Lesk
	Sissetulek	RVTU	Kui suur oli Teie keskmine netosissetulek ühes kuus viimase 12 kuu jooksul? (kõigist allikatest saadud netosissetulek, sh peretoetus, pension, üüritulu jms) 1 Sissetulek puudus 2 Kuni 450 eurot 3 451–650 eurot 4 651–850 eurot 5 851–1100 eurot 6 1101–1400 eurot 7 1401–1700 eurot 8 1701–2000 eurot 9 2001–2500 eurot 10 2501 eurot või rohkem
	Majanduslik olukord	RVTU	Palun märkige, milliseks hindate oma pere rahalist seisu?

			<p><b>Märkige üks Teile kõige sobivam vastus.</b></p> <p>1 Raha ei jätku söögikski  2 Jätkub vaid toiduks, maksudeks ja hädavajalike asjade ostuks  3 Saab osta ka muud vähem hädavajalikku  4 Saab osta enamvähem kõike vajalikku  5 Võime aegajalt endale osta ka luksuslikke asju</p>
	<b>Kodune keel</b>		<p><b>Mis on Teie peamine kodune keel?</b></p> <p>1 Eesti  2 Vene  3 Ukraina  4 Muu. Palun täpsustage! ...</p>
	<b>Eluga rahulolu</b>	<b>RVTU eluga rahulolu plokk</b>	<p><b>Palun hinnake, kui rahul Te üldiselt olete järgmiste valdkondadega oma elus:</b></p> <p>1 Väga rahul  2 Üsna rahul  3 Mitte eriti rahul  4 Ei ole üldse rahul</p> <p>1. Elu tervikuna  2. Majanduslik olukord  3. Peresuhted  4. Sõprussuhted  5. Töö (siin lisaks vastusevariant "Ma ei tööta")</p>
<b>Vanema vaimne tervis</b>	<b>Vanema vaimne tervis</b>	<b>RVTU</b>	<p><b>Kas Teil on kunagi diagnoositud mõni vaimse tervise häire (nt depressioon, ärevushäire, sõltuvushäired, aktiivsus-tähelepanuhäire)?</b></p> <p>1 Ei  2 Jah  3 Ei tea  4 Ei soovi vastata</p>
	<b>Vanema heaolu</b>	<b>WHO-5</b>	<p><b>Palun märkige ära iga järgneva väite juures, milline neist on lähim Teie enesetundele kahe viimase nädala jooksul. Tehke ainult üks märges iga väite kohta. Pange tähele, et suuremad numbrid tähendavad paremat heaolu</b></p> <p>0 Mitte kunagi  1 Vahetevahel  2 Vähem kui pool ajast  3 Enam kui pool ajast  4 Enamuse ajast  5 Kogu aeg</p> <p>1. Ma tunnen end rõõmsa ja heatujulisena  2. Ma tunnen end rahulikuna ja pingevabana  3. Ma tunnen end aktiivse ja energilisena  4. Ma tunnen end värskena ja puhanuna  5. Mu igapäevaelu pakub mulle huvi</p>
	<b>Vanema toimetulek</b>	Lapse õiguste ja vanemluse uuring 2018 (Koppel jt, 2018)  (5 väidet 6st võetud üle)	<p><b>Kui sageli olete lapsevanemana tundnud viimase aasta jooksul, et ...</b></p> <p>1 Mitte kunagi  2 Harva  3 Mõnikord  4 Sageli</p> <p>1. ... olete stressis ja/või masenduses?  2. ... lapsevanemaks olemise roll käib üle jõu?  3. ... vajaksite rohkem aega iseendale?</p>

			<p>4. ... vajaksite kellegi abi ja tuge? 5. ... röömustate oma lapse üle?</p>
	<b>Kasvatustüübid</b>	<b>Psühholoogilise kontrolli alaskaala (Child Rearing Practices Report)</b>	<p>Järgnevalt on esitatud mõned väited, mis kirjeldavad vanema käitumist lapsega. Palun hinnake, kui võrd on iga väide Teid viimase kuu jooksul kirjeldanud.</p> <p>1 Ei ole üldse minu moodi 2 Ei ole minu moodi 3 Pigem ei ole minu moodi 4 Pigem on minu moodi 5 On minu moodi 6 On täiesti minu moodi</p> <p>1. Tahtsin, et mu laps saaks aru, kui palju ma tema heaks teinud olen 2. Tahtsin, et mu laps saaks aru, kui paljust ma tema pärast loobuma olen pidanud 3. Näitasin oma lapsele välja, kui pettunud ma temas olen ja kui häbi mul on, kui ta halvasti käitus 4. Tahtsin, et minu laps oleks tänulik ja hindaks kõiki neid võimalusi, mis tal on 5. Proovisin tema mõtteid ja tundeid muuta 6. Ütlesin, et kõike saab paremini teha</p>
<b>Abiotsimine</b>	<b>Vanema valmidus lapsele abi otsida</b>	Lapse õiguste ja vanemluse uuring 2018 (Koppel jt, 2018)	<p>Kui sageli olete viimase aasta jooksul lapsevanemana kogunud olukordi, kus...</p> <p>1 Mitte kunagi 2 Harva 3 Mõnikord 4 Sageli</p> <p>1. ... tunnete, et vajaksite lapsevanemana nõu ja abi, ent ei tea, kuhu või kelle poole pöörduda? 2. ... tunnete, et vajaksite lapsevanemana nõu ja abi, kuid ei söanda kellegi poole pöörduda?</p>
<b>Vaimse tervise stigma</b>	<b>Vaimse tervisega seotud hoiakud</b>	<b>MeHLA skaala (kohandasime väiteid täiskasvanutele)</b>	<p>Mil määral Te nõustute järgmiste väidetega?</p> <p>1 Üldse mitte 2 Natuke 3 Mõõdukalt 4 Palju 5 Väga palju</p> <p>1. Vaimse tervise probleemid on märk inimese nõrkusest 2. Vaimse tervise probleemidega inimesed saaksid oma probleemidest vabaneda, kui nad tahaksid 3. Kui mul on võimalik, siis ma ei tahaks olla samas meeskonnas kellegagi, kellel on vaimse tervise probleem 4. Kui mu kolleegil on vaimse tervise probleem, siis meelsamini töötaksin teises ruumis 5. Enamik mu töökaaslastest ei tahaks töötada samas ruumis inimesega, kellel on vaimse tervise probleem 6. Enamikku vaimse tervise probleeme on võimalik ravida 7. Ka hea vaimse tervise inimesel võib olla emotsionaalselt raskeid päevi</p>
			<p>Mil määral aitab Teie arvates vaimse tervise probleemide puhul...</p> <p>1 Üldse mitte 2 Natuke 3 Mõõdukalt</p>

			<p>4 Palju 5 Väga palju</p> <p>1. ... psühholoogiline nõustamine? 2. ... lähedaste tugi? 3. ... ravimid?</p>
--	--	--	--

Lapse kohta käivad küsimused			
Teemaplokk	Alateema	Mõõdik	Väide
Taust	Sugu	RVTU (+ muu variant juurde)	<p>Uuringus osaleva lapse sugu</p> <p>1 Poiss 2 Tüdruk 3 Muu 4 Ei soovi vastata</p>
	Vanus		<p>Uuringus osaleva lapse sünniaeg</p> <p>(Sisestab päeva-kuu-aasta)</p>
	Lapse leibkond		<p>Kas Te elate lapsega koos?</p> <p>1 Jah 2 Ei 3 Elan lapsega koos osa ajast</p> <p>Mitu inimest elab uuringus osaleva lapse leibkonnas? Palun arvestage ka ennast ja uuringus osalevat last. Leibkonna moodustavad enamasti ühisel pinnal elavad inimesed, kes jagavad omavahel eelarvet või toitu.</p> <p>... täiskasvanut (18+) ... alaealist last (0-17a)</p>
Üldine tervis	Milliseks Te hindate lapse üldist tervist?		<p>Kuidas Te hindate lapse tervist käesoleval ajal?</p> <p>1 Väga hea 2 Hea 3 Keskmine 4 Halb 5 Väga halb</p>
	Diagnoos	Canada Health Survey on Children, mugandatud	<p>Kas Teie lapsel on kunagi diagnoositud mõni järgnevatest terviseprobleemidest? Märkige kõik sobivad.</p> <p>1 Astma 2 Diabeet ( I või II tüüp, mitte prediabeet) 3 Allergia (diagnoositud allergiatesti abil) 4 Epilepsia (korduvad epileptilised hood, mitte ühekordne juhtum) 5 Ärevushäire, nt mõni foobia, obsessiiv-kompulsiivne häire või paanikahäire 6 Meeleoluhäire, nt depressioon, bipolaarne häire, maania või düstüümia 7 Söömishäire, nt anoreksia, buliimia või liigsöömishäire 8 Õpiraskused või spetsiifilise akadeemilise oskuse kasutamise raskused (nt kõneareng, lugemine, kirjutamine, aritmeetika) 9 Aktiivsus- ja tähelepanuhäire ehk ATH 10 Autismispektri häire (varasemalt nimetatud ka kui autism, Aspergeri sündroom, pervasiivne arenguhäire) 11 Ei ole diagnoositud ühtegi neist terviseprobleemidest 12 Muu pikaajaline terviseprobleem. Palun täpsustage! ...</p> <p><i>Kui märgitakse mõni terviseprobleem loetelust, siis iga märgitud probleemi kohta:</i></p> <p>Kui sageli mõjutab/piirab see terviseprobleem lapse</p>

			<p>igapäevaelu tegemisi?</p> <p>1 Mitte kunagi 2 Harva 3 Mõnikord 4 Tihti 5 Alati</p>
Lapse vaimne tervis	Emotsionaalsed ja käitumisprobleemid	Youth Pediatric Symptom Checklist, 17 väidet	<p>Palun märkige iga väite puhul, kui sageli see Teie last kirjeldab.</p> <p>0 Mitte kunagi 1 Mõnikord 2 Sageli</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. On kurb, õnnetu</li> <li>2. Tunneb lootusetust</li> <li>3. On enda suhtes kriitiline, karm</li> <li>4. Muretseb palju</li> <li>5. Tal ei ole nii lõbus kui varem</li> <li>6. On rahutu, ei suuda paigal püsida</li> <li>7. Unistab liiga palju</li> <li>8. Tema tähelepanu kaldub kergesti kõrvale</li> <li>9. Tal on raske keskenduda</li> <li>10. Tunneb vajadust pidevalt tegutseda, nagu oleks üles keeratud</li> <li>11. Kakleb teiste lastega</li> <li>12. Ei järgi reegleid</li> <li>13. Ei mõista teiste inimeste tundeid</li> <li>14. Narrib teisi</li> <li>15. Süüdistab oma mures teisi</li> <li>16. Keeldub oma asju jagamast</li> <li>17. Võtab asju, mis ei kuulu talle</li> </ol>
Abi	Abi vajadus	Ise mõeldud, Abi vajaduse tajumine	<p>Kas viimase aasta jooksul on lapsel esinenud vaimse tervise, käitumis- või arenguprobleemi/-e, mille tõttu olete tundnud vajadust otsida lapsele professionaalset abi?</p> <p>1 Ei -&gt; jätab vahele kõik abiotsimisega seotud küsimused 2 Jah</p>
	Abi otsimine	2-12a laste uuring, mugandatud	<p>Kas Te olete viimase aasta jooksul pöördunud lapse vaimse tervise, käitumis- või arenguprobleemi(de) tõttu mõne spetsialisti poole?</p> <p>1 Ei -&gt; suunab edasi järgmise küsimuse juurde 2 Jah</p> <p>Märkige kõik, kelle poole olete pöördunud.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 Neuroloog</li> <li>2 Psühholoog</li> <li>3 Psühhiaater</li> <li>4 Logopeed</li> <li>5 Eri- või sotsiaalpedagoog koolis</li> <li>6 Lastekaitse- või sotsiaaltöötaja</li> <li>7 Perearst</li> <li>8 Muu. Palun täpsustage! ...</li> </ol> <p>Kui abivajadus = JAH ja pöördumine = EI, siis..</p> <p>Mis on takistanud lapse vaimse tervise, käitumis- või arenguprobleemidele professionaalse abi otsimist? Märkige kõik abiotsimist takistanud tegurid.</p>
		Vastusevariandid mugandatud RVTU-st	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 Lootsin, et probleemid lahenevad ise</li> <li>2 Ei teadnud, kust abi otsida</li> <li>3 Ei olnud aega abi otsida</li> <li>4 Pikad ootejärjekorrad</li> </ol>

			<p>5 Teenused on liiga kallid</p> <p>6 Pereliige või lähedane ei soosinud abi otsimist</p> <p>7 Ei julgenud abi otsida, sest kartsin teiste hukkamõistu</p> <p>8 Ei uskunud, et miski aitaks</p> <p>9 Muu. Palun täpsustage! ...</p>
	Abi saamine		<p>-&gt; kui on pöördunud kuhugi</p> <p>Mil määral olete abi saanud?</p> <p>1 Mitte üldse</p> <p>2 Vähesel määral</p> <p>3 Mõningal määral</p> <p>4 Suurel määral</p>
	Uni	HBSC, mugandatud	<p>1. Mis kell läheb Teie laps tavaliselt voodisse, kui peab järgmisel hommikul kooli minema? (Saab valida kellaaja rippmenüüst)</p> <p>2. Mis kell läheb Teie laps tavaliselt voodisse puhkepäevadel? (Saab valida kellaaja rippmenüüst)</p> <p>3. Mis kell Teie laps tavaliselt koolipäevadel üles tõuseb? (Saab valida kellaaja rippmenüüst)</p> <p>4. Mis kell Teie laps tavaliselt puhkepäevadel üles tõuseb? (Saab valida kellaaja rippmenüüst)</p> <p>5. Mis kell Teie lapsel tavaliselt hommikul kool algab? (Saab valida kellaaja rippmenüüst)</p>
	Vaba aeg (trennid, huviringid)	Lapse õiguste ja vanemluse uuring 2018 (Koppel jt, 2018)  küsimused 38-39	<p>Kui mitmes erinevas trennis, huviringis või täiendavas eratunnis (nt muusikakoolis) Teie laps nädalas käib?</p> <p>Mitmes erinevas? ..... Kirjutage erinevate trennide/tegevuste arv</p> <p>Mitu korda nädalas kokku? ..... Kirjutage, mitu korda laps erinevates trennides, huviringides või täiendavates eratundides nädalas kokku käib</p> <p>Kui mitu tundi need tegevused nädalas keskmiselt kokku aega võtavad? ..... Kirjutage tundide arv</p>
	Füüsiline aktiivsus	Eliktu (?) -> TerVE kool järgi 2014 (aluseks WHO soovitus)  RVTU alaealiste küsimustik	<p>Mitmel päeval oli Teie laps eelmisel nädalal vähemalt 60 minutit päevas kehaliselt aktiivne (nt jooksmine, sõrkimine, kiire jalgrattasõit; see osa sporditreeningust, tantsutrennist ja/või kehalise kasvatus tunnist, mis paneb teda hingeldama või higistama)?</p> <p>Märkige päevade arv. (rippmenüü 0–7)</p> <p>Mitu minutit Teie laps tavalisel päeval käib jalgsi või sõidab jalgrattaga?</p> <p>1 Kuni 15 minutit (k.a) päevas</p> <p>2 16–30 minutit päevas</p> <p>3 31–60 minutit päevas</p> <p>4 Rohkem kui 60 minutit päevas</p>
	Mida lapsega koos teete?	Mugandatud väited Praxise uuringust (Lapse õiguste ja	<p>Kas ja kui sageli on Teil viimasel kuul tulnud ette järgmist?</p> <p>4 Pea iga päev</p> <p>3 Vähemalt kord nädalas</p>



		vanemluse uuring (Koppel jt, 2018)  (küsimus nr 36)	<b>2 Vähemalt kord kuus</b> <b>1 Mitte kunagi</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Räägime lapsega oma päevast ja tegemistest</li> <li>2. Räägime lapsega ühiskonnas toimuvast või maailma asjadest</li> <li>3. Arutame internetis nähtut, telesaateid, filme või raamatuid</li> <li>4. Teeme koos lapse koolitöid</li> <li>5. Teeme koos lapsega majapidamise töid (nt koos süüa, küpsetame, koristame, kastame lilli)</li> <li>6. Mängime koos</li> <li>7. Käime kinos, teatris, kontserdil või näitusel</li> <li>8. Matkame, teeme koos sporti</li> <li>9. Räägime sellest, kuidas ennast tunneme</li> </ol>
--	--	--	---

Eesti laste vaimse tervise uuringu II vahearuanne: Küsitlusuuringu meetodika väljatöötamine

Lisa 3. Lapse küsimustik

Teema	Alateema	Mõõdik	8-10a	11-14a	15+	Väide
Taust	Sugu	HBSC (v.a 3. ja 4. vastusevariant)	X	x	x	<b>Kas Sa oled poiss või tüdruk?</b>  1. Poiss 2. Tüdruk 3. Muu 4. Ei soovi vastata
	Vanus	ISCI	x	x	x	<b>Kui vana Sa oled? (saab valida sobiva numbri)</b>
	Kodune keel	HBSC, ELIKTU	x	x	x	<b>Millises keeles räägitakse Sinu kodus kõige sagedamini?</b>  1. Eesti 2. Vene 3. Ukraina 4. Muu. Palun täpsusta!
	Peretüüp, leibkond	RVTU noorukid,  Hooliva kogukonna plokk	x	x	x	<b>Märgi kõik täiskasvanud, kellega Sa elad koos (ühes korteris või majas) enamik päevi nädalas.</b>  1. Ema 2. Isa 3. Kasuema 4. Kasuisa 5. Vanavanemad 6. Elan hooldusperes, perekodus või asenduskodus 7. Muu. Palun täpsusta!
			x	x	x	<b>Kui palju on Sul õdesid või vendi, kes elavad Sinuga koos samas peres (ühes korteris või majas)? Arvesta õdede-</b>

Teema	Alateema	Mõõdik	8-10a	11-14a	15+	Väide
						<p>vendade hulka ka kasu- ja poolvennad/õed. Kui õed-vennad puuduvad, märgi reale 0.</p> <p>..... õde ja/või venda</p>
		ISCI		X	X	<p>Palun märgi, milliseks hindad oma pere rahalist seisu? Märgi üks Sulle kõige sobivam vastus.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Raha ei jätku söögiks</li> <li>2. Jätkub vaid toiduks, maksudeks ja hädavajalike asjade ostuks</li> <li>3. Saab osta ka muud vähem hädavajalikku</li> <li>4. Saab osta enamvähem kõike vajalikku</li> <li>5. Võime aegajalt endale osta ka luksuslikke asju</li> </ol> <p>Kui sageli juhtub, et Sa ei saa osta või Sulle ei osteta asju, mida Sul vaja on (näiteks uusi riideid, jalanõusid, raamatuid jne.)?</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mitte kunagi</li> <li>2. Harva</li> <li>3. Mõnikord</li> <li>4. Sageli</li> <li>5. Ei oska öelda</li> </ol> <p>Kui sageli juhtub, et Sa ei saa osaleda ühisüritustel, kuna perel ei jätku raha (näiteks</p>
			x	x	X	

Teema	Alateema	Mõõdik	8-10a	11-14a	15+	Väide
						<p>käia klassiga ekskursioonil, sõpradega kinos või teatris jne.)?</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mitte kunagi</li> <li>2. Harva</li> <li>3. Mõnikord</li> <li>4. Sageli</li> <li>5. Ei oska öelda</li> </ol>

Teema	Alateema	Mõõdik	8-10	11-14	15+	Väide
Heaolu	Heaolu	Kidscreen, Tunnete plokk	x	x	X	<p>Mõtteleelmisele nädalale... (üldse mitte/ natuke/ mõõdukalt/ palju/ väga palju)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kas Sinu elu oli mõnus?</li> <li>2. Kas Sul oli hea meel, et sa oled elus?</li> <li>3. Kas Sa olid oma eluga rahul?</li> </ol> <p>Mõtteleelmisele nädalale... (mitte kunagi/harva/üsna sageli/väga sageli/alati)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>4. Kas Sul oli hea tuju?</li> <li>5. Kas Sa olid rõõmus?</li> <li>6. Kas Sul oli lõbus?</li> </ol>
	Meeleolu	Kidscreen, Meeleolu plokk	x			<p>Mõtteleelmisele nädalale... (mitte kunagi/harva/üsna sageli/väga sageli/alati)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kas Sa tundsid, et Sa teed kõike halvasti?</li> <li>2. Kas Sa olid kurb?</li> <li>3. Kas Sa tundsid end nii halvasti, et ei tahtnud midagi teha?</li> </ol>

Teema	Alateema	Mõõdik	8-10	11-14	15+	Väide
						<p><b>4 Kas Sa tundsid, et kõik Sinu elus läheb viltu?</b></p> <p><b>5 Kas Sa tundsid, et Sul on kõigest kõrini?</b></p> <p><b>6 Kas Sa tundsid end üksikuna?</b></p> <p><b>7 Kas Sa tundsid, et oled pinges?</b></p>
Vaimne tervis	Depressioon, ärevus	RCADS-25		x	X	<p>Palun märki vastusevariant, mis näitab, kui sageli need asjad Sinuga juhtuvad. Ei ole õigeid ega valesid vastuseid.</p> <p>0 Mitte kunagi 1 Mõnikord 2 Sageli 3 Alati</p> <p>1. Mu tunnen end kurva või tühjana 2. Ma muretsen, kui mõtlen, et olen midagi kehvasti teinud 3. Ma tunneksin hirmu, kui peaksin üksi kodus olema 4. Miski pole enam eriti lõbus 5. Ma muretsen, et kellegagi minu perest võib midagi kohutavat juhtuda 6. Ma kardan olla rahvarohketes kohtades (näiteks kaubanduskeskustes, kinos, bussides, mänguväljakutel) 7. Muretsen selle pärast, mida teised inimesed minust mõtlevad 8. Mul on probleeme unega 9. Ma tunnen hirmu, kui pean üksi magama 10. Mul on probleeme söögiisuga 11. Mul hakkab pea ootamatult ringi käima või tunnen nõrkust, ehkki selleks pole põhjust 12. Ma tunnen, et pean mingeid asju tegema ikka ja jälle uuesti (näiteks käsi pesema, koristama või asju teatud järjekorda sättima) 13. Mul ei jätku energiat asjade tegemiseks 14. Ma hakkam ootamatult värisema või vappuma, kuigi selleks pole mingit põhjust 15. Ma ei suuda selgelt mõelda 16. Ma tunnen end väärtusetuna 17. Ma pean mõtlema kindlaid mõtteid (näiteks numbreid või sõnu), et ei juhtuks halbu asju 18. Ma mõtlen surmast</p>

Teema	Alateema	Mõõdik	8-10	11-14	15+	Väide
						<p>19. Ma tunnen, et ma ei taha end liigutada</p> <p>20. Ma muretsen, et võin ootamatult tunda hirmu, kuigi tegelikult pole vaja midagi karta</p> <p>21. Ma olen kogu aeg väsinud</p> <p>22. Ma kardan, et teen end teiste ees lolliks</p> <p>23. Ma tunnen, et pean mingeid asju tegema täpselt õigel viisil, et halba ära hoida</p> <p>24. Ma tunnen end rahutuna</p> <p>25. Ma muretsen, et minuga võib juhtuda midagi halba</p>
	Enesevigastamine	Hooliva kogukonna noorteuuringus 2 küsimust (kohandatud SEYLE uuringust, mis omakorda kohandas Deliberate Self Harm Inventory (DSHI))		X	X	<p>1. Kas Sa oled kunagi tahtlikult vigastanud oma randmeid, käsivarsi või muid kehaosi (jätta arvestamata tätoveeringud, kõrvade ning muude kehaosade augustamine, uimastite süstimine)? <i>Jah/Ei</i></p> <p>2. Kas Sa oled kunagi tahtlikult ennast nii tõsiselt vigastanud, et oled selle tagajärjel sattunud haiglasse või vajanud meditsiinilist abi? <i>Jah/Ei</i></p>
	Söömishäired	Söömishoored, RVTU noorukid (kohandatud)		x	X	<p>Kas Sul on viimase kolme kuu jooksul esinenud olukordi, kui oled söönud liiga palju? <i>Jah/Ei</i></p>
		Söömishoored, RVTU noorukid (kohandatud)		x	X	<p>Kas Sul on viimase kolme kuu jooksul esinenud olukordi, mil tundsid, et ei suuda söömist lõpetada? <i>Jah/Ei</i></p>
		Hõivatus kehast ja toidust, RVTU noorukid		x	X	<p>Kas Sa oled veetnud liiga palju aega kehakaalust ja toidust mõeldes? <i>Jah/Ei</i></p>

Teema	Alateema	Mõõdik	8-10	11-14	15+	Väide
		Toidu piiramine, RVTU noorukid		x	X	Kas Sa oled viimase kolme kuu jooksul oma söömist oluliselt piiranud (nt vältinud rasvaseid või magusaid toite, jätnud mõned toidud söömata või söönud neid vähem)?  Jah/Ei
	Emotsionaalsete ja käitumisprobleemide skriinimine (ATH)	PSC-17 (Pediatric Symptom Checklist, lühiversioon, 17 küsimust)		x	x	Palun märgi iga väite puhul, kui sageli see Sind kirjeldab. 0 – mitte kunagi 1 – mõnikord 2 – sageli  1 Olen rahutu, ei suuda paigal püsida 2 Olen kurb, õnnetu 3 Unistan liiga palju 4 Keeldun oma asju jagamast 5 Ma ei mõista teiste inimeste tundeid 6 Tunnen lootusetust 7 Mul on raske keskenduda 8 Kaklen teiste lastega 9 Olen enda suhtes kriitiline, karm 10 Süüdistan oma mures teisi 11 Mul ei ole nii lõbus kui varem 12 Ma ei järgi reegleid 13 Tunnen vajadust pidevalt tegutseda, nagu oleksin üles keeratud 14 Narrin teisi 15 Muretsen palju 16 Võtan asju, mis ei kuulu mulle 17 Minu tähelepanu kaldub kergesti kõrvale

Teema	Alateema	Mõõdik	8-10	11-14	15+	Väide
	Pere(suhted)	Kidscreen-52, plokk Pere ja	x	x	X	Mõtteleelmisele nädalale... (üldse mitte/natuke/mõõdukalt/palju/v

Teema	Alateema	Mõõdik	8-10	11-14	15+	Väide
		kodune elu				<p>äga palju)</p> <p>1. Kas Sa tundsid, et Su vanem(ad) saavad Sinust aru?</p> <p>2. Kas Sa tundsid, et Su vanem(ad) armastavad Sind?</p> <p>Mõtteleelmisele nädalale... (Mitte kunagi/harva/üsna sageli/väga sageli/alati)</p> <p>3. Kas Sa olid kodus õnnelik?</p> <p>4. Kas Su vanema(te)l oli Sinu jaoks piisavalt aega?</p> <p>5. Kas vanemad olid Sinuga õiglased?</p> <p>6. Kas Sa said oma vanematega rääkida, kui Sa seda tahtsid?</p>
Riski- ja kaitsetegurid	Konfliktid peres, perevägivald	Hooliva kogukonna uuringu perekonfliktide plokk	X (ainult A ja C)	X	X	<p>Mil määral nõustud järgnevate oma perekonna kohta käivate väidetega?</p> <p>(üldse ei nõustu / pigem ei nõustu / pigem nõustun / nõustun täielikult)</p> <p>A) Me tülitseme peres sageli</p> <p>B) Meie peres esineb vägivalda (nt vaimset või füüsilist)</p> <p>C) Meie peres sageli solvatakse üksteist või karjutakse üksteise peale</p>
	Kriisid/sündmused kodus	Hooliva kogukonna uuringu keeruliste peresündmuste plokk (pandud kokku Hälbiva		X	x	<p>Kas Sul on isiklik kogemus mõnest järgmisena loetletud sündmusest?</p> <p>A) vanemate alkoholiprobleemid</p> <p>B) vanemate narkoprobleemid</p> <p>C) pereliikme surm või</p>



Teema	Alateema	Mõõdik	8-10	11-14	15+	Väide
		käitumise uuringust, ISCist, CTCYS)				<p>raske haigus</p> <p>D) Vanemate korduvad omavahelised tõsised konfliktid ja füüsilised kokkupõrked</p> <p>E) Vanemate lahkuminek/lahutus</p> <p>F) Vanem(ad) on viimase aasta jooksul elanud või töötanud kodust eemal kauem kui ühe kuu</p> <p>G) Pereliige on teinud asju, mis võivad politseiga sekeldusi tekitada, nagu näiteks varastamine, varastatud kaupade müümine, röövimine või teiste ründamine jne.</p> <p>H) pereliikme viibimine vanglas</p> <p><i>Jah/Ei</i></p>
	Sõprussuhted, suhte probleemid	ISCI, vastamiskaal ühtlustatud teiste nõustumise küsimustega	x	x	x	<p>Kas Sa nõustud järgmise väitega?</p> <p>Mul on piisavalt sõpru</p> <p>(üldse ei nõustu / pigem ei nõustu / nii ja naa / pigem nõustun / nõustun täielikult)</p>
		Kidscreen-52, plokk Sõbrad	x	x	X	<p>Mõttele eelmisele nädalale...</p> <p>(mitte kunagi/harva/üsna sageli/väga sageli/alati)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kas Sa veetsid aega koos sõpradega?</li> <li>2. Kas võtsid midagi ette koos teiste laste või noortega?</li> <li>3. Kas Sul oli oma sõpradega lõbus?</li> </ol>

Teema	Alateema	Mõõdik	8-10	11-14	15+	Väide
						<p>4. Kas Sina ja Su sõbrad aitasite üksteist?</p> <p>5. Kas Sa said oma sõpradega kõigest rääkida?</p> <p>6. Kas Sa said oma sõpradele loota?</p>
	Kiusamine	KiVa uuringust	x	X	x	<p>Kui tihti oled viimase paari kuu jooksul koolis mõnd kaasõpilast kiusanud?</p> <p>1. Ma ei ole kedagi kiusanud</p> <p>2. Üks või kaks korda</p> <p>3. 2 või 3 korda kuus</p> <p>4. Umbes kord nädalas</p> <p>5. Mitu korda nädalas</p> <p>Kui tihti on Sind koolis viimase paari kuu jooksul kiusatud?</p> <p>1. Mind ei ole kiusatud viimase paari kuu jooksul</p> <p>2. Üks või kaks korda</p> <p>3. 2 või 3 korda kuus</p> <p>4. Umbes kord nädalas</p> <p>5. Mitu korda nädalas</p> <p>Kas Sind on viimase paari kuu jooksul interneti kaudu kiusatud?</p> <p>1. Mind ei ole viimase paari kuu jooksul interneti kaudu kiusatud</p> <p>2. Üks või kaks korda</p> <p>3. 2 või 3 korda kuus</p> <p>4. Umbes kord nädalas</p> <p>5. Mitu korda nädalas</p>
	Sõprade VT probleemid	Hooliva kogukonna uuring (küsimus tuli noorte endi soovitusel)		X	x	<p>Kui mitu Su (head) sõpra viimase aasta jooksul kogesid mõnda vaimse tervise probleemi?</p> <p>1. Mitte ükski sõber</p> <p>2. 1 sõber</p>

Teema	Alateema	Mõõdik	8-10	11-14	15+	Väide
		fookusgrup pidest)				<p>3. 2 sõpra</p> <p>4. 3 sõpra</p> <p>5. 4 või enam sõpra</p> <p>6. Ei oska öelda</p>
	Kool	Kidscreen- 52, plokk Kool ja õppimine	x	x	X	<p>Mõtteleelmisele nädalale... (üldse mitte/natuke/mõõdukalt/palju/v äga palju)</p> <p>1. Kas Sa olid koolis õnnelik?</p> <p>2. Kas Sa said koolis hästi hakkama?</p> <p>3. Kas Sa olid oma õpetajatega rahul?</p> <p>Mõtteleelmisele nädalale... (mitte kunagi/harva/üsna sageli/väga sageli/alati)</p> <p>5. Kas Sa suutsid olla tähelepanelik?</p> <p>6. Kas meeldis koolis käia?</p> <p>7. Kas Sa said oma õpetajatega hästi läbi?</p>
		Hooliva kogukonna uuringu kooliga seotuse plokk		x		<p>Mil määral nõustud järgnevate kooli kohta käivate väidetega?</p> <p>(üldse ei nõustu / pigem ei nõustu / pigem nõustun / nõustun täielikult)</p> <p>A) Tunnen, et koolitöö on mõttekas ja oluline</p> <p>B) Koolis on huvitav</p> <p>C) Koolis õpitu on mulle tulevikus vajalik</p>
	Kooliga seotud läbipõlemine	TLÜ õpilasuuri muse			X	<p>Palun vali vastus, mis kirjeldab kõige paremini Sinu olukorda viimase kuu aja jooksul.</p>

Teema	Alateema	Mõõdik	8-10	11-14	15+	Väide
	ne	kooliga seotud läbipõlemise skaala,  School Burnout Inventory (kohandatud eestikeelne)				<p>1 – üldse ei nõustu</p> <p>2 – pigem ei nõustu</p> <p>3 – pigem nõustun</p> <p>4 – nõustun täielikult</p> <p>1) Tunnen, et olen koolitöödega üle koormatud.</p> <p>2) Tunnen koolitööga seoses motivatsioonipuudust ja mõtlen sageli allaandmisele.</p> <p>3) Tunnen end koolitöodes sageli saamatuna.</p> <p>4) Kooliga seotud probleemide tõttu magan öösel sageli halvasti.</p> <p>5) Mõtisklen vabal ajal sageli oma koolitööga seotud probleemide üle.</p> <p>6) Tunnen, et hakkab kaotama huvi oma koolitöö vastu.</p> <p>7) Kahtlen pidevalt, kas mu koolitööl on mingit mõtet.</p> <p>8) Varem olid mul oma koolitöö suhtes kõrgemad ootused kui nüüd.</p>
	Vaba aeg	Kidscreen-52, plokk Vaba aeg	x	x	X	<p>Mõtle eelmisele nädalale.... (mitte kunagi/harva/üsna sageli/väga sageli/alati)</p> <p>1. Kas Sul oli enda jaoks piisavalt aega?</p> <p>2. Kas Sa said vabal ajal teha seda, mida Sa ise tahad?</p> <p>3. Kas Sa said piisavalt õues olla?</p> <p>4. Kas Sul oli piisavalt aega</p>

Teema	Alateema	Mõõdik	8-10	11-14	15+	Väide
						<p>sõpradega koos olemiseks?</p> <p><b>5. Kas Sa said ise valida, mida vabal ajal teha?</b></p>
	Huviringid, trennid	Ise mõeldud	x	x	x	<p>Kui tihti Sa tegeled koolist vabal ajal järgmiste asjadega?</p> <p>0 – mitte kunagi  1 – harvem kui üks päev nädalas  2 - üks või kaks päeva nädalas  3 – kolm või neli päeva nädalas  4 – viis või kuus päeva nädalas  5 – iga päev</p> <p>A) Käin trennis (spordi- või tantsuringis või mõnes muus aktiivse tegevusega huvialaringis)  B) Osalen muudes huvitegevustes (nt kunsti- või näitering, muusikakool, koor või bänd, robotikaring, loodusring)  c) Teen vabatahtlikku tööd või osalen mõne noorteühingu töös (nt Kodutütred, Noored Kotkad)</p>
	Enesehinnang	Kidscreen-52, plokk Sina ise	x	x	X	<p>Mõtle eelmisele nädalale... (mitte kunagi/harva/üsna sageli/väga sageli/alati)</p> <p><b>1. Kas Sa olid endaga rahul?</b></p> <p><b>2. Kas Sa olid rahul oma riietega?</b></p> <p><b>3. Kas Sa muretsesid oma välimuse pärast?</b></p> <p><b>4. Kas Sa kadestasid teiste tüdrukute või poiste välimust?</b></p> <p><b>5. Kas Sa tahtsid oma keha juures midagi muuta?</b></p>

Teema	Alateema	Mõõdik	8-10	11-14	15+	Väide
-------	----------	--------	------	-------	-----	-------

Teema	Alateema	Mõõdik	8-10	11-14	15+	Väide
Riski- ja kaitsetegurid (individuaalsed)	Raskused emotsioonide reguleerimisel	DERS		X	X	Palun hindada, kui sageli kehtivad Sinu puhul järgmised väited.  (peaaegu mitte kunagi/mõnikord/tihti/suurema osa ajast/peaaegu alati) Ärritunud olles on mul raske oma käitumist kontrolli all hoida
		DERS		X	x	Mul on raske oma tunnetest aru saada
		DERS		X	x	Mulle läheb korda see, kuidas ma end tunnen
		DERS		X	x	Kui olen ärritunud, siis hakkab mul piinlik, et ma niimoodi tunnen
		DERS		X	x	Kui olen tujust ära, siis mõtlen ainult oma muredele ning raske on keskenduda muudele asjadele
		DERS		X	x	Endast väljas olles usun, et ma ei saagi olukorra parandamiseks midagi teha
		Resilientus	Ise mõeldud		X	x
	Tajutud stress	Tajutud stressi		x	X	Kui tihti oled Sa viimasel ajal tundnud, et Sa ei suuda enam üle pea kasvavate raskustega

Teema	Alateema	Mõõdik	8-10	11-14	15+	Väide
		skaala, 1 väide (Coheni skaala)				toime tulla? Väga harva/ Üsna harva/ Mõnikord/ Üsna sageli/ Väga sageli

Teema	Alateema	Mõõdik	8-10	11-14	15+	Väide
Tervisekäitumine	Pikkus	RVTU noorukid		x	X	Kui pikk Sa oled? (ilma kingadeta)
	Kaal	RVTU noorukid		X	X	Kui palju Sa kaalud? (ilma riieteta)
	Kehaline aktiivsus	Kidscreen-52, plokk Kehaline aktiivsus ja tervis	x	x	X	<p>1. Kui hea Sinu tervis üldiselt on? Suurepärase/väga hea/hea/rahuldav/halb</p> <p>Mõtteleelmisele nädalale... (üldse mitte/natuke/mõõdukalt/palju/väga palju)</p> <p>2. Kas Sa olid terve ja tundsid end hästi?</p> <p>3. Kas Sa olid kehaliselt aktiivne (nt jooksid, ronisid, sõitsid jalgrattaga)?</p> <p>4. Kas Sa suutsid joosta?</p> <p>Mõtteleelmisele nädalale... (mitte kunagi/harva/üsna sageli/väga sageli/alati)</p> <p>5. Kas Sa tundsid end reipana?</p>
	Suitsetamine, alkohol, uimastid	Ise mõeldud		x	X	<p>Kas Sa oled viimase 30 päeva jooksul tarvitanud...?</p> <p>Jah/Ei</p> <p>a) Sigarette (ehk suitsu)</p> <p>b) e-sigarette (ehk veipinud)</p> <p>c) Muid tubakatooteid (nt</p>

Teema	Alateema	Mõõdik	8-10	11-14	15+	Väide
						snusi ehk mokatubakat, vesipiipu) d) Alkoholi e) Muid narkootilisi aineid (nt kanepit)
	Uni	HBSC, Mugandatud	X	x	x	1. Mis kell Sa lähed tavaliselt voodisse, kui peab järgmisel hommikul kooli minema? <i>(Saab valida kellaaja rippmenüüst)</i>  2. Mis kell Sa lähed tavaliselt voodisse puhkepäevadel? <i>(Saab valida kellaaja rippmenüüst)</i>  3. Mis kell Sa tõused tavaliselt üles koolipäevadel? <i>(Saab valida kellaaja rippmenüüst)</i>  4. Mis kell Sa tõused tavaliselt üles puhkepäevadel? <i>(Saab valida kellaaja rippmenüüst)</i>  5. Mis kell Sul tavaliselt hommikul kool algab? <i>(Saab valida kellaaja rippmenüüst)</i>
	Unekvaliteet	Üksikväide, WHO-5 (mugandatud)	x	x	X	Kui sageli Sa ärkad puhanuna?  0 – mitte kunagi 1 – vahetevahel 2 – vähem kui pool ajast 3 – enam kui pool ajast



Teema	Alateema	Mõõdik	8-10	11-14	15+	Väide
						<p>4 – enamuse ajast</p> <p>5 – kogu aeg</p>
	Digiseadmete kasutus	Kohandatud RVTU noorukite küsimustikust	X	x	X	<p>Järgnevad küsimused puudutavad digiseadmete kasutamist, mis ei ole seotud kooliga.</p> <p>Digiseade on näiteks telekas, nutitelefon, arvuti, tahvelarvuti, mängukonsool, nutikell või muu seade, milles saab mängida, vaadata videoid või olla internetis.</p> <p>Millist digiseadet Sa kasutad? Märki kõik.</p> <p>1 Ei kasuta ühtegi</p> <p>2 Nutitelefon</p> <p>3 (Tahvel)arvuti</p> <p>4 Teler</p> <p>5 mängukonsool (Nintendo, Xbox, PlayStation, VR)</p> <p>6 Nutikell</p> <p>7 Muu. Palun täpsusta!</p> <p>Mitu tundi päevas kokku Sa neid digiseadmeid kasutad?</p> <p>1 ei kasuta üldse</p> <p>2 vähem kui üks tund päevas</p> <p>3 1-2 tundi päevas</p> <p>4 2-4 tundi päevas</p> <p>5 4-6 tundi päevas</p> <p>6 rohkem kui 6 tundi päevas</p> <p>1. Kui sageli Sa leiad, et veedad digiseadmes rohkem aega, kui esialgu kavatsesid?</p> <p>2. Kui sageli oled jätnud midagi tegemata (nt õppimata, koristamata, trenni või huviringi minemata) digiseadme kasutamise</p>

Teema	Alateema	Mõõdik	8-10	11-14	15+	Väide
						tõttu? <b>3. Kui sageli Sa tunned, et Sa ei suuda mõelda muule kui digiseadme kasutamisele?</b> <b>4. Kui sageli on Sulle öeldud, et kasutad liiga palju digiseadet? mitte kunagi/ harva/ mõnikord/ sageli/ väga sageli</b>

Teema	Alateema	Mõõdik	8-10	11-14	15+	Väide
<b>Stigma ja teenused</b>	<b>Abiotsimine</b>	<b>Ise mõeldud</b>		x	X	<p><b>Järgmised küsimused puudutavad vaimse tervise probleemide puhul abi otsimist. Vaimse tervise probleemid on näiteks depressioon, ärevus, stress, aktiivsus- ja tähelepanuhäire (ATH), enesevigastamine, söömishäired jne.</b></p> <p><b>Kust Sa oled saanud teavet vaimse tervise ja vaimse tervise probleemide kohta? Vali kõik sobivad.</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Koolist</li> <li>2. Vaba aja tegevustes osaledes (nt treenerilt, noortekeskuse töötajalt)</li> <li>3. Pereliikmetelt</li> <li>4. Sõpradelt</li> <li>5. Internetist</li> <li>6. TV-st, raadiost või ajalehest</li> <li>7. Vaimse tervise spetsialistilt (psühholoogilt, nõustajalt, psühhiaatril, vaimse tervise õelt)</li> <li>8. Perearstilt</li> <li>9. Ma ei ole vaimsest tervisest midagi kuulnud</li> <li>10. Muu. Palun täpsusta!</li> </ol>
		<b>Ise mõeldud</b>		x	X	<b>Kas Sa tead, mida teha või kelle</b>

Teema	Alateema	Mõõdik	8-10	11-14	15+	Väide
						<p>poole pöörduda, kui Sinul või Sinu lähedasel on vaimse tervise probleem?</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Tean väga hästi</li> <li>2. Pigem tean</li> <li>3. Pigem ei tea</li> <li>4. Ei tea üldse</li> </ol>
		Ise mõeldud		x	x	<p>Kui Sul oleks vaimse tervise probleem, mida Sa abi saamiseks teeksid või kellega räägiksid? (Vali kõik sobivad)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mitte midagi/mitte kellegagi</li> <li>2. Ema, isa või mõni teine täiskasvanud pereliige</li> <li>3. Õde, vend</li> <li>4. Sõber</li> <li>5. Minu poiss-sõber/tüdruksõber</li> <li>6. Õpetaja</li> <li>7. Koolipsühholoog</li> <li>8. Sotsiaalpedagoog</li> <li>9. Telefoninõustamine (nt vaimse tervise nõustamistelefon, lasteabitelefon)</li> <li>10. Internetinõustamine (nt peaasi.ee, lahendus.net)</li> <li>11. Perearst</li> <li>12. Vaimse tervise õde</li> <li>13. Psühholoog, nõustaja</li> <li>14. Psühhiaater</li> <li>15. Hingehoidja, vaimulik</li> </ol>

Teema	Alateema	Mõõdik	8-10	11-14	15+	Väide
						<p>16. Veebi suhtluskaaslane</p> <p>17. Internetist oma probleemi kohta lisainfo otsimine</p> <p>18. Muu. Palun täpsusta!</p>
		Ise mõeldud		x	x	<p><b>Kui Sul on olnud vaimse tervise probleem, mida Sa oled abi saamiseks teinud või kellega rääkinud? (Vali kõik sobivad)</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mul ei ole olnud vaimse tervise probleemi → järgmine küsimus jääb vahele</li> <li>2. Mitte midagi/mitte kellegagi → järgmine küsimus jääb vahele</li> <li>3. Ema, isa või mõni teine täiskasvanud pereliige</li> <li>4. Õde, vend</li> <li>5. Sõber</li> <li>6. Minu poiss-sõber/tüdruksõber</li> <li>7. Õpetaja</li> <li>8. Koolipsühholoog</li> <li>9. Sotsiaalpedagoog</li> <li>10. Telefoninõustamine (nt vaimse tervise nõustamistelefon, lasteabitelefon)</li> <li>11. Internetinõustamine (nt peaasi.ee, lahendus.net)</li> <li>12. Perearst</li> <li>13. Vaimse tervise õde</li> </ol>

Teema	Alateema	Mõõdik	8-10	11-14	15+	Väide
						14. Psühholoog, nõustaja 15. Psühhiaater 16. Hingehoidja, vaimulik 17. Veebi suhtluskaaslane 18. Internetist oma probleemi kohta lisainfo otsimine 19. Muu. Palun täpsusta!
	Abiotsimine	Ise mõeldud		X	X	<b>Kui palju see abivõimalus Sind Sinu vaimse tervise probleemi puhul aitas? Hinda iga eelnevalt valitud abivõimaluse puhul, kui palju see Sind aitas.</b> <b>(üldse mitte/ natuke/ palju/ väga palju)</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ema, isa või mõni teine täiskasvanud pereliige</li> <li>2. Õde, vend</li> <li>3. Sõber</li> <li>4. Minu poiss-sõber/tüdruksõber</li> <li>5. Õpetaja</li> <li>6. Koolipsühholoog</li> <li>7. Sotsiaalpedagoog</li> <li>8. Telefoninõustamine (nt vaimse tervise nõustamistelefon, lasteabitelefon)</li> <li>9. Internetinõustamine (nt peaasi.ee, lahendus.net)</li> <li>10. Perearst</li> <li>11. Vaimse tervise õde</li> </ol>

Teema	Alateema	Mõõdik	8-10	11-14	15+	Väide
						<p>12. Psühholoog, nõustaja</p> <p>13. Psühhiaater</p> <p>14. Hingehoidja, vaimulik</p> <p>15. Veebi suhtluskaaslane</p> <p>16. Internetist oma probleemi kohta lisainfo otsimine</p> <p>17. Muu. Palun täpsusta!</p>
	Vaimse tervisega seotud hoiakud	Valitud väited MeHLA skaalast		x	x	<p>Mil määral Sa nõustud järgmiste väidetega?</p> <p>(üldse mitte / natuke / mõõdukalt / palju / väga palju)</p> <p>1 Vaimse tervise probleemid on märk inimese nõrkusest</p> <p>2 Vaimse tervise probleemidega inimesed saaksid oma probleemidest vabaneda, kui nad tahaksid</p> <p>3 Kui mul on võimalik valida, siis ma ei tahaks olla samas grupis kellegagi, kellel on vaimse tervise probleem</p> <p>4 Kui tunnis minu kõrval istuval klassikaaslasel on vaimse tervise probleem, siis ma istuksin meelsamini mujale</p> <p>5 Enamik minu klassikaaslastest istuks meelsamini mujale, kui tunnis nende kõrval istuval klassikaaslasel on vaimse tervise probleem</p> <p>6 Enamikku vaimse tervise</p>

Teema	Alateema	Mõõdik	8-10	11-14	15+	Väide
		Ise mõeldud				<p>probleeme on võimalik ravidada</p> <p><b>7</b> Ka hea vaimse tervisega lapsel/noorel võib olla halbu päevi</p> <p>Mil määral aitab Sinu arvates vaimse tervise probleemide puhul ...</p> <p>(üldse mitte / natuke / mõõdukalt / palju / väga palju)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ... psühholoogiline nõustamine?</li> <li>2. ... lähedaste tugi?</li> <li>3. ... ravimid?</li> </ol>
Tänu						Täname Sind väga osalemise eest!