

TARTU ÜLIKOOL

Sotsiaalteaduste valdkond

Ühiskonnateaduste instituut

Infokorralduse õppekava

Jaana Allikas

**Üliõpilaste vaimse tervisega seonduv veebipõhine infootsikäitumine  
Tartu Ülikooli ühiskonnateaduste instituudi üliõpilaste näitel**

Lõputöö

Juhendaja: Krista Lepik, PhD

Tartu 2022

## SISUKORD

SISSEJUHATUS .....	3
1. TEOREETILISED LÄHTEKOHAD .....	5
1.1. Terviseinfo .....	5
1.2. Veebipõhine terviseinfo hankimine .....	5
1.3. Terviseinfopädevus .....	6
1.4. Tervisealane infootsikäitumine .....	6
1.5. Vaimne tervis .....	7
1.6. Üliõpilaste vaimse tervisega seonduva infootsikäitumise käsitletud varasemates uuringutes.....	7
2. UURIMISTÖÖ METOODIKA.....	10
2.1. Valimi moodustamine.....	11
3. UURIMISTÖÖ TULEMUSED.....	14
4. JÄRELDUSED.....	23
4.1. Meetodi kriitika.....	25
KOKKUVÕTE .....	27
SUMMARY .....	29
KASUTATUD KIRJANDUS .....	31
Lisa 1. Küsimustik „Vaimse tervisega seonduv infootsikäitumine internetis“ .....	36

## SISSEJUHATUS

Mitmed kahel viimasel aastakümnel läbi viidud uuringud kinnitavad asjaolu, et internet mängib olulist rolli terviseinfo hankimisel (Powell ja Clarke, 2006), kuna see on piisavalt mugav ja konfidentsiaalne vahend tundlike terviseteeade kohta teabe saamiseks (Montagni *et al.*, 2016). Vaimse tervise kohta info hankimisel mängivad rolli lisaks konfidentsiaalsusele sellised interneti eelised nagu hea juurdepääsetavus, anonüümsus ja privaatsus (Horgan ja Sweeney, 2010; Lungu ja Sun, 2016). Ka just noored kasutavad aktiivselt veebiressursse, otsides infot ja abi vaimse tervise kohta (Burns *et al.*, 2010; Dooley *et al.*, 2012).

Viimastel aastakümnetel on üliõpilaste vaimse tervise probleemide (sealhulgas meeleolu- ja ärevushäired, sõltuvuskäitumine jne) esinemissagedus kasvanud (Hunt ja Eisenberg, 2010). Farrer jt on oma uuringus toonud teiste uuringute kaudu esile asjaolu, et ülikoolis käivad noored seisavad silmitsi vaimse tervise probleemide tekkeriskiga (Farrer *et al.*, 2020). Samas on üliõpilaste jaoks vaimne tervis oluline tegur õppimisvõime tagamiseks (Chen *et al.*, 2020), sest kehv vaimne tervis võib avaldada negatiivset mõju õppeedukusele (Buchanan, 2012; Eisenberg *et al.*, 2007). Viimaste aastate jooksul on noorte vaimsele tervisele avaldanud mõju ka koroonapandeemia tekitatud olukord (Eesmaa, 2020; Noorte..., 2020; Tallinna Ülikool, 2021). Üliõpilaste eestkõnelejaks vaimse tervise valdkonnas on välja astunud Eesti Üliõpilaskondade Liit, viidates riigipoolsele vaimse tervise toetusmeetmete puudumisele (Peterson ja Peterson, 2021) ning erinevad noorteorganisatsioonid, rõhutades vajadust noorte vaimse tervise parandamiseks (Sotsiaalministeerium, 2021).

Kuivõrd uuringute tulemused kinnitavad, et terviseinfo hankimise eesmärgil interneti kasutamine aitab üliõpilastel paremini mõista nende tervislikku seisundit ning vähendada ärevust, kahtlusi ja muid negatiivseid emotsioone (Jiang ja Street, 2017), on vaja uurida üliõpilaste eesmärgipärast veebipõhist infokäitumist ning selle vastavust vaimse tervisega seonduvatele infovajadustele. Kuna T. Wilsoni järgi hõlmab infokäitumise mõiste ka passiivset info hankimist ja kasutamist ning

ka info vältimist, kasutan uurimistöös T. Wilsoni pakutud mõistet *infootsikäitumine*, mis tähendab eesmärgipärast informatsiooni otsimist teatud eesmärgi rahuldamiseks (Virkus, 2009).

Üliõpilaste vaimse tervisega seonduva veebipõhise infokäitumise uuringud aitaksid kaasa üliõpilaste vaimse tervise edendamisele (Chen *et al.*, 2020). Eestis on üliõpilaste vaimse tervisega seonduvat veebipõhist infokäitumist uuritud vähe, seetõttu on käesoleva uurimistöö eesmärk välja selgitada Tartu Ülikooli ühiskonnateaduste instituudi õppekavade üliõpilaste vaimse tervisega seonduv infootsikäitumine internetis ja nende infovajadused.

Uurimistöö tulemused võivad osutada kasulikuks erinevatele huvigruppidele, nagu näiteks Eesti Üliõpilaskondade Liidule ja erinevatele noorteorganisatsioonile, kes seisavad üliõpilaste vaimse tervise eest.

Uurimistöö koosneb neljast peatükist. Esimeses peatükis annan ülevaate peamistest teemaga seotud mõistetest ning tutvustan samal teemal varasemalt läbi viidud uuringute tulemusi. Teises peatükis tutvustan töö metoodikat ja valimit. Kolmandas peatükis annan ülevaate läbi viidud küsitluse tulemustest. Neljandas peatükis teen tulemuste põhjal järeldused ning annan ülevaate meetodi kriitikast. Töö lõpetab kokkuvõte.

Täna kõiki uuringus osalenud Tartu Ülikooli ühiskonnateaduste instituudi üliõpilasi ning oma juhendajat Krista Lepikut paranduste, selgituste ja toetava suhtumise eest.

# 1. TEOREETILISED LÄHTEKOHAD

Uurimistöö keskendub eesmärgipärasele veebipõhisele otsikäitumisele vaimse tervise teemade kontekstis ning puudutab järgmisi põhimõisteid: terviseinfo (*health information*), veebipõhine terviseinfo hankimine (*online health information seeking*), terviseinfopädevus (*health information literacy*), tervisealane infootsikäitumine (*online health information seeking behaviour*), vaimne tervis (*mental health*).

## 1.1. Terviseinfo

Terviseinfo (*health information*) võib aidata inimestel oma tervist edendada ja osaleda tervishoiusüsteemis (Liao jt, 2012). Terviseinfo otsimine ja kasutamine omab kriitilist tähtsust tervisealaste otsuste langetamisel (Chen jt, 2018). Zhao ja Zhang (2017) defineerivad oma kirjandusülevaates terviseinfot, tuginedes varasematele uuringutele kui „Igasugust teavet, mis võimaldab inimestel mõista oma tervist ja teha enda ja oma pere tervist puudutavaid otsuseid...“ (Zhao ja Zhang, 2017).

Kaasaja infoajastul on informatsioon muutunud üheks põhivajaduseks. Internet on muutunud olulisemaks terviseinfoallikaks üle maailma (Xiong jt, 2021). Internetis leidub tohutul hulgal mitmekesist terviseinfot, mis on kergesti kättesaadav, mida saab kasutada anonüümselt ja suhteliselt odavalt (Zhang jt, 2021). Xiong jt (2021) pakub, toetudes varasematele uuringutele, jagada terviseinfo teemasid kahte kategooriasse: 1) tervislikud käitumisviisid, sealhulgas toitumise ja dieediga, treeningutega seotud teave; 2) meditsiinilised teemad, sh teave haiguste, ravimite ja ravi kohta (Xiong jt, 2021).

## 1.2. Veebipõhine terviseinfo hankimine

Veebipõhise terviseinfo hankimise (*online health information seeking*) eelised avalduvad mitmes aspektis. Terviseinfo hankimine soodustab tervisega seonduvate otsuste langetamist, ravi õigeaegset alustamist ning ärevuse leevendamist (Sbaffi ja Zhao, 2019). Mida sagedamini inimesed terviseinfot internetis otsivad, seda suurem on tõenäosus, et nad muudavad oma tervisekäitumist. Interneti abil võivad krooniliste haigustega inimesed oma tervises seisundiga

paremini toime tulla. Sellegipoolest võib terviseinfo hankimisel esineda probleeme. Uuringud on näidanud, et veebipõhine terviseinfo võib olla ebapiisav ja ebatäpne, samuti küsitava kvaliteediga, mis võib viia ohtlike valikute tegemiseni tervisekäitumisel. (Xiong jt, 2021) Halva kvaliteediga terviseinfo (nt ebatäpne, mittetäielik või kallutatud info) põhinevate terviseotsuste langetamine võib põhjustada kahjulikke tagajärgi, näiteks ravi hilinemist või ärevust. Internetis leiduva info kvaliteedi hindamine on olnud mõnede terviseinfo otsijate jaoks suureks väljakutseks, mille põhjusteks on oskamatus eristada teaduslikke fakte, empiirilisi tegureid ja isiklike arvamusi ning info ülekülluse tõttu teabe hindamise võime puudumine. (Sun jt, 2019)

### 1.3. Terviseinfopädevus

Terviseinfopädevuse (*health information literacy*) kontseptsioon infouuringute valdkonnas kirjeldab vajalikke pädevusi tervisega seonduva informatsiooni leidmiseks ja kasutamiseks (Hirvonen jt, 2015). Meditsiininiraamatukogu ühendus (The Medical Library Association) (2003) defineerib terviseinfopädevuse kontseptsiooni kui võimete kogumit, mis on vajalik terviseinfovajaduse äratundmiseks, võimalike infoallikate kindlakstegemiseks ja asjakohase info otsimisel kasutamiseks, info kvaliteedi ja kasutatavuse hindamiseks, info analüüsimiseks, mõistmiseks ja kasutamiseks õigete terviseotsuste langetamisel (Hirvonen jt, 2015).

Terviseinfopädevus on otseselt seotud tervisekäitumisega ja sellest tulenevate võimalike terviseriskidega. Kehva terviseinfopädevusega infootsijaid ähvardab risk, et nad teevad valeinfo põhjal halbu terviseotsuseid. (Zhang jt, 2021)

### 1.4. Tervisealane infootsikäitumine

Tervisealane infootsikäitumine (*health information seeking behaviour*) käsitleb viise, kuidas inimesed otsivad teavet oma tervise, terviseriskide, haiguste ja tervist parandavate tegevuste kohta (Lambert ja Loisele, 2007). Tervisealane infootsikäitumine tekib tavaliselt siis, kui inimene reageerib tervisega seonduvatele vajadustele. Tõhus tervisealase infootsikäitumise praktika võib anda teavet tervist parandavate tegevuste kohta ning toimib olulise mehhanismina, et mõista, kuidas inimene terviseinfot leiab. (Basch jt, 2018)

Yanxia ja Xinxin (2018) võtsid kokku varasemad uuringud ja määratlesid tervisega seonduva veebipõhise infootsikäitumise kontseptsiooni kui käitumisprotsessi, mille käigus inimesed, juhindudes oma terviseinfo vajadustest, kasutavad veebipõhiseid tööriistu tervisega seonduva info otsimiseks, sirvimiseks, hindamiseks, valimiseks ja kasutamiseks, kasutades enda vajaduste rahuldamiseks tervisega seonduvaid teadmisi või infot.

## 1.5. Vaimne tervis

Vastavalt Maailma Terviseorganisatsiooni definitsioonile on vaimne tervis (*mental health*) „heaoluseisund, milles inimene realiseerib oma võimeid, tuleb toime igapäevase elu pingetega, suudab töötada tootlikult ja tulemusrikkalt ning on võimeline andma oma panuse ühiskonna heaks.“ (Tervise Arengu Instituut, 2011). Vaimset tervist jagatakse vastavalt kõige levinumale lähenemisele positiivseks ja negatiivseks. Positiivne vaimne tervis tähendab eelkõige vaimset heaolu, mis aitab kohaneda ümbritseva keskkonnaga, andes võimaluse keskenduda probleemide ennetusele. Negatiivne vaimne tervis tähendab psüühikahäireid ja probleeme vaimse tervisega. (Sotsiaalministeerium, 2020)

Käesoleva uurimistöökontekstis ei seadnud ma uuritavate jaoks piiranguid vaimse tervise mõiste tõlgendamisel. Uuritavad said küsimustikule vastates läheneda vaimse tervise mõistele individuaalselt. Arvesse läksid kõik vastused, olenemata sellest, mida vastajad vaimse tervisega seonduvaks infootsikäitumiseks peavad – positiivset vaimset tervist ja üldist heaolu seisundit või negatiivset vaimset tervist ja sellega seonduvaid probleeme.

## 1.6. Üliõpilaste vaimse tervisega seonduva infootsikäitumise käsitlused varasemates uuringutes

Vaimse tervise teemalisi infootsikäitumise uuringuid, mis on läbi viidud üliõpilaste seas, ei ole palju, veel vähem leidub neid Eestis. Ainuke uuring, mida õnnestus leida, on Ahera (2019) magistritöö „Vaimse tervise teenused – noorte teadlikkus ja ootused“, mille eesmärk oli uurida noorte (vanuses 18-26) teadlikkust ja ootusi vaimse tervisega seonduvatele teemadele. Uuringu fookus ei piirdunud ainult veebikeskkonnaga, vaid uuriti ootusi kõikide valdkondade osas. Uuringu tulemusena leiti, et noored on vaimse tervisega seotud teenustest hästi informeeritud, kuigi teenuste kättesaadavus ei ole noorte jaoks piisav. Noored tundsid puudust põhjalikust

üldisest andmebaasist, kuhu oleks koondatud kõik vajalikud vaimse tervise spetsialistid koos pakutavate teenuste kirjeldusega ja kontaktandmetega. (Aher, 2019)

Välismaa uuringutest on vaimse tervise teemalist infootsikäitumist üliõpilaste seas põhjalikult käsitletud Montagni ja kaasautorite (2020) kirjandusülevaates. Leiti, et kõikides läbi vaadatud uuringutes osalenud vaimse tervisega seonduvaid veebiressursse kasutavad üliõpilased jagunevad laias laastus kahte gruppi: 1) need, kes tunnevad huvi või muret (esinevate) sümptomite pärast ning soovivad leida internetist infot ja abi nendega toimetulekuks; 2) need, kellel on diagnoositud vaimse tervise häire ja kes soovivad jälgida oma seisundit või saada abi (Montagni jt, 2020). Varasemas Montagni ja kaasautorite (2016) uuringus leiti ning Zhang ja kaasautorite (2021) uuringus kinnitati, et enamik küsitletud üliõpilasi kasutavad interneti üldise terviseinfo otsimise eesmärgil seoses nii enda tervisemure(de)ga, kui ka pere või sõprade tervisemurede tõttu (Montagni jt, 2016; Zhang jt, 2021).

Liigitades vaimse tervise teemadega seonduvat interneti kasutust eesmärgi järgi pakuvad Montagni ja kaasautorid (2020) kahte kategooriat: 1) info hankimine (sh teave sümptomite ja häirete kohta, kogemuslood, ravi jne) ning 2) abi otsimine (sealhulgas eneseabi, haridusprogrammid, veebiteraapiad jne) (Montagni jt, 2020). Üldistest terviseinfo teemadest, mida otsitakse, toovad Xiong jt autorid (2021), toetudes varasematele uuringutele, välja kaks kategooriat: 1) teave tervislike käitumisviiside, sh toitumise ja dieedi, treeningute kohta; 2) teave meditsiiniliste teemade, sh haiguste, ravimite ja ravi kohta (Xiong jt, 2021). Seda kinnitavad osaliselt ka Wetterlin ja kaasautorite (2014) uuringu tulemused, mis näitavad, et noored otsivad kõige rohkem internetis infot vaimsete häirete sümptomite ja ravi kohta (Wetterlin jt, 2014). Populaarsemad vaimse tervisega seonduvad teemad, mille kohta terviseinfot otsitakse, on stress, depressioon, ärevus (Montagni jt 2016; Montagni jt 2020).

Kõige populaarsemad infokanalid vaimse tervisega seonduva info otsimiseks on mitme uuringu kohaselt otsingumootorid (Pretorius jt 2019; Pretorius jt 2021; Montagni jt 2020; Aldousari ja Al-Muomen 2020) ja veebilehed/infoportaalid (Wetterlin jt 2014; Zhang jt 2021; Pretorius jt 2019).

Peamised eelised, mis on seotud interneti kasutusega vaimse tervisega seonduvalt, on ööpäevaringne ligipääs infole, kättesaadava info rohkus, tasuta teabe olemasolu ning samuti konfidentsiaalsus, privaatsus ja anonüümsus (Montagni jt 2016; Montagni jt 2020). Peamistest murekohtadest, mis takistavad interneti ja e-teenuste kasutamist vaimse tervise teemalise terviseinfo otsimisel, on tunnetatud huvi puudumine, autori tuvastamise võimatus, usaldamatus



veebiinfo vastu võrreldes meditsiinilise spetsialisti nõuandega, info ebausaldusväärsus. Eriti skeptilised ollakse foorumites ja sotsiaalmeedia võrgustikes oleva info suhtes. (Montagni jt 2020).

## 2. UURIMISTÖÖ METOODIKA

Uuringu läbiviimiseks kasutan kvantitatiivset meetodit. Arvulised näitajad võimaldavad saada võimalikult objektiivset infot, mille põhjal analüütilisi järeldusi teha. Kvantitatiivse meetodi kasuks otsustasin eelkõige seetõttu, et suurem osa samal teemal läbi viidud uuringuid on teostatud just kvantitatiivselt ankeetküsitluse formaadis. Tulemuste läbitöötamisel analüüsin kinnistele ja poolavatud küsimustele saadud vastuseid kvantitatiivselt ning avatud küsimustele saadud vastuseid analüüsin kvalitatiivselt.

Tulenevalt uurimistöö eesmärgist selgitada välja üliõpilaste vaimse tervisega seonduv infootsikäitumine internetis ja nende infovajadused, koostasin järgnevad uurimisküsimused:

- Milliseid veebipõhiseid infoallikaid (sealhulgas eestikeelseid) üliõpilased kasutavad vaimse tervisega seonduva terviseinfo hankimiseks?
- Kuivõrd on üliõpilased rahul eestikeelse vaimse tervise teemalise terviseinfo internetis? Sealhulgas, kuidas üliõpilased hindavad autori välja valitud eestikeelseid terviseinfoportaale?
- Millised on üliõpilaste eestikeelse terviseinfo infovajadused vaimse tervisega seonduvalt?

Esimese küsimus annab ülevaate, milliseid infoallikaid kasutavad valimisse kuuluvad üliõpilased, mille järgi saab kindlaks määrata nende eelistused. Teise küsimusega saan ülevaate üliõpilaste rahulolust ja hinnangutest, mis puutuvad eestikeelset veebipõhist vaimse tervise teemalist terviseinfot. Kolmanda küsimuse abil saan teada üliõpilaste vajadused.

Andmekogumismeetodina kasutan küsitlusuuringut, mis võimaldab koguda suurt andmestikku (Hirsjärvi, Remes, & Sajavaara, 2010). Küsitlus on üks kõige rohkem kasutatavaid ühiskonna uurimismeetodeid (Lagerspetz, 2017), mida kasutatakse sageli ka infokäitumise uuringute puhul (Virkus, 2017), mistõttu sobib see hästi käesoleva uurimistöö andmekogumismeetodiks. Korraldasin küsitluse veebipõhise ankeetküsitlusena. Selle meetodi kasutamise puhul peab meeles pidama, et inimeste käitumise ja tegevuste uurimisel kipuvad respondendid väljendama seda, kuidas nad subjektiivselt oma käitumist mäletavad või kuidas nad sooviksid käituda, mitte tegelikku olukorda. Seda ohtu aitavad minimeerida oskuslikult sõnastatud küsimused (Lagerspetz, 2017). Meetodi piiranguks peetakse kogutava info killustatust, mis võib väljenduda küsimuste omavahelise seose puudumises või küsimuste koostamise puudulikkuses, mis võib omakorda põhjustada ekslike järelduste tegemise (Ibid.).

Erinevalt varasematest uuringutest keskendusin uurimistöö kirjutamisel üliõpilaste infokäitumisele internetis, millest lähtuvalt on koostatud küsimustik. Küsimused on seotud üliõpilaste eelistuste, rahulolu ja murekohtadega info ja infoallikate osas. Seoses eetiliste kaalutlustega jätsin oma uuringust välja küsimused, mis on seotud sellega, mida üliõpilased vaimse tervisega seonduvalt internetis otsivad, mis põhjusel ja kelle jaoks nad seda teevad ning kuidas leitud infot kasutavad. Juhul kui vastajad soovi korral avaldavad ülalnimetatud teemadega seotud kommentaare (näiteks, mille kohta on nad infot otsinud), analüüsin seda infot täiendava infona.

Küsimustikku koostades tuginesin osaliselt esimeses peatükis käsitletud varasemate uuringute küsitlustele (Montagni jt, 2016; Wetterlin jt, 2014), lisades küsimusi enda poolt. Küsimustik sisaldab 14 kinnist küsimust, 2 poolavatud ja 2 avatud küsimust (vt Lisa 1). Avatud küsimused ei ole kohustuslikud, nendele vastamine on vabatahtlik ning ei kohusta laskuda detailidesse, mis puudutavad vastajate isiklike terviseandmeid. LimeSurvey keskkonnas asuv anonüümne küsimustik edastati läbi õppekorraldusspetsialistide valimisse kuuluvatele üliõpilastele üliõpilaslistidesse. Uuringus saadud andmed töötlesin andmetöötlusprogrammis MS Excel. Vastused kinnistele ja poolavatud küsimustele töötlesin statistiliselt. Avatud küsimustele saadud tekstiliste vastuste uurimiseks kasutasin kvalitatiivset sisuanalüüsi: töötasin tekstilõigud läbi, kodeerimise abil omistasin teksti osadele avatud koodid, mida liigendasin seejärel sisulistesse kategooriatesse, mõistmaks paremini kinniste küsimustega kogutud vastuste tagamaid.

Enne küsitluse läbiviimist testisin küsimustikku, levitades pilootküsimustikku ajavahemikus 03.03-05.03.2022 õppeainet „Infokäitumise teooriad ja praktikad“ läbivate üliõpilaste seas. Pilootküsitlusele sain kokku 5 ankeeti, millest lõpuni täidetud oli 2, ülejäänud 3 ankeeti olid täidetud osaliselt. Vältimaks küsitluse läbiviimisel lõpuni täitmata ankeetide laekumist, täiendasin küsimustikku, lisades algusesse kontrollküsimuse „Kas olete viimase 6 kuu jooksul otsinud internetist vaimse tervise teemalist terviseinfot?“. Kontrollküsimusele eitava vastuse andmise korral ei olnud vastajal võimalik küsimustikku edasi täita valimisse mittekuuluvuse tõttu.

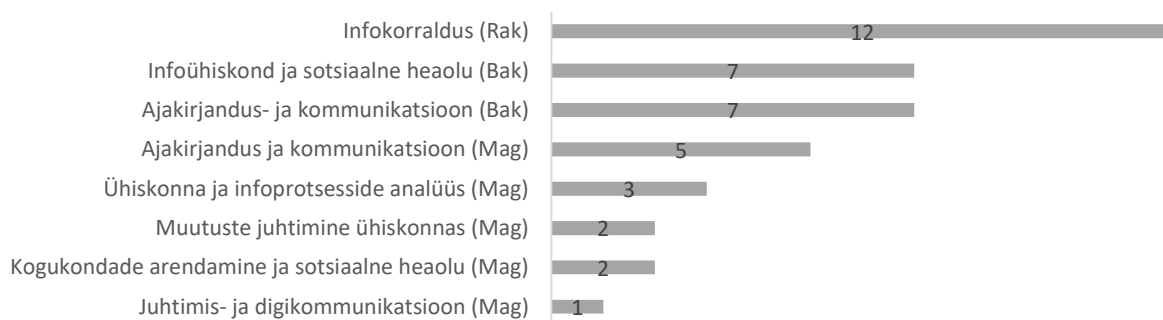
## 2.1.Valimi moodustamine

Uurimistöö üldkogum on Tartu Ülikooli sotsiaalteaduskonna ühiskonnateaduste instituudi bakalaureuse, rakendus- ja magistri õppekavade üliõpilased. Nende arv ühiskonnateaduste instituudis 2021-2022 õppeaastal on 647 (Haridusstatistika portaal, 2022).

Uuringu läbiviimiseks kasutan mittetöenäosuslikust valimist mugavusvalimit. Valimisse kuuluvad ülalnimetatud õppekavade üliõpilased, kes on enda väitel viimase 6 kuu jooksul otsinud vaimse tervise teemalist terviseinfot internetis.

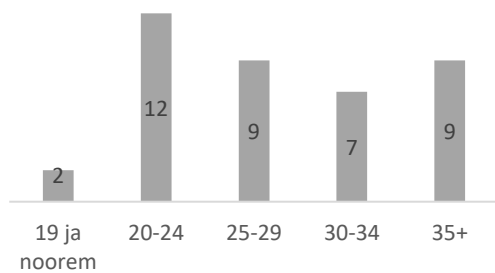
Ankeetküsitluse viisin läbi ajavahemikus 09.03-15.03.2022, edastades küsimustiku lingi õppekorraldusspetsialistide abiga TÜ sotsiaalteaduskonna ühiskonnateaduste instituudi bakalaureuse, rakendus- ja magistri õppekavade üliõpilaste meililistidesse. Küsitlusest võttis osa kokku 60 üliõpilast. 10 vastajat lõpetasid küsimustiku täitmise kontrollküsimusel automaatselt, valimisse mittekuluvuse tõttu. 11 ankeeti on jäänud vastajate poolt lõpetamata, 39 ankeeti olid täidetud lõpuni. Seega on tulemuste peatükis esitatud 39 üliõpilase vastused (N=39).

Kuigi küsitlus edastati ülalpool mainitud meililistidesse samaaegselt, nagu nähtub Joonisest 1, moodustavad suurema osa vastajatest (12) infokorralduse rakendusõppe õppekava üliõpilased. Siinkohal võib põhjuseks olla minu uurimistöö teema, mis on keskendatud infootsikäitumisele ja võib eelkõige huvi pakkuda infokorraldust õppivatele üliõpilastele. Vastajate seas on ülekaalus kõrghariduse esimese astme üliõpilased (26), magistriõppes õppivad üliõpilased moodustavad kolmandiku vastajatest. Kuna I ja II kõrgharidusastmes õppivate vastajate osakaal on erinev ning küsitlusele vastamise määr ei ole kõrge, ei käsitle ma selle uuringu tulemustes erinevates kõrgharidusastmetes õppivate üliõpilaste vastuseid võrdlevalt. Küll võiks aga uurida vaimse tervisega seonduvat üliõpilaste infootsikäitumist edaspidistes uuringutes erinevate kõrgharidusastmete kontekstis.



Joonis 1. Vastajate arv õppekavade lõikes

Küsimustikule vastajad on esindatud kõikides küsimustikus ette antud vanuserühmades (Joonis 2), kõige rohkem aga vanusevahemikus 20-24 aastat (12). 19-aastaste ja nooremate üliõpilaste arv on vastajate seas esitatud minimaalselt. Sel põhjusel ei käsitle ma uuringu tulemusi vanuserühmade kaupa võrdlevalt.



Joonis 2. Vastajate jagunemine vanuserühmade kaupa

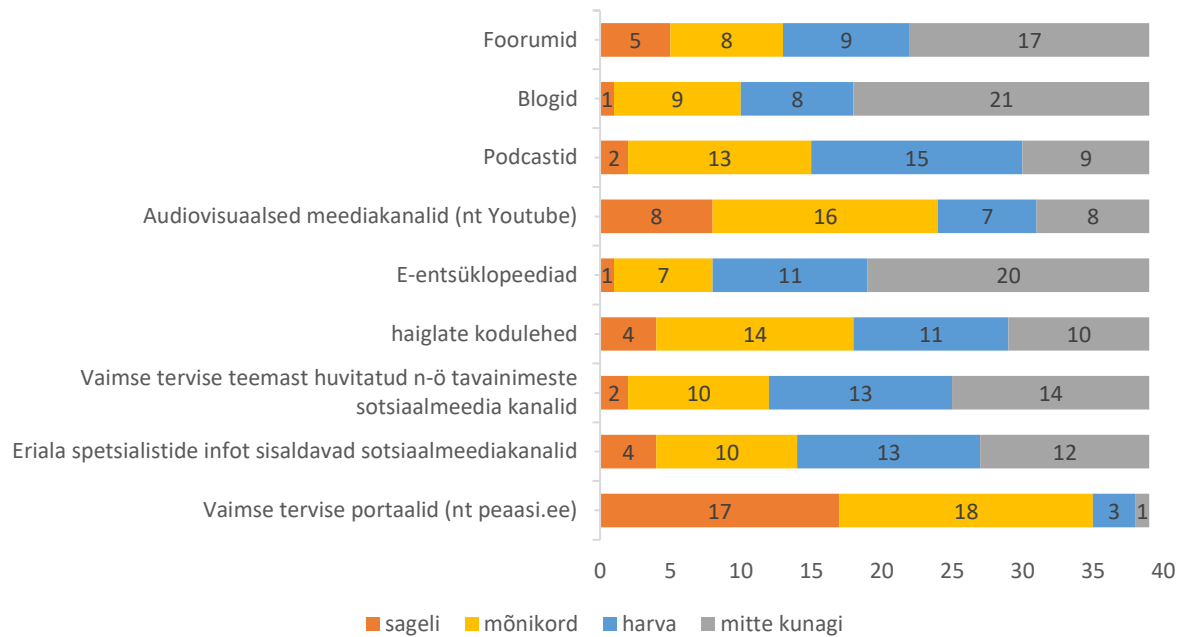
### 3. UURIMISTÖÖ TULEMUSED

Selles peatükis tutvustan läbi viidud küsitluse tulemusi. Kvantitatiivsed andmed ehk kinniste ja poolavatud küsimuste vastused on näidatud diagrammidena, kvalitatiivsed andmed ehk avatud küsimuste vastused on näidatud kategooriate kaudu ja illustreeritud üksikute küsitlusest võetud tsitaatidena.

#### **Veebipõhised infoallikad, mida kasutavad üliõpilased vaimse tervisega seonduva info hankimiseks (sealhulgas eestikeelsed)**

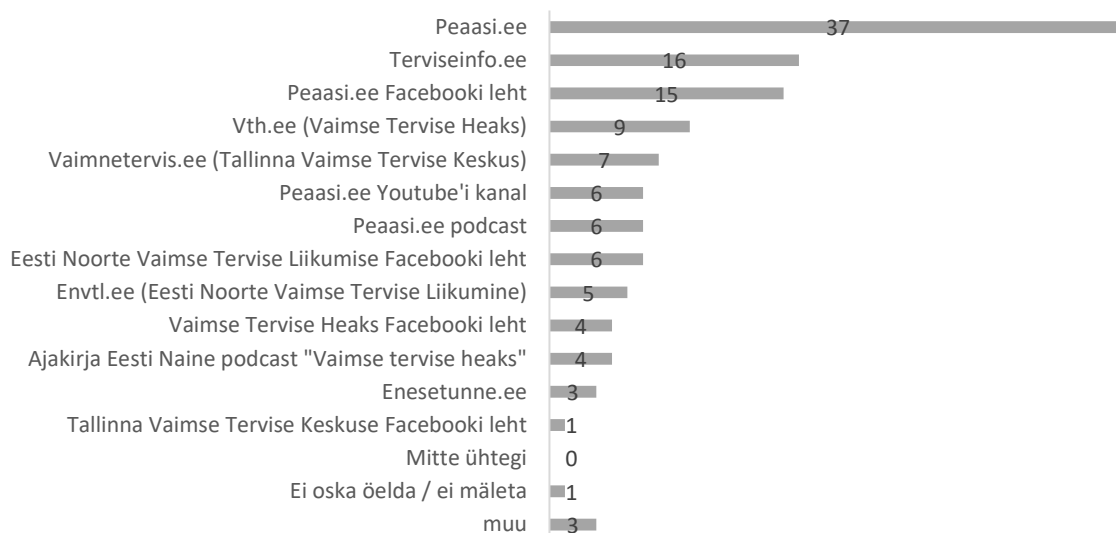
Järgnevalt on toodud varasemate uuringute põhjal koostatud veebipõhiste infoallikate nimekiri ning nende kasutamine vastajate poolt vaimse tervise temalise info otsimisel (Joonis 3). Jooniselt nähtub, et kõige rohkem on üliõpilased kasutanud vaimse tervise portaale nagu peaasi.ee, mis on ootuspärane. Portaal peaasi.ee ja selle projektid (näiteks vaimse tervise vitamiinid) reklaamitakse sotsiaal- ja trükimeedias, mistõttu on see paljudele inimestele tuttav. Samuti märkisid osad vastajad portaali peaasi.ee avatud küsimuste vastustes nii positiivsest küljest: „*Peaasi on tekkinud siin viimastel aastatel ja see muudab infot palju pädevamaks kui oli varem.*“, „*(...) siis üleüldine info (nt peaasi.ee leheküljel) tundub piisav.*“ kui ka kritiseerides seda „*(...) peaasi teeb veits [sic!] midagi, aga vahel see info on minu jaoks liiga napp (hästi palju panustatakse haaravale visuaalile, nt. vitamiinipommid vms, kuid ei keskenduta asjalikule sisule nii väga minu meelest)*“.

Mõnevõrra populaarsed on ka audiovisuaalseid meediakanaleid nagu Youtube (Joonis 3). On üllatav aga, et ülejäänud infoallikaid kasutavad suurem osa vastajatest harva või ei kasuta mitte kunagi. Kõige vähem kasutatakse veebipõhiste infoallikatena vaimse tervise temalise terviseinfo otsimisel blogisid, e-entsüklopeediaid, foorumeid, aga ka sotsiaalmeedia kanaleid (Joonis 3). Võimalik, et küsimustikule vastanud üliõpilaste jaoks ei ole need infoallikad usaldusväärsed või piisavad.



Joonis 3. Erinevate veebipõhiste allikate kasutamine vaimse tervise teemalise info otsimisel vastajate seas

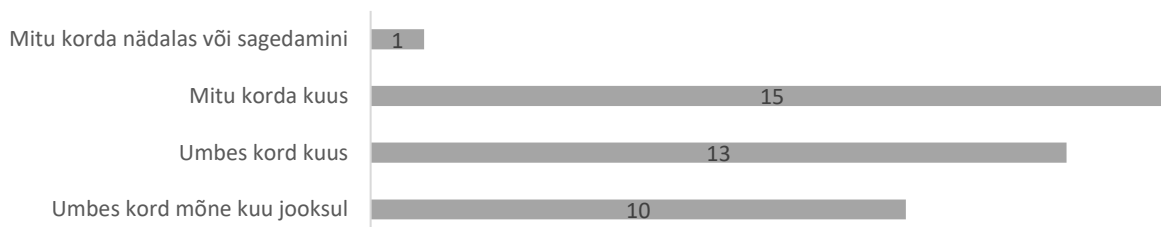
Minu poolt välja valitud eestikeelsetest veebipõhistest vaimse tervise teemalistest infoallikatest on peaaegu kõik vastajad (37) külastanud viimase 6 kuu jooksul portaali Peaasi.ee, mis kinnitab eelnevalt öeldut ja antud portaali populaarsust (Joonis 4). 15 inimest on külastanud ka Peaasi.ee Facebooki lehte ning väiksem osa vastajatest on külastanud ka teistes infokanalites asuva Peaasi.ee sisu (Peaasi.ee Youtube'i kanal ja podcast). 16 vastajat on külastanud ka eestikeelset portaali terviseinfo.ee. Teiste infoallikate külastatavus on vähene. Selle põhjuseks võib olla see, et paljud nendest allikatest on tekkinud alles hiljuti (ajakirja Eesti Naine podcast, Eesti Noorte Vaimse Tervise Liikumine, enesetunne.ee) ning need on paljude inimeste jaoks veel tundmatud.



*Joonis 4.* Autori poolt valitud vaimse tervisega seonduvate eestikeelsete veebipõhiste allikate külastatavus viimase 6 kuu jooksul vastajate poolt

### Üliõpilaste rahulolu eestikeelse vaimse tervise teemalise infoga internetis

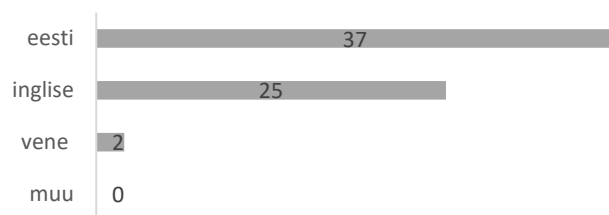
Suurem osa küsimustikule vastanutest üliõpilastest on aktiivsed veebipõhise vaimse tervise teemalise info otsijad. 15 vastajat otsivad vaimse tervisega seonduvat terviseinfot mitu korda kuus ja 13 vastajat umbes kord kuus (Joonis 5).



*Joonis 5.* Vaimse tervise teemalise terviseinfo otsimise sagedus internetis vastajate seas

Peaaegu kõik vastajad otsivad vaimse tervisega seonduvat terviseinfot internetis eesti keeles (37) ning rohkem kui pooled vastanud üliõpilastest (25) teevad seda ka inglise keeles (Joonis 6). Mõned vastajad põhjendasid küsimustiku avatud küsimuses inglise keeles terviseinfo otsimist eestikeelse vaimse tervise teemalise info piiratusega, vähesusega või ebarelevantsusega. Osad vastajad aga on harjunud otsima infot just inglise keeles ja see on nende jaoks mugavam („...mul on kergem oma tundeid inglise keeles väljendada.“).





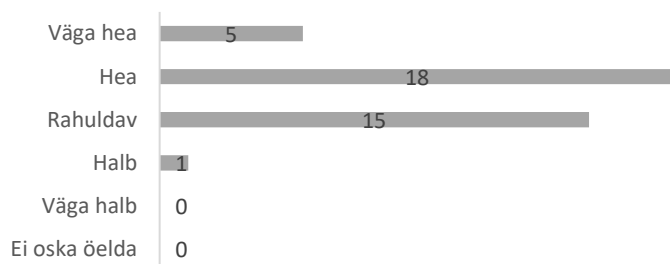
*Joonis 6. Vastajate arv erinevates keeltes vaimse tervise teemalise terviseinfo otsimisel internetis*

Küsitlusest selgus, et umbes pooled küsimustikule vastanud üliõpilastest arvavad, et eestikeelset vaimse tervise teemalist terviseinfot on internetis piisavalt ning umbes samapalju üliõpilasi on arvamusel, et seda võiks rohkem olla (Joonis 7).



*Joonis 7. Vastajate arvamus eestikeelse vaimse tervise teemalise terviseinfo piisavuse kohta internetis*

Vastanud üliõpilaste hinnang vaimse tervise teemalisele eestikeelsele terviseinfole internetis on positiivne – 23 vastajat andsid hinnangu „väga hea“ ja „hea“ ning kõigest 1 vastaja hindas infot negatiivselt „halb“ (Joonis 8). See viitab, et üliõpilased on eestikeelsete veebipõhiste vaimse tervise teemaliste infoallikatega tuttavad ning suures osas on nende kaudu leitava infoga rahul.



*Joonis 8. Vastajate hinnang eestikeelse vaimse tervise teemalise terviseinfo kvaliteedile internetis*

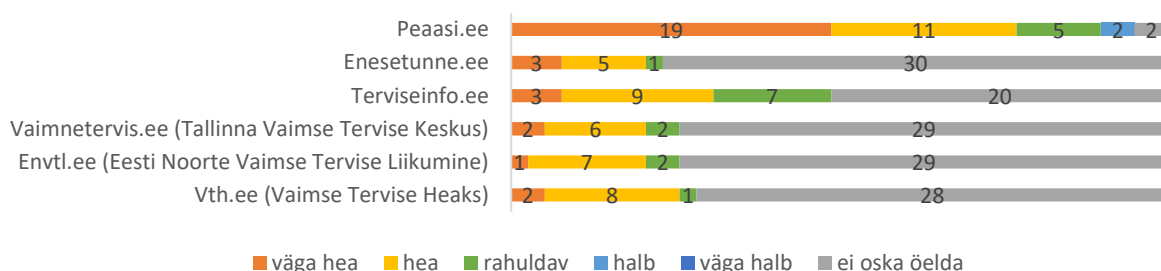
### Üliõpilaste hinnang autori välja valitud eestikeelsetele terviseinfoportaalidele

Järgnevalt palusin vastajatel hinnata minu poolt valitud suuremate eestikeelsete vaimse tervise teemaliste portaalide informatiivsust, kasutusmugavust ja kasulikkust. Kõige rohkem hinnanguid andsid vastajad portaalile peaasi.ee, kuna seda portaali, nagu eelnevalt näha, on külastanud peaaegu kõik vastajad. Peaasi.ee informatiivsust hindasid kui „väga hea“ 19 vastajat ja 11 kui „hea“ (Joonis 9), kasutusmugavust hindasid kui „väga hea“ 14 vastajat ja kui „hea“ 19 vastajat

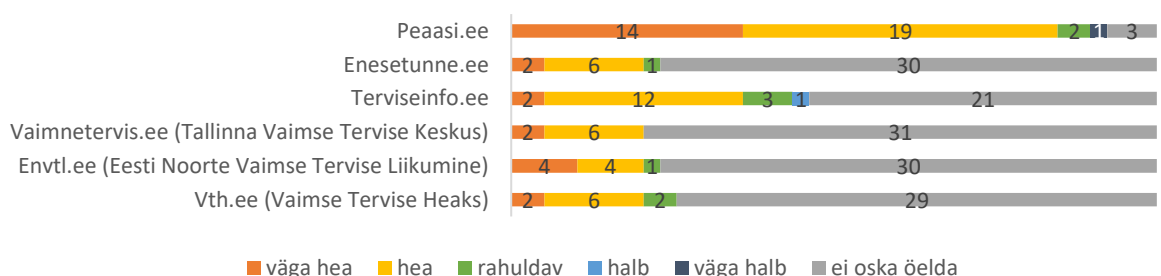
(Joonis 10), kasulikkust hindasid kui „väga kasulik“ 26 inimest ja kui „kasulik“ 12 inimest (Joonis 11). Seega võib kokkuvõtvalt öelda, et portaali peaasi.ee hindavad küsimustikule vastanud üliõpilased positiivselt ning portaal on nende jaoks kasulik infoallikas.

Portaali Terviseinfo.ee informatiivsust hindasid küsimustikule vastanud üliõpilased valdavalt kui „hea“ ja „rahuldav“ (Joonis 9), kasutusmugavust hindasid valdavalt kui „hea“ (Joonis 10), ja kasulikkust valdavalt kui „kasulik“ (Joonis 11). Terviseinfo.ee jääb vastajate antud hinnangute poolest portaalile peaasi.ee natuke alla. Üldises pildis aga hindavad küsimustikule vastanud üliõpilased portaali Terviseinfo.ee positiivselt.

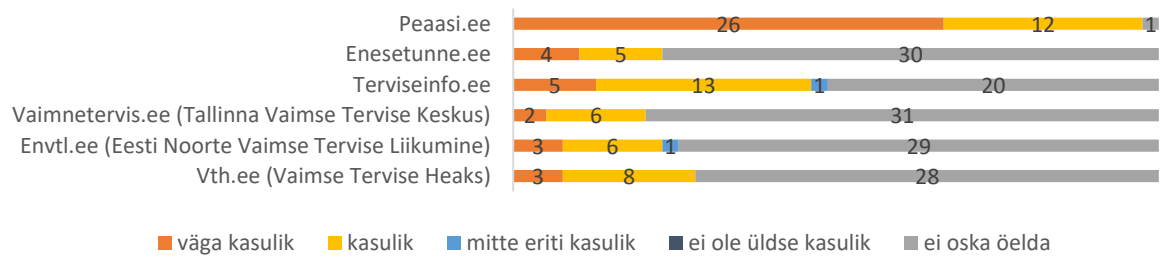
Teiste portaalide külastatavus on, nagu nähtub eelnevalt andmetest, minimaalne (Joonis 4), mistõttu on Joonistel 9, 10 ja 11 toodud nende portaalide hinnangute arv marginaalne ning ei anna piisavalt andmeid järelduste tegemiseks.



Joonis 9. Vastajate hinnang (autori poolt ette antud) eestikeelsete portaalide informatiivsusele



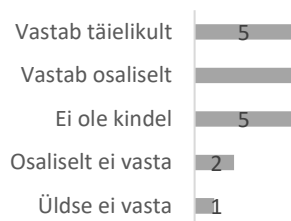
Joonis 10. Vastajate hinnang (autori poolt ette antud) eestikeelsete portaalide kasutusmugavusele



Joonis 11. Vastajate hinnang (autori poolt ette antud) eestikeelsete portaalide kasulikkusele

### Üliõpilaste infovajadused eestikeelse veebipõhise vaimse tervise infoga seondult

Küsitlusest selgus, et eestikeelne veebipõhine vaimse tervise teemaline terviseinfo osaliselt ei vasta suurema osa vastajate vajadustele (Joonis 12). Osaliselt selle tõttu eelistab osa vastanutest otsida terviseinfot inglise keeles.



Joonis 12. Eestikeelse veebipõhise vaimse tervise teemalise terviseinfo vastavus vastajate vajadustele

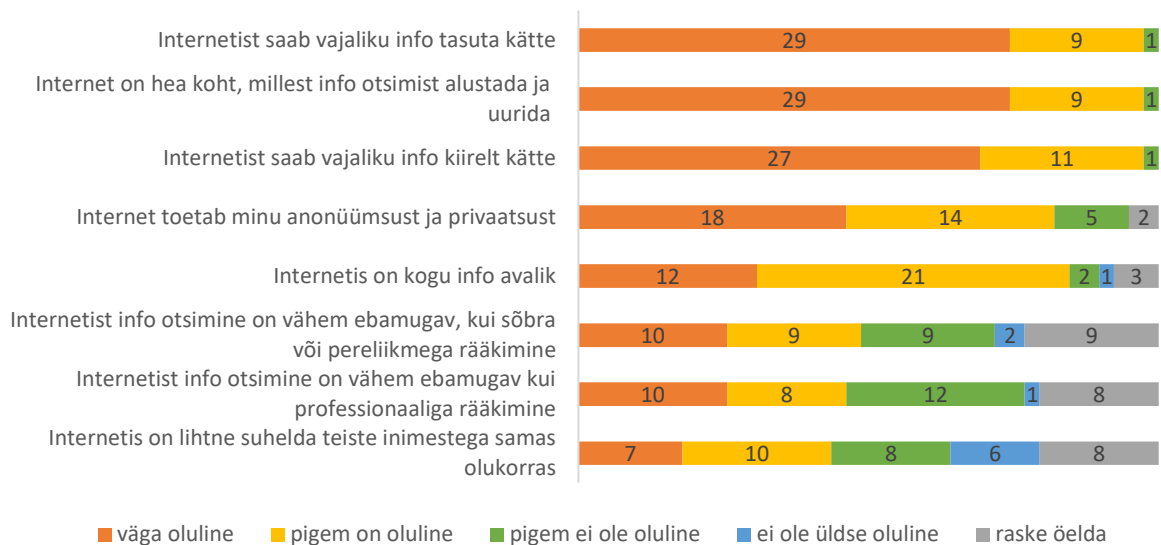
Vajadustele mittevastavust põhjendati mitmeti. Kõige rohkem toodi välja probleemi info leidmisega, mis võib viidata veebipõhise eestikeelse vaimse tervise teemalise info puudusele, eriti spetsiifiliste teemade kontekstis. Vaatamata eelnevalt välja toodud vastajate rahulolule info kvaliteediga, märkisid siiski osad üliõpilased eestikeelse vaimse tervise teemalise info puudulikkust järgmistes aspektides: täpsus, põhjalikkus, värskus, teaduslikkus, praktilisus. Osa nendest esile toodud puudujääkidest võivad olla seotud vastajate eeldatava kõrge infopädevuse tasemega ja ootustega info kvaliteedile. Praktilisuse puudumist eestikeelse info kontekstis seletati näiteks järgmiselt „(...) sellist õpetlikku mulli on palju, aga tarbimisväärtuslikku infot on vähe“. Samuti on praktilisuse aspekt seotud vastajate märgitud eestikeelse info pealiskaudsusega: „Info (...) on pigem liiga pealiskaudne ja mõeldud inimestele, kes psühholoogiast midagi ei tea“, „(...) ühest küljest head ja lihtsad soovitusel, kuid teisest küljest tähendab see, et vaimselt kehvast seisusest ei pruugi kuigi abistav olla "maga piisavalt, söö tervislikult, liigu looduses" stiil.“ Seega vajavad veebi teel vaimse tervise teemalist terviseinfot otsivad üliõpilased põhjalikku, praktilist ja teaduspõhist infot.

Küsimustikule vastanud üliõpilaste vaimse tervisega seonduvad (eestikeelsed) infovajadused internetis liigendasin avatud küsimuste vastustele omistatud koodide järgi järgmistesse kategooriatesse: temaatikaga seotud infovajadused, info tüübiga seotud infovajadused, teenustega seotud infovajadused, toetava funktsiooniga seotud infovajadused. Temaatikaga seotud infovajaduste seas on eelkõige eestikeelne info erinevate vaimse tervise häirete kohta (näiteks söömishäired, tähelepanuhäired jne), sealhulgas nende esinemine erinevatel gruppidel (noored, sugulased jne), aga ka ravimite kõrvalmõjude kohta ning haiguste sümptomite kohta. Info tüübiga seotud infovajadustest on esikohal eestikeelsed kogemuslood, seejärel tuntakse puudust eestikeelsetest teadusuuringutest, eestikeelsetest harjutustest ja testidest ning infost, mida saab kuulata või vaadata. Teenuste kategooriasse kuuluvatest vajadustest vajavad üliõpilased eelkõige andmebaasi või portaali, kuhu oleks koondatud Eestis tegutsevad vaimse tervise spetsialistid koos kontaktandmete ja teenuste kirjeldusega: „*Võiks olla andmebaas või lihtsalt mingi platvorm, kus on koondatud Eestis tegutsevad psühholoogid ja teised vaimse tervise spetsialistid ning nende tegevusalad ja spetsialiseerumised. See info on Eestis väga laiali ja tihti otsitakse spetsiaalse oskuse, nt mingi teatud teraapia läbiviimise oskusega spetsialisti.*“. Samuti tuntakse mõnel määral puudust eestikeelsetest äppidest. Toetava funktsiooniga infovajadustest vajab üliõpilased praktilisi soovitusi, juhiseid ja nõuandeid, kuidas probleemidega hakkama saada.

### **Üliõpilaste nõusolek autori poolt pakutud interneti eeliste ja probleemidega**

Järgmisena pakkusin vastajatel hinnata minu poolt varasemate uuringute põhjal välja valitud interneti eeliste ja probleemide olulisust vaimse tervise info otsimisel.

Nagu nähtub Jooniselt 13, on vastajate jaoks kõige olulisemad eelised: tasuta info kättesaadavus, internet info otsimise algpunktina, info kiire kättesaadavus internetis, internet isiku anonüümsuse ja privaatsuse toetajana, info avalikkus internetis. Teised pakutud sotsiaalse aspektiga seotud eelised ei ole vastajate jaoks niivõrd olulised, mis viitab sellele, et küsimustikule vastanud üliõpilased ei asenda suhtlust pereliikmete või spetsialistidega täies mahus internetiotsinguga või elektroonse kommunikatsiooniga.



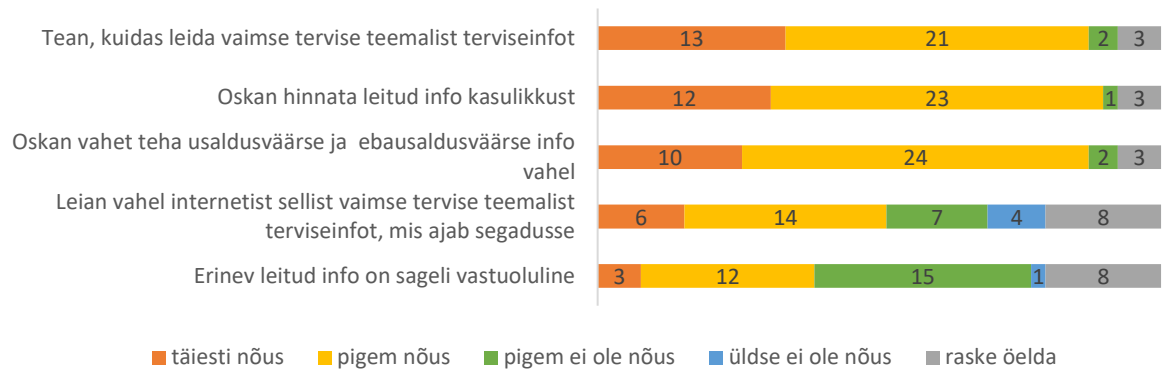
Joonis 13. Vastajate arvamus (autori poolt ette antud) interneti eeliste olulisuse kohta vaimse tervise teemalise info otsimisel

Kõik minu poolt välja pakutud interneti probleemidest on vastajate jaoks valdavalt olulised (Joonis 14).



Joonis 14. Vastajate arvamus (autori poolt ette antud) interneti probleemide olulisuse kohta vaimse tervise teemalise info otsimisel

Vastajate enda hinnangu alusel teavad peaaegu kõik küsimustikule vastanud üliõpilastest, kuidas leida vaimse tervise teematist terviseinfot, oskavad hinnata info kasulikkust ning oskavad vahet teha usaldusväärse ja ebausaldusväärse info vahel (Joonis 15). Kuna need väited on seotud kõrge infopädevuse tasemega, hindavad üliõpilased enda infopädevuse taset kõrgelt. Pooled vastajatest puutuvad siiski info otsimisel kokku probleemiga, et leitud vaimse tervise teemaline info ajab neid segadusse (Joonis 15). Seda võib illustreerida eelnevalt juba mainitud avatud küsimuse vastuses märgitud kommentaariga „sellist õpetlikku mulli on palju, aga tarbimisväärtuslikku infot on vähe“.



*Joonis 15.* Vastajate hinnangud (autori poolt ette antud) infopädevuse kohta käivatele väidetele

## 4. JÄRELDUSED

Järgnevalt olen esitanud uurimisküsimuste kaupa järelused Tartu Ülikooli sotsiaalteaduskonna ühiskonnateaduste instituudi õppekavade üliõpilaste vaimse tervisega seonduva infootsikaitumise kohta.

### **Veebipõhised infoallikad, mida kasutavad üliõpilased vaimse tervisega seonduva info hankimiseks (sealhulgas eestikeelsed)**

Küsimustikule vastanud üliõpilasi võib pidada aktiivseteks infootsijateks, kes otsivad internetis vaimse tervisega seonduvat terviseinfot üsna tihti. Peamiste infoallikatena kasutavad üliõpilased vaimse tervise portaale. Eestikeelsetest portalidest on kõige populaarsem **Peaasi.ee**, mida külastatakse ja tuntakse kõige rohkem. Mõnevõrra kasutatakse ka portaali **Terviseinfo.ee**. Portaali Peaasi.ee külastatavust ja populaarsust vastajate seas võib seostada eelkõige aktiivse turundustegevusega portaali omaniku MTÜ Peasjad poolt, kes on viimasel ajal teinud palju reklaami nii sotsiaalvõrgustikes kui välimeedias, portaalil pakutavate teenuste ja toodete (näiteks vaimse tervise vitamiinide programm) turustamiseks, sealhulgas noorte seas. Sellise aktiivse turundustegevuste tulemusena jõuab info paljude inimesteni, kes tõenäoliselt külastavad reklaamitavat portaali ja tutvuvad seal pakutavate toodete-teenustega. Seetõttu on ka antud uuringu vastajate seas portaal peaasi.ee esikohal. Peaasi.ee populaarsus on portaali piire ületanud ning seetõttu on ka küsimustikule vastanud üliõpilased kasutanud viimase 6 kuu jooksul Peaasi.ee sisu erinevates infokanalites, sealhulgas on külastanud Peaasi.ee Facebooki lehte ning väiksemal määral ka Youtube'i kanalit ja podcasti.

Portaali terviseinfo.ee haldab Tervise Arengu Instituut ning portaal ise on eksisteerinud alates 2011. aastast, mistõttu võib paljudele tuttav olla. Võimalik, et ka käesoleva uuringu vastajad on harjunud kasutama seda alates nendest aegadest, kui teisi portaale veel ei eksisteerinud.

Saadud tulemused osaliselt kattuvad varasemalt läbi viidud uuringutega, kus leiti, et otsingumootorite kõrval (Pretorius jt 2019; Pretorius jt 2021; Montagni jt 2020; Aldousari ja Al-Muomen 2020) on üliõpilaste seas populaarsed ka veebilehed/infoportaalid (Wetterlin jt 2014; Zhang jt 2021; Pretorius jt 2019). Kuna osade varasemate uuringute (Pretorius jt 2019; Pretorius jt 2021; Montagni jt 2020; Aldousari ja Al-Muomen 2020) tulemused viitavad otsingumootorite populaarsusele info otsimise kanalina, võin oletada, et sama vastusevariandi küsitluse lisamise korral oleksid minu uuringu tulemused võinud sarnased olla. Siinkohal aga ei pidanud ma

otsingumootoreid teiste vastusevariantidega võrdseks kategooriaks ehk infokanaliks, vaid tehniliseks vahendiks infoallikateni jõudmiseks.

Küsimustikule vastanud üliõpilased peaaegu ei kasuta või kasutavad väga vähesel määral ülejäänud küsimustikus toodud eestikeelseid infoallikaid. On kahetsusväärne, et osa eestikeelsetest vaimse tervise teemadele suunatud infoallikatest ei leia kasutust või ei jõua sihtrühmani. Üheks põhjuseks on siinkohal uute portaalide ja muude infoallikate turuletulek, mis on paljude inimeste jaoks veel tundmatud ja mida avalikus ruumis ega sotsiaalvõrgustikes aktiivselt ei reklaamita (Eesti Noorte Vaimse Tervise Liikumine, Enesetunne.ee). Uute infoallikateni on võimalik teatud märksõnade abil otsingumootori kaudu siiski jõuda. Arvestades sellega, et suurem osa küsitlusele vastanud üliõpilastest, olles aktiivsed vaimse tervise info otsijad, ei ole viimase 6 kuu jooksul nende infoallikateni jõudnud, võib järeldada, et infot otsitakse muudes keeltes muukeelsetest infokanalitest, millele viitavad ka minu uuringu tulemused: lisaks eestikeelsetele allikatele otsitakse infot vaimse tervise kohta eelkõige inglise keeles, aga ka vähemal määral vene keeles.

### **Rahuolu eestikeelse vaimse tervise teemalise terviseinfoga internetis. Hinnang autori välja valitud eestikeelsetele terviseinfoportaalidele**

Peaaegu kõik küsimustikule vastanutest üliõpilastest on andnud eestikeelsele vaimse tervise teemalisele terviseinfole internetis positiivse hinnangu, mis läheb risti vastupidi küsimustiku avatud küsimustele antud kommentaaridega, kus eestikeelsele vaimse tervise teemalisele infole internetis heideti ette täpsuse, põhjalikkuse, värskuse, teaduslikkuse ja praktilisuse puudumist. Siinkohal tasub meele pidada, et suurem osa vastajatest on viimasel 6 kuul külastanud ainult mõnesid suurematest eestikeelsetest infoallikatest internetis nagu Peaasi.ee portaal ja Peaasi.ee sisu teistes infokanalites, Terviseinfo.ee jne, mille puhul on tegu pigem kvaliteetse ja põhjaliku infoga. Seetõttu võib oletada, et üliõpilased on otsinud vaimse tervisega seonduvat terviseinfot otsingumootorite kaudu ning puutunud kokku erinevate vananenud ja ebatäpset infot sisaldavate eestikeelsete veebilehtedega, mille kohta nad ka minu küsitluses puudujääke mainisid.

Suurem osa vastajatest on hinnanud Peaasi.ee ja Terviseinfo.ee portaalide informatiivsust, kasutusmugavust ja kasulikkust väga kõrgelt, mis viitab üliõpilaste rahuolule nende terviseinfoportaalidega. Hinnang ülejäänud autori pakutud terviseinfoportaalidele on üldpildis ka positiivne, kuid vastajate arvud on nende puhul marginaalsed, mistõttu ei võtnud ma neid arvesse.



## **TÜ ühiskonnateaduste instituudi üliõpilaste eestikeelse terviseinfo infovajadused vaimse tervisega seondult**

Suurem osa küsimustikule vastanud üliõpilastest leiab, et eestikeelne vaimse tervise teemaline terviseinfo internetis ei vasta nende vajadustele. Seoses sellega on vastajad märkinud hulga infovajadusi, mis on seotud temaatikaga, info tüübiga, teenustega ja toetava funktsiooniga. Temaatikaga seondult tunnevad üliõpilased puudust spetsiifiliste teemadega seotud infost: erinevate vaimse tervise häirete kohta ja nende esinemise kohta erinevatel sotsiaalsetel gruppidel, häirete sümptomite kohta ning ravimite kõrvalmõjude kohta. Info tüübiga seondult vajavad üliõpilased eestikeelseid kogemuslugusid, teadusuuringutest eesti keeles, temaatilistest harjutustest ja testidest ning infost, mida saab kuulata või vaadata. Infovajadustest, mis kannavad toetavad funktsiooni, vajavad üliõpilased praktilisi soovitusi, juhiseid ja nõuandeid, kuidas probleemidega hakkama saada. Teenuste seotud infovajadustest avaldasid mitu üliõpilast soovi ühise andmebaasi või portaali järele, kuhu oleksid koondatud Eestis tegutsevad vaimse tervise spetsialistid koos kontaktandmete ja teenuste kirjeldusega. Sarnast ootust on eelnevalt väljendanud ka Eesti noored vanuses 15-26, kelle hinnangul oleks vaja vaimse tervise valdkonna spetsialiste koondava riikliku andmebaasi (Aher, 2019). Põhjenduseks tõid nii minu uuringule kui ka Aher (2019) läbi viidud uuringule vastanud asjaolu, et vajalikku spetsialisti koos tema pakutavate teenuste kirjeldusega on raske leida ning põhjalik üldine andmebaas lahendaks selle olukorra.

Siinkohal on saadud tulemusi raske varasemate uuringute tulemustega võrrelda, kuna andmed noorte või üliõpilaste vaimse tervise teemaliste emakeelsete allikate infovajaduste kohta uuringutest enamasti puuduvad.

### **4.1.Meetodi kriitika**

Kvantitatiivse uurimismeetodi puhul on võimalus suure andmestiku kogumiseks (Hirsjärvi, Remes, & Sajavaara, 2010), kuid samas on oht, et erinevatel põhjustel jääb vastajate protsent madalaks. Ka käesoleva uuringu puhul jäi vastajate protsent madalaks, kuid pidades silmas, et 60-st küsitluse avanud üliõpilasest märkisid 10, et ei ole viimase 6 kuu jooksul vaimse tervise teemalist terviseinfot internetis otsinud, võib järeldada, et osa üliõpilasi ei ole kõnealusest teemast huvitatud.

Minu ankeedile vastanute näol on tegemist ühel või teisel määral infoga (teadmustööga) haakuvate õppekavade üliõpilastega (ajakirjanikud, infotöötajad jt). Nendes õppekavades on ette nähtud

teadmustööga seotud ainekursusi, mis valmistavad õppijaid ette erialaseks tööks: nii võib ühise joonena välja tuua, et kõigil TÜ ühiskonnateaduste instituudi esimese kõrgharidusastme õppekavadel õpetatakse infoallikates orienteerumiseks infootsingut. Lisaks õpetatakse Tartu Ülikooli üleülikoolilise valikainena „Sissejuhatus erialainfootsingusse“, mis annab samuti õppijatele parema ettevalmistuse infootsinguks. Seetõttu võib oletada, et nende info otsimise oskused ja üldine infopädevuse tase on keskmisest Tartu Ülikooli üliõpilasest kõrgemad. Siinkohal tuleb arvestada, et see võib piirata omakorda tulemuste üldistatavust Tartu Ülikooli kõikidele õppekavadele ning saadud andmed kehtivad eeskätt TÜ ühiskonnateaduste instituudi üliõpilaste puhul.

Kuna üliõpilaste vaimse tervisega seonduva infootsikäitumise teema on aktuaalne, saab seda edasi uurida mitmekülgset, kaasates valimisse Tartu Ülikooli kõikide valdkondade õppekavade üliõpilased, mis annaks omakorda võimaluse erinevate õppekavade üliõpilaste infootsikäitumise võrdlemiseks ja üldistavate järelduste tegemiseks.

## KOKKUVÕTE

Viimastel aastakümnetel on üliõpilaste vaimse tervise probleemide esinemissagedus kasvanud. Terviseinfo hankimise eesmärgil interneti kasutamine aga aitab üliõpilastel paremini mõista nende tervislikku seisundit ning vähendada ärevust, kahtlusi ja muid negatiivseid emotsioone (Jiang & Street, 2017), mistõttu on vaja uurida üliõpilaste eesmärgipärasest veebipõhise infokäitumise ning selle vastavuse vaimse tervise seonduvatele infovajadustele.

Uurimistöö eesmärk oli välja selgitada Tartu Ülikooli sotsiaalteaduskonna ühiskonnateaduste instituudi õppekavade üliõpilaste vaimse tervise seonduv infootsikäitumine internetis ja nende infovajadused.

Uuringu läbiviimiseks kasutati kvantitatiivset meetodit veebipõhise ankeetküsitluse näol. Lähtuvalt uurimistöö fookusest uurida üliõpilaste infokäitumist on ankeetküsitluse küsimused seotud üliõpilaste eelistuste, rahulolu ja murekohtadega infoallikate osas. Küsimused, mis on seotud sellega, mida üliõpilased vaimse tervise seonduvalt internetis otsivad, mis põhjusel ja kelle jaoks nad seda teevad ning kuidas leitud infot kasutavad, jäeti eetilistel kaalutlustel uuringust välja. Ankeetküsitlus viidi läbi ajavahemikus 09.03-15.03.2022. Küsitlusest võttis osa 60 inimest, kellest 39 inimest täitsid küsimustiku lõpuni (N=39).

Püstitatud uurimisküsimustele leiti järgmised vastused:

Milliseid veebipõhiseid infoallikaid (sealhulgas eestikeelseid) üliõpilased kasutavad vaimse tervise seonduva terviseinfo hankimiseks?

- Peamiste terviseinfoallikatena kasutavad üliõpilased vaimse tervise portaale. Eestikeelsetest portalidest on kõige populaarsem Peaasi.ee, mida külastatakse ja tuntakse kõige rohkem. Mõnevõrra kasutatakse ka portaali Terviseinfo.ee.

Kuivõrd on üliõpilased rahul eestikeelse vaimse tervise teemalise terviseinfo internetis? Sealhulgas, kuidas üliõpilased hindavad autori välja valitud eestikeelseid terviseinfoportaaale?

- Üliõpilased on andnud eestikeelsele vaimse tervise teemalisele terviseinfole internetis positiivse hinnangu. Samuti hindavad nad kõrgelt autori välja valitud eestikeelsete portaalide Peaasi.ee ja Terviseinfo.ee informatiivsust, kasutusmugavust ja kasulikkust. Hinnang ülejäänud autori pakutud terviseinfoportaalidele on üldpildis ka positiivne, kuid vastajate määr on nende puhul marginaalne.

Millised on üliõpilaste eestikeelse terviseinfo infovajadused vaimse tervisega seonduvalt?

- Üliõpilased on märkinud hulga infovajadusi, mis on seotud infoga spetsiifiliste teemade kohta (vaimse tervise häired, sümptomid ning ravimite kõrvalmõju), info tüübiga (eestikeelsed kogemuslood, teadusuuringud eesti keeles, temaatilised testid ja harjutused), toetavat funktsiooni kandva infoga (praktilised soovitusel, juhised ja nõuanded), teenustega seotud infoga (üldine spetsialistide andmebaas).

# Online information seeking behaviour related to the mental health of students of the Faculty of Social Sciences of the University of Tartu

## SUMMARY

In recent decades, the incidence of mental health problems among students has increased. Using the Internet to obtain health information, however, helps students to understand better their health status and reduce anxiety, doubts and other negative emotions (Jiang & Street, 2017), therefore, it is necessary to examine the targeted online information seeking behaviour of students and its compliance with mental health information needs.

The aim of the research was to find out the online information seeking behaviour related to the mental health of students of the Faculty of Social Sciences of the University of Tartu and their information needs.

The research was carried out using a quantitative method in the form of an online questionnaire. Based on the focus of the research to investigate the information behaviour of students, the questions of the questionnaire were related to the preferences, satisfaction and concerns of the students regarding the sources of information. Questions related to what students are looking for online about mental health, for what reason and for whom they are doing it, and how the information found is used were excluded from the study for ethical reasons. The questionnaire was conducted in the period 09.03-15.03.2022 and 60 people took part in the survey, 39 of whom completed the questionnaire (N=39).

The following answers to the questions raised were found:

What online information sources do students use to obtain mental health information?

- Students use mental health web portals as the main sources of health information. The most popular Estonian-language portal is Peaasi.ee, which is visited and known the most. Terviseinfo.ee portal is also used to some extent.

To what extent are students satisfied with online mental health information in Estonian? Including how do students value the Estonian-language health information portals chosen by the author?

- Students have given a positive evaluation on mental health information in Estonian on the Internet. They also appreciate the informativeness, ease of use and usefulness of the

Estonian-language portals Peaasi.ee and Terviseinfo.ee selected by the author. The evaluation of the rest of the health information portals offered by the author is also positive in the overall picture, but the rate of respondents is marginal.

What are the information needs of the Estonian language health information of students related to mental health?

- Students have noted a number of information needs related to information about a specific topic (mental health disorders, symptoms and side effects of medication), type of information (experience stories in Estonia, research in Estonian, thematic tests and exercises), information bearing a supporting function (practical recommendations, instructions and advice), information related to services (general specialist database).

## KASUTATUD KIRJANDUS

Aher, E. (2019). *Vaimse tervise teenused – noorte teadlikkus ja ootused*. Magistritöö. Tallinna Ülikool, sotsiaalkaitse suund.

Aldousari, E. ja Al-Muomen, N. (2020). Health Information-Seeking Behavior of Students at Kuwait University. *International Information & Library Review*, 53, 315–332. doi:10.1080/10572317.2020.1849913

Basch, C. H., MacLean, S. A., Romero, R. A. ja Ethan, D. (2018). Health Information Seeking Behavior Among College Students. *Journal of community health*, 43(6), 1094–1099. doi:10.1007/s10900-018-0526-9

Buchanan J. L. (2012). Prevention of depression in the college student population: a review of the literature. *Archives of psychiatric nursing*, 26(1), 21–42. doi:10.1016/j.apnu.2011.03.003

Burns, J.M., Davenport, T.A., Durkin, L.A., Luscombe, G.M. ja Hickie, I.B. (2010). The internet as a setting for mental health service utilisation by young people. *Medical Journal of Australia*, 192(11), 22. doi:10.5694/j.1326-5377.2010.tb03688.x

Chen, X., Hay, J. L., Waters, E. A., Kiviniemi, M. T., Biddle, C., Schofield, E., Li, Y., Kaphingst, K. ja Orom, H. (2018). Health Literacy and Use and Trust in Health Information. *Journal of health communication*, 23(8), 724–734. doi:10.1080/10810730.2018.1511658

Chen, W., Zheng, Q., Liang, C., Xie, Y. ja Gu, D. (2020). Factors Influencing College Students' Mental Health Promotion: The Mediating Effect of Online Mental Health Information Seeking. *International journal of environmental research and public health*, 17(13), 4783. doi:10.3390/ijerph17134783

- Dooley B ja Fitzgerald A. (2012). My World Survey: National Study of Youth Mental Health in Ireland. *The National Centre for Youth Mental Health*. Dublin. Kasutatud 15.11.2021, <http://www.ucd.ie/t4cms/MyWorldSurvey.pdf>
- Eesmaa, M. (2020). Ülikoolipere vaimse tervise edendamiseks saab teha veel enam. *Universitas Tartuensis*, oktoober. Kasutatud 15.11.2021, <https://www.ajakiri.ut.ee/artikkel/3792>
- Eisenberg, D., Gollust, S. E., Golberstein, E. ja Hefner, J. L. (2007). Prevalence and correlates of depression, anxiety, and suicidality among university students. *The American journal of orthopsychiatry*, 77(4), 534–542. doi:10.1037/0002-9432.77.4.534
- Farrer, L. M., Gulliver, A., Katruss, N., Bennett, K., Bennett, A., Ali, K. ja Griffiths, K. M. (2020). Development of the Uni Virtual Clinic: an online programme for improving the mental health of university students. *British Journal of Guidance & Counselling*, 48(3), 333-346. doi:10.1080/03069885.2020.1729341
- Haridusstatistika portaal. (2022). Haridus- ja Teadusministeerium. Kasutatud 10.02.2022, <https://www.haridussilm.ee/ee/tasemeharidus/haridusliigid/korgharidus/uliopilased>
- Hirsjärvi, S., Remes, P. ja Sajavaara, P. (2010). Uuri ja kirjuta. Tallinn: Medicina.
- Hirvonen, N., Ek, S., Niemelä, R., Korpelainen, R. ja Huotari, M.-L. (2015). *An International Electronic Journal*, 20(1). Kasutatud 05.01.2022, <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1060510.pdf>
- Horgan, A., ja Sweeney, J. (2010). Young students' use of the Internet for mental health information and support. *Journal of psychiatric and mental health nursing*, 17(2), 117–123. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2850.2009.01497.x>
- Hunt, J. ja Eisenberg, D. (2010). Mental health problems and help-seeking behavior among college students. *The Journal of adolescent health: official publication of the Society for Adolescent Medicine*, 46(1), 3–10. doi:10.1016/j.jadohealth.2009.08.008
- Jiang, S. ja Street, R. L. (2017). Pathway Linking Internet Health Information Seeking to Better Health: A Moderated Mediation Study. *Health communication*, 32(8), 1024–1031. doi:10.1080/10410236.2016.1196514
- Lagerspetz, M. (2017). Ühiskonna uurimise meetodid. Sissejuhatus ja väljajuhatus. Tallinn: TLÜ Kirjastus



- Lambert, S. D. ja Loisele, C. G. (2007). Health Information–Seeking Behavior. *Qualitative Health Research*, 17(8), 1006–1019. doi:10.1177/1049732307305199
- Liao, W., Chiu, L. ja Yueh, H. (2012). A Study of Rural Elderly’s Health Information Needs and Seeking Behavior. *Journal of Library and Information Studies*, 10(1), 155-204.
- Lungu, A. ja Sun, M. (2016). Time for a Change: College Students' Preference for Technology-Mediated Versus Face-to-Face Help for Emotional Distress. *Telemedicine and e-Health*, 22(12), 991-1000. doi:10.1089/tmj.2015.0214.
- Montagni, I., Parizot, I., Horgan, A., Gonzalez-Caballero, J. L., Almenara-Barrios, J., Lagares-Franco, C., Peralta-Sáez, J. L., Chauvin, P. ja Amaddeo, F. (2016). Spanish students' use of the Internet for mental health information and support seeking. *Health informatics journal*, 22(2), 333–354. doi:10.1177/146045821455690
- Montagni, I., Tzourio, C., Cousin, T., Sagara, J. A., Bada-Alonzi, J. ja Horgan, A. (2020). Mental Health-Related Digital Use by University Students: A Systematic Review. *Telemedicine journal and e-health: the official journal of the American Telemedicine Association*, 26(2), 131–146. doi:10.1089/tmj.2018.0316
- Noorte mured ja vajadused eriolukorras. (2020). MTÜ Eesti Noorte Vaimse Tervise Liikumise küsitlus. Kasutatud 15.11.2021, <https://envtl.ee/noorte-mured-ja-vajadused-eriolukorras/>
- Peterson, M. ja Peterson T. (2021). Tudengiesindajad küsivad: kes aitab tudengit kriisi ajal? *Postimees*, 18. oktoober. Kasutatud 15.11.2021, <https://tervis.postimees.ee/7364375/tudengiesindajad-kusivad-kes-aitab-tudengit-kriisi-ajal>
- Powell, J. ja Clarke, A. (2006). Internet information-seeking in mental health: Population survey. *British Journal of Psychiatry*, 189(3), 273-277. doi:10.1192/bjp.bp.105.017319
- Pretorius, C., Chambers, D., Cowan, B. ja Coyle, D. (2019). Young People Seeking Help Online for Mental Health: Cross-Sectional Survey Study. *JMIR mental health*, 6(8), e13524. doi:10.2196/13524
- Pretorius, C. ja Coyle, D. (2021). Young People's Use of Digital Tools to Support Their Mental Health During Covid-19 Restrictions. *Frontiers in digital health*, 3, 763876. doi:10.3389/fdgth.2021.763876

- Sbaffi L. ja Zhao, C. (2019). Modeling the online health information seeking process: Information channel selection among university students. *Journal of the Association for Information Science and Technology*, 71(2), 196-207. doi: 10.1002/asi.24230
- Sotsiaalministeerium. (2020). *Vaimse tervise roheline raamat*. Tallinn. Kasutatud 19.05.2022, [https://www.sm.ee/sites/default/files/news-related-files/vaimse\\_tervise\\_roheline\\_raamat\\_0.pdf](https://www.sm.ee/sites/default/files/news-related-files/vaimse_tervise_roheline_raamat_0.pdf)
- Sotsiaalministeerium. (2021). *Sotsiaalkaitseminister: noorte vaimne tervis vajab eritählepanu*. Kasutatud 15.11.2021, <https://www.sm.ee/et/uudised/sotsiaalkaitseminister-noorte-vaimne-tervis-vajab-eritahlepanu>
- Sun, Y., Zhang, Y., Gwizdka, J. ja Trace, C. B. (2019). Consumer Evaluation of the Quality of Online Health Information: Systematic Literature Review of Relevant Criteria and Indicators. *Journal of medical Internet research*, 21(5), e12522. <https://doi.org/10.2196/12522>
- Tallinna Ülikool. (2021). *Eesti tudengite vaimne tervis valmistab muret*. Kasutatud 15.11.2021, <https://www.tlu.ee/uudised/eesti-tudengite-vaimne-tervis-valmistab-muret>
- Tervise Arengu Instituut. (2011). *Terviseinfo*. Kasutatud 05.01.2022, <https://www.terviseinfo.ee/et/valdkonnad/vaimne-tervis>
- Virkus, S. (2009). *Info hankimise ja otsinguprotsessi uurimisest*. Õpiobjekt, Tallinna Ülikool.
- Virkus, S. (2017). II osa. Teoreetilised käsitlused. Virkus, S., Reimo, T., Lepik, A. (toim). *Infoteadused teoorias ja praktikas*. Tallinn: TLÜ Kirjastus.
- Zhang, D., Zhan, W., Zheng, C., Zhang, J., Huang, A., Hu, S. ja Ba-Thein, W. (2021). Online health information-seeking behaviors and skills of Chinese college students. *BMC public health*, 21(1), 736. doi:10.1186/s12889-021-10801-0
- Zhao, Y. ja Zhang, J. (2017). Consumer health information seeking in social media: a literature review. *Health information and libraries journal*, 34(4), 268–283. doi:10.1111/hir.12192
- Xiong, Z., Zhang, L., Li, Z., Xu, W., Zhang, Y. ja Ye, T. (2021). Frequency of Online Health Information Seeking and Types of Information Sought Among the General Chinese Population: Cross-sectional Study. *Journal of medical Internet research*, 23(12), e30855. doi:10.2196/30855
- Wetterlin, F. M., Mar, M. Y., Neilson, E. K., Werker, G. R. ja Krausz, M. (2014). eMental health experiences and expectations: a survey of youths' Web-based resource preferences in Canada. *Journal of medical Internet research*, 16(12), e293. doi:10.2196/jmir.3526

Yanxia,S. ja Xinxin, L. (2018). Literature Review on Internet Health Information Seeking Behavior of the Public. *Journal of Modern Information*, 38(2), 157-163. doi:10.3969/j.issn.1008-0821.2018.02.024

## Lisa 1. Küsimustik „Vaimse tervisega seonduv infootsikäitumine internetis“

Tere

Olen Tartu Ülikooli infokorralduse õppekava üliõpilane Jaana Allikas ning kirjutan lõputööd, mille eesmärk on välja selgitada Tartu Ülikooli ühiskonnateaduste instituudi õppekavade üliõpilaste vaimse tervisega seonduv infootsikäitumine internetis ja nende infovajadused.

Ootan Teid vastama küsimustikule, **kui olete viimase 6 kuu jooksul otsinud vaimse tervise teemalist infot internetist** (nt järgmistel teemadel: vaimne heaolu, vaimse tervise probleemide ennetamine, uni, stress, pinged, psüühikahäired jne).

Kuna siin küsimustikus on tähelepanu all vaimse tervise teemaline infootsikäitumine, siis **ei küsi ma Teilt isiklike terviseandmete kohta**. Küsimustikule vastamine on vabatahtlik. Teie vastused on anonüümsed ja konfidentsiaalsed. Statistilised tulemused esitan üldistatult, seega ei ole tulemusi võimalik Teie isikuga seostada. Kogutud andmeid kasutatakse ainult koostöös juhendajaga (Krista Lepik, PhD) läbi viidavate uurimistööde raames.

Küsimustiku täitmine ei võta rohkem kui 10-15 minutit. Küsimustik on vastamiseks avatud alates 09.03 kuni 15.03.2022.

Olen Teile väga tänulik! Küsimuste tekkimise korral vastan hea meelega meili teel: jaana.allikas@ut.ee

- 1) Kas olete viimase 6 kuu jooksul otsinud internetist vaimse tervise teemalist terviseinfot? \*  
Palun valige ainult üks järgnevatest:
  - Jah
  - Ei ole
  
- 2) Kui sageli olete viimase 6 kuu jooksul otsinud internetist vaimse tervise teemalist terviseinfot? \*  
Palun valige ainult üks järgnevatest:
  - Mitu korda nädalas või sagedamini
  - Mitu korda kuus
  - Umbes kord kuus
  - Umbes kord mõne kuu jooksul
  
- 3) Mis keeles olete otsinud vaimse tervise teemalist terviseinfot internetist? \*  
Palun valige kõik mis sobib:

- Vene
  - Inglise
  - Eesti
  - Muu:.....
- 4) Kas internetis leidub Teie arvates piisavalt eestikeelset terviseinfot vaimse tervise kohta?\*
- Palun valige ainult üks järgnevatest:
- Jah, piisavalt
  - Ei, infot võiks rohkem olla
  - Ei oska öelda
- 5) Kuidas hindate vaimse tervise teemalise eestikeelse terviseinfo kvaliteeti internetis?\*
- Palun valige ainult üks järgnevatest:
- Väga hea
  - Hea
  - Rahuldav
  - Halb
  - Väga halb
  - Ei oska öelda
- 6) Kas vaimse tervise teemaline eestikeelne terviseinfo internetis vastab Teie vajadustele?\*
- Palun valige ainult üks järgnevatest:
- Vastab täielikult
  - Vastab osaliselt
  - Ei ole kindel
  - Osaliselt ei vasta
  - Üldse ei vasta
- 7) Palun põhjendage enda vastust:.....
- 8) Millisest vaimse tervise teemalisest eestikeelsest infost või infokanalist Te puudust tunnete?.....
- 9) Kuivõrd olete kasutanud vaimse tervise teemalise info otsimiseks mõnda alljärgnevatest allikatest?\*

	Mitte kunagi	Harva	Mõnikord	Sageli
Vaimse tervise portaalid (nt peaasi.ee)				
Eriala spetsialistide infot sisaldavad sotsiaalmeediakanalid				
Vaimse tervise teemast huvitatud n-õ tavainimeste sotsiaalmeediakanalid				
Haiglate kodulehed				
E-entsüklopeediad				
Audiovisuaalsed meediakanalid (nt Youtube)				
Podcastid				
Foorumid				
Blogid				

10) Milliseid järgmistest eestikeelsetest allikatest olete viimase 6 kuu jooksul külastanud?\*

Palun valige kõik mis sobib:

- Mitte ühtegi
- Enesetunne.ee
- Terviseinfo.ee
- Ajakirja Eesti Naine podcast "Vaimse tervise heaks"
- Tallinna Vaimse Tervise Keskuse Facebooki leht
- Ei oska öelda / ei mäleta
- Vaimnetervis.ee (Tallinna Vaimse Tervise Keskus)
- Vaimse Tervise Heaks Facebooki leht
- Vth.ee (Vaimse Tervise Heaks)
- Eesti Noorte Vaimse Tervise Liikumise Facebooki leht
- Envtl.ee (Eesti Noorte Vaimse Tervise Liikumine)
- Peaasi.ee podcast
- Peaasi.ee Youtube'i kanal
- Peaasi.ee Facebooki leht
- Peaasi.ee
- Muu.....

11) Kuidas hindate nende eestikeelsete portaalide informatiivsust?\*

	väga halb	halb	rahuldav	hea	väga hea	ei oska öelda
Terviseinfo.ee						
Vaimnetervis.ee (Tallinna Vaimse Tervise Keskus)						
Vth.ee (Vaimse Tervise Heaks)						
Peaasi.ee						
Envtl.ee (Eesti Noorte Vaimse Tervise Liikumine)						
Enesetunne.ee						

12) Kuidas hindate nende eestikeelsete portaalide kasutusmugavust?\*

	väga halb	halb	rahuldav	hea	väga hea	ei oska öelda
Terviseinfo.ee						
Vaimnetervis.ee (Tallinna Vaimse Tervise Keskus)						
Vth.ee (Vaimse Tervise Heaks)						
Peaasi.ee						
Envtl.ee (Eesti Noorte Vaimse Tervise Liikumine)						
Enesetunne.ee						

13) Kuidas hindate nende eestikeelsete portaalide kasulikkust?\*

	väga halb	halb	rahuldav	hea	väga hea	ei oska öelda
Terviseinfo.ee						
Vaimnetervis.ee (Tallinna Vaimse Tervise Keskus)						
Vth.ee (Vaimse Tervise Heaks)						
Peaasi.ee						
Envtl.ee (Eesti Noorte Vaimse Tervise Liikumine)						

14) Kuivõrd olulised on Teie jaoks järgmised interneti eelised vaimse tervise teemalise info otsimisel?\*

	1 – Ei ole üldse oluline	2 – Pigem ei ole oluline	3 – Raske öelda	4 – Pigem on oluline	5 – Väga oluline
Internet toetab minu anonüümsust ja privaatsust					
Internetist info otsimine on vähem ebamugav kui sõbra või pereliikmega rääkimine					
Internetist info otsimine on vähem ebamugav kui professionaaliga rääkimine					
Internetis on lihtne suhelda teiste inimestega samas olukorras					
Internet on hea koht, millest info otsimist alustada ja uurida edasiste sammude kohta					
Internetist saab vajaliku info tasuta kätte					
Internetist saab vajaliku info kiirelt kätte					
Internetis on kogu info avalik					

15) Kuivõrd olulised on Teie jaoks järgmised probleemid, mis on seotud internetist vaimse tervise teemalise info otsimisega?\*

	Ei ole üldse oluline	Pigem ei ole oluline	Raske öelda	Pigem on oluline	Väga oluline
Internetist leiduv info ei ole usaldusväärne					
Relevantset infot on raske leida					
Teatud teemadel ei ole piisavalt või üldse infot					
Põhjalik otsing võtab kaua aega					

16) Kuivõrd olete nõus järgmiste väidetega?\*

	Täiesti nõus	Pigem nõus	Raske öelda	Pigem ei ole nõus	Üldse ei ole nõus
Tean, kuidas leida vaimse tervise teemalist terviseinfot					
Leian vahel internetist sellist vaimse tervise teemalist terviseinfot, mis ajab segadusse					
Erinev leitud info on sageli vastuoluline					
Oskan vahet teha usaldusväärse ja ebausaldusväärse info vahel					
Oskan hinnata leitud info kasulikkust					

17) Teie õppekava\*

- Ajakirjandus- ja kommunikatsioon (Bak)
- Infoühiskond ja sotsiaalne heaolu (Bak)
- Infokorraldus (Rak)
- Kogukondade arendamine ja sotsiaalne heaolu (Mag)
- Ajakirjandus ja kommunikatsioon (Mag)
- Juhtimis- ja digikommunikatsioon (Mag)
- Ühiskonna ja infoprotsesside analüüs (Mag)
- Muutuste juhtimine ühiskonnas (Mag)

18) Teie vanus:\*

- 19 ja noorem
- 20-24
- 25-29
- 30-34
- 35+

Täna küsimustiku täitmise eest!

jaana.allikas@ut.ee



## **Lihtlitsents lõputöö reprodutseerimiseks ja üldsusele kättesaadavaks tegemiseks**

Mina, Jaana Allikas,

1. annan Tartu Ülikoolile tasuta loa (lihtlitsentsi) minu loodud teose „*Üliõpilaste vaimse tervisega seonduv veebipõhine infootsikäitumine Tartu Ülikooli ühiskonnateaduste instituudi üliõpilaste näitel*“, mille juhendaja on Krista Lepik,

reprodutseerimiseks eesmärgiga seda säilitada, sealhulgas lisada digitaalarhiivi DSpace kuni autoriõiguse kehtivuse lõppemiseni.

2. Annan Tartu Ülikoolile loa teha punktis 1 nimetatud teos üldsusele kättesaadavaks Tartu Ülikooli veebikeskkonna, sealhulgas digitaalarhiivi DSpace kaudu Creative Commons litsentsiga CC BY NC ND 3.0, mis lubab autorile viidates teost reprodutseerida, levitada ja üldsusele suunata ning keelab luua tuletatud teost ja kasutada teost ärieesmärgil, kuni autoriõiguse kehtivuse lõppemiseni.
3. Olen teadlik, et punktides 1 ja 2 nimetatud õigused jäävad alles ka autorile.
4. Kinnitan, et lihtlitsentsi andmisega ei riku ma teiste isikute intellektuaalomandi ega isikuandmete kaitse õigusaktidest tulenevaid õigusi.

*Jaana Allikas*

20.05.2022