

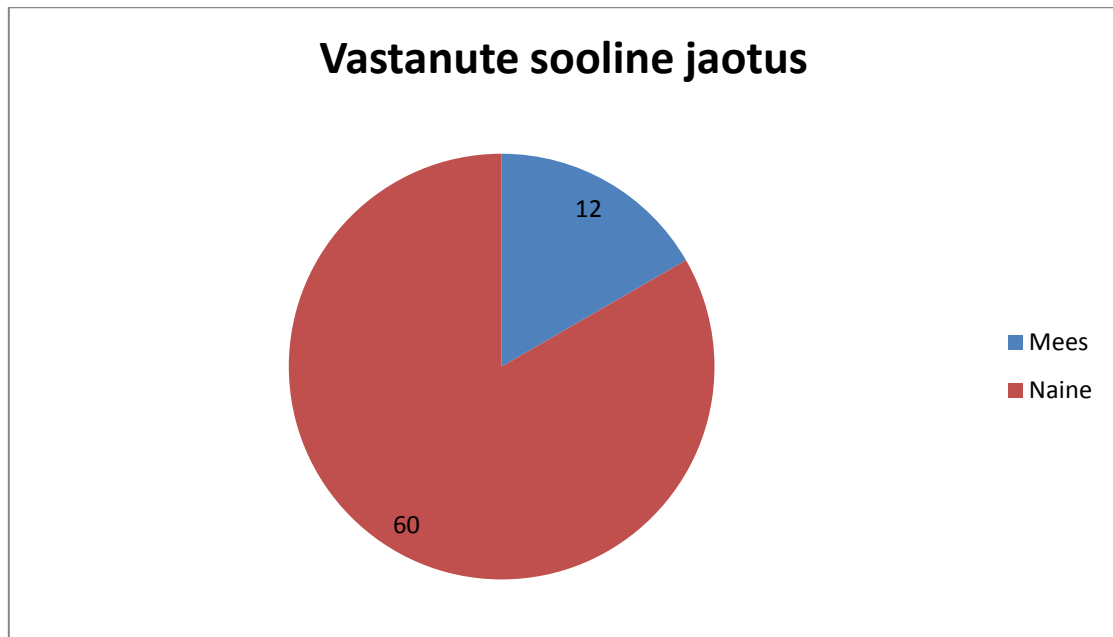
## Valgamaa noorte enesehinnang

Küsitlus

Valgamaa Noortekogu

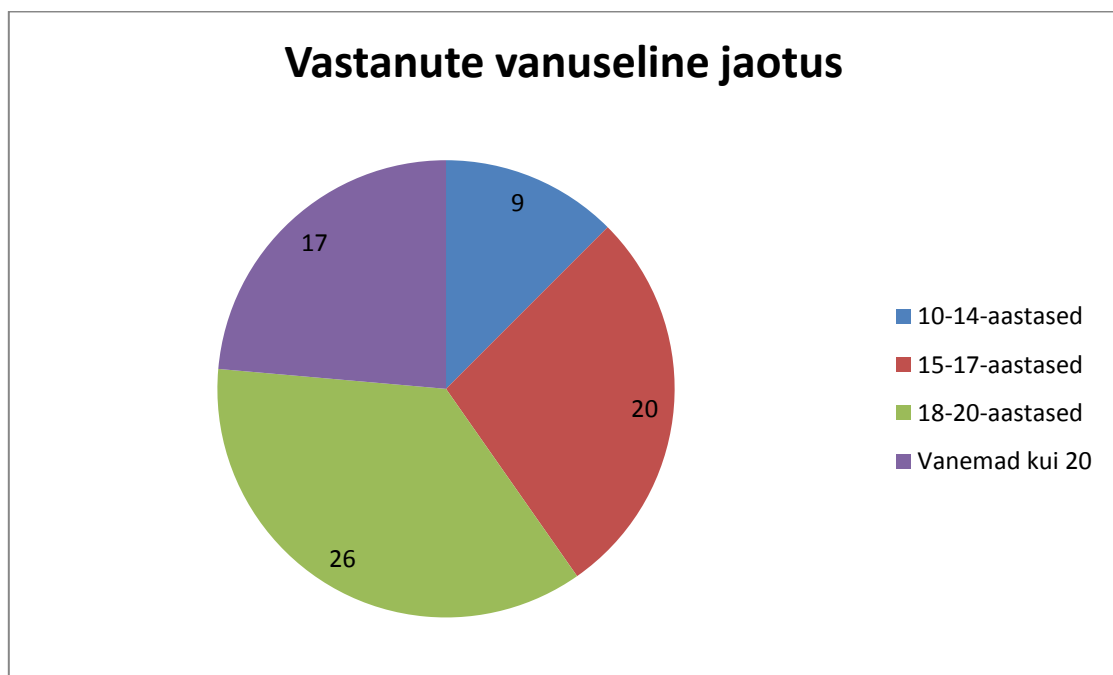
### Üldine

Küsitlus viidi läbi 1.-7. detsember 2015. Küsitlusele vastas 7 päeva jooksul 72 inimest, nendest 12 meest ja 60 naist (joonis 1).



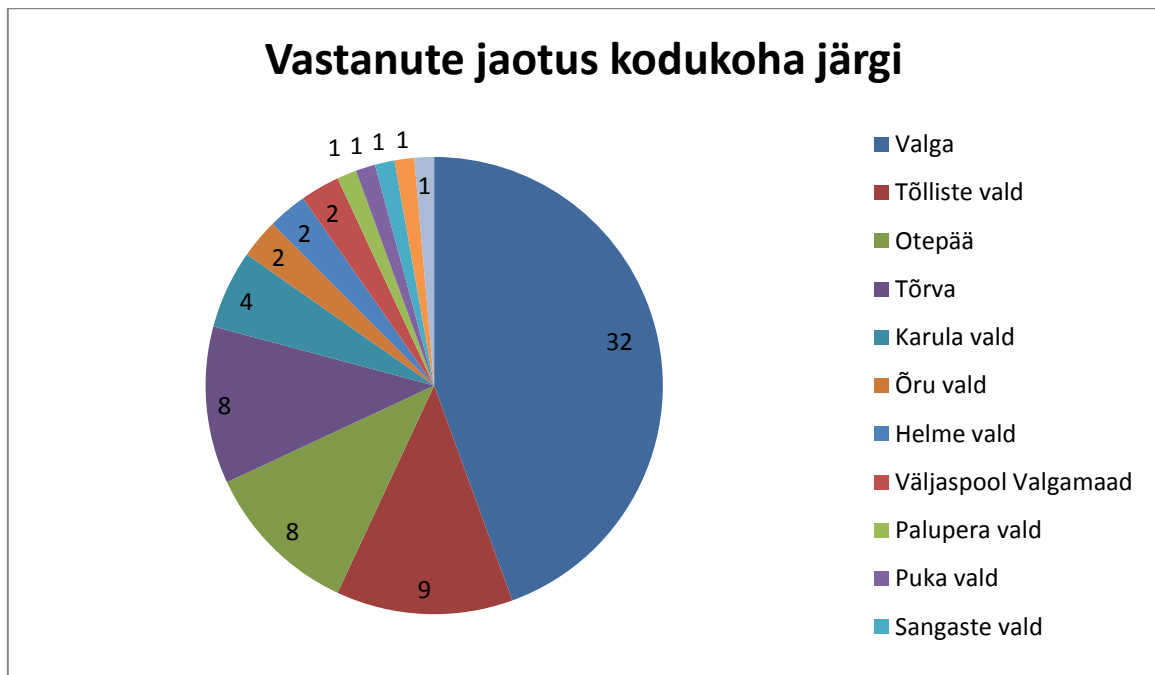
Joonis 1 Vastanute sooline jaotus

Kõige enam oli 18-20-aastaseid vastanuid, järgnesid 15-17-aastased ja 20+ vanuses noored (joonis 2).



Joonis 2 Vastanute vanuseline jaotus

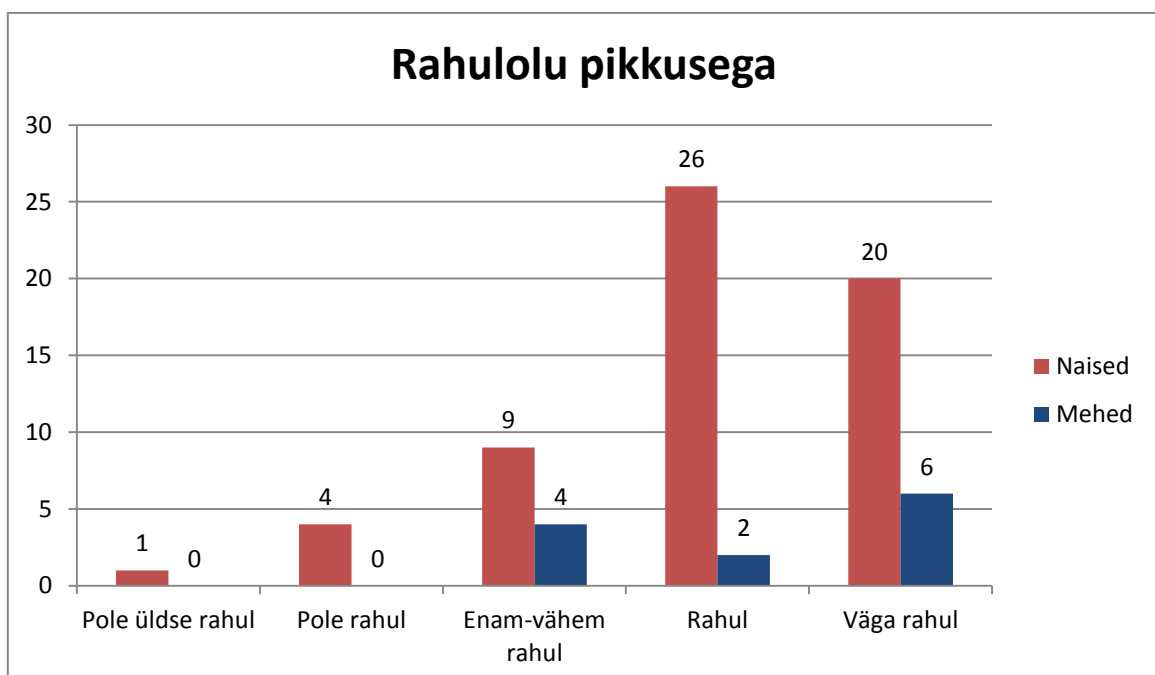
Kõige enam vastanuid oli Valgast, kus vastajaid oli 32. Vastanute arvult järgmine oli 9 vastanuga Tõlliste vald. Ülejäänud Valgamaa omavalitsused olid esindatud 1-8 noorega, ainult Taheva vallast ei vastanud küsitlusele üksi noor. Enda kodukohaks märkis 2 noort väljaspool Valgamaad (joonis 3).



Joonis 3 Vastanute jaotus kodukoha järgi

#### Rahulolu pikkusega

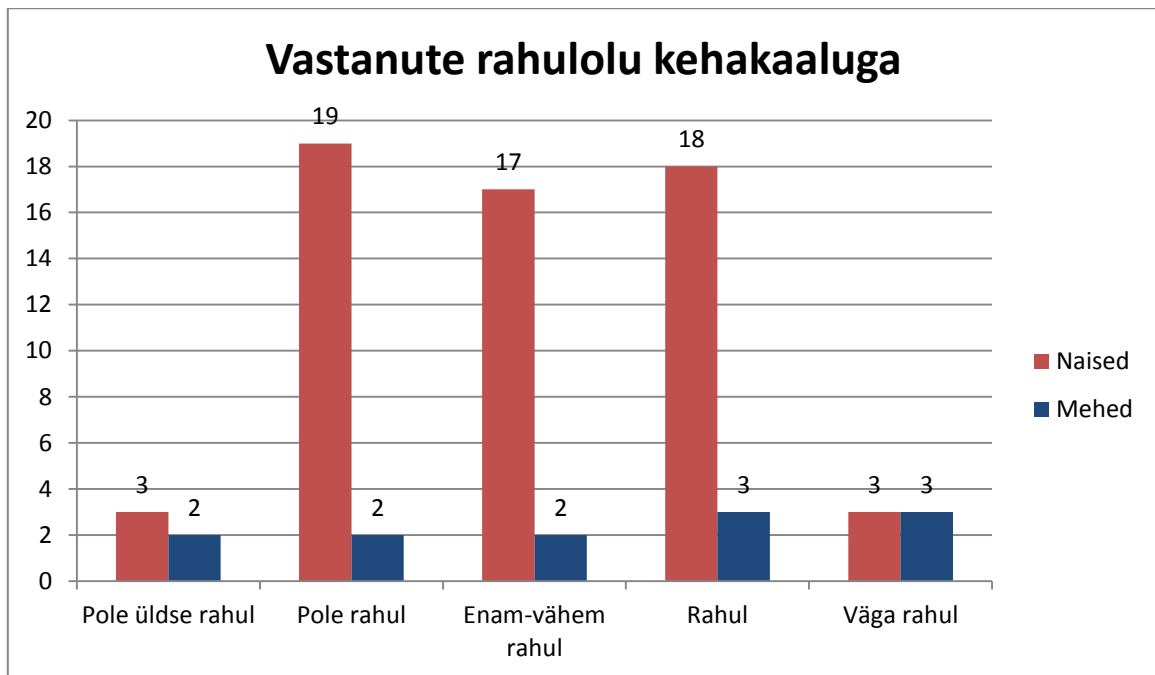
Naissoost vastanutest enamus oli enda pikkusega rahul või väga rahul. Meessoost vastanute hulgas oli enamik väga rahul või enam-vähem rahul (joonis 4).



Joonis 4 Rahulolu pikkusega

### Rahulolu kehakaaluga

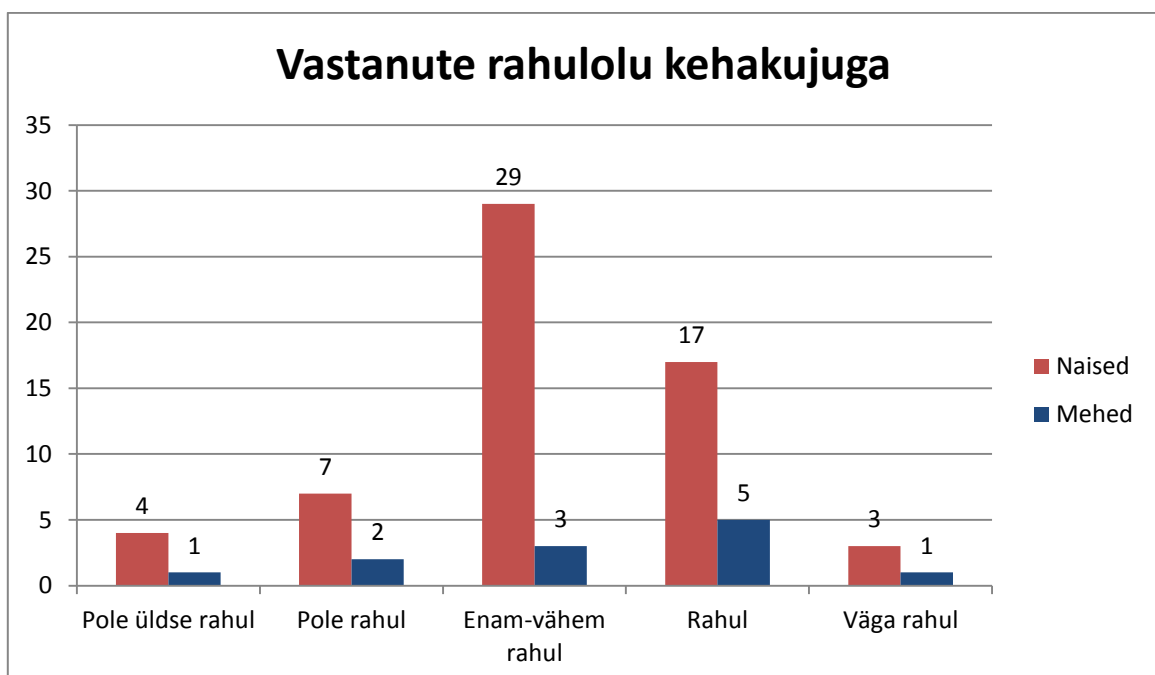
Enamik naissoost vastanuid pole või on enam-vähem rahul enda kehakaaluga. Meessoost vastanud enamus olid rahul või väga rahul (joonis 5).



Joonis 5 Vastanute rahulolu kehakaaluga

### Rahulolu kehakujuga

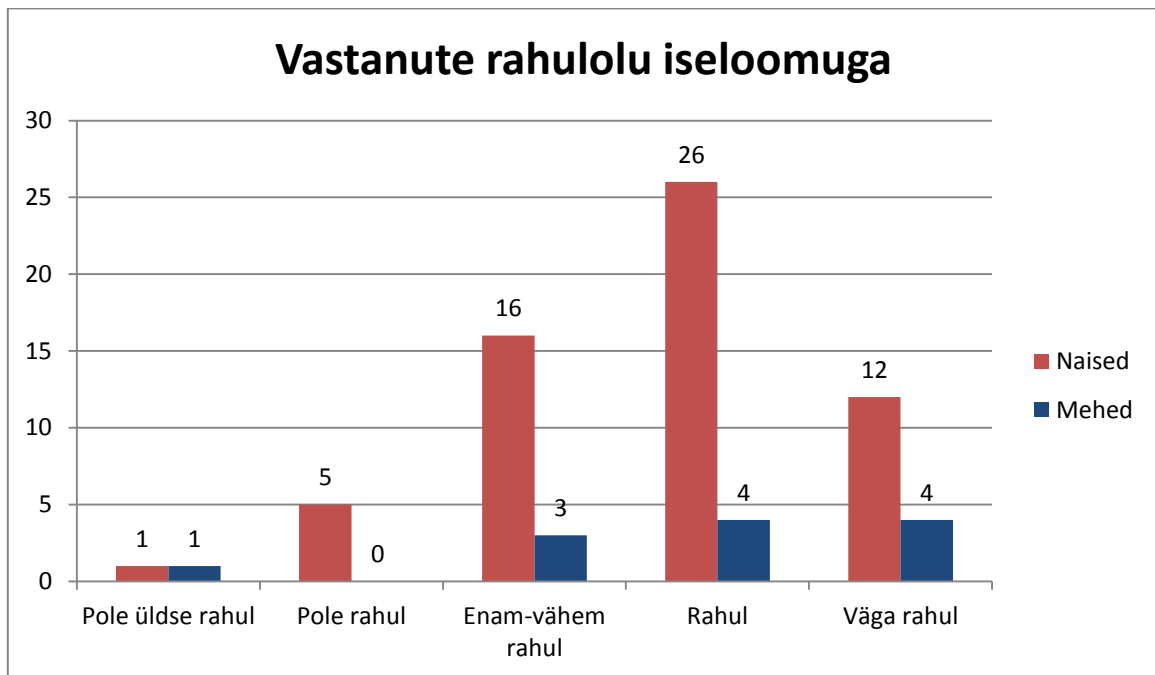
Enamik naissoost vastanuid olid enam-vähem või lihtsalt rahul enda kehakujuga. Samad tulemused olid meessoost vastanutel (joonis 6).



Joonis 6 Vastanute rahulolu kehakujuga

### Rahulolu iseloomuga

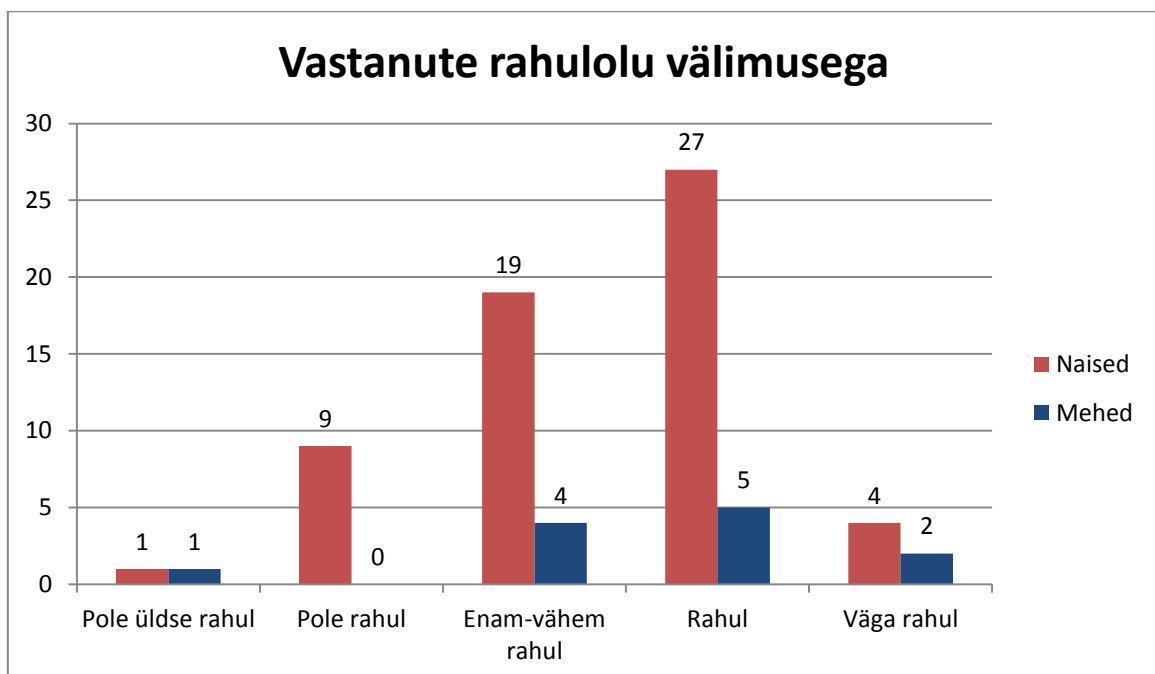
Enamik nii naissoost kui ka meessoost vastanutest oli rahul enda iseloomuga (joonis 7).



Joonis 7 Vastanute rahulolu iseloomuga

### Rahulolu välimusega

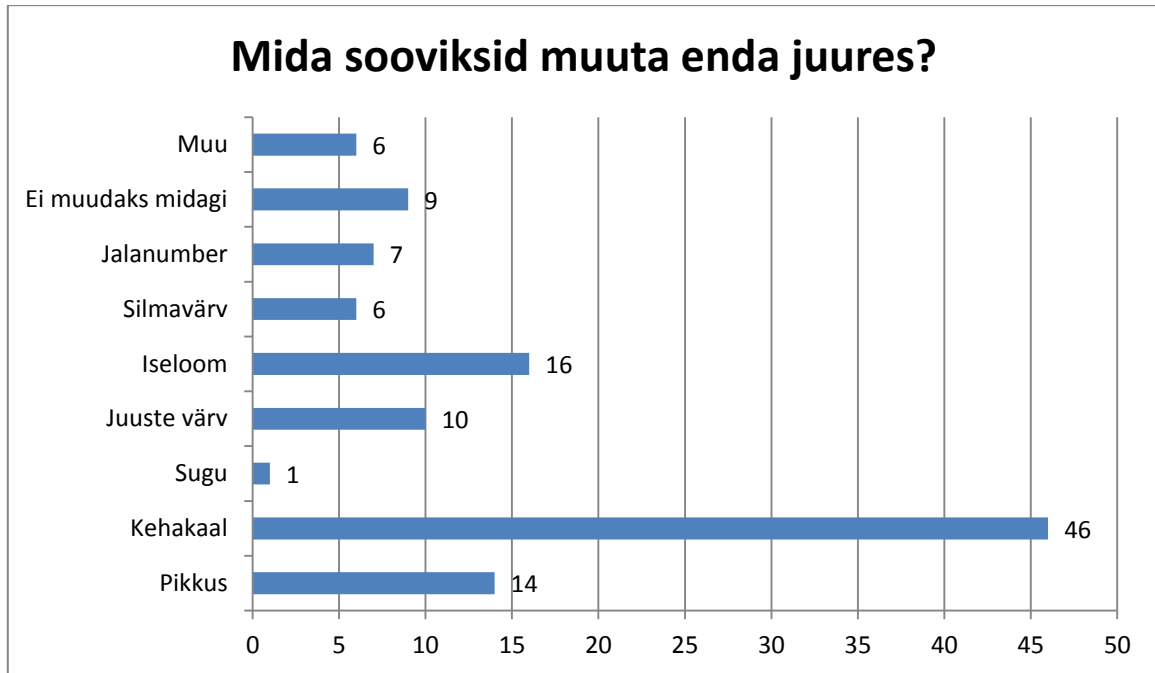
Enamik vastanutest on enam-vähem rahul või rahul oma välimusega (joonis 8).



Joonis 8 Vastanute rahulolu välimusega

Küsimusele „Mida sooviksid muuta enda juures?“ vastati kõige enam vastusevariant „Kehakaal“, millele järgnesid „Iseloom“ ja „Pikkus“ (joonis 9). „Muu“ alla olid vastanud kirjutanud järgmist:

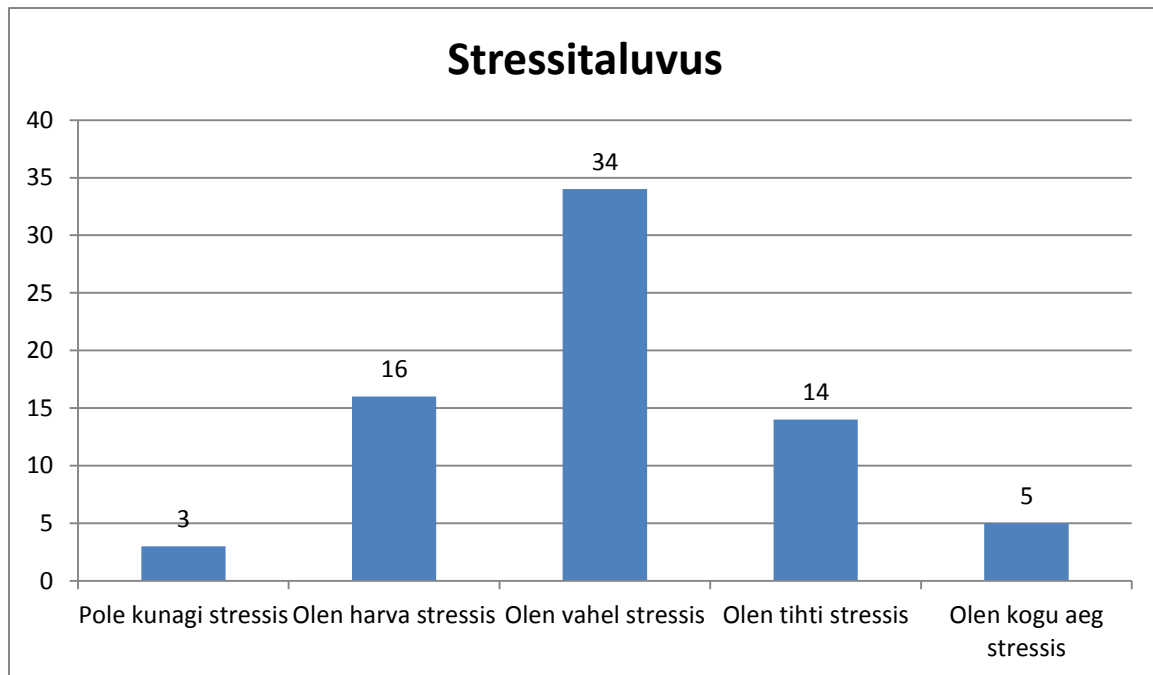
- Suhtumist kooli
- Nina
- Näonahk, nina, suu
- Iseloomu - iseloomu saab alati parandada, ma ei mõtle drastilisi muutusi, vaid pidevat liikumist paremuse suunas
- Päritolu



**Joonis 9** Mida sooviksid muuta enda juures?

### Stressitaluvus

Enamik vastanutest on vahel stressis. 3 vastanut pole kunagi stressis ning 5 vastanut on kogu aeg stressis.



Joonis 10 Stressitaluvus

Küsimusele „Mis tekitab sinus stressi?“ vastati järgmiselt:

- Inimesed
- Ebameeldivad inimesed
- Liigne koormus koolis
- Maailmavalu
- Töö
- Kool ja tööde ülerohkus
- Iga päev kella neljani koolis istumine.
- Pinged koolis ja väljaspool seda
- Kui klassis on lärm
- Kool, hirm põruda ja mitte hakkama saada
- Vanemad
- Negatiivsed inimesed
- Kool
- Pinged sõpradega, koolis jne
- Pingelised olukorrad, mis kestavad pikka aega.
- Pinged nii kodus, koolis kui ka tööl
- Kiired ajad, jõulud ja kingitused
- Stressi tekitab see, kui kooli asjad hakkavad üle pea kuhjuma ning ei oska kusagilt pihta hakkata.
- Kool ja kodused probleemid
- Kõik!
- Ajapuudus
- Teiste inimeste teadmatus.
- Vähene viin
- Töö ja kohustused.

- Õppimine, sest õpetaja on range ja närvitseb; koristamine; isa, kuna ta ei saa minust kunagi aru
- Kool
- Ei tea, pole nagu aru saanud, et oleks stressis.
- Liiga palju teha liiga vähese aja sees ja kõik asjad, mida vaja teha, on suure tähtsusega.
- Kool, pidev õppimine, kogu vaba aeg kulub õppimisele. Ei saa piisavalt puhata.
- Liigne koolitöö.
- Elu
- Mured ja raskused
- Ema, kool (pikad päevad ja suur koormus)
- Aeg
- Kool, suhted
- Palju, väga palju õppida
- Töö koju kaasa võtmine
- Kui koolis on liiga palju õppida ja halvad hinded tulevad, või kui ei jõua oma asjadega õigeks ajaks valmis
- Palju kohustusi
- Ületöö
- Õpingud
- Mu noorem vend, kooli õppimine
- Linnas vähe kohti, kus vaba aega sisustada
- Kohustused
- Suhted teiste noortega
- Põhiliselt asjad, millega ma hakkama ei saa.
- Liigne koormus. Vähe aega
- Pikk tööpäev (pimedas tööle, pimedas koju)
- Rumalad inimesed
- See, kui teised inimesed minu ümber on pidevalt ärevil ja kurdavad.
- Noorte elatustase ja noorte alahindamine
- Liigne enesekriitika
- Ajapuudus, kool
- Mittevajalik muretsemine kõige pärast
- Valgas pole normaalseid spordi/tantsu trenne