

Tartu Ülikool
Psühholoogia Instituut

Marelle Nurmsalu

SOOLISED JA VANUSELISED ERINEVUSED VIHATUNNETES, VIHA KONTROLLIS
JA SELLE VÄLJENDAMISES

Seminaritöö

Juhendaja Aavo Luuk

Läbiv pealkiri: Viha, viha kontroll ja soerinevused

Tartu 2012

Kokkuvõte

SOOLISED JA VANUSELISED ERINEVUSED VIHATUNNETES, VIHA KONTROLLIS JA SELLE VÄLJENDAMISES

Antud töö eesmärk on uurida, kuidas erinevad omavahel vihatunded, viha kontroll ja viha väljendamine meestel ja naistel ning millised on erinevused vanuse lõikes. Töös on kasutatud kaheosalist küsimustikku, mille üks osa mõõdab seisundiviha ja teine vihaepisoodide sagedust. Osalejad (N= 466), kes olid vanuses 11-44 aastat, hindasid oma vihatundeid, viha väljendamist ja viha kontrolli viiepallisel Likerti skaalal. Tulemus kinnitas hüpoteesi, et meestel esineb rohkem vihatundeid ja nad väljendavad enam oma viha. Naistel on üldiselt kõrgem kontroll oma vihatunnete üle. Vanuseliselt jagunesid tulemused järgmiselt: noorematel vastanutel esines rohkem vihatundeid ning vanematel vähem.. Need tulemused on olulised, kuna näitavad statistilist seost vihatunnete ja soo- ning vanusegruppide vahel.

Abstract**GENDER AND AGE DIFFERENCES IN ANGRY FEELINGS, ANGER CONTROL AND ANGER EXPRESSION**

The aim of this study was to investigate how men and women differ from having and expressing their angry feelings, controlling their angry feelings and to discover what are the differences in anger between age groups. A two-part questionnaire was used, where one part measures state anger and the other trait anger (more precisely, frequency of anger episodes). Participants (N= 466) at the age between 11-44 years rated their angry feelings, anger expression and anger control on a five-point Likert scale. As hypotesized, men have more angry feelings and angry expression. Women have higher control over angry feelings. Younger respondents had more angry feelings. Older people had better ability to control their angry feelings. These results are important because they demonstrate statistical relationship between angry feelings, gender and age groups.

Sissejuhatus

Viha on universaalne emotsioon, mis reguleerib sotsiaalseid ja interpersonaalseid suhteid, samas kui ebasobilik vihatunnete väljendamine võib kaasa tuua erinevaid sotsiaalseid ja ka kliinilisi tagajärgi (Alonso-Arbiol, van de Vijver, Fernandez, Paez, Campos, & Carrera, 2011).

Vihaepisoodide sagedust (*trait anger*) seostatakse vihatunnete suurenenud esinemissageduse ja verbaalsete vihaväljenduste tendentsi ning intensiivsusega (Smits, De Boeck, & Vansteelandt, 2004). Viha reguleerimise stiilid nagu *anger-in* ja *anger-out* võivad olla mõjutatud sellisest isiksusejoonest nagu ekstravertsus (Woodman, 2009, viidatud Davis, Woodman, & Callow, 2010 järgi). Seega inimese kasvatuskeskkonna ja kaasasündinud omaduste koosmõjul avalduvad inimestel vihatunded erinevalt.

Varasemad kliinilise psühholoogia uuringud on näidanud seost viha ja ärevuse ning südameveresoonkonna ja immuunsüsteemi funktsioonide häirete vahel (Diamond, 1982; Spielberger & London, 1982; Suinn, 2001, viidatud Ruiz Hanin 2011 järgi). On leitud, et vihaepisoodide sagedust saab seostada südame- ja muude kardiovaskulaarsete haigustega (Bishop, Ngau, & Pek, 2008). Selles kahtlesid Bongard ja al'Absi (2003), kuna nad arvasid, et pigem sõltub ka näiteks vererõhu ja viha väljenduse seos oludest ja asukohast, kus inimesed viibivad, mitte ainult vihaepisoodide sagedusest. Selleks korraldasid nad katse, kus uuriti viha väljendamise ja vererõhu seoseid. Uuringus kasutati STAXI (*State-Trait Anger Expression Inventory*) modifitseeritud skaalat, et uurida inimeste viha väljendamist kodus, puhkeseisundis ja koolis/tööl (Spielberger, 1988). Lisaks paigaldati katseisikutele monitorid, et uurijad saaksid nende asukohta pidevalt kindlaks määrata. Uuringus leiti, et viha väljaelamine (*anger-out*) oli väiksem tööl ja suurem kodus, kuigi vastupidiselt sellele oli viha kontroll (*anger control*) oli väiksem kodus ja suurem tööl. Nende töö näitab, et inimesed kohandavad oma vihaväljendusi vastavalt situatsioonile, kuid samas on meeste ja naiste vihaväljendusstiil erinev (Bishop et al., 2008; Bongard & al'Absi, 2003). Kuna kodus tuntakse end enamasti vabamalt, kerkivad ka vihatunded lihtsamini esile. Tööl olles kontrollitakse end kehtivate sotsiaalsete normide tõttu rohkem.

Ka vanusest sõltub, kuidas inimesed oma viha kontrollivad. Väiksemad lapsed väljendavad oma viha sagedamini kui suuremad. Vanuse kasvades suruvad lapsed oma viha tugevamalt

maha, kuna nad ei usu enam, et peaksid oma emotsioone nii intensiivselt väljendama (Zeman & Shipman, 1996, viidatud Kerr & Schneider, 2008 järgi). Hubbard et al. (2002) järgi avalduvad suured soolised erinevused vihaväljenduses: poistel on tüdrukutest sagedamini esindatud vihased näoilmed, verbaalsed väljendused ja käitumine (Hubbard et al., 2002). Üldiselt on teada, et lapsed väljendavad tõenäoliselt vihatundeid vähem kui muid emotsioone, kuna teavad, et teised inimesed vastavad vihaväljendustele enamasti negatiivselt (Underwood, 1997). Seevastu Phillips, Henry, Hosie ja Milne (2006) leidsid oma töös, et vanematel täiskasvanutel on madalam vihaepisoodide sageduse tase, seega nad kogevad viha palju vähem ja väiksema intensiivsusega kui noorukid. Samuti tõdesid nad, et vanuse kasvades mõtlevad inimesed harvemini oma kogetud vihatunnete peale või nii-öelda „heitavad“ vähem erinevaid vihasituatsioone oma peas. Ka on neil vähem kättemaksumõtteid. See võib tuleneda sellest, et inimese vananemine on seotud emotsioonide regulatsiooni võime paranemisega, kuna täiskasvanueas tuleb inimestel tihti toime tulla emotsionaalselt raskete olukordadega. Samuti on viha väljendamine vähem aksepteeritav vanemate inimeste seas. Need vanuselised erinevused vihaväljenduses on ilmselt üheks põhjuseks, miks vanematel inimestel esineb vähem meeleoluhäireid ning miks nad on eluga rohkem rahul kui nooremad (Phillips et al., 2006).

Viha väljendamise stiili on tihti uuritud seoses inimese terviseriskidega. On arvatud, et viha väljendamise viis on ajas stabiilne ning ei muutu. Antud töös uuringi seda, kuidas mõjutab inimese sugu ja vanus ning sellega kaasnev elukogemus ja –küpsus viha avaldumist ja vihatunnete kontrolli võimet. Probleem on oluline praktilisest aspektist, kuna varasemate uuringute varal on näha, et suutmatus oma vihatundeid kontrollida ning impulsiivsus vihatunnete väljendamisel seostub arvestataval määral kehaliste (nt kardiovaskulaarsete) haiguste ja psüühiliste häiretega (nt depressioon). Samuti võivad liigsed vihatunded ning nende kontrollimatus viia nii enesevigastamiseni kui ka suitsiidini. Elderen, Verkes, Arkesteijn ja Komproe (1996) leidsid oma töös, et suitsiidikatsetega inimestel oli kõrgem vaenulikkuse skoor kui näiteks lihtsalt neurootilistel inimestel või nende uurimuse kontrollgrupil. Suurema tõenäosusega kritiseerisid nad kaasinimesi ja ennast rohkem ja käitusid impulsiivsemalt. Neil esines ka suuremal määral süütunnet ning üldist vaenulikkust (Elderen et al., 1996).

Kuna enamik vägivaldseid käitumismustreid saab alguse varasest kooliajast ning enamik kinnipidamisasutustes oma karistust kandvatest vangidest on mehed, siis otsustati varasemaid

uuringuid arvesse võttes käesolevas töös uurida vihatunnete, kontrolli ja väljendamise seost soo ning vanuse vahel. Kuna ka koolivägivalla-alased arutelud ja aktsioonid on praegusel ajal üsna aktuaalsed, siis saab hangitud teavet kasutada olukorra parandamiseks ja probleemide leevendamiseks. Koolikiusamise vastaste aktsioonide kontekstis saab teavet kasutada kui ennetusvahendit, mille põhjal omandatakse informatsiooni kiusaja ning ohvri kohta.

Käesolev töö erineb varasematest samalaadsetest, kuna annab konkreetsete statistiliste tulemuste meeste ja naiste erinevuste kohta kolmes vihaga seotud dimensioonis: vihatunnete, viha kontrolli ja viha väljendamise osas. Samuti pakub töö vanuseklasside kaupa klassifitseeritud tulemusi samade dimensioonide kohta. See võimaldab teha edaspidiseid järeldusi, millises vanuses meestel ja naistel esineb rohkem vihatundeid, kes suudavad neid enam kontrollida ning kes oma vihatundeid rohkem väljendavad. Teoreetilisest vaatepunktist käsitletuna seisneb käesoleva töö olulisus selles, et see võimaldab uurida, millised on statistilised erinevused meeste ja naiste vihakäitumises arengulises plaanis (eagruppide lõikes). Töö annab panuse sellesse, et inimesed teadvustaksid endale tagajärgi seoses viha kontrollimatusega ning näeksid, millised on varjatud riskid kas viha liigse väljendamise või alla surumisega seoses. Samuti saab tööst leitud tulemusi kasutada noorukite koolikiusamisega seotud käitumise ennetamiseks ja uurimiseks.

Käesolevas töös uuritakse püstitatud probleemi autori osalusel loodud vihaküsimustikuga, mille loomisel on autor andnud panuse igas etapis. Samuti oli autor kaasategev küsimustike väidete loomisel; küsimustike täielikul koostamisel; küsimustike katseisikutele esitamisel; andmete kogumisel ja sisestamisel; andmetöötlusel SPSS programmiga, mille abil tehti faktoranalüüs ning koostati lõplik parandatud ja usaldusväärne küsimustik; küsimustikele vastanud inimeste soo ja vanusegruppide järgi analüüsi tegemisel ja seoste leidmisel; varasema vihateemalise kirjanduse andmebaasidest kogumisel ning seminaritöö kirjutamisel.

Antud probleemi lahenduse põhimeetoditeks olid lähteküsimustiku vastuste faktoranalüüs andmetöötlusprogrammis SPSS peakomponentide meetodil faktorite leidmiseks ning faktormatriksi pööramine Varimax meetodiga lahendite struktuuri interpreteerimise lihtsustamiseks. Selle tulemusel eemaldati lähteküsimustikust ebasobilikud ja vajalikke tunnuseid mittemõõtvad väited, saavutati aktsepteeritav reliaablusekoeffitsiendi Crobach'i α näit (vähemalt üle 0,7) kõigi kujunenud alaskaalade (vihatud, viha kontroll ja viha

väljendamine) jaoks. Järgnevalt toimus meeste ja naiste ning erinevate vanusegruppide vastuste võrdlemine ANOVA meetodil.

Töö hüpoteesid olid järgmised: Meestel esineb rohkem vihatundeid kui naistel, ning viimased on ka viha väljendamise osas tagasihoidlikumad ja suudavad oma vihaemotsioone suuremal määral kontrollida. Vanematel inimestel esineb vihatundeid vähem kui noorematel.

Meetod

Katses osalejad

Töös osales 466 põhikooli ja gümnaasiumi õpilast ning üliõpilast.. Nendest 234 olid mees- ja 232 naissoost. Osalejate vanus varieerus 11-44 aastani ($M=17,4$, $SD=5,45$). Tegemist oli mugavusvalimiga, see tähendab, et küsitleti just koolide õpilasi, kuna nende kättesaadavus on parem ning sellega sai tagada ka suurema valimi.

Vihatunnete mõõtmine ja protseduur

Uuringus kasutati juba varem koostatud küsimustikku, mille üks skaala mõõdab seisundi- ja teine püsivamat iseloomuga seotud viha (täpsemalt viha esinemissageduste hinnanguid). Seisundiviha hindamiseks kasutati viieastmelist Likerti skaalat, millel 0 tähendas „ei ole nõus“ ja 4 „täiesti nõus“; vihaepisoodide esinemissageduse hindamisel tähendas 0 „peaaegu mitte kunagi“ ja 4 „peaaegu alati“. Ühe ülesandena tuli oma hetkeviha hinnata 100 mm pikkusel sirglõigul. See tähendab, et katseisik tegi kriipsukese oma vihatugevuse hindamiseks lõigu talle sobivas osas. Lõigu alguse tähistuseks oli „viha null“ ja lõpu tähistuseks „maksimaalne viha“. Vihahinnangu mõõteks on kriipsukese kaugus millimeetrites viha nullpunktist. Need ja muud andmed (sh ka sugu, kus 1 tähistas meest ja 2 naist) lisati andmetöötlusfaili väidetele antud hinnangute juurde. Tulemuste valiidsus tagati väidete faktoranalüüsiga, mis aitas välja sorteerida alaskaaladesse mitesobivad väited. Alaskaaladesse koondunud allesjäänud väidetele arvutati reliaabluskoeffitsient Cronbach'i α .

Muutujad

Töös eristuvad katseisikumutujad passiivsete sõltumatute muutujatena ja sõltuvad ehk mõõdetavad muutujad (vihatumnete ja nende kontrolli hinnangud). Kontrollitavateks välisteks muutujateks on testi küsimustike täitjate valik klasside / rühmade kaupa ja täitmise ajapiirang 60 minutit, vähe kontrollitavaks või mittekontrollitavaks väliseks muutujaks on kohale saabunud õpilaste või üliõpilaste arv. Instruktsioonid on kõigile ühesugused: kõikidele väidetele tuleb vastata ning seda teha enesekohaselt ja võimalikult täpselt. Küsimustiku täitmise ajal öeldakse iga veerandtunni tagant, kui palju on aega täitmiseks jäänud. Võimalik täiendav mittekontrollitav välismuutuja on küsimustiku täitmise kellaaeg (erinevates koolides, klassides, rühmades inimestele esitatakse küsimustikud täitmiseks erineval ajal) - näiteks

pärastlõunal võivad inimesed olla kärsitumad ja rohkem väsinud, mis võib neil intensiivistada vihatunnete teket või kallutada enesekohaseid arvamusi endast ja oma tavapärasest käitumisest.

Tulemused ja nende analüüs

Küsimustiku faktoranalüüs ja reliaabluse analüüs

Algses küsimustikus oli 38 seisundiviha ning 38 viha esinemissageduse väidet (kaks identset väidetekomplekti). Andmed analüüsiti faktoranalüüsiga peakomponentide meetodil. Faktorite arvu hinnati Kaiser'i kriteeriumi järgi, kus omaväärtus peab olema suurem kui üks. Seejärel pöörati faktoreid Varimax meetodil. Saadud andmetest eraldati faktorid üksikväidete faktorlaadungite väärtuste (vähemalt 0,4) ja nende sisukuse alusel. Selle tulemusena eraldusid faktorid, mis laadusid korraga vaid ühele faktorile. Samuti selekteeriti välja ka mittelaaduvad väited. Faktoranalüüsis eraldus kolm faktorit (alaskaalat) seisundiviha 12-väitelise skaala jaoks: vihatunded (nt *Olen vihane; Olen ärritunud*), viha kontroll (nt *Püüan enesekontrolli säilitada; Püüan kannatust säilitada*) ja viha väljendamine (nt *Vihaseks näeksin teistega; Elan oma viha teiste peal välja*) (Tabel 1). Antud nimetused leitud faktoritele pandi faktorisse koondunud väidete sisu alusel. Kontrolliti ka iga alaskaala sisereliaablust Cronbach'i α väärtuse kaudu, mille kokkuleppeline minimaalne aktsepteeritav väärtus on $\alpha > 0,7$. Vihatunnete alaskaala sisereliaabluseks saadi $\alpha = ,825$; viha kontrolli alaskaala jaoks $\alpha = ,829$ ja viha väljendamise alaskaalale $\alpha = ,708$.

Tabel 1. Vihaseisundi (hetkeviha) skaala Varimax meetodil pööratud faktormatriks

	Factor		
	1	2	3
sng1	,813	,004	,037
sng3	,793	,034	,016
sng17	,677	,050	,231
sng5	,667	-,057	,069
sng16	,661	,131	,219
sng15	,648	-,017	,172
sng12	,638	,041	,293
sng14	,631	-,043	,331
sng7	,620	,061	,101
sng13	,586	,037	,501
sng2	,582	-,043	,180
sng29	,524	,272	,184
sng8	,510	,031	,332
sng24	-,026	,790	,053
sng32	-,064	,738	,088
sng27	,062	,719	-,001
sng23	-,032	,705	-,024
sng31	,075	,702	,112

sng37	,070	,691	,110
sng35	,097	,685	,130
sng19	,124	,588	,032
sng20	-,043	,555	-,072
sng30	,346	-,002	,611
sng26	,244	,126	,567
sng18	,321	,203	,530
sng22	,058	-,021	,479
sng4	,384	,153	,419

Vihaepisoodide sageduse väidete faktoranalüüsis eraldus kaks faktorit 8-väitelise skaala jaoks, mille moodustasid vihatunnete ja viha kontrolli alaskaalad, kusjuures väited ja nende sõnastus antud alaskaaladel jäid seisundiviha omadega samaks (Tabel 2). Et hetkeviha ja vihaepisoodide sageduse kontrolli alaskaalade väidete komplektid oleksid identsed, tuli väited tng37 ja tng35 vihaepisoodide skaalast välja jätta. Pärast seda kujunes vihatunnete sageduse alaskaala reliaablusekoefitsiendi väärtuseks $\alpha = ,859$ ja viha kontrolli sageduse alaskaala omaks $\alpha = ,850$.

Tabel 2. Vihaepisoodide sageduse skaala Varimax meetodil pööratud faktormatriks

	Factor	
	1	2
tng16	,756	-,043
tng14	,737	-,074
tng3	,735	,053
tng1	,732	,026
tng5	,725	-,091
tng13	,699	,010
tng15	,674	-,074
tng17	,649	,070
tng7	,646	,057
tng12	,644	,023
tng8	,635	-,022
tng30	,603	-,013
tng4	,600	,115
tng18	,593	,104
tng26	,588	,043
tng2	,559	-,015
tng6	,553	,072
tng29	,549	,175
tng9	,515	-,012
tng11	,508	,004
tng10	,466	-,014
tng24	-,027	,792
tng37	,135	,779
tng35	,126	,771

tng32	,036	,765
tng23	,033	,764
tng27	,050	,736
tng31	,079	,723
tng19	,125	,670
tng20	-,024	,622
tng36	-,070	,566
tng38	-,190	,553

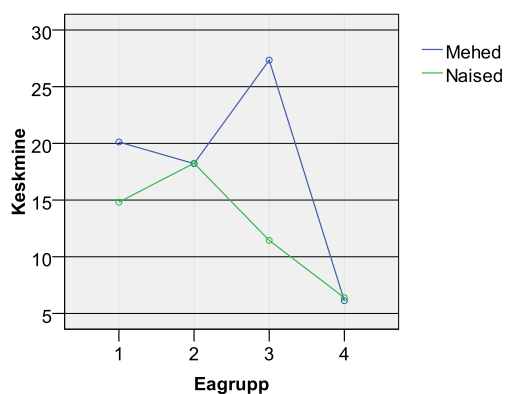
Järgnevalt analüüsiti tulemusi vanusegruppide kaupa ANOVA-ga. Vanusegruppe moodustati kokku neli: grupp 1 – 11-13 aastased (81 vastanut), grupp 2 – 14-16 aastased (170 vastanut), grupp 3 – 17-19 aastased (116 vastanut) ja grupp 4 – 20 aastased ning vanemad (99 vastanut). Samuti analüüsiti meeste ja naiste vahelisi erinevusi vanusegruppides.

Alaskaalade tulemused eagruppide ja soo lõikes

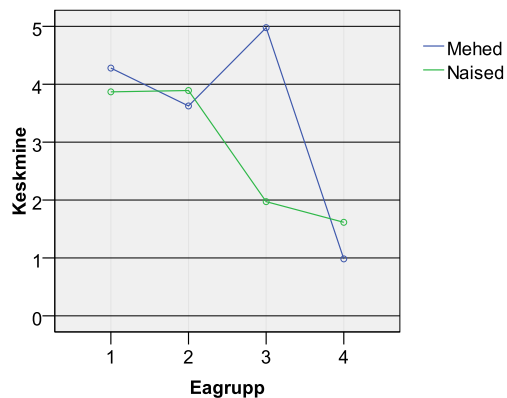
Hetkeviha alaskaalade mõõtmistulemused

Allpool on vihaseisundi (hetkeviha) skaala mõõtmistulemused esitatud alaskaalade lõikes. Hetkeviha mõõtmistulemused esitatakse koos hetkeviha intensiivsuse mõõtmise tulemustega analoogskaalal (millimeeterskaalal) Joonisel 1.

A. HETKEVIHA INTENSIIVSUS ANALOOGSKAALAL (MM)

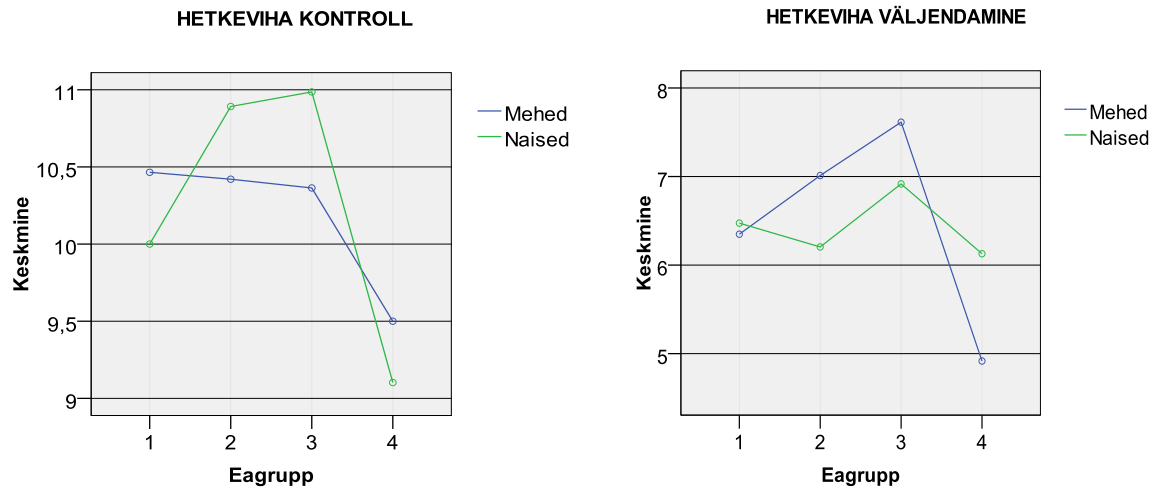


B. HETKEVIHA TUNDED



Joonis 1. Vihaseisundi skaala alaskaalade keskmised tulemused eagruppide ja soo lõikes analoogskaalal (Joonis A) ja väidetel põhineval skaalal (B). Joonisel 1 osade A ja B võrdluses on näha, et mõõtmistulemused sarnanevad vanusegruppide ja soo lõikes.

Järgnevalt on esitatud vihaseisundi (hetkeviha) mõõtmistulemused viha kontrolli ja viha väljendamise alaskaalade lõikes (Joonis 2).



Joonis 2. Vihaseisundi skaala hetkeviha kontrolli ja väljendamise alaskaalade keskmised tulemused eagruppide ja soo lõikes.

Hetke vihatunnete hinnangud

Soo- ja vanusegruppidest lähtuv keskmiste analüüs näitab, et kolmandal vanusegrupil (17-19 aastased) esinesid suurimad erinevused meeste ja naiste vastuste vahel. Nimelt hindasid mehed oma hetkeviha tundeid kõrgemateks nii analoog- kui ka väidetel põhineval skaalal. Neljandal vanusegrupil on ühiselt nii meestel kui naistel keskmised vihatunnete hinnangud teistega võrreldes väga madalad.

Hetkeviha kontrolli hinnangud

Viha kontrolli analüüsimine eraldi meestel ja naistel näitas kõrgemaid keskmisi kontrollihinnanguid aga naistel 2. (14-16 aastased) ja 3. (17-19 aastased) vanusegrupis. Naistel toimub hetkeviha kontrolli keskmiste hinnangute järsk langus 3. ja 4. (20 ja vanemad) vanusegrupi vahel. Nimelt on naistel 4. vanusegrupil keskmised kontrollihinnangud väga madalad. Niisamuti langeb ka 4. vanusegrupi meeste vihakontrolli hinnangute kõver järsult allapoole.

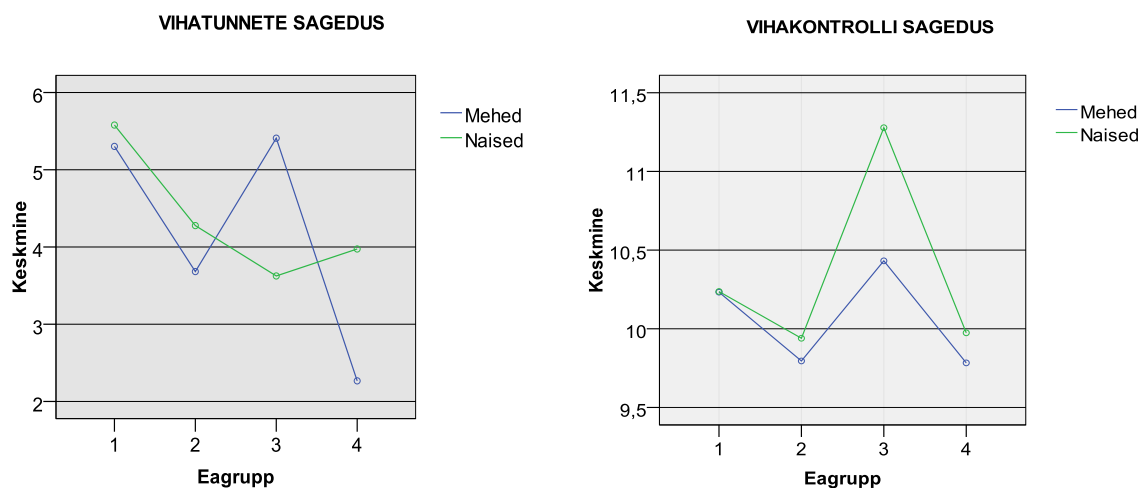
Hetkeviha väljendamine

Meestel ja naistel on väga sarnased tulemused, kuigi meestel on veidi kõrgemad keskmised hetkeviha väljendamise hinnangud. Kolmandal vanusegrupil on nii meeste kui naiste

keskmised hetkeviha väljendamise hinnangud kõige kõrgemad. Suurim sugudevaheline erinevus ilmneb aga taas vanimas eagrupidis meeste ja naiste vahel, kus viimastel on kõrgemad keskmised hetkeviha väljendamise hinnangud.

Vihaepisoodide sageduse alaskaalade mõõtmistulemused

Vihaepisoodide sageduse skaala mõõtmistulemused alaskaalade lõikes on esitatud Joonisel 3.



Joonis 3. Vihaepisoodide sageduse skaala alaskaalade keskmised tulemused soo ja eagruppide lõikes

Vihatunnete sagedushinnangud

Soo- ja vanusegruppidest lähtuv keskmiste analüüs näitab, et kolmandal vanusegrupil (17-19 aastased) esinesid suurimad erinevused meeste ja naiste vastuste vahel niisamuti nagu ka hetkeviha tunnete skaaladel. Nimelt hindasid mehed oma vihatunnete sagedushinnanguid kõrgemateks ka siin. Neljandal vanusegrupil on ühiselt nii meestel kui naistel keskmised vihatunnete hinnangud teistega võrreldes väga madalad.

Viha kontrolli sagedushinnangud

Viha kontrolli keskmised sagedushinnangud olid kõrgemad just naistel ja kolmandas vanusegrupis. Teiste eagruppide vahel märkimisväärsed soolisi erinevusi viha kontrolli sagedushinnangutes ei ole.

Arutelu ja järeldused

Tulemuste võrdlemisel soo alusel selgus, et meestel olid kõrgemad keskmised hinnangud vihatunnete osas ja seda just 17-19 aastaste seas. Selline tulemus ilmnes nii hetkeviha kui ka vihaepisoodide sageduse hinnangutes. Hetkeviha vihatunnete kui ka vihatunnete sageduse osas esinesid vanimas vanusegrupis nii meestel kui naistel väga madalad keskmised hinnangud. See võib viidata sellele, et kuna vanemate inimeste seas ei ole impulsiivne käitumine ning liigne ekspressiivsus vihatunnete osas paljuski aksepteeritav, siis on sotsiaalsed normid neid elu jooksul piiranud ning muutnud rahulikumateks.

Naiste keskmised kontrollihinnangud olid üldiselt kõrgemad kui meestel ja seda just vihakontrolli sageduse hinnangutes, mitte hetkeviha kontrolli osas. Eriti väljendusid naistel kõrgemad vihakontrolli sageduse hinnangud just kolmandas vanusegrupis ehk 17-19 aastaste seas ja seda ka hetkeviha kontrollis. Samas hetkeviha kontrollis olid vanima vanusegrupi naiste keskmised kontrollihinnangud üllatavalt madalad, seega esines kolmanda ja neljanda vanusegrupi naiste hetkeviha kontrollihinnanguis suur lahknevus. See, et naised üldiselt kontrollihinnangutes mehi ületavad, võib tuleneda sellest, et „nõrgem“ sugu on pikka aega nii-öelda repressseeritud olnud – naistelt on oodatud, et nad kasvataksid lapsi ja oleksid kodused. Naiste liigsed emotsioonid on seega olnud ebapraktilised ja mingil määral sotsiaalselt taunitavad, seetõttu on nad ehk ka viha kontrollimise osas tugevamaks pooleks. See seletus ei põhjenda aga seda, miks vanima vanusegrupi naistel hetkeviha kontrolli hinnangud nii madalad on.

Hetkeviha vihatunnete väljendamise osas olid kolmanda vanusegrupi meestel kõrgeimad keskmised vihahinnangud. Suurim sugudevaheline erinevus ilmneb aga taas vanimas eagrupid meeste ja naiste vahel, kus viimastel on kõrgemad keskmised hetkeviha väljendamise hinnangud. Meeste kõrgemaks hinnatud vihatunnete taga võib peituda põhjus, et nad on alati pidanud agressiivsemad olema, kuna nemad on inimevolutsiooni algusaegadest pidanud kodu ründajate eest kaitsma ning jahti pidama. Samuti väärib meenutamist, et ka agressiivsete kuritegude toimepanijateks enamasti mehed. Agressiivsuse ja viha vallandajaks meestel võib olla suurem testosterooni hulk. Viha väljendamise osas olid aga noorematel gruppidel kõige kõrgemad tulemused, mis viitab sellele, et nooremadena käituvad inimesed äkilisematena ja vanemas täiskasvanueas muutuvad rahulikemateks. Nagu eelnevalt mainitud, on see nii ilmselt seetõttu, et vanematel inimestel on madalam vihatase (Phillips et al., 2006). Seega käesolevas töös püstitatud hüpoteesid soo- ja vanuseliste erinevuste kohta pidasid paika.

Töö puuduseks võib nimetada seda, et see uuris ainult kolme dimensiooni: vihatundeid, viha kontrolli ja viha väljendamist ning sellega seotud soo- ning vanuseerinevusi. See töö puudutas Spielbergeri (1988) *State-Trait Anger Expression Inventory-2* (STAXI-2) alaskaala teemasid nagu: *anger expression in* (vihatudend inimese sees), *anger expression out* (vihatumnete väljendamine), *anger control in* (vihatumnete kontrollimine enese sees), kuid jättis puutumata *anger control out*'i (kui tihti inimene oma välist vihaväljendust kontrollib) (Spielberger, 1988). Samuti ei hõlma käesolev töö mingilgi määral seda, mis võib juhtuda, kui inimene oma vihaemotsioone liigselt kontrollib ning neid endasse surub.

Antud töö erineb varasemate samalaadsete poolest, kuna andis konkreetseid statistilised tulemused selle kohta, et hilises nooruki- või varases täiskasvanueas mehed kalduvad suuremale vihatumnete väljendamisele ning samuti esineb neil väiksem kontroll oma vihaemotsioonide üle. Kõige rahulikumad vihatumnete avaldumise ja väljendamise osas tunduvad olevat just vanemas eas mehed. Neil on ka suurem võime oma vihatundeid kontrollida. Töö annab panuse sellesse, et inimesed teadvustaksid, millised haigused ja riskid võivad kaasneda, kui neil esinevad väga tihti tugevad vihatunded. Probleem on oluline praktilisest aspektist, kuna varasemate uuringute varal on näha, et suutmatusel oma vihatundeid kontrollida ning impulsiivsusel vihatumnete väljendamisel on oma roll kehaliste haiguste ja psüühikahäirete võimaliku põhjusena.

Viha suurenenud esinemissageduse korral pole olulised mitte ainult kehalised haigused, vaid samuti on tähtis tähele panna ka suurenenud tõenäosust lastel liigsete vihatumnete tõttu depressiooni haigestuda (Shoemaker & Erickson, 1986). Laste ja noorukite suured vihatunded on suures osas ka koolikiusamise ja -vägivalla põhjuseks. Jacob, Phelps ja Rohrs (1989) kirjutasid oma töös, et inimestel, kes püüavad oma negatiivsete emotsioonidega ratsionaalsel viisil toime tulla, esineb väiksem tõenäosus negatiivseid tundeid uuesti kogeda (Jacobs et al., 1989). Antud küsimustikku saaks seega edaspidi kasutada longituuduuringus laste ja noorukite sotsiaalselt hälbiva käitumise hindamiseks, et ennetada koolivägivalda ja kriminaalset tegevust, kuna antud meetod sobib kooliõpilaste vihatumnete mõõtmiseks põhikoolist alates.

Kirjandus

- Alonso-Arbiol, I., van de Vijver, F. J. R., Fernandez, I., Paez, D., Campos, M., & Carrera, P. (2011). Implicit theories about interrelations of anger components in 25 countries. *Emotion, 11* (1), 1-11.
- Bishop, G. D., Ngau, F., & Pek, J. (2008). Domain-specific assessment of anger expression and ambulatory blood pressure. *Personality and Individual Differences 44*, 1726–1737.
- Bongard, S., & Absi, M. (2003). Domain-specific anger expression assessment and blood pressure during rest and acute stress. *Personality and Individual Differences 34*, 1383-1402.
- Davis, P.A., Woodman, T., & Callow, N. (2010). Better out than in: The influence of anger regulation on physical performance. *Personality and Individual Differences 49*, 457–460.
- Elderen, T., Verkes, R.-J., Arkesteijn, J., & Komproe, I. (1996). Psychometric characteristics of the self-expression and control scale in a Sample recurrent suicide attempters. *Personality and Individual Differences 21*(4), 489-496.
- Hubbard, J.A., Smithmyer, C. M., Ramsden, S. R., Parker, E. H., Flanagan, K. D., Dearing, K. F., Relyea, N., & Simons, R.F. (2002). Observational, physiological, and self-report measures of children's anger: relations to reactive versus proactive aggression. *Child Development 73*(4), 1101-1118.
- Kerr, M.A., & Schneider B.H. (2008). Anger expression in children and adolescents: A review of the empirical literature. *Clinical Psychology Review 28*, 559-577.
- Philips, L.H., Henry, J.D., Hosie, J.A., & Milne, A.B. (2006). Age, anger regulation and well-being. *Aging and Mental Health 10*(3), 250-256.
- Ruiz, M.C., & Hanin, Y. L. (2011). Perceived impact of anger on performance of skilled karate athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 1-8.

Shoemaker, O. S. & Erickson M. T. (1986). Depression and anger in third- and fourth-grade boys: a multimethod assessment approach. *Journal of Clinical Child Psychology* 15(4), 290-296.

Spielberger, C. D. (1988). *State-Trait Anger Expression Inventory (revised research edition): STAXI professional manual*. Odessa, FL: Psychological Assessment Resources.

Smits, D. J., De Boeck, P., & Vansteelandt, K. (2004). The inhibition of verbally aggressive behaviour. *European Journal of Personality* 18, 537–555.

Underwood, M. K. (1997). Top ten pressing questions about the development of emotion regulation. *Motivation and Emotion*, 21, 127–146.

Jacobs, G., Phelps, M. & Rohrs, B. (1989). Assessment of anger expression in children: The pediatric anger expression scale. *Personality and Individual Differences* 10(1), 59-65.

Käesolevaga kinnitan, et olen korrekselt viidanud kõigile oma töös kasutatud teiste autorite poolt loodud kirjalikele töödele, lausetele, mõtetele, ideedele või andmetele.

Olen nõus oma töö avaldamisega Tartu Ülikooli digitaalarhiivis DSpace.

Marelle Nurmsalu