

**Tartu Ülikool**  
**Sotsiaal- ja haridusteaduskond**

**Anneli Rulli**

**STRESS TARTU KOHTUTÖÖTAJATE HULGAS**

**Seminaritöö**

**Juhendaja: Aavo Luuk**

**Läbiv pealkiri: Kohtutöötajate stress**

**Tartu 2012**

### **Kokkuvõte**

Antud töö eesmärgiks on välja selgitada, kas Tartu kohtutes on stress, kui nähtus olemas ning töö hüpoteesiks on: Tartu kohtute erinevate ametigruppide töö iseloomu tõttu on töötajate stressitasemed erinevad. Uurimisprobleemina uurib töö autor küsimustike abil sõltuva muutujana mõõdetavat stressi ja emotsionaalse seisundi näituseid ning sõltumatu muutujana ametigruppe kohtutes. Uurimuse valimi suuruseks oli 165 ametnikku.

Kõnesolev töö on ainulaadne oma olemuselt seetõttu, teist samalaadset uuringut Eesti kohtutes tehtud ei ole. Käesolev töö aitab edaspidi välja töötada Tartu kohtute töötajate koolitusvajadused ning muud sekkumisviisid.

Töö käigus selgitati välja töötajate erinevate seisundite/meeleolude näitajad ning tõdeti, et hüpotees leidis kinnitust, sest tõepoolest Tartu kohtute erinevate ametigruppide töö iseloomu tõttu on töötajate stressitasemed erinevad.

### **STRESS IN TARTU COURT EMPLOYEES**

#### **Abstract**

Aim of this study was to determine whether the stress indicators are present in courts of Tartu. The author hypothesized that the stress levels differ between the various occupational groups by the nature of work of employees. The research problem was solved through questionnaires as a function of the measured stress and emotional readings using professional groups as the independent variable. The sample size was 165 officers.

This work is unique in its nature in Estonia. No similar studies have been never conducted in none of Estonian courts. On the basis of this study there is a possibility to work out further training needs or other intervention methods for officials in courts.

A variety of conditions / attitudes indicators were identified. The hypothesis found confirmation: the nature of the work of different occupational groups causes the variation of stress levels in employees in courts of Tartu.

Keywords: stress, court employees

## Sissejuhatus

Kohtute süsteemis jääb 2006. aastat meenutama kohtupiirkondade reform, mille eesmärgiks oli kohtunike töökoormuse ühtlustamine ning õigusemõistmise kiirendamine (Riigikohus, 2008). Riigikogu võttis 22. veebruaril 2005 vastu seaduse (jõustus 1. jaanuarist 2006), mis muutis kohtute süsteemi oluliselt (Riigi Teataja, 2005). Kohtute tööpiirkondade reform tähendas seda, et ühendati 16 esimese astme üldkohut neljaks kohtuks ehk Harju, Tartu, Viru ja Pärnu Maakohtuks. Neli esimese astme halduskohut muudeti kaheks kohtuks ehk Tallinna ja Tartu Halduskohtuks. Kõik kohtud jäid oma senistele asukohtadele ning nad nimetati ümber kohtumajadeks (Postimees, 2005). Alates 1.jaanuarist 2009 likvideeriti Viru Ringkonnakohus ning Tartu Ringkonnakohus sai tema õiguslikuks järglaseks (Riigi Teataja, 2008). Vastavalt kohtute seadusele on kohtuametnike tööandjaks kohtudirektor, kelle haldusalas on Tartu Ringkonnakohus, Tartu Maakohus ja Tartu Halduskohus (Riigi Teataja, 2011). Käesolevas töös nimetatakse Tartu Ringkonnakohtu, Tartu Maakohtu ja Tartu Halduskohtu töötajaid ühise nimetajaga „Tartu kohtute töötajad või kohtutöötajad“.

Paljud Tartu kohtute töötajad on üle elanud 2006. aasta kohtute reformi, kus väikesed kohtud kaotasid oma iseseisvuse ja nad allutati „suurele Tartu kohtule“. Vähetähtis ei ole ka asjaolu, et aasta-aastalt on töökoormus kohtutes kasvanud ja ammu ei ole enam töökoormus ja töötasu omavahel proportsioonis. Eeltoodud on vaid mõned asjaolud, mis on kohtute töötajaid häirinud ning on alust arvata (ametnike iga-aastaste hindamisvestlust ülevaate alusel), et töötajad tunnevad end ebakindlalt ning et stress on teema, mis on Tartu kohtutes üsna aktuaalne ning vajab sekkumist.

Esimesed stressitõlgendused keskendusid keha füüsilistele tõlgendustele ärritaja suhtes. „Stressi temaatika isa“ (tuntuim stressiuurija ja selle nähtuse kaardistaja) on Austria - Ungari päritolu Kanada endokrinoloog Hans Selye (1907 – 1982), kes kirjutas esimese teadusliku töö stressist (Gerald, 2010). Selye definitsiooni järgi on stress organismi mittespetsiifiline reaktsioon väliskeskkonna nõudmistele (stressoritele). Stressi nähti, kui stiimulit mingi olukorraga (stressoriga) hakkamasaamiseks, mitte kui reaktsiooni. Organism saavutas seeläbi teatava valmisoleku (kas võidelda või põgeneda). Kuigi põhirõhk oli füüsilistel reaktsioonidel, nähti ka juba siis psüühika osa otsuse langetamisel.

Isiksusepsühholoogia seisukohast suudavad stressiga paremini toime tulla ja kohaneda inimesed, kellel on rohkem toimetulekuressursse ning kes on oma eesmärkide seadmisel ja

toimetulekuressursside kasutamisel paindlikumad. Stressi tajumine algatab toimetulekuprotsessi. Ka stressi tajumine, oma võimaluste hindamine ja tagajärgede tajumine sõltub isiku omadustest. Kallasmaa (2003) toob välja, et veendumused ja ootused on need, mis kujundavad inimese hinnanguid toimetuleku võimalustele ja tagajärgedele. Veendumused ja tagajärjed on omakorda seotud optimismi – pessimismi näitajatega, mis on suhteliselt püsiv isiksusedimensioon.

Suurbritannia ärevuseuuriija McMohan (2005) on öelnud, et kui inimene on mõnda aega kõrge stressi käes kannatanud, on tema sümptomid tihti sarnased ärevuse sümptomitega ning kui ärevuse taset ravi või psühhoteraapia abil ei leevendata, võib tulemuseks omakorda olla närvivapustus. Ärevuse tasemest tulenevalt on ärevushäired ja paanika, agiteeritus, närvilisus on tihedasti seotud stressiga. Kohtuametnikud - töötades organisatsioonis, kuhu külastajad või kliendid ei satu reeglina vabatahtlikult ega heatujuliselt – kujutavad endast ilmselt tihti kõrge ärevuse ja närvilisusega ametigruppi. Siinkohal on huvitav uurida lähemalt kohtuametnike vaimset tervist, mis on sama oluline, kui füüsiline tervis, mida tuleb aeg-ajalt ravida. Haige töötaja teeb kasu asemel pigem kahju, seega on antud küsimus tähelepanu vääri.

Käesolev töö on ainulaadne oma olemuselt seetõttu, et samalaadset uuringut Eesti kohtutes, s.h Tartu kohtutes, tehtud ei ole. Kavandatav töö annaks võimaluse selgitada tulevikus välja Tartu kohtute töötajate koolitusvajadused või muud võimalikud sekkumisviisid.

Antud uurimuses on püstitatud hüpotees, mille põhjal Tartu kohtute erinevate ametigruppide töö iseloomu tõttu on töötajate stressitasemed erinevad. Töö eesmärgiks on välja selgitada, kas Tartu kohtute töötajatel esineb stressinäitajaid, selle eesmärgi täitmiseks kasutatakse sõltuva muutujana küsimustike abil sõltuva muutujana mõõdetavat stressi ja emotsionaalse seisundi näitajaid ning sõltumatu muutujana kohtute töötajate ametigruppe.

## Meetod

### Küsimustik

Küsimustik on mitteamonüümne, et tagada võimalused edasise töö raames saadud andmetega edasi töötada, näiteks koostada universaalset koolitusplaani (koos supervisiooni vajaduse välja selgitamisega). Edasise töö raames võib tekkida vajadus läbi viia kordusküsitlusi ning selleks, et andmeid saaks võrrelda, on vajalik isikute tuvastatavus.

Mitteamonüümse küsimustiku puhul eksisteerib oht, et vastajad ei pruugi soovida antud küsimustikele vastata. Lähtudes eeltoodust tehti eeltööd ning selgitati tulevase uurimuse läbiviimise vajadust ning selle võimalikku kasu ka töötajatele, saades sihtgrupilt julgustavat tagasisidet sihtgrupilt. Mitteamonüümne vastamine on ka odavam uurijale ning säästvam keskkonnale, sest paberikulu on olematu. Seega toimus küsimustiku saatmine ja täitmine elektroonselt. Instruksioonid küsimustike täitmise osas olid kirjas küsimustike päistes (Lisa 1). Eriti oluliseks peeti juhendite selgesõnalisust ning seda, et küsimustike täitjad teaksid, et uurimuse läbiviija ei kasuta antud informatsiooni ära ametialaselt. Kinnitati ka seda, et ükski vastaja ei pea kartma, et tema antud ütlusi kasutatakse tema vastu.

Küsimustiku koostamisel kasutas käesoleva töö autor erinevatest küsimustikest koostatud testipatareid. Küsimustikud, millest testipatarei koostati, olid järgmised:

- ☒ emotsionaalse häirituse mõõtmise küsimustik ja vajadusel/võimalusel normist välja ulatuva häirituse määramiseks (EEK-2), välja töötatud TÜ Psühhiaatriakliinikus.
- ☒ Kolme alaskaalaga stressi mõõtmise vahend (ST-04), mis mõõdab surve ja ähvarduse tunnetamist ning positiivsete emotsioonide hulka. Nimetatud mõõteskaala on välja töötatud A. Luugi (Luuk) juhendamisel.
- ☒ Stressi, ärevuse ja depressiivsuse mõõtevahend (DÄSS), mis on loodud austraallaste poolt (O'Donnell, 2008) ja Eesti tingimustele kohandatud A. Luugi juhendamisel.

Küsitlus viidi läbi ajavahemikul 2. jaanuarist 2012 kuni 27. jaanuarini 2012.

Küsimustikus kasutatud mõisted:

Depressiivne episood e depressioon – inimene kannatab tavaliselt alanenud meeleolu, huvi ja elurõõmu kadumise ja energia vähenemise all, mis toob kaasa suurenenud väsitavuse ja vähenenud aktiivsuse (RHK-10-V).

Ärevus – emotsionaalne seisund, millele on iseloomulik ootuse ja ebamäärasuse elamused ja abitus- ning hirmutunne (Bachmann jt, 2008).

Agorafoobia – hõlmab tervet gruppi kodust väljumisega seotud hirme, mis sageli omavahel kattuvad: poodimine, rahvahulga ja avalikud kohad või üksinda liikumine, rongi, bussi või lennukiga sõitmine (RHK-10-V).

Unehäired – emotsionaalsete põhjuste tõttu häiritud une kestus, kvaliteet ja aeg (RHK-10-V).

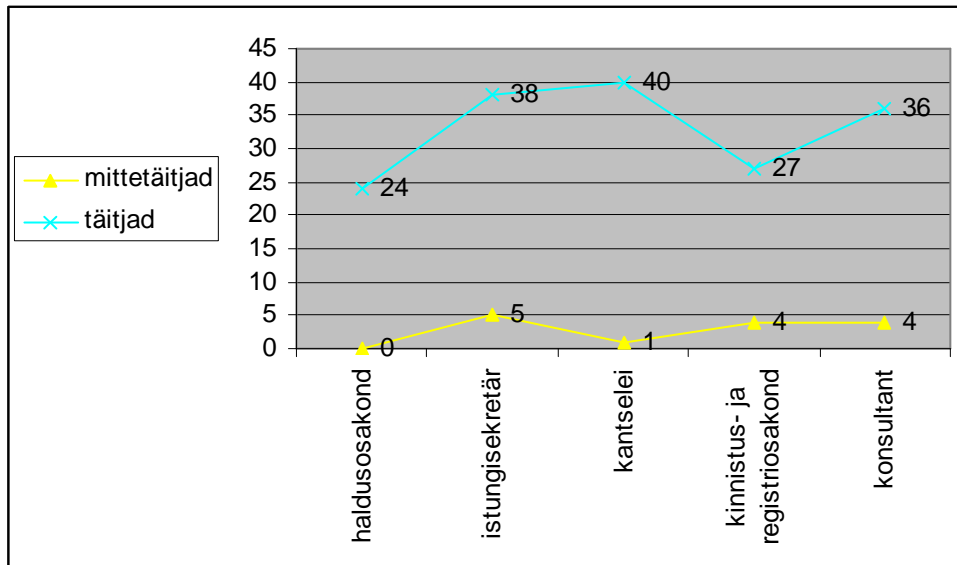
### **Valimi kirjeldus**

Lähtudes töö eesmärgist planeeris töö autor läbi viia küsitluse Tartu kohtute kõigi ametnike seas, kokku 179 teenistujat. Küsimustiku täitis 165 teenistujat (92 %) ning 14 teenistujat (8 %) jätsid küsimustikele vastamata.

Teenistujad on jaotatud alljärgnevasse gruppidesse:

- ⊠ istungisekretär (siia kuuluvad istungisekretärid, konsultant-istungisekretärid, vanemistungisekretärid);
- ⊠ kinnistus- ja registriosakond (kohtunikuabi-juhataja, kohtunikuabid, vanemkinnistussekretärid, vanemregistrisekretärid, kinnistussekretärid, registrisekretärid, tehnilised sekretärid);
- ⊠ kantselei (kantselei juhatajad, nooremreferendid, vanemarhivaarid, arhivaarid, vanemtõlk ja tõlgid);
- ⊠ haldusosakond (kohtudirektor, personalijuht, finantsanalüütik, haldusspetsialist, pressiesindaja, raamatupidaja, turvaspetsialist, kordnikud, kohtudirektori abi);
- ⊠ konsultant (vanemkonsultant, konsultant, esimehe abi).

Haldusosakond oli ainuke ametigrupp, kes täitis küsimustiku 100 %-liselt. Istungisekretäride ametigrupist jätsid täitmata küsimustiku 5 teenistujat, 4 mittetäitjat oli kinnistus- ja registriosakonnas ning konsultantide ametigrupis. Üks mittetäitja oli kantseleist (Joonis 1). Kõik 14 mittetäitjat olid naised. Mittetäitjatest 2 teenistujat ütlesid, et nad ei oleks täitnud ka siis küsimustikku, kui see oleks olnud anonüümne. Ülejäänud 12 ametnikku vastas, et anonüümsus ei ole oluline küsimustiku täitmisel.



**Joonis 1.** Küsimustiku täitjate ja mittetäitjate ametnike jaotuvus ametigruppide kaupa

Käesoleva seminaritöö raames uuritud valimis oli 143 naist (87 %) ja 22 meest (13%). Noorim küsimustiku täitja oli 21 aastane ja vanim 69 aastane.

### Andmetöötlus

Seminaritöö andmeid analüüsiti programmiga Statistica 2010. Kirjeldavad statistikud arvatati Microsoft Office Excel 2007 abiga. Andmete statistiliselt võrdlemisel kasutati mitteparameetrilist s.o Kruskal-Wallise võrdlustesti.

## Tulemused

### Emotsionaalse enesetunde küsimustik

Uuritud ametigruppide emotsionaalse enesetunde küsimustiku alaskaalade skooride ulatus (min/max skoorid) on esitatud Tabelis 1.

**Tabel 1.** EEK-2 erinevate näitajate skooride ametigruppide vaheline võrdlus.

Ametigrupp	Depressiivsus	Ärevus	Agorafoobia ja paanika	Sotsiaal-ärevus	Väsimus	Unehäired
Istungi-sekretär	0/14	0/24	0/4	0/3	0/13	0/10
Kinnistus- ja registri-osakond	0/19	0/24	0/12	0/5	0/14	0/10
Kantselei	0/32	0/24	0/3	0/4	0/11	0/7
Haldus-osakond	0/32	0/24	0/5	0/4	0/11	0/7
Konsultant	0/32	0/24	0/5	0/4	0/12	0/12
<b>min/max</b>	<b>0/32</b>	<b>0/24</b>	<b>0/20</b>	<b>0/8</b>	<b>0/16</b>	<b>0/12</b>

**Märkus:** Esitatud on vastava grupi tulemuste järgne minimaalne ja maksimaalne skoor.

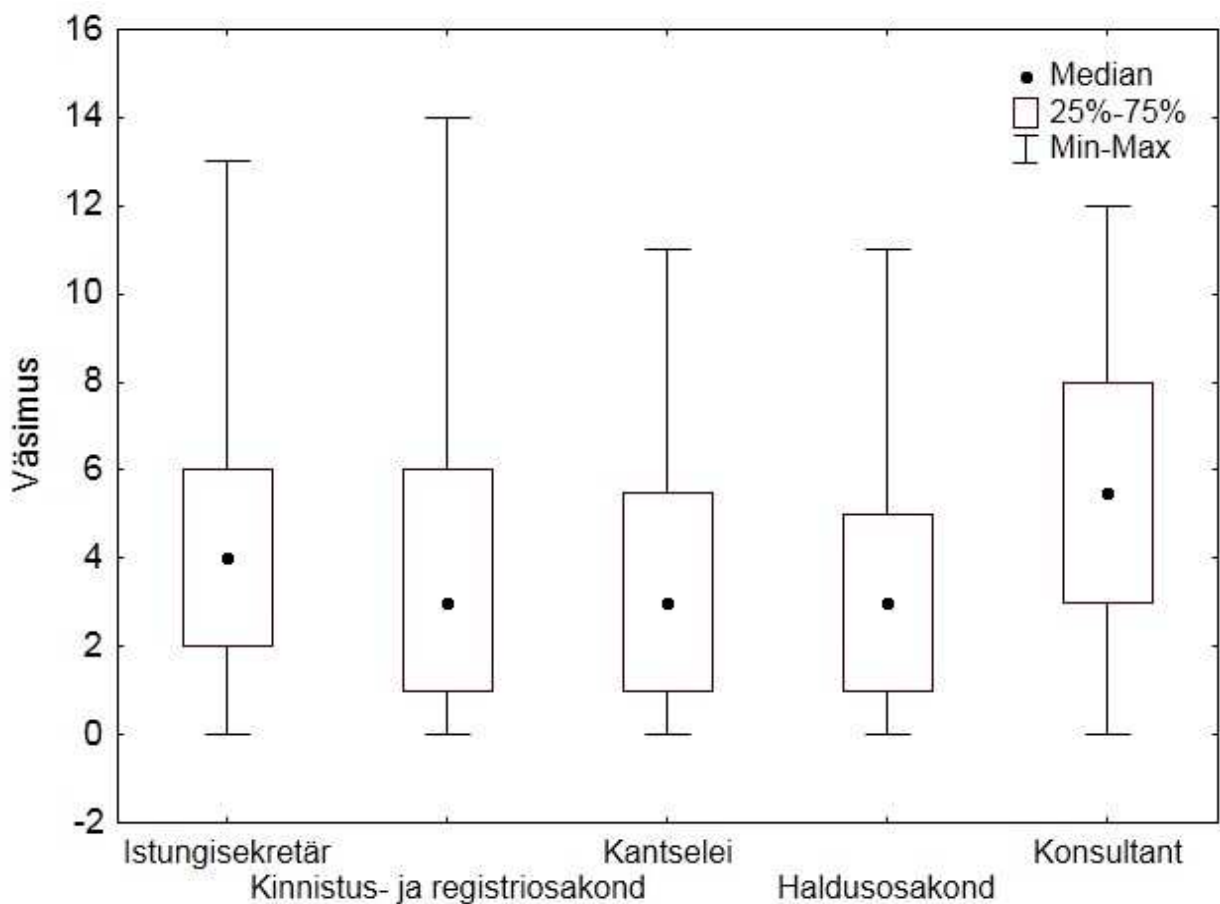
**Tabel 2.** EEK-2 erinevate näitajate skooride ametigruppide vaheline võrdlus keskmiste, standardhälbe ja Kruskal-Wallis'e H-testiga.

Alaskaala	Istungi-sekretär	Kinnistus- ja registri osakond	Kantselei	Haldus-osakond	Konsultant	Kruskal-Wallis'e H (4)	p
Depressioon	5,0/5,5±3,8	5,0/5,7±4,2	3,0/6,2±11,6	3,5/5,6±9,1	4,0/7,4±19,1	4,4	0,36
Ärevus	11,5/11,9±7,7	12,0/12,3±7,7	7,0/10,6±12,3	7,0/9,5±9,9	10,0/13,1±19,0	7,1	0,13
Agorafoobia ja paanika	0,0/0,9±1,1	0,0/1,6±2,6	0,0/0,5±0,9	0,0/0,7±1,3	0,0/0,6±1,0	5,7	0,22
Sotsiaalärevus	1,0/1,1±1,0	1,0/1,3±1,4	1,0/1,0±1,1	0,0/0,7±1,1	1,0/1,0±1,1	4,8	0,31

Väsimus	4,0/4,6±3,3	3,0/3,8±3,1	3,0/3,7±3,3	3,0/3,5±3,0	5,5/5,4±3,0	10,2	<b>0,04</b>
Unehäired	2,0/2,8±2,4	2,0/3,0±2,7	2,0/1,9±1,9	1,0/1,8±2,1	2,0/2,8±2,6	7,5	0,11
	(N=38)	(N=27)	(N=40)	(N=24)	(N=36)	(N=165)	

**Märkus:** alaskaalade puhul on välja toodud keskmine mediaan / aritmeetiline keskmine ± standardhälve. Poolpaksus kirjas on märgitud need testid, milles uuritava faktori suhtes esines statistiliselt oluline erinevus.

Erinevate tööülesannetega ametnikest moodustatud gruppide üldisel võrdlemisel leiti statistiliselt oluline erinevus väsimuse näitaja suhtes, kuigi üksikuid ametigruppe omavahel võrreldes statistilist olulist erinevust ei leitud. Konsultantide ametigrupp on teistest ametigruppidest mõnevõrra kõrgema mediaaniga. (Joonis 2).



**Joonis 2.** Väsimuse näitaja ametigruppide kaupa.

### Stressi mõõtmise küsimustik

Uuritud ametigruppide stressi mõõtmise küsimustiku alaskaalade skooride ulatus (min/max skoorid) on esitatud Tabelis 3.

**Tabel 3.** ST-04 erinevate näitajate skooride ametigruppide vaheline võrdlus.

Ametigrupp	Surve tunnetamine	Positiivsed emotsioonid	Ähvardus
Istungisekretär	10/44	12/50	10/44
Kinnistus- ja registriosakond	10/23	16/42	10/37
Kantselei	10/35	10/46	10/38
Haldusosakond	10/33	10/50	10/38
Konsultant	10/38	10/50	10/42
<b>min/max</b>	<b>10/50</b>	<b>10/50</b>	<b>10/50</b>

**Märkus:** Esitatud on vastava grupi tulemuste järgne minimaalne ja maksimaalne skoor.

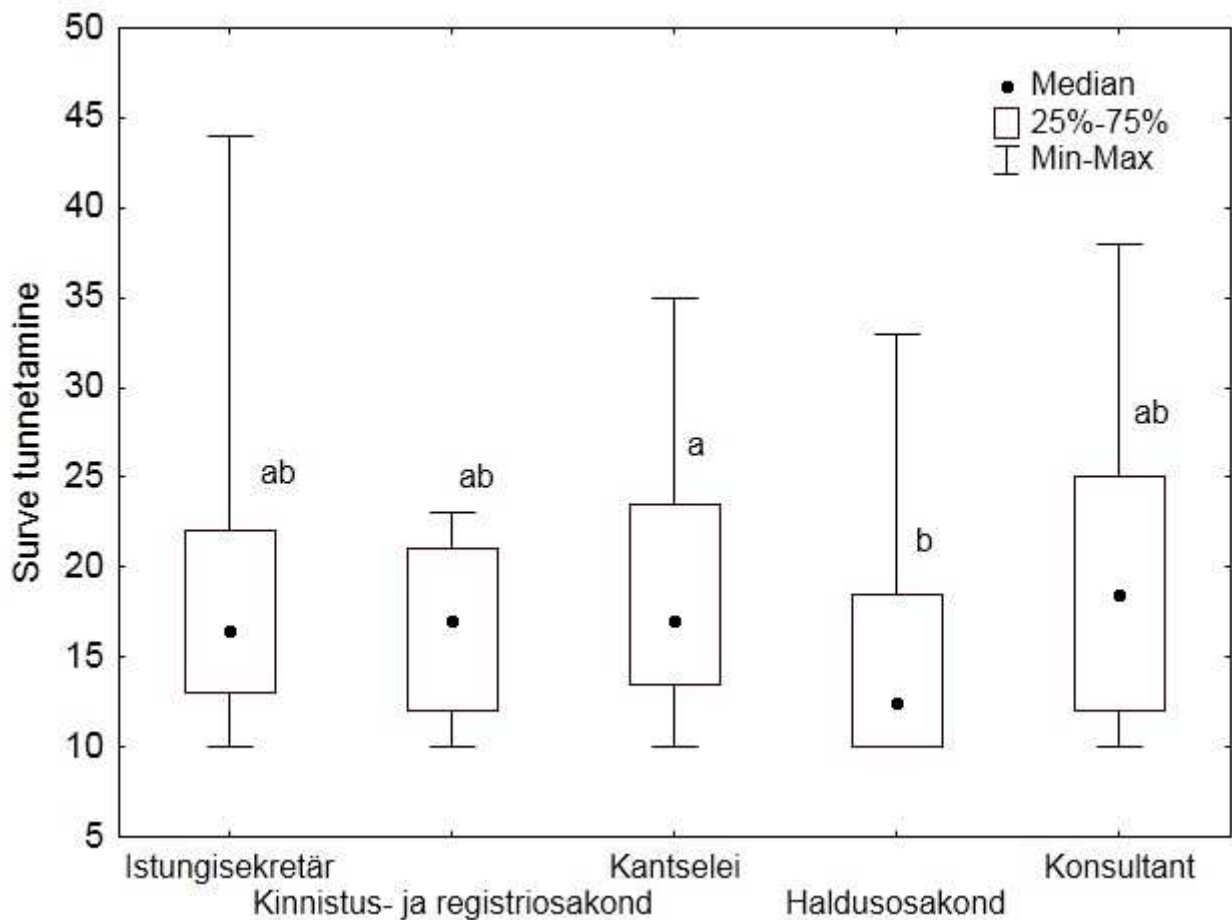
Erinevate tööülesannetega ametnikest moodustatud gruppide vahel leiti statistiliselt olulised erinevused surve tunnetamise ja positiivsete emotsioonide näitaja suhtes. Ähvarduse näitaja osas statistilist olulist erinevust ei leitud (Tabel 4).

**Tabel 4.** ST-04 erinevate näitajate ametigruppide vaheline võrdlus keskmiste, standardhälbe ja Kruskal-Wallis'e H-testiga.

Alaskaala	Istungi- sekretär	Kinnistus- ja registri osakond	Kantselei	Haldus- osakond	Konsultant	Kruskal-Wallis'e H (4)	p
Surve tunnetamine	16,5/18,7±7,9	17,0/16,0±4,5	17,0/18,7±6,3	12,5/14,5±5,9	18,5/19,2±7,8	11,2	<b>0,02</b>
Positiivsed emotsioonid	32,5/31,5±10,3	30,0/29,6±7,1	28,0/27,7±10,2	36,0/32,4±11,5	35,5/34,3±9,2	10,1	<b>0,04</b>
Ähvardus	18,0/19,4±8,9	16,0/18,1±6,2	17,5/18,1±7,1	13,5/15,8±6,8	19,5/18,8±7,9	3,6	0,46
	(N=38)	(N=27)	(N=40)	(N=24)	(N=36)	(N=165)	

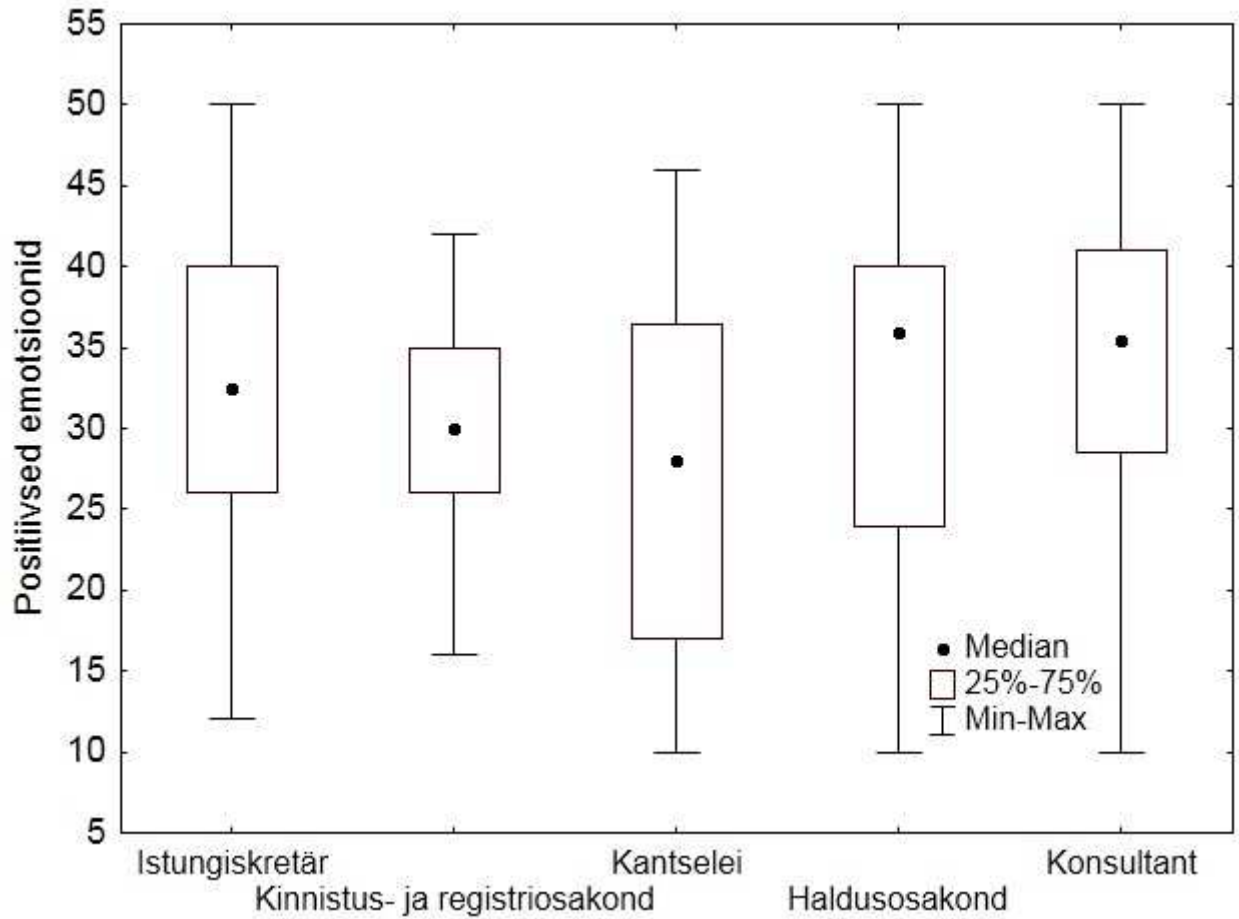
**Märkus:** alaskaalade puhul on välja toodud keskmine mediaan / aritmeetiline keskmine  $\pm$  standardhälve. Poolpaksus kirjas on märgitud need testid, milles uuritava faktori suhtes esines statistiliselt oluline erinevus.

Surve tunnetamise osas näitas kantselei ja haldusosakonna töötajate omavaheline võrdlus statistiliselt olulist erinevust ( $p=0,04$ ). Ülejäänud grupid omavahel ja ka need kaks nimetatud gruppi ülejäänutest oluliselt ei erinenud (Joonis 3).



**Joonis 3.** Surve tunnetamine erinevate tööülesannetega ametnike poolt. Erinevad tähed karpdiagrammide kohal näitavad statistiliselt olulist erinevust vastavate ametikohtade esindajate vahel. Mida väiksem on näitaja, seda vähem survet tunnetatakse.

Positiivsete emotsioonide näitaja osas näitas kantselei ja konsultantide töötajate omavaheline võrdlus statistiliselt olulist erinevust ( $p=0,04$ ). Ülejäänud grupid omavahel ja ka need kaks nimetatud gruppi ülejäänutest oluliselt ei erinenud (Joonis 4).



**Joonis 4.** Positiivsete emotsioonide näitajad erinevate tööülesannetega ametnike poolt.

## Stressi, ärevuse ja depressiivsuse küsimustik DÄSS

Uuritud ametigruppide stressi, ärevuse ja depressiivsuse küsimustiku alaskaalade skooride ulatus (min/max skoorid) on esitatud Tabelis 5.

**Tabel 5.** DÄSS erinevate näitajate skooride ametigruppide vaheline võrdlus.

Ametigrupp	Depressioon	Ärevus	Stress
Istungisekretär	0/13	0/6	0/13
Kinnistus- ja registriosakond	0/13	0/11	0/13
Kantselei	0/10	0/5	0/11
Haldusosakond	0/8	0/3	0/9
Konsultant	0/12	0/8	0/13
<b>min/max</b>	<b>0/27</b>	<b>0/27</b>	<b>0/27</b>

**Märkus:** Esitatud on vastava grupi tulemuste järgne minimaalne ja maksimaalne skoor.

**Tabel 6.** DÄSS erinevate näitajate ametigruppide vaheline võrdlus keskmiste, standardhälbe ja Kruskal-Wallis'e H-testiga.

Alaskaala	Istungi- sekretär	Kinnistus- ja registri osakond	Kantselei	Haldus- osakond	Konsultant	Kruskal- Wallis'e H (4)	p
Depressioon	2,5/3,1±2,9	1,0/2,2±2,6	3,0/3,0±2,7	2,0/1,8±1,9	2,0/2,9±2,5	6,8	0,15
Ärevus	2,0/1,7±1,5	1,0/1,4±2,2	1,0/1,4±1,6	0,5/1,0±1,1	1,0/1,4±1,9	5,2	0,27
Stress	3,0/3,7±2,9	3,0/3,5±2,5	2,0/3,1±2,5	3,0/2,7±2,5	4,0/4,3±3,2	6,1	0,19
	(N=38)	(N=27)	(N=40)	(N=24)	(N=36)	(N=165)	

**Märkus:** alaskaalade puhul on välja toodud keskmine mediaan / aritmeetiline keskmine ± standardhälve.

Erinevate tööülesannetega ametnikest moodustatud gruppide vahel statistilist olulist erinevust ei leitud (Tabel 6).

### Arutelu ja järeldused

Lähtudes eeltoodust võib väita, et töö hüpotees ei leidnud kinnitust ning Tartu kohtute erinevate ametigruppide töö iseloomu tõttu ei nähtunud seda, et töötajate stressitasemed oleksid erinevad.

Käesoleva töö raames läbi viidud uurimuses osales 165 ametnikku (92 % kogu valimist). Ametnikud, kes ei osalenud uuringus (14 ametnikku) selgitasid oma mitteosalemist järgmiselt:

- ✕ 7 ametnikku suure töökoormusega ning
- ✕ 5 ametnikku oma põhimõttega mitte kunagi küsimustikele vastata
- ✕ kaks ametnikku oleksid täitnud küsimustiku, kui küsimustik oleks olnud anonüümne.

Kuna mittetäitjate ametnike arv oli väike (8 %), ei pea töö autor antud asjaolu oluliseks näitajaks ning peab valimi suurust adekvaatseks Tartu kohtute töötajate stressi taseme kohta adekvaatse hinnangu andmiseks. Kõige aktiivsem ametnike grupp oli haldusosakond, kus kõik grupiliikmed osalesid uuringus (Joonis 1).

Küsimustikuga uuriti 12 alaskaalat (depressiivsus, ärevus, agorafobia ja paanika, väsimus, unehäired, surve tunnetamine, positiivsed emotsioonid, ähvardus, depressioon, ärevus, stress), millest kolmel alaskaalal esinesid statistiliselt olulised erinevused (väsimus, surve tunnetamine ja positiivsed emotsioonid). Kuna statistiliselt olulisi erinevusi ei esinenud stressi-alaskaalal, siis seetõttu võib väita, et käesoleva töö hüpotees ei leidnud kinnitust.

Emotsionaalse enesetunde küsimustikust nähtus, et erinevate tööülesannetega ametnikest moodustatud gruppide üldisel võrdlemisel leiti statistiliselt oluline erinevus väsimuse näitaja suhtes, kuigi üksikuid ametigruppe omavahel võrreldes statistilist olulist erinevust ei leitud. Konsultantide ametigrupp on teistest ametigruppidest mõnevõrra kõrgema mediaaniga. (Joonis 2). Uuritav kuu oli paljudele töötajatele aruannete esitamise aeg, samas 31 % ametnikest puhkas detsembris. Väsimuse näitajate skoorid võisidki olla seetõttu pisut kõrgemad, kui nt mõnel muul ajal, mil puhkajaid on vähem ja aruandeid ei ole vajalik esitada.

Esialgsete EEK-2 normide alaskaalad ja piirskoorid on nähtavad tabelis 7. A. Luuk (2012) peab usaldusväärsemaks EEK-2 piirskoori, sest neid on kontrollitud lisaks normgruppidele ka vastavate psüühikahäiretega patsientidel.

**Tabel 7.** EEK-2 alaskaalad ja piirskoorid.

Alaskaala lühend ja nimetus		Piirskoor	Võimalik probleem piirskoori ületamisel	
DEP	Depressioon	$\geq 12$	Depressioon või muu meeleoluhäire	
ÜÄR	Üldärevus	$\geq 12$	Generaliseerunud ärevushäire	
PAF	Paanika/agorafoobia	$\geq 7$	Paanikahäire ja/või agorafoobia	
SÄR	Sotsiaalärevus	$\geq 4$	Sotsiaalfoobia	
AST	Asteenia	$\geq 6$	Depressioonile või ärevushäirele	kaasuv kurnatus
INS	Insomnia	$\geq 5$	Depressioonile või ärevushäirele	kaasuv unehäire

**Märkus:** peaks sobima nii meestele kui naistele (Luuk, 2012).

Stressimõõtmise küsimustikust nähtusid ametnike hinnangud käesolevale hetkele. Erinevate tööülesannetega ametnikest moodustatud gruppide vahel leiti statistiliselt olulised erinevused surve tunnetamise ja positiivsete emotsioonide näitaja suhtes. Ähvarduse näitaja osas statistilist olulist erinevust ei leitud (Tabel 4). Salovey jt (2000) on leidnud, et optimism, positiivsed illusioonid (kontrolli olemasolu kohta) ja huumor tekitavad positiivse emotsionaalse seisundi, mis mõjub hästi tervisele. Evolutsiooniliselt peaks positiivsed emotsioonid väljendama adaptiivsust, mis annab meile teada, milline on meie immuunsüsteemi hetkeseis, samuti milline on meie motivatsioon, mis on vajalik tugeva immuunsüsteemi kujundamiseks. Positiivsete emotsioonide näitaja osas näitas kantselei ja konsultantide töötajate omavaheline võrdlus statistiliselt olulist erinevust ( $p=0,04$ ). Ülejäänud grupid omavahel ja ka need kaks nimetatud gruppi ülejäänutest oluliselt ei erinenud (Joonis 4). Võimalik, et positiivsed emotsioonid võivad olla seotud nii möödunud jõulude ja aastavahetuse meeleoludega. Lähtudes statistiliselt olulisest erinevusest üksikute ametigruppide osas nähtus, et surve tunnetamise alaskaala osas on haldusosakonna ja kantselei ametigruppide vahel oluline erinevus ( $p = 0,04$ ). Ülejäänud grupid omavahel ja ka need kaks nimetatud gruppi ülejäänutest oluliselt ei erinenud (Joonis 3).

Esialgsete ST-04 normide alaskaalad ja piirskoorid on nähtavad tabelis 8.

**Tabel 8.** Stressi näidud ST-04 esialgsete normide kohaselt.

	<b>Naised</b>		<b>Mehed</b>	
	Piirialane	Normist väljas	Piirialane	Normist väljas
Surve tunnetamine	≥ 34	≥ 38	≥ 33	≥ 37
Positiivsete elamuste vähesus	≥ 41	≥ 46	≥ 37	≥ 41
Ähvarduse tunnetamine	≥ 41	≥ 46	≥ 37	≥ 42
Üldine stressi skoor	≥ 109	≥ 121	≥ 101	≥ 111

Stressi, ärevuse ja depressiivsuse küsimustikust nähtusid ametnike hinnangud viimase nädala emotsioonide osas. Seega oli vaatluse all on periood 26. detsember 2011 kuni 20. jaanuar 2012. Täidetud küsimustikust nähtus, et Erinevate tööülesannetega ametnikest moodustatud gruppide vahel statistilist olulist erinevust ei leitud (Tabel 6). Lazaruse (1991) arvates sõltub stressi kogemise määr sellest, kas olukorda hinnatakse ähvardusena või väljakutsena.

Esialgsete DÄSS-21 normide alaskaalad ja piirskoorid on nähtavad tabelis 9.

**Tabel 9.** DÄSS – 21 alaskaalad ja piirskoorid.

		<b>Naised</b>	
		Piirialane	Normist väljas
D_str	DÄSS-i stressi alaskaala	≥ 9	≥ 11
D_anx	DÄSS-i ärevuse alaskaala	≥ 5	≥ 6
D_dep	DÄSS-i depressiooni alaskaala	≥ 6	≥ 8
D_yld	DÄSS-i kolme alaskaala summa	≥ 19	≥ 23

**Märkus:** naiste andmete alusel N=686. Tähendab üldist emotsionaalset häiritust alaskaalade kombinatsioonina (Luuk, 2012).

Kahjuks ei olnud valimi jaotumise ebaühtluse tõttu võimalik usaldatavalt analüüsida uuritud inimeste stressi taset (s.h selle puudumist) ja muid näitajaid kõigi Tartu kohtute üksuste kaupa eraldi. Töötajate enesetunne ja sellest tulenevalt ka stressi tase (s.h stressi puudumine) on sageli sõltuvuses nende otseste juhtide käitumisest ja juhtimisstiilist, millest oleneb

töökorraldus ja muud olulised töötajaid mõjutavad asjaolud. Kõige väiksem üksus, mida oleks tulnud vaadelda, on 5 ametnikku, kuid see on statistiliselt usaldusväärsete testide läbi viimiseks ebapiisav valim.

Käesolevast tööst saadud andmete põhjal on edaspidi võimalik välja selgitada lisaks stressitasemetele ka koolitusvajadused ja muud sekkumisviisid just kohtumajadest lähtudes. Olemasolevaid andmeid on hilisemate uuringute ja kordusuuringute läbi viimisel võimalik taas kasutusse võtta, et analüüsida näiteks situatsiooni muutust teatud aja pärast.

Juhul, kui antud temaga edasi tegeleda, tuleks kindlasti uurida lisaks veel erialakirjandust uuritavate konstruktide kohta. Samuti ei saa antud tulemusi anda edasi uuritavatele isikutele enne, kui ei ole tulemusi võrreldud normpopulatsiooniga.

### Kirjanduse loetelu

Bachmann, T., Maruste, R. (2008). Psühholoogia alused. Kirjastus Ilo, lk 224.

Gerald, G. (2010). Hans Selye: The Discovery of Stress. (04.11.2011).

<http://brainconnection.positscience.com/topics/?main=fa/selye>

Günter, A. (2005). Reform kiirendab kohtute tööd.

<http://tartu.postimees.ee/141205/esileht/siseuudised/186130.php> (01.05.2012).

Kallasmaa, T. (2003). Isiksus ja kohanemine. Rmt. Allik, J. jt Isiksuse psühholoogia. Tartu Ülikooli Kirjastus, 142, 153-156.

Kohtute seadus (RT I, 28.12.2011, 48) <https://www.riigiteataja.ee/akt/128122011048> (01.05.2012).

Kohtute seaduse ja teiste seaduste muutmise seaduse kohtute tööpiirkondade ühendamiseks (RT I 2005, 15, 85) <https://www.riigiteataja.ee/akt/867951> (01.05.2012).

Kohtute seaduse muutmise seadus (RT I 2008, 13,85)

<https://www.riigiteataja.ee/akt/12937132> (01.05.2012).

Lazarus, R.S (1991). Cognition and Motivatsioon in Emotion. American Psychologist. Vol 46, No 4, 352-367.

Luuk, A. Esialgsete normide piirskoorid (edastatud töö autorile postiloendi kaudu 31.05.2012).

McMahon, G. (2005). No More Anxiety. London. Karnac, lk 16-17.

O'Donnell, M. L jt. (2008). A predictive screening index for posttraumatic stress disorder and depression following traumatic injury. Journal of Consulting and Clinical Psychology, Vol 76, Issue 6

RHK-10-V. Psüühika- ja käitumishäired.

<http://www.kliinikum.ee/psyhhaatrikliinik/lisad/ravi/RHK/RHK10-FR17.htm> (10.05.2012).

Riigikohus (2008). Eesti kohtu lugu. 2006. – 2008. aastal peetud kohtuteemaliste ettekannete valikkogumik. Ecoprint.

Salovey, P. jt (2000). Emotional states and physical health. American Psychologist, Vol. 55, Issue 1

**Lisa 1****Lugupeetud kohtutöötaja!**

Käesoleva küsimustikuga soovin välja selgitada, milline on kohtutöötajate stressi tase. Uurin stressi näitused ja emotsionaalse häirituse (stress, depressiivsus, ärevus) taset. Teie vastused aitavad välja selgitada Tartu kohtute teenistujate vajadusi koolituste ja muude sekkumisviiside järele. Küsimustiku vastused ei ole anonüümised, kuid töö autorina luban, et kogutud infot kasutatakse ainult käesoleva uurimisprogrammi raames anonüümsete üldistuste kujul ning teie isiklikud vastused kellelegi peale minu teatavaks ei saa. Vastajate identifitseeritus on oluline minu alustatud seminaritöö ja tulevase magistratöö jaoks, mille raames on mul plaanis koostada universaalne kohtutöötajate koolitusplaan (sh välja selgitada erinevate töötajate rühmade supervisiooni vajadus). Kavandan ka muid koolituse suundi, mis hakkavad sõltuma küsimustikele antavatest vastustest. Seetõttu ma ei välistaks ka vajadust viia läbi kordusküsitlus, mille korral on varasemate ja hilisemate andmete võrreldavuse nimel hädavajalik vastajate tuvastatavus.

Küsimustikule palun vastata elektroonselt ning tagastada see mulle aadressile [annelirulli@hotmail.com](mailto:annelirulli@hotmail.com) hiljemalt **27. jaanuariks 2012.**

**Tänades, Anneli Rulli**

**Töoga seotud küsimustele vastamiseks märkige sobiv vastus tühja kasti:**

Teie vanus	
Teie sugu	
Kohtumaja, kus te töötate	
Üksus, kus te töötate (õigusteenistus, kantselei, osakond, ...)	
Ametikoht, kus te töötate	
Töökoormus	

**Emotsionaalse enesetunde küsimustik**

Lugege tähelepanelikult läbi alltoodud loetelu probleemidest ja vaevustest, mis võivad inimestel mõnikord esineda. **HINNAKE, KUIVÕRD SEE PROBLEEM ON TEID HÄIRINUD VIIMASE KUU VÄLTEL JA VÄRVIGE KOLLASEKS SEE VASTUSEVARIANDI NUMBER, MIS TEIE SEISUNDIT KÕIGE TÄPSEMINI ISELOOMUSTAB.**

	Üldse mitte	Harva	Mõnikord	Sageli	Pidevalt
1. Kurvameelsus	0	1	2	3	4
2. Huvi kadumine	0	1	2	3	4
3. Alaväärsustunne	0	1	2	3	4
4. Enesesüüdistused	0	1	2	3	4
5. Korduvad surma- või enesetapumõtted	0	1	2	3	4
6. Üksildustunne	0	1	2	3	4
7. Lootusetus tuleviku suhtes	0	1	2	3	4
8. Võimetus rõõmu tunda	0	1	2	3	4
9. Kiire ärritumine või vihastamine	0	1	2	3	4
10. Ärevuse- või hirmutunne	0	1	2	3	4
11. Pingetunne või võimetus lõdvestuda	0	1	2	3	4
12. Liigne muretsemine paljude asjade pärast	0	1	2	3	4
13. Rahutus või kärsitus, nii et ei suuda paigal püsida	0	1	2	3	4
14. Kergesti ehmumine	0	1	2	3	4
15. Äkilised paanikahood, mille ajal esinevad südamekloppimine, õhupuudus, minestamistunne või muud hirmutavad kehalised nähud	0	1	2	3	4
16. Kartus viibida üksi kodust eemal	0	1	2	3	4
17. Hirmutunne avalikes kohtades või tänavatel	0	1	2	3	4
18. Kartus minestada rahva hulgas	0	1	2	3	4
19. Kartus sõita bussi, trammi, rongi või autoga	0	1	2	3	4
20. Hirm olla tähelepanu keskpunktis	0	1	2	3	4
21. Hirm suhtlemisel võõraste inimestega	0	1	2	3	4
22. Loidus- või väsimustunne	0	1	2	3	4

23. Vähenenud tähelepanu- või keskendumisvõime	0	1	2	3	4
24. Puhkamine ei taasta jõudu	0	1	2	3	4
25. Kiire väsimine	0	1	2	3	4
26. Unumisraskused	0	1	2	3	4
27. Rahutu või katkendlik uni	0	1	2	3	4
28. Liigvarajane ärkamine	0	1	2	3	4

### Stressimõõtmise küsimustik

Lugege iga väidet tähelepanelikult ja **värvige kollaseks** väite järel oleva selle vastusevariandi number, mis kõige täpsemini vastab teie praegusele arvamusele.

Värvige variant **5** kollaseks, kui väide on Teie arvates täiesti **õige**

Värvige variant **4** kollaseks, kui väide on Teie arvates **peaaegu õige**

Värvige variant **3** kollaseks, kui väide on Teie arvates võrdselt õige ja vale, kui Te suhtute

väitesse neutraalselt või on Teil selle väite kohta **raske öelda**

Värvige variant **2** kollaseks, kui väide on Teie arvates **peaaegu vale**

Värvige variant **1** kollaseks, kui väide on Teie arvates **vale**

Ärge jätke ühtki väidet vastamata! Iga väite puhul **värvige kollaseks** ainult üks vastusevariant!

Jrk nr	Väide	õige	pea-aegu õige	raske öelda	pea-aegu vale	vale
		5	4	3	2	1
1.	Tunnen, et mulle avaldatakse survet	5	4	3	2	1
2.	Olen eluga rahul	5	4	3	2	1
3.	Paljud asjad tekitavad minus pingeid	5	4	3	2	1
4.	Olen liialt teiste tõugata- lükata	5	4	3	2	1
5.	Olen pingest vaba	5	4	3	2	1
6.	Paljud asjad ärritavad mind	5	4	3	2	1
7.	Mulle esitatakse liiga kõrgeid nõudmisi	5	4	3	2	1
8.	Tunnen end rahulikult ja kindlalt	5	4	3	2	1
9.	Olen liiga närviline	5	4	3	2	1
10.	Olen pidevalt surve all	5	4	3	2	1

11.	Olen endaga rahul	5	4	3	2	1
12.	Mul on teistega liiga palju jagelemist ja nääklusi	5	4	3	2	1
13.	Olen liialt teiste käsutada	5	4	3	2	1
14.	Mu elu on muretu	5	4	3	2	1
15.	Ärritun liiga kergesti	5	4	3	2	1
16.	Nõudmised minu vastu on kõrged	5	4	3	2	1
17.	Elan pingevabalt	5	4	3	2	1
18.	Paljud asjad teevad mind närviliseks	5	4	3	2	1
19.	Olen liialt teiste meeevallas	5	4	3	2	1
20.	Mu elu on hea	5	4	3	2	1
21.	Olen tihti närviline ja pinges	5	4	3	2	1
22.	Elan otsekui surve all	5	4	3	2	1
23.	Mu elu kulgeb lodusalt	5	4	3	2	1
24.	Mu elus on palju nääklusi ja jagelust	5	4	3	2	1
25.	Paljud asjad suruvad end mulle peale	5	4	3	2	1
26.	Mu elu on rahulik	5	4	3	2	1
27.	Olen tihti närviline	5	4	3	2	1
28.	Mind käsutatakse liiga palju	5	4	3	2	1
29.	Elan muretult	5	4	3	2	1
30.	Ärritun liiga sageli	5	4	3	2	1

### Stressi, ärevuse ja depressiivsuse küsimustik

Lugege iga väidet ja hinnake numbreid 0, 1, 2 või 3 **kollaseks värvides**, kuivõrd see väide kehtis Teie kohta viimase nädala jooksul. Vastused väidetele ei saa olla õiged ega valed, vaid Teie kohta erineval määral sobivad. Ärge kulutage ühelegi väitele liiga palju aega.

Hindamiskaala on järgmine:

- 0 Ei kehtinud minu kohta üldse
- 1 Kehtis minu kohta teatud määral või mõnikord
- 2 Kehtis minu kohta arvestataval määral või suure osa ajast
- 3 Kehtis minu kohta väga palju või enamuse ajast

1	Mul oli raske maha rahuneda	0	1	2	3
2	Tundsin, et mu suu on kuiv	0	1	2	3
3	Ma ei suutnud oma tegemistest mingit rõõmu tunda	0	1	2	3
4	Mul oli hingamisraskusi (näiteks hingeldus või hing kinni) ka ilma kehalise pingutuseta	0	1	2	3
5	Mul jäi puudu tegutsemiseks vajalikust teotahtest	0	1	2	3
6	Mõnes olukorras kaldusin liiga tugevalt reageerima	0	1	2	3

7	Tundsin värinaid (näiteks kätes)	0	1	2	3
8	Mul oli palju närvikulu	0	1	2	3
9	Muretsesin olukordade pärast, kus võiksin paanikasse sattuda ja end teiste ees narriks teha	0	1	2	3
10	Tundsin, et tulevikult pole midagi head oodata	0	1	2	3
11	Tundsin, et ärritun	0	1	2	3
12	Mul oli raske lõdvestuda	0	1	2	3
13	Tundsin end nukralt ja lootusetult	0	1	2	3
14	Olin sallimatu kõige suhtes, mis takistas mul käsiloleva tegevuse jätkamist	0	1	2	3
15	Olin paanikasse sattumas	0	1	2	3
16	Tundsin, et ei suuda millestki innustuda	0	1	2	3
17	Tundsin, et olen inimesena üsna väärtusetu	0	1	2	3
18	Tundsin end kergesti haavatavana	0	1	2	3
19	Tundsin oma südamelööke (nende sagenemist või vahele jäämist) ka ilma kehalise pingutuseta	0	1	2	3
20	Olin hirmul ilma ühegi mõjuva põhjuseta	0	1	2	3
21	Tundsin, et elul pole mõtet	0	1	2	3

**Suur tänu oma vastamisega mulle abi osutamise eest!**

**Anneli Rulli**

Käesolevaga kinnitan, et olen korrektselt 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.

Anneli Rulli