

Tartu Ülikool

Sotsiaal- ja haridusteaduskond

Psühholoogia instituut

Diana Aronia

ENESEKOHASTE TUUMIKHINNANGUTE MÕÕTMINE
VABATAHTLIKULT LISAKOHUSTUSI VÕTNUD ÜLIÕPILASTEL

Seminaritöö

Juhendaja: Aavo Luuk

Läbiv pealkiri: Enesekohased negatiivsed tuumikhinnangud

Tartu 2014

SISUKORD

Kokkuvõte	3
Abstract	4
Sissejuhatus	5
Enesekohased positiivsed tuumikhinnangud	6
Enesekohased negatiivsed tuumikhinnangud	8
Eesmärk ja hüpoteesid	9
Meetod	10
Valim	10
Mõõtmisvahendid	10
Protseduur	10
Andmeanalüüs	11
Tulemused	12
Arutelu	15
Järeldused	17
Kirjandus	18
Lisad	20
Lisaandmed küsitluses	20
Näidisväited küsimustikest	21

KOKKUVÕTE

Käesoleva seminaritöö eesmärgiks oli mõõta enesekohaseid hinnanguid ühel erialal õppivatel üliõpilastel ning võrrelda nende tulemusi üliõpilastega, kes on võtnud endale vabatahtlikult lisakohustuseks kõrvalerialal õppimise. Töös kontrollisin kahte hüpoteesi: kõrvalerialaga üliõpilaste enesehinnang on kõrgem, kuid keskmine hinne madalam, võrreldes ainsa erialaga üliõpilastega. Uurimuses osales 62 tudengit, neist ühe erialaga oli 27 ja kõrvalerialaga 35 ning vastajad olid valdavalt Tartu ülikoolis õppijad. Uurimuses olid kasutusel enesekohased küsimustikud erinevate skaalade ja alaskaaladega, mis mõõtsid katseisikute negatiivseid enesekohaseid tuumikhinnanguid.

Tulemused näitasid, et kumbki hüpotees kinnitust ei leidnud. Ühe erialaga ja kõrvalerialaga üliõpilaste enesekohaste hinnangute võrdlemisel ilmnisid mõned statistiliselt olulised erinevused. Suurim erinevus kahe grupi vahel, mis osutus statistiliselt oluliseks, oli vanus. Vanuse erinevus tuli välja nii naissoost gruppide kui ka mõlemast soost gruppide analüüsimisel. Edasisel analüüsimisel tuli välja, et kõrvalerialaga üliõpilastel on kõrgem tundlikkus teistepoolse märkamise suhtes. Analüüsidest eraldi naissoost gruppide tulemusi selgus, et kõrvalerialaga tudengitel on kõrgem sotsiaalärevus, kõrgemalt negatiivne enesehinnang ning kõrgem tundlikkus teistepoolse märkamise suhtes.

ABSTRACT

Measurement of core negative self evaluations among students who have voluntarily taken additional responsibilities

The aim of the current study was to measure core negative self evaluations among single-discipline students and to compare their results with the students, who have voluntarily taken additional speciality – multi-discipline students. In my study I tested two hypotheses: the self-esteem of multi-discipline students is higher, but average grade is lower compared to single-disciplined students. 62 students participated in this research, 27 of them were single-discipline and 35 multi-discipline students. Respondents were predominantly students of the University of Tartu. In this study I used self-report questionnaires with different scales and subscales measuring negative core self-evaluations.

The results did not confirm the proposed hypotheses. The comparison of single-discipline and multi-discipline students showed few statistically significant differences in their self-evaluations. The highest difference between the two groups, which proved to be statistically significant, was the age. That difference came out as within the female groups as well as within all respondents groups. Additional analysis showed that multi-discipline students are more sensitive to being noticed by other people around them. By analyzing the results of female groups it was found that multi-discipline students have a higher scores of social anxiety, negative self-esteem and the sensitivity to being noticed by other people.

SISSEJUHATUS

Sageli mõistetakse tudengielu all kuulumist erinevatesse üliõpilasseltsidesse, meelelahutustegevusi ning lõbu. Mõnele tundub see olevat muretu ja lihtne elu, teisele aga hoopis järjekordne keerukas muutus elus, millega tuleb aegamööda kohaneda. Igal juhul on see uus etapp iga noore inimese elus, mil nad puutuvad kokku erinevate probleemidega – tihtipeale ümberkolimine teise linna tihtipeale, võimalikud rahaprobleemid jne, mis võivad omakorda häirida keskendumist ainuüksi õppetööle. Kogu see olukord võib tekitada üsna suurt stressi. Stress aga mõjutab õppetööd ebasoodsal moel ning võib olla negatiivse emotsionaalse enesetunde põhjustajaks ning vähendada tähelepanuvõimet, mille tõttu võivad halveneda tudengi õppetulemused ning ei jõuta kõikide ettenähtud töödega valmis õigeks ajaks. Vaatamata sellele raskele eluperioodile on ka selliseid tudengeid, kes otsustavad võtta ka endale veel vabatahtlikult lisakohustusi ning seavad endale muidki kõrgemaid eesmärke. Lisaks enda erialale võetakse ka kõrvaleriala, mis samuti pakub huvi, kuid mis suurendab õppekoormust veelgi rohkem. Seega uurijal olekski huvitav viia läbi uurimus nende tudengite seas, kes on endale selle lisakohustuse võtnud ning välja selgitada, kas ning kuidas erineb nende emotsionaalne enesehinnang võrreldes ainsa eriala üliõpilastega.

Tudengite seas on läbi aastate läbi viidud suurel hulgal erinevaid suuremaid ja ka väiksemamahulisi uuringuid, kaasaarvatud ka Eestis. Autori arvates on selle põhjuseks ühelt poolt tudengite kui katseisikute lihtne kättesaadavus ning teiselt poolt nende suur hulk ja ka võimalik suurem huvi osaleda katsetes kui vanematel inimestel või noorematel. Austraalias õppivate tudengite seas oli seminaritöö raames läbi viidud uuring, millega taheti välja selgitada, kas välistudengitel, kes õpivad Austraalias, kuid pole sealt pärit, on kõrgem stressi, ärevuse ja depressiooni tase. Võrdlusgrupiks olid võetud kohalikud noored, kes õppisid ja elasid Austraalias ning kelle kodumaaks see riik oli. Depressiooni, stressi ja ärevuse uurimiseks kasutas autor 42 väitest koosnevat testi, mille nimeks on DASS ehk Depression Anxiety Stress Scale. Katseisikutel tuli 4-pallisel skaalal hinnata, mil määral on nad testis mainitud sümptomeid viimase nädala jooksul kogenud. Tulemustest selgus, et kõigi kolme seisundi näitajad olid kõrgemad välisüliõpilastel, kuid seoseid töötamise tüübi, vanuse ja soo lõikes erinevusi ei leitud. Välistudengite peamisteks stressoriteks olid kodumaa ja sihtriigi kultuuriline erinevus, keeleoskuse tase, madal enesekindlus ning varasem kogemus erinevate kultuuridega (Kald, 2011). Keeleoskus on enamiku

välisüliõpilaste arvates probleemiks just õppetöö tasandil – raskendatud on vajaliku informatsiooni saamine ja edastamine (95%) ning üliõpilase ja õpetaja vaheline kommunikatsioon (83%). Suhtlemist olmetingimustes, kas kaasõpilastega või inimestega väljaspool kooli, peetakse tunduvalt väiksemaks probleemiallikaks (38%). Samuti stressoriteks peeti ka ärevust ja koduigatsust (Kravets, 2010). Oli läbiviidud ka uurimus eesmärgiga mõõta stressi taset töötavatel ja mittetöötavatel tudengitel, millest selgus, et kahe katsegrupi tulemused ei olnud statistiliselt oluliselt erinevad. Selles uurimuses leiti, et hobiga mittetegelevatel tudengitel olid ähvarduse tunnetamine ja depressioonitase kõrgemad ning nad väljendasid rohkem sotsiaalärevust ja väsimust kui hobidega tegelevad tudengid (Vaaks, 2011). Antud autori uurimusest võib teha järelduse, et lisakohustus, milleks antud juhul oli töö kooli kõrvalt, ei ole stressi tekitajaks tudengite seas ning lisaks sellele on ka neid, kes tegelevad kõige selle kõrvalt lisaks ka hobidega.

ENESEKOHASED POSITIIVSED TUUMIKHINNANGUD

Enim uuritud isiksuse kontseptsioonid psühholoogias läbi aastate on olnud enesehinnang, emotsionaalne stabiilsus, kontrollkese, ja neurootilisus. Paljudes uuringutes on igat eelmainitud tunnust uuritud eraldi mingisuguse omaduse ennustamiseks (nt töötus, karjääri valik), kuid arvesse pole võetud nende tunnuste omavahelist korrelatsiooni, mis mitmete uuringute põhjal osutus suhteliselt kõrgeks ($r = .60$) (Judge *et al*, 2002). On läbiviidud uurimus Mehhiko päritolu 10-12 aastaste noorukite seas teada saamaks, kas madal enesehinnang on depressiooni riskifaktoriks. Autorid leidsid sellele oletusele ka kinnituse. Lisaks selgus uurimusest, et haavatavuse (*vulnerability*) mõju madalale enesehinnangule on suuremas osas tingitud laste üldiste väärtuste hindamisest, mitte aga sellistest valdkonnaspetsiifilistest teguritest nagu akadeemiline pädevus, välimus ja kompetentsus eakaaslastega suhtlemisel (Orth *et al*, 2013). Ühe teises uurimuses kontrolliti, kas neurootilisus on sünnitusjärgse depressiooni riskifaktoriks. Leiti, et neurootilisus on depressiooni põhiliseks sõltumatuks ennustajaks, kuid vaatamata sellele olid olulisteks riskifaktoriteks esimestel nädalatel, kuuendal kuul ja ka veel hiljem pärast sünnitust enda isiklik ja perekonna psühhiaatiline taust (*psychiatric histories*). Olulise panuse depressiooni tekitamisele andsid ka järgmised keskkonnategurid: sotsiaalse toetuse vähesus, majanduslikud raskused ja muud stressirohked situatsioonid raseduse ajal (Martin-Santos *et al*, 2012).

Kuigi enesehinnangut, emotsionaalset stabiilsust, kontrollkeset, ja neurootilisust uuritakse tavaliselt eraldi, paljudel juhtudel toimivad nad siiski teoreetiliselt sarnaselt. Näiteks isiksusehäirete prognoosimisel toimivad enesehinnang ja neurootilisus sarnaselt. Inimesed, kellel on madal enesehinnang, on üldiselt rohkem tundlikud enesekohaste sotsiaalsete vihjete suhtes (self-relevant social cues) kui kõrge enesehinnanguga inimesed (Judge *et al*, 2002).

Erinevate analüüside põhjal loodi ja võeti kasutusele enesekohaste tuumikhinnangute skaala, mis on mõeldud ülalnimetatud isiksuse enesehinnanguliste omaduste mõõtmiseks ning mille rakendamine näitas nii kõrget valiidsust kui ka reliaablust (Judge *et al*, 2003, Bowling *et al*, 2012). Skaala rakendamine erinevates uuringutes näitas, et sellega saadud enesekohaste tuumikhinnangud olid positiivses korrelatsioonis selliste omadustega nagu rahulolu tööga, töö soorituse kvaliteet, motivatsioon tööülesannete täitmisel ja tööst

põhjustatud stressisituatsioonide tajumine (Bowling *et al*, 2012). On ka leitud, et inimesed, kellel on kõrgemad tulemused enesekohaste positiivsete tuumikhinnangute skaalal, on rohkem pühendunud eesmärkide saavutamisele, keskendunud neid ümbritseva keskkonna positiivsetele aspektidele ning vähem tundlikud negatiivsete stiimulite vastu, nagu näiteks alternatiivide puudumine (Chang *et al*, 2012).

ENESEKOHASED NEGATIIVSED TUUMIKHINNANGUD

Antud töös kasutati sisuliselt eelkirjeldatud skaala vastandvarianti – enesekohaste negatiivsete tuumikhinnangute skaalat, mille väljatöötamisega on tegelenud Tartu Ülikooli eksperimentaalpsühholoogia dotsent Aavo Luuk. Küsimustik sisaldab tähelepanu-, kontrolli-, enesehinnangu-, nartsissismi-, psühhopaatilisuse-, impulsiivsuse- ja ärevuse alaskaalasid.

Küsimustikes olid antud väited, mida katseisikutel paluti 5-palli skaalal hinnata, kuivõrd nad nende väidetega nõustuvad. Skaala nägi välja järgmiselt: ühes äärmuses 0 – vale/ei ole nõus, teises äärmuses 4 – õige/täiesti nõus.

Hetkeärevuse põhjuste hindamise alaskaalas oli vastajatele ette antud 9 asjaolu ja olukorda, mis võivad põhjustada ärevust ning palutud panna linnuke nende ette, mis neis hetkel ärevust tekitavad. Soovi korral oli katseisikutel võimalik tühja lahtrisse kirjutada enda äranägemise järgi muid asjaolusid, mis tekitavad ärevust. Samuti paluti katseisikutel hinnata oma hetkeärevuse tugevust arvuga vahemikus 0-100, kus 0 – ärevuse täielik puudumine ning 100 – maksimaalne võimalik ärevus.

Ärevuse episoodide sageduse skaalal paluti katseisikutel hinnata kuivõrd sagedasti nimetatud väide nende kohta kehtib Likerti 5-palli skaalal, kus ühes äärmuses oli 0 – peaaegu mitte kunagi, ja teises äärmuses 4 – peaaegu alati.

Eesmärk

Seminaritöö eesmärk on välja selgitada, mil määral erineb enesehinnang ning õpitulemus ühe erialaga ja kahe erialaga üliõpilaste vahel.

Tulenevalt uurimuse eesmärgiks on püstitatud järgmine uurimisküsimus: Kas vabatahtlike lisakohustustega üliõpilastel on enesehinnang kõrgem, võrreldes üliõpilastega, kes piirduvad ühe erialaga?

Hüpoteesid

- 1) Lisakohustused võtnud üliõpilaste enesehinnang on kõrgem, kuna kõrvaleriala on võetud vabatahtlikult ning seega on arvestatud ka enda võimekusega.
- 2) Kõrvalerialaga üliõpilaste keskmine hinne on madalam, võrreldes ühe eriala üliõpilastega, kuna esimeste puhul on õppimisega seotud koormus suurem.

MEETOD

Antud seminaritöö eesmärk on ning mõõta enesekohaseid hinnanguid üliõpilastel, kes on vabatahtlikult võtnud endale lisakohustuse – kõrvaleriala. Võrdluseks võetakse uurimise alla ka ainsa erialavalikuga üliõpilased, kel samuti mõõdetakse enesekohaseid hinnanguid ning saadud tulemusi võrreldakse kahe sihtgrupi vahel. Vastajate täpsemaks iseloomustamiseks kasutati EKNTH (enesekohaste negatiivsete tuumikhinnangute) skaalaid.

Valim

Valimisse kuuluvad isikud jagunevad kahte gruppi: ühe erialaga üliõpilased ja kõrvalerialaga üliõpilased. Katseisikuteks olid 19-52 aastased üliõpilased, kes olid värvatud Tartu Ülikooli kursuste „Eksperimentaalpsühholoogia“ ja „Psühhomeetria alused“ kuulajate seast ning lisaks katse läbiviija sõprade ja tuttavate seast. Valimi suuruseks oli 62 inimest. Naissoost vastanuid oli 49, meessoost 13. Ühel erialal õppijaid oli 27 (22 naist ja 5 meest) ning kõrvaleriala omasid 35 tudengit (27 naist ja 8 meest).

Mõõtmisvahendid

Uurimuse läbiviimiseks olid kasutusel enesekohaste negatiivsete tuumikhinnangute skaala, mis koosneb arvukatest skaaladest ja alaskaaladest: tähelepanu skaala, kontrolli skaala, enesehinnangu skaala, isiksuse tumedamate tahkude alaskaalad, psühhoopaatilise alaskaala, nartsissismi alaskaala, ärevusseisundi intensiivsuse analoogskaala, hetkeärevuse skaala, ärevuse episoodide sageduse skaala, impulsiivsuse küsimustik ja pahameele küsimustik.

Protseduur

Andmekogumine toimus 2013/2014. õppeaastal detsembrist veebruarini veebiküsitlusena Google Docs keskkonnas. Katsealustele saadeti e-maili kaudu link küsimustikule ning kaaskiri, kus vastajaid informeeriti uuringu eesmärkidest ning kinnitati, et vastused jäävad anonüümseks ning neid kasutatakse vaid nimetatud töö raames ja üldistatud kujul, ning anti ka prognoos küsimustiku täitmiseks kuluvale ajale.

Andmeanalüüs

Internetis täidetud küsimustike vastused salvestati Exceli failidena, mille statistiline töötlus toimus SPSS-s. Lisaerialaga ja ainult ühe erialaga üliõpilaste gruppe võrreldi ANOVA ja Mann-Whitney U testiga.

TULEMUSED

Tulemuste analüüsis kontrolliti seminaritöös esitatud hüpoteese ühefaktorilise ANOVA-ga ning kahe sihtgrupi tulemuste erinevusi võrreldi Mann-Whitney U testiga, millega võrreldi ka enesekohaseid hinnanguid ainult naiste vahel. Mehi eraldi ei võrreldud, sest nende koguarv oli liiga väike. Tulemuste osas on esitatud statistiliselt olulised korrelatsioonid ($p < 0,01$ ja $p < 0,05$).

Olulisimad leiud

Kuna enamus katseisikutest olid naissoost (49 naist 62-st vastajast), siis tulemuste interpreteerimisel võrdlesime kõigepealt just nende omavahelisi tulemusi.

Tabel 1. Naiste katsegruppide vanuse keskmise võrdlus ANOVA ja Mann-Whitney testiga koos kirjeldavate statistikutega

	N	M	SD	F	p
Vanus	Üks eriala	22	28,09	8,580	
	Kõrvaleriala	27	21,93	1,542	
	ANOVA			13,470	,001
	Mann-Whitney				,006

Märkus: Siin ning edaspidi N - isikute arv; M – keskmine; SD – standardhälve; F – F-statistik; p – statistilise olulisuse tõenäosus

Gruppide vanuste keskmiste kontrollimine ANOVA ja Mann-Whitney testiga näitasid, et ühe erialaga ja kõrvalerialaga naiste vahel on oluline erinevus vanuses ($p > 0,01$). Sellise erinevuse põhjuseks võib tuua selle, et ühe erialaga naissoost vastajate vanus oli vahemikus 20-52 aastat ning kõrvalerialaga naisüliõpilaste vanusevahemik varieerus 19-st 26-ni (vt. Tabel 1).

Tabel 2. Naiste katsegruppide sotsiaalärevuse võrdlus

EEK 2 alaskaala	N	M	SD	F	p
-----------------	---	---	----	---	---

	Üks eriala	22	1,36	1,560		
Sotsiaalärevus	Kõrvaleriala	27	2,52	2,101		
	ANOVA				4,582	,038
	Mann-Whitney					,039

Gruppide EEK-2 alaskaala sotsiaalärevuse tulemuste kontrollimine ANOVA ja Mann-Whitney testiga näitasid, et sotsiaalärevus on statistiliselt oluliselt kõrgem kõrvalerialaga naissoost üliõpilastel ($p < 0,05$).

Tabel 3. Naiste katsegruppide negatiivse enesehinnangu võrdlus

		N	M	SD	F	p
	Üks eriala	22	10,45	5,021		
Negatiivse enesehinnangu alaskaala	Kõrvaleriala	27	14,19	6,115		
	ANOVA				5,281	,026
	Mann-Whitney					,048

Negatiivse enesehinnangu alaskaala puhul olid kõrvalerialaga naistel näidud statistiliselt oluliselt kõrgemad, võrreldes naistega, kellel on vaid üks eriala ($p < 0,05$).

Tabel 4. Naiste katsegruppide võrdlus teistepoolse märkamise tundlikkuse suhtes

NA alaskaala		N	M	SD	F	p
	Üks eriala	22	7,55	4,575		
NA2	Kõrvaleriala	27	10,04	3,898		
	ANOVA				4,239	,045
	Mann-Whitney					,011

Märkus: Siin ja tabelis 6: NA alaskaala – nartsissismi alaskaala; NA2 – Tundlikkus teistepoolse märkamise suhtes

Nartsissismi alaskaaladel tuli ainuke erinevus välja NA2 alaskaalal, milleks oli tundlikkus teistepoolse märkamise suhtes. Tulemuste kontrollimisel selgus, et ANOVA järgi olid kõrvalerialaga naistel NA2 alaskaala näidud statistiliselt oluliselt kõrgemad ($p < 0,05$).

Eelpool olid toodud naissoost katsegruppide tulemuste erinevused. Üldine võrdlus (mehed ja naised koos) ühe eriala ja kahe erialaga üliõpilaste vahel näitas, et kahe grupi vahel tulid erinevused välja vaid kahel näitajal.

Tabel 5. ANOVA ja Mann-Whitney testi tulemused katsegruppide vanuse keskmise võrdlemiseks

		N	M	SD	F	p
Vanus	Üks eriala	27	27,63	8,158		
	Kõrvaleriala	35	21,91	1,502		
	ANOVA				16,531	,000
	Mann-Whitney					,003

Antud tulemuste analüüsis on näha, et käesolevas uurimuses oli statistiliselt oluline erinevus vanuselises suhtes ($p > 0,01$). Ühe eriala üliõpilaste grupi keskmiseks vanuseks oli 27,63 aastat ($SD=8,158$), kõrvaleriala üliõpilaste grupi keskmiseks aga 21,91 aastat ($SD=1,502$). Erinevuse põhjuseks võib tuua selle, et ühe eriala katsegrupi isikute seas oli mitu vastajat, kelle vanus oli üle 35 ning ühe vastaja vanuseks oli 52. Kõrvaleriala tudengite seas nii suurt vanuse erinevust ei olnud.

Tabel 6. ANOVA ja Mann-Whitney testi tulemused katsegruppide tundlikkuse teistepoolse märkamise suhtes võrdlemine

NA alaskaala		N	M	SD	F	p
NA2	Üks eriala	27	7,74	4,373		
	Kõrvaleriala	35	10,57	3,928		
	ANOVA				7,172	,010
	Mann-Whitney					,011

Tulemustest selgus, et tundlikkus teistepoolse märkamise suhtes on statistiliselt oluliselt kõrgem kõrvaleriala üliõpilastel, samuti nagu oli see ka kõrgem naissoost kõrvaleriaga üliõpilaste seas ($p < 0,05$).

ARUTELU

Antud töös võrdlesin enesekohaseid negatiivsed tuumikihinnanguid ühe eriala ja kõrvalerialaga üliõpilaste vahel. Saadud tulemused ei kinnitanud kumbagi minu hüpoteesidest. Uurimusest ei tulnud välja, et kõrvalerialaga üliõpilaste enesehinnang on kõrgem, kuid keskmine hinne madalam võrreldes ühe eriala tudengitega.

Kõige suurem statistiliselt oluline erinevus, mis tuli välja nii kõikide vastajate kui ka ainult naissoost vastajate võrdlemisel, oli vanus. Võrreldes ainult naisi, tuli ühe erialaga tudengite vanuse keskmiseks 28,09 ja ühe kõrvalerialaga naiste seas 21,93. Sarnane tulemus oli ka kõikide vastajate vanuse võrdlemisel, kus erines ainult kõrvalerialaga üliõpilaste keskmine vanus, milleks oli 27,63. Põhjenduseks võib olla see, et ühe erialaga vastajate seas oli mitu inimest, kelle vanus oli 30+ ning ühe naissoost tudengi vanuseks oli 52. See oligi põhjuseks, miks ühe erialaga üliõpilaste keskmine vanus osutus küllaltki palju kõrgemaks võrreldes kõrvaleriala tudengitega. Kõige kõrgem vanus kõrvalerialaga tudengite seas oli 26 aastat. Põhjuseks, miks osad ühe erialaga vastajad olid tunduvalt vanemad võib olla see, et kuna kõigil vanematel vastajatel oli erialaks märgitud psühholoogia, oletan, et osad võtavad psühholoogiat kui täiendõpet, et laiendada enda töövaldkonda ja teadmisi.

Hüpotees „Lisakohustused võtnud üliõpilaste enesehinnang on kõrgem, kuna kõrvaleriala on võetud vabatahtlikult ning seega on arvestatud ka enda võimekusega“ ei leidnud konkreetset kinnitust. Kahe katsegrupi võrdlemisel tuli välja kõigest üks statistiliselt oluline erinevus, milleks oli kõrgem tundlikkus teistepoolse märkamise suhtes kõrvalerialaga tudengitel. Võrreldes eraldi omavahel naiste katsegruppe, tulid välja veel mõned erinevused. Selgus, et kõrvalerialaga naistel on kõrgem sotsiaalärevus, tundlikkus teistepoolse märkamise suhtes ning ka negatiivse enesehinnangu alaskaala tulemused olid kõrgemad. Nendest tulemustest võib järeldada, et kuna sellised erinevused ei tulnud välja kõigi katsegruppide võrdlemisel, vaid ainult naiste seas, siis võib oletada, et naiste üldine enesehinnang on mingil määral negatiivselt mõjutatud kõrvaleriala võtmisest.

Statistiliselt oluline erinevus tuli esile naiste katsegruppide võrdlemisel, kus tuli välja, et negatiivse enesehinnangu alaskaala tulemused on kõrgemad nendel, kellel on kõrvaleriala.

Hüpotees „Kõrvalerialaga üliõpilaste keskmine hinne on madalam, võrreldes ühe eriala üliõpilastega, kuna esimeste puhul on õppimisega seotud koormus suurem“ kinnitust ei

leidnud. Keskmised nii üle kõigi hinnete kui ka üle positiivsete olid mõlemal grupil üsna sarnased. Üle kõigi hinnete oli ühe erialaga tudengite keskmiseks 2,941 ja kõrvaleriala tudengitel 3,241. Üle positiivsete hinnete oli keskmiseks 3,231 ühe eriala ja 3,486 kahe eriala tudengite seas. Tulemuste statistilise erinevuse puudumise põhjuseks võib tuua selle, et tudengid, kes võtavad endale kõrvaleriala, on enda võimetes kindlad ning teavad, et nad saavad kahel erialal hakkama. Tõenäolisem põhjus on aga eeldatavasti see, et tegelikult õppetöö maht ei suurene neil, kes võtavad endale kõrvaleriala. Tartu ülikooli bakalaureuse programmi läbimiseks peab tudengil olema tehtud 180 EAP-d. Võttes endale kõrvaleriala, on selle mahuks 60 EAP-d ning enda peaeriala mahuks jääb 120 EAP-d. Seega kokkuvõttes on ka kõrvalerialaga tudengite EAP suurus 180. See põhjendab ka ühe võimalusena, miks minu püstitatud hüpotees paika ei pidanud.

JÄRELDUSED

Antud uuringu tulemuste põhjal ei saa teha kindlat järeldust, et ühe eriala ja kõrvalerialaga tudengite vahel ei ole erinevust nende enesekohastes negatiivsetes tuumikhinnangutes, kuna sellel uurimisel oli mitmeid puudusi. Esiteks oli raskusi piisava arvu katsealuste leidmisel. Nagu paljud vastajad ka ise mainisid, oli küsimustiku mittetäitmise/poolelijätmise põhjuseks see, et see oli küllaltki mahukas ning aeganõudev. Inimestel puudus motivatsioon veeta 40 minutit vastates küsimustele, kui nad ei saa vastu mingisugust tagasisidet või vastutasu. See põhjendab ka selle, miks enamus vastajaid olid kas psühholoogia tudengid või need, kes võtavad psühholoogiat kui kõrvaleriala, sest neil oli võimalik vastamise eest saada katsepunkte. Seega võib oletada, et käesoleva uurimuse tulemusi mõjutas kõige rohkem vastajate vähesus. Vastajaid oli 62, kellest 35 olid kõrvalerialaga ja 27 ühe erialaga. Kuna kogu vastajate arv oli üsna väike, siis antud uurimuse tulemusi võis mõjutada ka see, et kõrvalerialaga küsitletuid oli mõnevõrra rohkem kui ühe erialaga tudengeid. Meeste ja naiste omavahelist võrdlust ei olnud võimalik teha, sest meeste osakaal oli tunduvalt väiksem. See võis olla ka põhjuseks, miks kõikide vastajate tulemustes tuli välja vähem erinevusi kui naiste gruppide võrdlemisel. Lisaandmetes oleksin võinud küsida ka mitmendal kursusel tudengid õpivad ning kõrvalerialaga tudengite puhul, millal nad kõrvaleriala endale olid võtnud. Kindlasti oli neid, kes olid juba varsti lõpetamas ning ka vastupidi – neid, kes olid esimesel kursusel ning olid kõrvaleriala endale alles võtnud ning seega mitte nii palju veel täiskoormusega kokku puutunud. Arvan, et huvitavamaks oleks uurimuse teinud ka see, kui vastajaid oleks rohkem erinevatest ülikoolidest. Hetkel olid enamus Tartu Ülikoolis õppijad ning nagu ka eelmainitud – põhiliselt psühholoogia tudengid või kõrvaleriala võtjad. Seega antud uurimuse valimis puudus mitmekesisus.

Vaatamata sellele, et püstitatud hüpoteesid paika ei pidanud, leidsime antud uurimuses kahe tudengigrupi vahel enesekohastes negatiivsetes tuumikhinnangutes mõningaid statistilisi erinevusi. Ilmnes ka mitmeid probleeme, põhiliselt just valimi osas, kuid vaatamata sellele, annab see töö uusi mõtteid ja ideid järgmisteks uurimusteks, eelkõige valimi suurendamise ja mitmekesistamise osas.

KASUTATUD KIRJANDUS

Bowling, N. A., Wang, Q., & Li, H. Y. (2012). The moderating effect of core self-evaluations on the relationships between job attitudes and organizational citizenship behavior. *Applied Psychology: An International Review*, 61(1), 97-113.

Judge, T. A., Erez, A., Bono, J. E., & Thoresen, C. J. (2002). Are Measures of Self-Esteem, Neuroticism, Locus of Control, and Generalized Self-Efficacy Indicators of a Common Core Construct? *Journal of Personality and Social Psychology*, 83(3), 693-710.

Judge, T. A., Erez, A., Bono, J. E., & Thoresen, C. J. (2003). The Core Self-Evaluations Scale (CSES): Development of a measure. *Personnel Psychology*, 56, 303-331.

Orth, U., Robins R.W, Widaman K.F & Conger R.D. (2013). Is low self-esteem a risk factor for depression? Findings from a longitudinal study of Mexican-origin youth. *Developmental psychology*, Vol 50. (2), 622-633.

Martín-Santos R., Gelabert E., Subirà S., Gutierrez-Zotes A., Langorh K., Jover M., Torrens M., Guillamat R., Mayoral F., Canellas F., Iborra JL., Gratacos M., Costas J., Gornemann I., Navinés R., Guitart M., Roca M., DE Frutos R., Vilella E., Valdés M., Esteve LG., Sanjuan J., Is neuroticism a risk factor for postpartum depression? (2012). *Psychological Medicine*, (42), 1559-1565, Cambridge University Press.

Кравец, Ю.Л. (2010). Социальная адаптация иностранных студентов в образовательной среде. *Психопедагогика в правоохранительных органах*, 2010, № 3 (42), 31-35.

KÄSIKIRJAD

Luuk, A. (2013). *Enesekohaste negatiivsete tuumikhinnangute skaala loomisest ja kasutamisest*. Käsikiri.

Kald, Mari. (2011). *Depressiooni, ärevuse ja stressi tasemete võrdlus välis- ja omamaiste üliõpilaste vahel Austraalias*. Seminaritöö.

Vaaks, Katrin. (2011). *Stressi tase Tartu ülikooli töötavatel ja mittetöötavatel üliõpilastel*. Seminaritöö.

LISAD

Lisaandmed küsitluses

- 1. Perekonnanimi (Soovi korral võid kasutada varjunime)**
- 2. Eesnimi**
- 3. Sugu**
 - Naine; Mees
- 4. Vanus**
- 5. Õpitav põhieriala (Siia kirjuta enda põhieriala)**
- 6. Õpitav kõrvaleriala (kui on)**
- 7. Õppeasutus**
- 8. Kõigi hinnete kaalutud keskmine**
- 9. Positiivsete hinnete kaalutud keskmine**

NÄIDISVÄITED KÜSIMUSTIKEST

Nartsissismi skaala

- Panen igäühe uskuma just seda, mida mina tahan
- Olen pettunud, kui teised mind ei märka
- Tunnen end hästi ainult siis, kui tean, et ma teistele meeldin

EEK-2

- Lootusetus tuleviku suhtes
- Kartus viibida üksi kodust eemal
- Rahutu või katkendlik uni

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.

Diana Aronia