

Tartu Ülikool
Sotsiaal- ja haridusteaduskond
Psühholoogia instituut

Aina Ambrosius

**Skeemiteraapias vanemlikku kogemust retrospektiivselt hindava
küsimustiku adapteerimine eesti keelde ja piloteerimine**

Uurimistöö

Juhendaja: Kaia Kastepõld–Tõrs

Läbiv pealkiri: Vanemlikkust retrospektiivselt hindav küsimustik

Tartu 2020

Skeemiteraapias vanemlikku kogemust retrospektiivselt hindava küsimustiku adapteerimine eesti keelde ja piloteerimine

KOKKUVÕTE

Skeemiteraapia keskmes on negatiivsed lapsepõlve kogemused ja nendest tingitud mittekohastumuslikud skeemid, mis häirivad indiviidi tavapärasest toimimist. J. E. Young töötas välja küsimustiku, mis aitab kaardistada vanemlikest praktikatest tingitud võimalikke skeeme. Aastal 2018 viis teadlaste grupp eesotsas J. P. Louis'ga läbi põhjaliku küsimustiku valiidsuse uuringu ja empiirilistele tõenditele tugineva uuendamise. Käesoleva töö keskmes on uue küsimustiku adapteerimine eesti keelde ja selle piloteerimine tuginedes intervjuudele. Uurimuses osales 11 intervjuueeritavat (mitte-kliiniline mugavusvalim) ja kaks skeemiteraapia terapeuti. Küsimustiku 9 väidet 38-st olid selgelt arusaadavad. 21 väidet vajasis kohandamist või keelelisi korrekture. Sisulist analüüsi ja korrekture vajasis 8 väidet. Küsimustiku kasutuselevõtuks teraapias on edaspidi otstarbekas testida selle valiidsust koos teiste testidega (PARQ; EEK; LEC) ja kaasata võimalusel kliiniline valim.

Märksõnad: tajutud vanemlikkus, varased mittekohastumuslikud skeemid, skeemiteraapia

Adaption to Estonian and piloting of a questionnaire retrospectively evaluating parental experience in Schema Therapy

ABSTRACT

Schema therapy focuses on negative childhood experiences and the resulting Early Maladaptive Schemas, which interfere with an individuals normal functioning. J. E. Young developed an inventory (YPI) to map out possible schemas based on parental experience. In 2018, a team of researchers led by J. P. Louis conducted a comprehensive psychometric validation and update of the YPI. The focus of this work is the adaptation of the new questionnaire into Estonian and piloting it based on interviews. The study involved 11 interviewees (non-clinical) and schema therapy therapists. 9 out of 38 statements in the questionnaire were clearly understood. 21 statements needed to be revised and some needed linguistic corrections. 8 statements needed substantive analysis and necessary changes were made. In the future, it would be essential to test the validity of the questionnaire together with other questionnaires (PARQ; EEK; LEC) and to include a clinical sample.

Keywords: perceived parenting, early maladaptive schemas, schema therapy

SISSEJUHATUS

Empiirilised uuringud toetavad seost lapsepõlves kogetud vanemlikkuse ja psühhopaatoloogia kujunemise vahel (Carlson, 1998; Murray et al., 2000). Negatiivsed lapsepõlve kogemused ja nendest tingitud mittekohastumuslikud skeemid, mis häirivad indiviidi tavapärast toimimist on skeemiteraapia keskmes.

Skeemiteraapia töötas välja ameerika psühholoog ja teadlane Jeffrey E. Young (PhD), eesmärgiga aidata patsientidel toimetulekut häirivaid negatiivseid baasuskumusi tuvastada ja muuta. Teraapia on integratiivne, sisaldades geštaltteraapia, konstruktivismi, kiindumussuhte teooria, psühhodünaamilise lähenemise ja objektisuhete teooria ideid ning loodi algselt täiustamaks A. Beck'i kognitiiv-käitumisteraapiat. Skeemiteraapia on mõeldud isiksusehäirete, traumajärgsete seisundite ning kompleksete või krooniliste häirete psühholoogiliseks raviks. (Young et al., 2003).

Young J. E. (1999) pakkus välja skeemidel baseeruva mudeli selgitamaks vanemlikkuse ja psühhopaatoloogia kujunemise vahekorda ja töötas välja küsimustiku, mis aitab kaardistada vanemlikust kogemusest tingitud võimalikke skeeme. Negatiivsed baasuskumused ehk varased mittekohastumuslikud skeemid on skeemi tasemel uskumused enda, teiste ja maailma kohta ning kujunevad välja lapsepõlves või noorukieas kogetust tulenevalt.

Varased mittekohastumuslikud skeemid on laiaulatuslikud ja ajas püsivad. Sisaldavad mõtteid, emotsioone, mälestusi ning võivad sisaldada ka kehalisi reaktsioone. Mittekohastumuslikud skeemid raskendavad indiviidil kohanemist muutuvate oludega, sest on elu jooksul juurdunud ning jätavad ta haavatavaks psüühiliste probleemide väljakujunemisel, nagu näiteks isiksusehäired (Ball et al., 2001) ja toitumishäired (Leung et al., 1999). Negatiivsete skeemidega toimetulekuks, võivad välja kujuneda düsfunktsionaalsed emotsionaalsed, kognitiivsed või käitumise viisid, mis ise ei ole skeemid, vaid nõ. skeemi tagajärg olevikus.

Vanemlikkuse ja psühhopaatoloogia kujunemise vahelise seose empiiriline tõendamine on keeruline ja tihti küsitava väärtusega. Katseisikud peavad meenutama kogemusi minevikust,

mis võivad olla moonutatud ning mõjutatud hiljuti aset leidnud kogemustest või kognitiivsetest kaitsemehhanismidest. Kuid vaatamata metodoloogilistele raskustele, toetavad paljud uuringud siiski seost indiviidi lapsepõlve elukvaliteedi ja psühhopatoloogia kujunemise vahel (Carson 1998). Kuid seos ei ole kategooriline, sest oluline roll on indiviidi isiksuseomadustel ja teistel keskkondlikel teguritel.

Youngi sõnul on lisaks vanemlikele praktikatele suur osakaal häirete väljakujunemisel paljude individuaalsete ja keskkondlike tegurite koosmõjul, eelkõige lapse isikuomadustel. Oluline osakaal valusate lapsepõlve kogemuste kujunemisel skeemideks on just indiviidi emotsionaalsetel omadustel. Sarnase vanemliku kogemusega lapsed võivad olla mõjutatud täiesti erinevalt isikuomaduste tõttu. Olulise isikuomadusena nimetab Young sotsiaalsust, mis aitab paljudel juhtudel elus edukalt edasi toimida, vaatamata väärkohtlemisele või kuritarvitamisele lapsepõlves. (Young et al., 2003)

Young töötas välja küsimustikud vanemlike praktikate- ja skeemide tasemete hindamiseks. Kliinilisele kogemusele tuginedes valmis „Young Parenting Inventory“ (YPI), mille abil saab hinnata tajutud vanemlikku kogemust ja kaardistada võimalikke mittekohastumuslike skeeme. Küsimustiku puudusena saab nimetada asjaolu, et selle valiidsus ei ole algselt empiiriliselt tõendatud (Louis et al., 2018).

„Young Schema Questionnaire short“ (YSQ-S) on loodud mittekohastumuslike skeemide taseme mõõtmiseks. Küsimustikku on korduvalt suurvalimiga uuritud ning empiiriliselt on tõendatud selle kliiniline ja psühhomeetriline valiidsus (Stopa et al., 2001; Waller et al., 2001; Welburn et al., 2002, viidatud Sheffield et al., 2005 kaudu).

YPI ankeet koosneb 72 väitest indiviidi vanemate kirjeldamiseks, mida tuleb hinnata 6-astmelisel skaalal. Iga väide vanema käitumise kohta on seotud ühega 18-st mittekohastumuslikust skeemist.

YSQ-S on 75-st väitest koosnev enesekohane küsimustik, mis mõõdab mittekohastumuslike skeemide taset indiviidil. Kaheksateist YPI skeemi on seotud vastava skaalaga YSQ-S küsimustikus. Näiteks emotsionaalse deprivatsiooni skaala YPI-s peaks positiivselt korreleeruma emotsionaalse deprivatsiooni skaalaga YSQ-S küsimustikus. (Young et al., 2003)

Mõlemat küsimustikku on laialdaselt uuritud ja adapteeritud erinevatesse keeltesse. Paljudes keeltes ja kultuuriruumides on küsimustikku lühendatud või uuendatud ilma piisavate

empiiriliste tõenditeta. Eriala praktikute hulgas on küsimustik kõrgelt hinnatud ja võimaldab hinnata vanemlikku käitumist ja võimalikke tajutud kogemusest tingitud psühholoogilisi häireid. Hetkeseisuga on eesti keelde adapteeritud skeemi olekute küsimustik (Schema Mode Questionnaire) ja Youngi skeemiküsimustik (Young Schema Questionnaire).

Käesoleva töö raames on oluline välja tuua kaks uurimust, mille keskmes oli Youngi vanemliku kogemuse hindamiseks ja võimalike mittekohastumuslike skeemide kaardistamiseks loodud YPI küsimustiku valiidsuse uurimine ja vajadusel uuendamine.

Aastal 2005 viidi Sheffield et al., poolt läbi YPI küsimustiku valiidsuse uuringud ja empiirilistele andmetele tuginev uuendamine. Valimis oli 422 mitte-kliinilist üliõpilast vanuses 18-61 aastat (keskmine vanus 24,5; 83,6% naissoost). Kõik kasteisikud täitsid YPI küsimustiku ja 160 katseisikut täitsid lisaks YSQ-S küsimustiku lühikese versiooni konstruktivaliidsuse leidmiseks. Sheffieldi et al. (2005) uuring sisaldas faktoranalüüsi, reliaabluse ja konstruktivaliidsuse uuringuid.

Faktoranalüüsile tuginedes töötati välja uus lühem versioon küsimustikust - YPI-R, mis koosneb üheksast peaskaalast algse seitsmeteistkümne asemel. Uurimuses leiti, et YPI küsimustiku skaalad on statistiliselt olulised, kuid kinnitust ei saanud hüpoteesis toodud seosed negatiivsete vanemlike praktikate ja mittekohastumuslike skeemide vahel. Uuringus selgus, et negatiivne vanemlik käitumine on põhjuseks pigem mitme erineva mittekohastumusliku skeemi kujunemisel, kui ühe kindla vastava skaala skeemi kujunemisel. Autorid rõhutavad, et mõned YSQ-S küsimustiku skaalad mõõdavad pigem düsfunktsionaalseid kohanemise strateegiaid, kui mittekohastumuslikke skeeme.

Aastal 2018 viis teadlaste grupp eesotsas J. P. Louis'ga läbi põhjaliku YPI küsimustiku reliaabluse ja valiidsuse uuringu ning empiirilistele andmetele tugineva uuendamise.

Louis et al. (2018) uurimistöö eesmärgiks oli Youngi 17-faktorilise YPI (1999) ja Sheffield et al. (2005) 9-faktorilise mudeli psühhomeetriliste omaduste ja valiidsuse analüüs ning vajadusel uue versiooni väljatöötamine.

Uuringu valim oli representatiivne, koosnedes Ida- ja Lääne kultuuritaustaga inglise keelt valdavatest vabatahtlikest katseisikutest (Singapur; USA; Manila; Jakarta), kokku 3424 osalejat, keskmise vanusega 38,5 aastat.

Uuringu protsess koosnes kolmest etapist. Esiteks, identifitseeriti YPI küsimustiku nõrgad tegurid. Faktoranalüüs andis nõrga tulemuse Youngi 17- faktorilisele mudelile, millest arvati andmetele tuginedes välja 13 faktorit. Teiseks, arendati valdkonna ekspertidest koosneva meeskonna poolt välja 204 uut väärtust tugevdamiseks YPI küsimustiku puudusi ning lisati testimiseks uusi, kliiniliste sessioonide käigus kogutud väärtusi. Kolmandaks, viidi läbi faktoranalüüs uuendatud ja lühemale versioonile, mille tulemusel osutusid oluliseks 5 faktorit ja 20 väärtust isadel ning 6 faktorit ja 33 väärtust emadel. Uus kombineeritud (ema + isa) versioon YPI-R2 küsimustik koosneb seega 6-st faktorist ja 36-st väitest, millest 15 väidet on algsest YPI küsimustikust ja 21 väidet on uued või uuendatud.

Koostöös eriala spetsialistidega uuendatud ja kohandatud ning empiirilistele andmetele tuginevad YPI-R2 küsimustiku negatiivsed vanemlikud skeemid on järgnevad:

1. Konkurentsi ja staatuse taotlemine
2. Eraldatus ja tõrjutus
3. Emotsionaalne pidurdatus ja deprivatsioon
4. Liigne kaitsmine ja üleseotus
5. Karistavus
6. Kontrollivus

Uue ja kohandatud YPI-R2 küsimustiku valiidsuse uuringud viidi läbi Ameerika Ühendriikides. Konstruktivaliidsuse leidmiseks analüüsiti YPI-R2 küsimustikku koos teiste mõõtevahenditega (EMBU; CTQ; PARQ jne).

YPI-R2 küsimustiku näitajad korreleerusid statistiliselt olulisel määral teiste analoogsete mõõtevahenditega. Louis et al. (2018) avaldatud uuringus osutus YPI-R2 statistiliselt oluliseks ennustamaks kliiniliselt olulisi tegureid ja korreleerus positiivselt mittekohastumuslike skeemidega, mis on skeemiteraapia keskmes ning seotud lapseõlve negatiivse vanemliku käitumisega. Uuringus sai kinnitust vanemate ja lapse vahelise suhte olulisus varaste mittekohastumuslike skeemide kujunemisel. Ühtlasi on küsimustikul eeldused olla valiidne erinevates kultuuriruumides, sest valim hõlmas nii Ida- kui Lääne kultuuritaustaga katseisikuid. Uuringu puudusena saab nimetada mitte-kliinilist mugavusvalimit.

Võimalik kultuuride ülene relevantsus, empiiriline tõendatus ja suur valim on peamised põhjused, miks Louis et al. (2018) uurimistöö käigus koostatud küsimustik valiti käesoleva

töö adapteerimiseprotsessi aluseks. Niivõrd laiaulatusliku ja tõenduspõhise taustaga küsimustikku oleks väga ressursimahukas Eestis kohapeal konstrueerida ning oluliselt ratsionaalsem on adapteerida olemasolev põhjalik küsimustik. Seejärel on võimalik küsimustikku eesti keele ja kultuuriruumis testida ning tulemuste põhjal otsustada, kas testi kasutamine teraapias põhjendatud.

Käesoleva töö eesmärk on vanemlikkust retrospektiivselt hindava mõõtevahendi YPI-R2 (Louis et al., 2018) adapteerimisprotsess, tõlkimine ja tagasitõlge ning piloteerimine. Andmeid plaanitakse koguda normaalpopulatsioonist ja analüüsida adapteeritud küsimustiku YPI-R2 psühhomeetrilisi omadusi. Vajalike andmete kogumiseks viiakse läbi piloteerimine, mis tugineb intervjuudele ja skeemiteraapia terapeutide kommentaaridele. Saadud andmete põhjal analüüsitakse küsimustiku väidete psühhomeetrilisi omadusi ja viiakse läbi küsimustiku väidete sisuline- ja keeleline analüüs. Ühtlasi kohandatakse vajadusel küsimustiku väited eesti keele- ja kultuuriruumi sobivaks.

Kuigi negatiivsed vanemliku käitumise praktikad näivad olevat suhteliselt universaalsed, loodetakse vajadusel välja tuua vanemlikkusega seotud kultuurilised, ajalised, keelelised või muud erinevused ja hinnata küsimustiku kasutamise õigustatust. Käesoleva uurimistöö lõppeesmärk on YPI-R2 küsimustiku eesti keelde adapteerimine ja kohandamine, et seda oleks võimalik vajadusel teraapias kasutada. Ühtlasi püütakse jõuda arusaamani, kas küsimustiku väited mõõdavad ka eesti kultuuriruumis väärtusi, milleks need on loodud.

Louis et al., (2018) koostatud küsimustik YPI-R2 on vajalik skeemiteraapias vanemliku käitumise hindamise läbiviimiseks. Küsimustik mõõdab skeemiteraapia keskmes olevaid kliiniliselt olulisi tegureid, mis on seotud lapsepõlves ja noorukieas kogetud negatiivse vanemliku käitumisega. Eesti keeles ei ole hetkel piisavalt vajalikke adapteeritud ja kohandatud mõõtevahendeid vanemlikkuse hindamiseks. Küsimustikku saab kasutada ka teistes teraapiavormides, kui tekib vajadus indiviidi lapsepõlvest pärinevate düsfunktsionaalsete mõtlemise, tunnetuse- või käitumise mustrite psühholoogiliseks analüüsiks ja raviks. Kuna vanemlikkusega seotud kogemused on inimese arengu vaates oluline etapp ja teraapias informatiivne allikas, on küsimustik tööks vajalik ja oluline abivahend.

UURINGU MEETOD

Käesoleva uurimistöö eesmärk on vanemlikkust retrospektiivselt hindava mõõtevahendi YPI-R2 (Louis et al., 2018) adapteerimisprotsess (tõlkimine-tagasitõlge) ja piloteerimine. Küsimustiku psühhomeetriliste omaduste analüüsiks viiakse läbi adapteeritud küsimustiku piloteerimine, mis tugineb intervjuudele ja skeemiteraapia terapeutide kommentaaridele. Saadud andmete põhjal analüüsitakse küsimustiku väidete sisulist ja keelelist mõistetavust ning kohandatakse vajadusel küsimustiku väited eesti keele- ja kultuuriruumi sobivaks. Püütakse selgitada, kas küsimustiku väited mõõdavad ka eesti kultuuriruumis väärtusi, milleks need on loodud.

YPI-R2 küsimustik on vanemlikkust retrospektiivselt hindav mõõtevahend, mis koosneb 36-st väitest. Väidetele palutakse vastata 6-pallisel skaalal, kus 1 tähistab hinnangut „mitte kunagi“, 2 on „peaaegu mitte kunagi“, 3 on „harva“, 4 on „mõnikord“, 5 on „sageli“ ja 6 tähistab hinnangut „kirjeldab teda täpselt“. Kahel originaaltesti väitel on kaks tõlkeversiooni, mis lisab küsimustikku 2 väidet algele 36-le väitele lisaks. Kõigepealt teostati küsimustiku tõlkimine ja toimetamine eesti keelde, seejärel tagasitõlked ning vajalikud sisulised või keelelised korrektuurid. Andmete analüüs ja küsimustiku eesti keelde kohandamise protsess tugines intervjuudele (11 katseisikut) ja skeemiteraapia terapeutide kommentaaridele. Kogutud andmete alusel viidi sisse vajalikud korrektuurid küsimustiku lõpliku versiooni.

TÕLKED JA TAGASITÕLGE

Tõlgete teostamise protsessis osales lisaks käesoleva töö autorile veel kaks isikut. Kaasatud tõlkijatel on reaalne ja pikaajaline kogemus inglise keelses keskkonnas elamise ja õppimisega, mis aitab kaasa kõnekäänu nüansside võimalikult lähedasele tabamisele.

Kõigil kolmel tõlkijal on eelnev õppimise, töö ja elamise kogemus eesti- ja inglise keelses kultuuriruumis ning nad on tuttavad igapäevakeele kasutusega. Kaks kaastõlkijat esindavad erinevaid vanuserühmi. Esimene neist on 26 aastane naissoost isik, kelle emakeel on eesti keel. Ta on õppinud 6 aastat Eesti koolisüsteemis, 2 aastat Suurbritannia ja 4 aastat

Ameerika Ühendriikide haridussüsteemis. Lõpetanud ülikooli Suurbritannias ja töötanud Ühendriikides. Teine kaastõlkija on 40 aastane naissoost isik, kelle emakeel on eesti keel. Ta on töötanud ja õppinud 10 aastat Ameerika Ühendriikides ning töötab tänaseni igapäevaselt inglise keelses keskkonnas.

Käesolevas töös teostati „edasi-tagasi-tõlked“. Kolm tõlkijat tõlkisid iseseisvalt väited, juhendi ja skaala inglise keelest eesti keelde. Seejärel arutati tõlkeversioonid koostöös läbi ja valiti välja kõige kohasem versioon tõlkest, mida vajadusel täiendati.

Tagasitõlked teostas Tartu Ülikooli psühholoogia magistriõppe tudeng, kellel on eelnevalt kraad inglise keelses õppes. Tagasitõlke teostaja ei osalenud inglise keelest eesti keelde tõlkimise protsessis ja tal puudus ülevaade võimalikest kitsaskohtadest tõlkimisel. Talle esitati eesti keelsed väited, juhised ja skaala ning paluti need inglise keelde tõlkida.

Tagasitõlked on sisu poolest originaalile vastavad ja erinevused esinevad vaid sünonüümide kasutuses. Kuna YPI-R2 küsimustiku eesti keelsed väited peavad olema lihtsasti mõistetavad erineva hariduse ja sotsiaalse taustaga inimestele, lähtuti tõlgete teostamisel, valimisel ja tagasitõlgete analüüsis eeldusest, et tagasitõlge ei pea sõna-sõnalt kattuma originaalkeele sõnastusega, vaid pigem väljendama sama mõtet, sisaldama lähedase kasutussagedusega sõnavara ning olema kasutatav standardtähenduses.

INTERVJUUD

Peale kolme erineva tõlke põhjalikku analüüsi, valikute langetamist, tagasitõlkimist ja eelnevast tulenevate korrektuuride läbiviimist, kohandati intervjuu ankeet. Esialgne ankeet koosnes 38-st väitest, millest kaks on lisaväited tõlkeversioonidest, millede vahel oli keeruline valida ja otsustati testida mõlema tõlkeversiooni sobivust. Seega kahel originaaltesti väitel on kaks tõlkeversiooni, mis lisab küsimustikku kaks väidet algsele 36-le lisaks.

Uurimistöö teostamise aeg langes viirusest COVID-19 tingitud eritingimuste perioodi ja intervjuud viidi peamiselt läbi Skype'i või Facetime'i vahendusel.

Katseisikutel paluti välja printida intervjuu ankeet ja see iseseisvalt täita. Küsitluse ja väidete sisu paluti kõrvaliste isikutega mitte arutada ja anda märku, kui ankeet on täidetud. Lisaks originaalversiooni tõlkeversioonile paluti katseisikutel märkida eraldi veergu tärn väidete kohta, mis on raskesti- või mitmeti mõistetavad või tekitavad küsimusi. Tärniga väidetele pöörati intervjuu käigus erilist tähelepanu ja analüüsiti nende sisulisi- ja keelelisi tähendusi katseisikuga. Intervjuudes paluti väidete sisu kontrollimiseks erinevaid väiteid

pisteliselt ümbersõnastada, hinnata väidete arusaadavust ning arutati teisi võimalikke sõnastusi ja tõlkeid väidetele.

VALIM

Katseisikud valiti erinevate vanusegruppide esindajate hulgast ning järgiti, et erinevast soost intervjueeritavaid oleks enamvähem võrdselt. Tegemist on mitte-kliinilise mugavusvalimiga. Järgnevalt on märgitud uuringus osalenud isiku sugu, vanus, haridus ja intervjuu läbiviimise aeg.

1. mees / 44 / kõrgharidus, 05.04
2. naine / 40 / kõrgharidus, 05.04
3. mees / 23 / kõrgharidus, 22.04
4. naine / 45 / kõrgharidus, 05.04
5. mees / 18 / põhiharidus, 06.04
6. naine / 46 / kõrgharidus, 18.04
7. mees / 55 / keskeriharidus, 05.05
8. naine / 72 / kõrgharidus, 20.04
9. mees / 31 / kõrgharidus, 23.04
10. naine / 28 / keskeriharidus, 05.05
11. naine / 31 / kõrgharidus, 20.04

Lisaks andsid oma panuse küsimustiku viimistlemisse kaks skeemiteraapia terapeuti, kes andsid omapoolsed sisulised ja keelelised kommentaarid küsimustikule.

PILOOTUURINGU TULEMUSED

KOMMENTAARIDE TABEL

Järgnevalt on esitatud tabel, kus vertikaalselt on märgitud väite number küsimustikus ja horisontaalselt katseisikute sugu ja vanus ning nende poolt märgitud väited küsimustikus. Horisontaalis on lisatud ka kaks skeemiteraapia praktikut (S.t) ja nende poolt märgitud väited.

Tabelis tähistab „x“ vastava isiku kommentaari reas olevale väitele. Viimases veerus on toodud number, mitu probleemset kommentaari antud väitel kokku oli ja tabeli lõpus on lisatud ka kommentaarid juhisele ning skaalale. Lisaks on analoogväidete paaride 26-37 ja 29-38 juures lisatud „e“, mis tähistab vastava isiku eelistust topeltväidete paaris.

Nr.	m(18)	m(23)	n(28)	n(31)	m(31)	n(40)	m(44)	n(45)	n(46)	m(55)	n(72)	S.t	S.t	Kokku
1.									x					1x
2.				x				x	x				x	4x
3.									x				x	2x
4.														0x
5.	x		x	x					x				x	5x
6.													x	1x
7.													x	1x
8.									x				x	2x
9.				x					x				x	3x
10.									x					1x
11.	x	x											x	3x
12.								x						1x
13.														0x
14.								x				x		2x
15.														0x
16.														0x
17.														0x
18.			x	x	x				x			x	x	6x
19.														0x
20.													x	1x
21.			x										x	2x
22.									x					1x
23.													x	1x
24.				x								x		2x
25.													x	1x
26.	e		e	e	e	e	e	e	x	e		x	e,x	3x
27.														0x
28.									x				x	2x
29.	e	e	e	e	e	e	e	e	x	e			e	1x
30.									x				x	2x
31.	x								x				x	3x
32.		x												1x
33.									x					1x
34.														0x
35.														0x
36.									x				x	2x
37.		e							x			x		2x
38.						x			e					1x
Juh						x		x					x	3x
Skl.	x			x							x			3x

Järgnevalt on esitatud juhend, skaala ja väited ning välja toodud nendega kaasnenud märkused, küsimused, tõlgendused ja analüüsi põhjal koostatud uus versioon.

JUHEND

Siinkohal on oluline märkida, et juhendit kohandati üheteistkümne intervjuu jooksul kolm korda. Esimese versiooni alusel vastas neli katseisikut, teise versiooni alusel üks ja viimase kohandatud versiooni alusel kuus katseisikut ja skeemiteraapia praktikud. (Vt. lisa 2) Sisuliselt oli esialgne juhend katseisikutele arusaadav ja sellele tuginedes täitsid ankeedi esimesed neli katseisikut. Kahele neist jäi paar lauset segaseks. Ühe sõnul oli esimene lause raskesti haaratav ja pidi uuesti lugema. Kaks intervjuueeritavat lisasid, et neil jäi tähelepanuta soovitus märkida kõrgeim hinne skaalal, mispeale täiendati juhust fraasiga: *“Kui kahtlete kahe vastusevariandi vahel valige kõrgeim”*.

Katseisikute sõnul hõlbustas ankeedi täitmist kaalukohtades soovitus, mitte jääda liiga pikalt kaaluma. Eelnevast lähtuvalt täiendati juhendit küsimusi tekitanud lausetes ja valmis teine versioon. (Vt. lisa 2)

Teisest juhise versioonist lähtuvalt täitis ankeedi üks katseisik. Ta märkis ära mitu lauset, mis tekitasid küsimusi või olid sõnad liigselt keerulised. Samuti soovitati vanema puudumine tõsta teise, võimaliku hooldaja hindamise juhise juurde. Saadud kommentaaridele tuginedes vormistati juhise kolmas versioon, mida kasutati viimase kuue intervjuu läbiviimisel ankeedi täitmise juhendina. Samuti andsid sellele juhendile kommentaarid skeemiteraapia praktikud.

III versioon:

Palume kasutada oma vanemate kirjeldamiseks tabeli esitatud väiteid. Lugege iga väidet ja otsustage, kui hästi see kirjeldab Teie vanemaid ja viisi kuidas nad Teid kohtlesid. Valige kõrgeim hinne vahemikus 1 - 6, mis kirjeldab Teie isa ja ema, kui olite laps ning kirjutage numbrid väite ette tühikutesse. Kui keegi hoolitses Teie eest ema ja isa asemel, andke hinnang sellest inimesest lähtudes. Kui Teil ei olnud ema või isa, jätke vastav veerg tühjaks. Ärge jääge liiga pikalt kaaluma, märkige ära esmane hinnang ja liikuge edasi järgmise väite juurde. Kui kahtlete kahe vastusevariandi vahel valige kõrgeim.

Kolmanda juhendi versiooniga ei tekkinud keelelisi küsimusi sõnastuses ja katseisikutele oli juhend selgelt mõistetav. Sisulise poole pealt tekkis ühel intervjuueeritaval küsimus, et kui isa ja kasuisa roll on nõ. hüplik ning puudub ühest vanemast terviklik pilt, kas sellisel juhul valida üks või teine või hinnata nende rolle läbisegi isa hinnangute veerus. Siinkohal võib kaaluda ka mõlema, isa ja kasuisa kirjelduste kombineerimist ehk kumb, vanem või hooldaja vastava väitega eelkõige meenub ja vastavalt sellele hinnata, sest küsitluse peamine eesmärk praktikas on vanemlikust käitumisest põhjustatud mittekohastumuslike skeemide tuvastamine.

SKAALA

Intervjuude läbiviimisel kasutati kolme skaalade versiooni, milles viidi sisse väikesed muudatused tulenevalt vajadusest. Esimese versiooni alusel vastas neli katseisikut, teise versiooni alusel üks katseisik ja viimase versiooni alusel kuus katseisikut ning skeemiteraapia praktikud. (Vt. lisa 2)

Seoses ühe katseisiku märkusega, et skaala hinnang nr. 2 on raskesti mõistetav ja puudub arusaadav erisus hinnanguga nr. 3 ehk „*enamasti mitte*“ ja „*harva*“ on liiga sarnased, vahetati teises ankeedis hinnang „*enamasti mitte*“ hinnangu „*peaaegu mitte kunagi*“ vastu. Teine katseisik ütles, et lähtus täitmisel enamasti kolmest hinnangust, „*mitte kunagi*“, „*harva*“ ja „*sageli*“ ning oleks soovinud lisaks hinnangut „*ei mäleta*“ paaril korral kasutada. Kuid selle hinnangu lisamine looks võimaluse valusatele küsimustele nõ. mitte vastata, mis on vastuolus küsimustiku eesmärgiga. Tõenäoliselt on küsimustiku autorid teadlikult mitte-hinnangu andmise võimaluse välja jätnud. Kuna rohkem küsimusi seoses skaalaga esimesel neljal intervjuueeritaval ei olnud, viidi sisse üks muudatus „*peaaegu mitte kunagi*“. (Vt. lisa 2)

Teist skaala versiooni, koos inglise keelse versiooniga, kasutati vaid ühe katseisiku ankeedi täitmise ja intervjuu juures. Kuna eesti keelsete hinnangute sisu oli täiesti arusaadav ja hästi kasutatav, jäadi olemasoleva tõlke juurde. Kustutati ära skaala inglise keelsed hinnangud, mis olid esimesel kahel versioonil täiendusena juures. Ühtlasi võimaldasid edaspidised intervjuud testida skaala eesti keelseid näitajaid ilma inglise keelse täienduseta ning uurida, kas tekib küsimusi skaala hinnangute osas.

III hindamise skaala:

- 1 = **mitte kunagi**
- 2 = **peaaegu mitte kunagi**
- 3 = **harva**

- 4 = **mõnikord**
- 5 = **sageli**
- 6 = **kirjeldab teda täpselt**

Järgnevad kuus katseisikut ja skeemiteraapia praktikud vastasid kolmandast skaalast lähtuvalt ning tekkis vaid küsimus skaala viimase punkti osas, nimelt oleks 75 aastane katseisik soovinud kasutada hinnangut „*alati*“ fraasi „*kirjeldab teda täpselt*“ asemel. Teiste katseisikute jaoks oli hinnang „*kirjeldab teda täpselt*“ arusaadav ja hästi kasutatav, nooremate katseisikute sõnul on

hinnang intuiitiivselt arusaadav ja see jäeti muutmata. Üks katseisik oleks soovinud ühe väite juures kasutada hinnangut 4,5 ehk „*mõnikord*“ ja „*sageli*“ vahele jäävat kriteeriumi. Kuid seda ei eksisteeri originaalis ja on keeruline ka juurde luua, seega skaala kolmandas versioonis enam muudatusi ei tehtud.

KÜSIMUSTIKU VÄITED JA NENDE ANALÜÜS

Järgnevalt on esitatud küsimustiku väited kolme erineva plokina. Väidete analüüs tugineb peamiselt intervjuudele 11 katseisikuga ja kahe skeemiteraapia terapeudi kommentaaridele. Esimeses osas on 9 väidet, mis olid kõigile katseisikutele arusaadavad, ei tekitanud küsimusi ja vastasid ümbersõnastustes originaalväite sisule. Teises osas on 22 väidet, millede juures märgiti üks või kaks kommentaari ja nende analüüs. Antud väidete kommentaarid puudutasid valdavalt keelelisi küsimusi/eelistusi ja vähem sisulisi probleeme. Kolmandas osas on esitatud 7 kõige problemaatilisemat väidet käesolevas küsimustikus. Väidete juures olid probleemid nii sisulist, kui ka keelelist laadi ning vajasis seetõttu täpsemat analüüsi. Väidete ees sulgudes on konkreetse väite järjekorra number küsimustikus.

I. selged ja arusaadavad väiteid

Järgnevalt on esitatud 9 väidet, millede sisu oli kõikidele intervjuueeritavatele ja eriala praktikutele selgelt mõistetav (0 kommentaari) ning väited võib küsimustikku jätta olemasoleval kujul. Lisaks on väited universaalselt mõistetavad ja teemakohased. Ühe väite juures on lisatud intervjuu käigus küsitud informatsioon, kuna väite tõlkimise juures esines erinevaid arvamusi. Väite ees sulgudes on märgitud selle asukoha number küsimustikus.

1. (nr.4) Kritiseeris mind pidevalt.

2. (nr.13) Hellitas mu ära, sest oli liiga järeleandlik või liialt lubav.

Kuna väide tekitas tõlkimisel probleeme, uuriti katseisikutelt fraasi „*hellitas mu ära*“ sobivust. Üks intervjuueeritav soovitas proovida leida sellele asendust, aga teiste katseisikute sõnul väljendab „*hellitas mu ära*“ täpselt vastavust originaalile „*spoiled me*“.

3. (nr.15) Karistas mind, kui tegin midagi valesti.

4. (nr.16) *Tekitas minus süütunde, kui ma temaga ühel meelel ei olnud.*
5. (nr.17) *Kui ma ei soovinud ise keerulist või ebameeldivat ülesannet teha, tegi ta tavaliselt selle minu eest ära.*
6. (nr.19) *Pani mind ennast tundma pere „musta lambana“.*
7. (nr.27) *Tal puudus huumorimeel.*
8. (nr.34) *Kohtles mind nagu oleksin habras.*
9. (nr.35) *Pani mind tundma mitte-armastatuna ja tõrjutuna.*

II. keeleliselt problemaatilised väiteid

Järgnevalt on esitatud 22 väidet, millede kommentaaride veerus on maksimaalselt kaks x-i. Väitele on lisatud intervjuude käigus kogutud informatsioon ja analüüs. Esitatud väidete kommentaarid on valdavalt seotud keele kasutuse, eelistuste või küsimustes esinenud väikeste vigadega. Vajadusel on tehtud vastavad korrektuurid.

1. (nr.1) Väärkohtles mind füüsiliselt: näiteks lõi mind või viskas mind asjadega.

Üks katseisik märkis täni kommentaari veergu kuna tekkis küsimus, miks ainult füüsiline, kas vaimse väärkohtlemise teema tuleb? Kuna vaimse väärkohtlemise teemat hõlmab väide nr. 6, võib see jääda olemasoleval kujul, sest kõikidele intervjuueeritavatele oli väite sisu selgelt mõistetav ja nad ümbersõnastasid väite peaaegu samade sõnadega. Erinevates kultuuriruumides, nagu ka erinevates peredes, esineb füüsilist vägivalda rohkem või vähem ja inimestel kaasnevad sellega erinevad emotsioonid, kuid väite sisu on universaalselt mõistetav.

2. (nr.3) Tegi liiga palju asju minu eest ära, selle asemel, et lasta mul ise teha.

Skeemiterapeut soovib muuta lause esimese poole sõnade järjestust, et rõhk oleks „minu eest ära tegemisel“. Ettepanek on asjakohane ja vastav muudatus viiakse sisse ning lõplikus versioonis on väide: „Tegi minu eest liiga palju asju ära, selle asemel, et lasta mul ise teha“.

3. (nr.6) Väärkohtles mind verbaalselt: kutsus mind halvustavate nimedega, karjus mu peale, vandus või ähvardas mind.

Ühel praktikul tekkis küsimus, kas eesti keeles „*halvustavate nimedega*“ kutsumine on korrektne keele kasutus. Kuna antud sõnade paar on kasutatav ka teistes psühholoogilistes küsimustikes, mis on seotud eelkõige laste- ja naiste vastase vägivallaga (enu.ee; kriminaalpoliitika.ee) jäeti fraas väitesse olemasoleval kujul, sest väite sisuline tähendus ei tekitanud üheski intervjuueeritavas küsimusi. Võimalik oleks kasutada fraasi „*nimetas mind halvustavalt*“, aga see ei haaku edaspidise loeteluga ning ei ole kõnekeeles tavapäraselt kasutusel.

Üks katseisik uuris, kas oleks võimalik tõsta väide füüsilise väärkohtlemise väite järele, et ei tekiks küsimust, kas viimase all on mõeldud igasugust väärkohtlemist. Kuna mõlemad väited sisaldavad täpset laiendit, millist väärkohtlemist antud väites on mõeldud, ei ole väidete asukoha muutmise otseselt vajalik.

4. (nr.7) *Muretses pidevalt, et ma võin haigestuda.*

Soovitati sõna „*haigestuma*“ asemel kasutada sõnapaari „*haigeks jääma*“, mida võib edaspidi kaaluda, aga kuna tunnetuslikult hõlmab sõna „*haigestuma*“ laiemat spektrit, näiteks ka õnnetusjuhtumeid, mida „*haigeks jääma*“ ei sisalda, märkides pigem aeglasema kuluga haigusi, jäeti väide muutmata. Väite sisu oli katseisikutele selge ja küsimusi ei tekitanud. Üks katseisik nentis, et lähtus küsimustiku täitmisel füüsiliselt haiget saamisest, näiteks alla kukkumise pärast muretsemisest, aga tänapäeval oma laste osas, muretseb pigem vaimse haiget saamise pärast.

5. (nr.8) *Pani mind ennast süüdi tundma, kui ma ei asetanud tema huve enda omadest ettepoole.*

Üks intervjuueeritav arvas, et „*pani mind ennast süüdi tundma*“ on keeruline lugeda ja koheselt mõista ning väite esimene pool otsustati muuta algselt tõlgetes olnud versiooni vastu „*tekitas minus süütunnet*“. Kuus intervjuueeritavat ja terapeudid lähtusid väitest: „*Tekitas minus süütunnet, kui ma ei asetanud tema huve enda omadest ettepoole*“ ja see katseisikutes enam küsimusi ei tekitanud.

Sisulise poole pealt soovitas eriala praktik kaaluda sõna „*huve*“ asemel tugevamat väljendit, mis väljendaks vajaduste, soovide, heaolu või eelistuste ettepoole seadmist. Kuna originaalis on „*his/her needs*“ ehk „*vajadusi*“, kõlab „*huve*“ tõesti liiga leebelt, viidates justkui hobidele, kuid väide mõõdab skeemi kontrollivus. Rõhu tugevdamiseks valiti kaks sõna ühte mõtet

väljendama: „Tekitas minus süütunnet, kui ma ei asetanud tema vajadusi ja soove enda omadest ettepoole“.

6. (nr.10) Oli nõudlik, eeldas, et asjad käivad tema soovide järgi.

Kergemaks lugemiseks soovitati lause esimene koma vahetada sõna „ja“ vastu. Muutus viidi sisse ja kaheksa inimest täitsid versiooni: „Oli nõudlik ja eeldas, et asjad käivad tema soovide järgi“. Üks katseisik avaldas soovi väite kahte poolt eraldi hinnata. Nõudlik olemine ei pruugi sisaldada soovi, et asjad käivad tema soovide järgi. Kuid antud kontekstis on mõeldud nende koos esinemist, mitte lihtsalt nõudlik olemist, sest väide mõõdab vanemlikku negatiivset skeemi kontrollivus.

7. (nr.12) Tal oli ebamugav näidata oma tundeid teistele, isegi nendele keda ta hästi tundis.

Kaks 40-aastasest intervjuueeritavat märkisid, et sel ajal ei näidanud keegi oma tundeid ja ühtlasi ei mäletata vanemate tunnete näitamisest üldse midagi. Üks katseisik ei osanud seetõttu vastust öelda ning oleks soovinud märkida „ei mäleta“. Ühtlasi arvati, et sõna „teistele“ on liiga lai mõiste ja „lähedastele“ meeldiks oluliselt rohkem. Kuna väide mõõdab skeemi emotsionaalne pidurdatus ja deprivatsioon, sisaldab sõna „teisi“ ka inimesi, kes ei pruugi olla nõ. lähedased, sest sõna lähedased seostub eelkõige kitsama sugulaste ringiga. Valdavalt mõeldi siinkohal siiski perele kitsamalt, nõ. oma inimestele.

Lihtsamaks lugemiseks soovitati vahetada sõna „nendele“ „neile“ vastu ja edaspidi vastati uuele versioonile. „Tal oli ebamugav näidata oma tundeid teistele, isegi neile, keda ta hästi tundis.“

8. (nr.14) Pani suurt rõhku edule ja konkurentsile.

Ühel skeemiteraapia praktikul ja ühel intervjuueeritaval tekkis küsimus, kas väites on mõeldud konkurentsi ja edukuse nõudmist teistelt või endalt. Tundub, et siinkohal peaks vastama mõlemaga arvestades ehk endalt ja teistelt, sest väide mõõdab skeemi konkurentsi ja staatuse taotlus. Üks vastaja arvas, et väite osad edu ja konkurents võivad esineda ka eraldi ja kerkis küsimus, kuidas sel juhul hinnata. Kuid enamuse sõnul ei ole probleemiks kahe poole koos hindamine ja tavaliselt käivad need siiski kokku.

9. (nr.20) Tundis end ebamugavalt lähedust väljendades.

Soovitati muuta sõnade järjekorda lauses, mida rõhuasetuse muutmiseks ka tehti: „*Tundis end lähedust väljendades ebamugavalt*“.

10. (nr.21) *Tegi minu jaoks palju, sest ei soovinud, et ma haiget saaks.*

Tõdetakse, et väide on arusaadav, kuid lause esimene pool ei kõla hästi. Kahe kasteisiku jaoks oleks mõte selgem, kui lause esimeses pooles oleks „*tegi minu eest palju ära*“, kuid see väljendab ainult lapse eest tema kohustuste ära tegemist, mille kohane väide on juba olemas (nr. 3). Antud väites on mõeldud laiemalt lapse jaoks tegemist, et laps ei peaks nõ. elu muredega tegelema, mitte ainult tema eest ülesannete ära tegemist. Originaaltekstis on kasutatud ka sõna „*asju*“ (*things*), kuid see ei kõla eesti kõnekeeles loomulikult ja jäeti välja.

11. (nr.22) *Kohtles mind nagu oleksin rumal ja andetu.*

Üks katseisik arvas, et üks väite pool ei tähenda teist ehk „*rumal*“ ei pruugi koos käia „*andetuga*“. Siinkohal võiks kaaluda „*ja*“ välja vahetamist „*või*“ vastu nagu originaalis. Üks intervjueeritav märkis hinnangu skaalale numbri 4,5, sest oleks soovinud anda hinnangut mõnikord ja sageli vahel.

12. (nr.23) *Karistas mind karmilt, kui tegin midagi valesti.*

Väites soovitati lause pooled ära vahetada: „*Kui tegin midagi valesti, karistas mind karmilt*“, aga selles väites on pööraselt „*karmilt karistamiselt*“, sest leebema sisuga väide on juba olemas (nr. 15 „*Karistas mind, kui tegin midagi valesti*“). Mõlemad mõõdavad skeemi karistatavus.

13. (nr.24) *Eeldas, et alati endast parima annaksin.*

Antud väite juures tekkis kahel korral küsimus, kas tegemist on positiivse või negatiivse loomuga väitega. Kuna väide mõõdab skeemi konkurents ja staatuse taotlus, peaks see olema negatiivse loomuga ja tugevam. Eriala praktik soovib kasutada sõna „*eeldamise*“ asemel „*nõudis*“, mis on kategoorilisem. Lõplik väide on: „*Nõudis, et alati endast parima annaksin*“.

14. (nr. 25) *Kui vea tegin, kutsus mind halvustavate nimedega (nagu „loll“ või „idioot“).*

Sisu poolest oli väide kõigile selgesti arusaadav, kuid soovitati sõna „*nagu*“ vahetada originaaltekstile sarnaselt „*näiteks*“ vastu. Muutus viidi sisse viimase kaheksa ankeeti jaoks: „*Kui vea tegin, kutsus mind halvustavate nimedega (näiteks „loll“ või „idioot“).*“

15. (nr.28) *Alandas ja häbistas mind, kui ma ei saanud millegagi hakkama.*

Siinkohal tekkis sisuline küsimus. Väide peaks olema adresseeritud väiksematele vigadele ja eksimustele, mitte saamatusele laiemalt või üldse mitte millegagi hakkama saamisele. Skeemiteraapia praktik soovitas kasutada fraasi „*kui ma mingi asjaga hakkama ei saanud*“ ja muutus viidi sisse. Üks katseisik soovis alandamist ja häbistamist eraldi hinnata, aga kuna väide sisaldab mõlemat osa võib emma-kumma või mõlema esinemisel hinnata tugevama hinnanguga skaalal, sest väide mõõdab skeemi eraldatus ja tõrjutus.

16. (nr.29) *Arvas, et ma ei saa asjadest aru (mul on puudu tervest mõistusest).*

Antud väitel on topeltväide nr. 38 („*Arvas, et mul on puudu tervest mõistusest*“). Kuna väide tekitas tõlkimisel probleeme, on siinkohal esitatud mõned ümbersõnastused. „Kui sa arvad, et laps ei saa asjadest aru ja on õpivõimetu. Sulgudes täiendus on väga hea ja suunab paremini mõistma“. Ühe intervjuueeritava sõnul on väljend „*terve mõistus*“ üksinda liiga tugev, väljendab mõtet: „Kas peab debiilikuks“. Eelistab kindlasti laiendusega versiooni, mis väljendab arvamust, kas saad maailma asjadest ja toimimisest üldiselt ja terviklikult aru. Seevastu nr. 38 ütleb, et sa ei ole tavaeluks üldse võimeline. Kolmas katseisik arvab, et üldse „*terve mõistuse puudumine*“ viitab juba pisut diagnoosile. Mitme katseisiku sõnul tähendab „*common sense*“ pigem „*kainet mõistust*“, kuid käesolevas küsimustikus tekitaks see fraas küsimusi ja võib viidata ka mingit sorti joobele ehk mõistus on uimastatud või millegi/kellegi mõjuväljas. Lähemalt vaadates, ei ole asjadest mitte aru saamine ja terve mõistuse puudumine loomulikult sünonüümsed ja peab tunnistama, et väite sõnakasutus ei ole perfektne. Terve mõistuse puudumine võib peegeldada ka võimetust ratsionaalselt käituda, kuid see ei pruugi tähendada, et asjadest aru ei saada. Soovitati kasutada ka väljendit „*ma ei ole päris tervemõistuslik*“, mida võib edaspidi kaaluda.

Edasised uuringud paralleelselt analoogsete testidega peaksid aitama selgitada, kas väide mõõdab seda, mida ta peaks mõõtma ehk skeemi eraldatus ja tõrjutus ning kas on vajadus väidet keeleliselt korrigeerida.

Kuna kõik katseisikud peale ühe vastasid topeltväitele samade punktidega, väite mõte oli kõigile siiski arusaadav, väljaarvatud keelelised eelistused ning 10 vastanut 11-st (+2 neutraalset) eelistasid väidet nr. 29, jäeti pikem väide lõpliku versiooni.

17. (nr.30) *Hoidis omaette, jagas harva teistega oma tundeid.*

Üks intervjuueritav küsis, keda on mõeldud „teiste“ all (vt. väite nr. 12 analüüsi). Teine kommenteeris, et inimene võib olla ülimalt seltskondlik ja mitte tundeid jagada, mis on tõsi. Kuid siinkohal ei ole väite keskmes seltskondlikkus, vaid tunnete mitte väljendamine/näitamine, sest väide mõõdab skeemi emotsionaalne pidurdatus ja deprivatsioon. Paralleele võib tuua ka väitega nr. 12, sest teatud vanusegrupi inimeste (40-ndates) vanematel ja lähedastel oli tunnete mitte avalikult väljendamine pigem sotsiaalne norm kui viide skeemile. Väitele tehti grammatiline muudatus, terapeudi soovitusel tuginedes: „*Hoidis omaette, jagas harva oma tundeid teistega*“.

18. (nr.32) *Kaitses mind ülearu.*

Ühel korral märgiti väite juurde tärn, sest sõna ülearu tekitab küsimusi ja eelistati sõna „*liigselt*“ kasutamist väites.

19. (nr.33) *Pigem karistas kui kiitis ja premeeris.*

Ühe intervjuueritava sõnul võivad kiitis ja premeeris esineda eraldi, mis on tõsi. Kuid see ei ole probleemiks, sest mõlemad väljendavad sarnast käitumist ja ühe olemasolul saab selle järgi hinnata, mis on intuiitiivselt mõistetav ja vastandiks karistamisele. Teisalt, ebakõla vältimiseks saab asendada „*ja*“ sõna „*või*“ vastu. Väide mõõdab skeemi karistavus ja oli sisuliselt kõigile selgesti arusaadav.

20. (nr.36) *Survestas mind pidevalt kõiki oma kohustusi täitma.*

Väites jäi ebaselgeks kelle kohustusi täitma survestati, kas lapse või vanema. Kuna skeem mõõdab skeemi kontrollivus ja mõeldud on kohustuste täitmist üldisemalt, jäeti sõna „*oma*“ välja. Üks intervjuueritav arvab, et sõna survestab on raske, kuid teine ütleb, et sõna survestab sobib hästi väite konteksti.

21. (nr.37) *Arvas, et mul ei ole midagi panustada.*

Väite juures on probleemiks sõna „*panustama*“, mis tõesti ei ole kõnekeeles tavapäraselt kasutusel. Alternatiivina kaaluti algselt sõna „*pakkuma*“ originaali järgi „*nothing to offer*“, kuid see viitab eesti keeles pigem materiaalsete väärtuste pakkumisele, mida antud väide ei hõlma, sest mõõdab skeemi eraldatus ja tõrjutus. Põhjalikum analüüs väite nr. 26 juures, kolmandas osas.

22. (nr.38) *Arvas, et mul on puudu tervest mõistusest.*

Mitmed katseisikud tundisid ära kordusväite ja eelistasid pikendatud versiooni väitest nr. 29. Põhjalikum analüüs väite nr. 29 juures.

III. raskesti mõistetavad ja keeleliselt problemaatilised väiteid

Järgnevalt on esitatud adapteerimisprotsessi kõige problemaatilised väited ja intervjuude käigus kogutud kommentaarid. Antud väidete kommentaaride veerus on kolm või enam märget. Väidetes esineb nii sisulisi, kui ka keelelisi probleeme, mis raskendavad nende mõistmist hinnangute andmise juures.

1. (nr.2) *Muretses ülemäära, et ma võin haiget saada.*

Väide tekitas mitmeid küsimusi ja sai kokku neli kommentaari. Kahel intervjuueeritaval tekkis küsimus, kas siin on mõeldud füüsilist või vaimset haiget saamist. Üks neist lähtus vastamisel eelkõige vaimsest valust, sest nõ. laste kukkumise pärast küll keegi ei muretsenud. Kuna väide hõlmab nii füüsilist kui ka vaimset haiget saamist, sest mõõdab skeemi liigne kaitsmine ja üleseotus, võib väidet kasutada olemasoleval kujul. Kolmandat kommenteerijat häiris sõna „*ülemäära*“ ja ta soovitas selle asemel kasutada sõna „*liigselt*“, sest sõna ülemäära sisaldab eeldust, et eksisteerib piiritletud määr, mille alusel hinnata. Ka neljas eelistas sõna „*liigselt*“. Väites tehti muudatus ja sõna „*ülemäära*“ vahetati sõna „*liigselt*“ vastu, mis on sagedasema kasutusega.

2. (nr.5) *Tal oli keeruline olla mänguline.*

Antud väide on adapteerimisprotsessis palju küsimusi tõstatanud ja see märgiti ära viiel korral. Kaks katseisikut küsisid, kas siinkohal on mõeldud konkreetselt mängimist või laiemalt mängulisus olemist. Väide ümbersõnastati korduvalt vastates, kas vanem mängis või ei mänginud lastega.

Ühe 40-ndates intervjuueeritava sõnul ei olnud sel ajal mängulisuseks aegagi: „... koguaeg oli töö, töö, töö“. Vanematel ei olnud aega olla mänguline, see hõlmab ka ellusuhtumist, mitte ainult mängimist“. Kõige noorem katseisik ütles, et tal oli keeruline seda väidet hinnata, sest mõiste on väga lai ja tema vastas kitsamalt mängimisest lähtudes, kui palju ja kas vanemad oskasid temaga mängida. 30-ndates mees ümbersõnastas väite järgnevalt: „Võttis kõike liiga tõsiselt. Mitte üleannetu või vallatu“. 30-ndates naine märkis täрни ja ümbersõnastas väite: „Ta oli elav, mitte kalk“.

Väide mõõdab skeemi emotsionaalne pidurdatus ja deprivatsioon ning hõlmab mängulisust laiemalt. Kõik ümbersõnastused (mitte kalk; mitte üleannetu...; koguaeg oli töö, ei olnud aega; mängis; ei mänginud) on asjakohased skeemi hindamiseks, sest aitavad mõõta kaudselt lapsevanema emotsionaalset seotust lapsega. Ümbersõnastused viitavad, et väite loomust on siiski mõistetud ja see võib jääda olemasoleval kujul. Vajadusel võib väidet hilisemate uuringute käigus täiendada fraasiga „ja mängida“.

Lause ehituse osas viidi sisse üks terapeudi soovitus ja lõplik versioon on: „*Tema jaoks oli keeruline olla mänguline*“.

3. (nr.9) Pidas väga oluliseks, et ma saaksin häid hindeid ja jõuaksin elus kaugele.

Väide märgiti ära kolmel korral. Kaks intervjuueeritavat avaldasid soovi hinnata väite pooli „saaksin häid hindeid“ ja „jõuaksin elus kaugele“ eraldi, sest need ei pruugi esineda koos. „Osadel vanematel on oluline edasi jõudmine, aga mitte hinded ja vastupidi.“ Soovitati ka sõna „saaksin“, vahetada „saan“ vastu. Siinkohal võib kaaluda tingiva kõneviisi väljavahetamist, kuid see ei ole primaarne ja ei muuda väite mõtet.

Eriala praktiku sõnul kõlab väide liiga normaalselt ja sõna „väga“ ei anna edasi äärmuslikkust, mida kontekst eeldab. Ta teeb ettepaneku vahetada „väga“ sõna „äärmiselt“ vastu, mis lisab väitele kaalu, sest väide mõõdab skeemi konkurents ja staatuse taotlus. Lõplik versioon on: „*Pidas äärmiselt oluliseks, et ma saaksin häid hindeid ja jõuaksin elus kaugele*“.

4. (nr.11) Uskus, et kui oleksin targem ja andekam, asetaks see mind kõrgemale teistest, kes seda ei ole.

Antud väidet on tõesti keeruline mõista, ka originaalis. Kõige nooremal intervjuueeritaval tekkis küsimus: „Kas lause tähendab, et uskus, et ma peaksin olema targem ja andekam või kas see asetaks mind kõrgemale teistest?“ Edasise arutelu käigus selgus, et ta mõtles sama, mis on originaalväites inglise keeles. Kuid mõõnis, et kui peaks testi täitma, sooviks kindlasti üle küsida tähenduse kohta, sest ei osanud koheselt vastata. Teine katseisik soovis teada, kas väide sisaldab uskumist, et ma peaksin olema parem. Soovitati sõna „asetaks“ vahetada „asetab“ vastu ja sõna „teistest“ sõna „neist“ vastu. Ühtlasi vahetati originaalväitest lähtuvalt välja „ja“ sõna „või“ vastu ning viimased kaheksa vastasid uuele versioonile. „*Uskus, et kui oleksin targem või andekam, asetaks see mind kõrgemale teistest, kes seda ei ole.*“

Skeemiteraapia praktik tõdes, et väitest on raske aru saada ja üks intervjuueeritav küsis, kas väide on positiivse või negatiivse loomuga. Viimane küsimus viitab, et väide on liiga pehme tooniga või on konkurents loomulik nähtus ning selles ei nähta probleemi. Kuna väide mõõdab skeemi konkurents ja staatuse taotlus, võiks kaaluda äärmuslikuma sõnastuse kasutamist, sest rõhuasetus on teistest parem olemisel, mitte tark ja andekas olemisel. Näiteks: „*Soovis, et oleksin targem ja andekam, sest see asetaks mind kõrgemale teistest*“. Kui väite rõhuasetus oleks tark ja andekas olemisel, kui tingimusel armastuse pälvimiseks, mõõdaks väide skeemi emotsionaalne pidurdatus ja deprivatsioon. Hetkel jäeti väide muutmata, sest enamus, 10 vastajat 13-st ei märkinud väite taha kommentaari ja väide oli valdavalt siiski mõistetav.

5. (nr.18) Tundis ebamugavaust, kui püüdis olla lapsemeelne ja nalja (rumalusi) teha.

Antud väide tõstatas adapteerimisprotsessis kõige rohkem küsimusi. Kokku kuus kommentaari, nelja intervjuueeritava ja mõlema skeemiteraapia praktiku poolt. 40-ndates katseisik ütles, et sel ajal inimesed ei olnud üldse mängulised või lapsemeelsed. Paralleele võib tuua viienda väitega. Teise arvates ei kõla „püüdis olla lapsemeelne“ hästi, sest „püüdis“ ei sobi konteksti. Meeldiks rohkem esialgses tõlkes esinenud versioon „lapsik“. Ühtlasi ei kõla kokku „nalja (rumalusi) teha“. Väidet muudeti ja kaheksa vastajat kommenteerisid väidet: „*Tundis ebamugavust, kui püüdis olla lapsemeelne ja rumalusi teha*“.

30-ndates katseisik märkis väite taha täрни, kuna sõnapaar „rumalusi teha“ tekitab kontekstis küsimusi ja arvab, et lollitada või ülemeelikusi teha sobiks konteksti paremini. Teine 30-ndates vastaja nentis, et sõna „püüdis“ tekitab küsimuse, kas pidi või keegi sundis käituma vastavalt? Neljanda katseisiku jaoks ei sobi sõna „rumalusi“ konteksti.

Ühe eriala praktiku sõnul on lausest raske aru saada. Teise sõnul kõlab „lapsemeelne“ skeemiteraapias negatiivselt ja ei viita piisavalt selgelt *Happy Childile*. Ta pakub terviku sõnastuse ja viimane versioon on: „*Tundis ebamugavaust, kui püüdis olla mänguline ja lapsikusi teha*“. Ühtlasi sai välja vahetatud küsimusi tekitanud sõna „*rumalusi*“. Väide mõõdab skeemi emotsionaalne pidurdatus ja deprivatsioon.

6. (nr.26) *Arvas, et mul ei ole midagi panustada ja ma ei oska midagi.*

Antud väitel on topletväide (nr. 37), sest sisulise tähenduse edasiandmine tõlkes oli keeruline ja testimiseks vormistati kaks väidet. Kommentaaride veerus oli kolm märget ja tõlke kontrollimiseks paluti väidet kõigil ümbersõnastada. Mitu korda sõnastati ümber: „Lapsevanem arvab, et sa ei ole mitte midagi väärt“ või „Minust ei ole mingit tolku“.

40-ndates intervjuueeritav eelistab antud väidet 37-ndale, sest „panustamine“ üksinda on keeruline mõista ja mingi kontingent inimesi ei pruugi sõnast aru saada. Kõige noorema intervjuueeritava sõnul on väited erinevad ja kuna 26 on tugevam ja konkreetsem, eelistab ta seda. Mitu katseisikut ja üks terapeut ütlesid, et lause on raskesti arusaadav, sest sõna „*panusta*“ ei kõla hästi ja tekitab küsimusi. Mida panustada? Millesse panustada? Alternatiivina kaaluti algselt sõna „*pakkuma*“ (kasutusel kahes tõlkeversioonis) originaali järgi „*nothing to offer*“, kuid see viitab eesti keeles pigem materiaalsete väärtuste pakkumisele, mida antud väide ei hõlma, sest mõõdab skeemi eraldatus ja tõrjutus.

Kerkis ka küsimus, millest lähtuvalt hinnata, kui kaks väite poolt ei kehti koos. Mitte panustamine ei tähenda, et ei oska midagi ja vastupidi. Seetõttu eelistab üks vastaja väite lühiversiooni (nr. 37), sest pikem väide sisaldab kahte poolt ja need ei pruugi koos hinnatavad olla. Seevastu enamus vastajaid eelistavad pikemat väidet, sest teine pool täiendab asjakohaselt esimest poolt. Probleemi aitab pisut leevendada ühe praktiku soovitus vahetada „*midagi*“ sõna „*millegagi*“ vastu. Muudatuse tulemusel on lause pooled kooskõlas ja täiendavad teineteist. Väitesse jäeti alles sõna „*panustama*“, sest „*pakkuda*“ viitab pigem materiaalsetele väärtustele, nagu eelpool nimetatud. Ühtlasi oleks ebakõla lause poolte vahel veelgi suurem. Ühel katseisikul üheteistkümnest oli ühe punktiline erinevus 26-nda ja 37-nda väite hinnangu vahel, kõik teised hindasid küsimust samade punktidega. Kuna pikemat väidet eelistas 9 vastajat 11-st (2 neutraalset arvamust), jääb küsimustikku väide nr. 26 korrigeeritud kujul: „*Arvas, et mul ei ole millegagi panustada ja ma ei oska midagi*“.

7. (nr.31) *Muretses sotsiaalse staatuse ja välimuse pärast.*

Väidet kommenteeriti kolmel korral. Kaks intervjuueeritavat soovisid vastata eraldi sotsiaalse staatuse ja välimuse osale väitest, sest välimus seostub füüsilise välimusega ja staatus positsiooniga ning neid on keeruline koos hinnata. Tekkis õigustatud küsimus kumma järgi hinnang anda, sest vastused oleksid erinevad. Intervjuu käigus selgus, et noorematel katseisikutel oleks lihtsam vastata väitele: „*Muretses sotsiaalse staatuse ja imago pärast*“, sest väite pooli saab ühtselt hinnata. Kuid paar vanemat intervjuueeritavat arvasid, et sõna „*imago*“ ei pruugi kõigile arusaadav olla. Kuna väite kahte osa oli keeruline koos hinnata, muudeti seda peale neljandat intervjuud: „*Muretses sotsiaalse staatuse ja teistele nähtava pärast*“. Edaspidi arvati, et on väide on küll kergesti mõistetav, aga kõlab imelikult. Soovitati „*teistele nähtava*“ vahetamist „*välise edu*“ vastu. Lõplik versioon on: „*Muretses sotsiaalse staatuse ja välise edu pärast*“.

ARUTELU JA JÄRLEDUSED

Käesolevas uurimistöös viidi läbi vanemlikkust retrospektiivselt hindava mõõtevahendi YPI-R2 (Louis et al., 2018) adapteerimisprotsess, tõlkimine ja tagasitõlge ning piloteerimine.

Tõlgete teostamise protsessis osales lisaks käesoleva töö autorile veel kaks isikut, kellel on pikaajaline kogemus inglise keelses keskkonnas õppimise ja töötamisega. Kolm tõlkijat tõlkisid iseseisvalt materjali inglise keelest eesti keelde, seejärel arutati tõlkeversioonid koostöös läbi ja valiti sobivad. Tagasitõlke teostaja ei osalenud inglise keelest eesti keelde tõlkimise protsessis ja tal puudus ülevaade võimalikest kitsaskohtadest tõlkimisel. Tagasitõlked olid sisu poolest originaalile vastavad va. väikesed erinevused sõnastuses. Tõlgete teostamisel, valimisel ja tagasitõlgete analüüsis lähtuti eeldusest, et küsimustiku eesti keelsed väited peavad olema lihtsasti mõistetavad erineva haridusliku ja sotsiaalse taustaga inimestele ning tagasitõlked ei pea sõna-sõnalt kattuma originaalkeele sõnastusega, vaid pigem väljendama sama mõtet ja mõtma sama skeemi.

Küsimustiku väidete analüüsiks ja kohandamiseks viidi läbi eestikeelse küsimustiku piloteerimine, mis tugines intervjuudele ja skeemiteraapia terapeutide kommentaaridele. Uuringus osales 11 katseisikut (mitte-kliiniline mugavusvalim), kes valiti erinevate vanusegruppide esindajate hulgast. Erinevast soost intervjueeritavaid oli enamvähem võrdselt.

Pilootuuringu tulemusena selgus, et 9 väidet 38-st olid kõigile katseisikutele selgelt arusaadavad, vastasid ümbersõnastustes originaalväite sisule ja võib olemasoleval kujul küsimustikus kasutada. Väiksemaid keelelisi probleeme, mis raskendasid mõistmist või peegeldasid vastaja eelistusi, sisaldasid 22 väidet (1-2 kommentaari). Raskesti mõistetavaks ja keeleliselt problemaatiliseks osutus küsimustikus 7 väidet 38-st. Saadud andmete põhjal viidi läbi väidete sisuline- ja keeleline analüüs ning vajadusel kohandati küsimustiku väiteid kogutud andmetele tuginedes. Küsimustiku adapteeritud ja kohandatud versioon on esitatud lisas (Vt. lisa 1).

Uuringu tulemuste põhjal võib väita, et negatiivsed vanemliku käitumise praktikad ja neid kajastavate väidete sisuline tähendus oli uuringus osalejatele arusaadav. Küsimustiku väited on universaalse loomuga ja seetõttu kergesti mõistetavad. Intervjuud katseisikutega ja skeemiteraapia praktikute kommentaarid võimaldasid koguda palju väärtuslikku informatsiooni, mis peitus detailides.

Näiteks, kommenteerisid spetsiifiliselt 40-50 aastased intervjueeritavad vanemlikku skeemi emotsionaalne pidurdatus ja deprivatsioon hindavate väidete juures (nr. 5; 18; 27), et ei mäleta vanemate poolset mängulisust, mängimist, huumorit või lapsikuste tegemist. Ühtlasi kommenteerisid nad lähedust hindavate väidete juures (nr. 12; 20; 30), et ei meenu väga läheduse väljendamisest või tunnete näitamisest. Viimased mõõdavad samuti skeemi emotsionaalne pidurdatus ja deprivatsioon.

Nooremad ega vanemad osalejad sellekohaseid märkusi ei teinud. Võimalik, et valimisse kaasatud 40-50 aastased osalejad omavad sarnast kogemust perekondlike iseärasuste tõttu. Kuid on ka võimalik, et nende lapsepõlves oli mängulisus ja tunnete mitte välja näitamine pigem sotsiaalne norm. Teema on huvitav ja vajaks uurimist, sest käesoleva uuringu väikese valimi põhjal ei ole võimalik üldistusi teha.

Adapteerimise aluseks oleva küsimustiku YPI-R2 puuduseks tundub olevat mõne olulise näitaja välja jätmine. Youngi sõnul on skeemiteraapia loodud patsientide jaoks, kes ei allu tavapärasele teraapiale, kuna neil puudub motivatsioon või oskused luua usalduslikku

suhet terapeudiga või kognitiivsed võimed teraapia läbiviimiseks. Paljude muude põhjuste hulgas võib eelnimetatud põhjustada näiteks seksuaalne väärkohtlemine lapsepõlves, mille kohase väite puudumine YPI-R2 küsimustikus on kummaline.

Tekib küsimus, kas YPI-R2 ja YPI küsimustikud mõõdavad sama asja või on pigem tegemist uue leebema küsimustikuga. Vaid statistilistele andmetele tuginedes võivad väga erandlikud juhtumid jääda välja, sest nende esinemissagedus on madal. Kuid see ei tähenda, et need ei ole olulised või teatud juhtudel vajalikud.

YPI küsimustik on koostatud tuginedes kliinilisele kogemusele, rasketele kliinilistele juhtumitele, mis on erandlikud ja võivad statistilises analüüsis jääda varju. Louis et al., (2018) uuendatud YPI-R2 seevastu keskendub mitte-kliinilisele suurvalimile ja toob välja statistiliselt olulised näitajad. Seega oleks mõlema küsimustiku valiidsuse hindamiseks vaja täiendavaid uuringuid, kliinilise ja mitte-kliinilise valimiga.

Kokkuvõttes saab uurimistöö tulemuste põhjal öelda, et negatiivsed vanemliku käitumise praktikad on valdavalt universaalsed ja nende hindamiseks loodud väited selgesti mõistetavad ja arusaadavad, vähemalt võrdluses Eesti ja Louis et al., (2018) uuringus osalenud riikide (Singapur; USA; Manila; Jakarta) katseisikutega.

Käesoleva töö puudusena saab nimetada väikest, mitte-kliinilist mugavusvalimit ja tulemuste võrdlemise võimaluse puudumist, teiste küsimustike tulemustega.

YPI-R2 küsimustiku valiidsuse uurimiseks on otstarbekas viia läbi suurema ja representatiivsema valimiga uuring koos teiste, eesti keeles olemasolevate küsimustikega nagu emotsionaalse enesetunde küsimustik (EEK-2; Aluoja, Shlik, Vasar, Luuk, & Leinsalu, 1999), elusündmuste küsimustik (ingl.k. LEC – Life Events Checklist; Gray jt, 2004) ja PARQ (Parental Acceptance-Rejection Control Questionnaire, PARQ / Control: Child version; Rohner, 2005; eestikeelne versioon Tulviste ja Rohner, 2010). Saadud andmete põhjal saab otsustada, kas YPI-R2 eestikeelse küsimustiku saab teraapias kasutusele võtta olemasoleval kujul või on vajalik täiendav korrigeerimine.

KASUTATUD KIRJANDUS

- Aluoja, A., Shlik, J., Vasar V., Luuk K., Leinsalu M. (1999). Emotsionaalse enesetunde küsimustik – EEK-2. Tartu Ülikooli Kliinikum
- Ball, S. A., Cecero, J. J. (2001) Addicted patients with personality disorders: Traits, schemas and presenting problems. *Journal of Personality Disorders*, 15, 72-83
- Carlson, E. A. (1998). A prospective longitudinal study of disorganized/disoriented attachment. *Child Development*, 69, 1107-1128
- Eesti Naisteühenduse Ümarlaud. (s.a) <http://www.enu.ee/enu.php> (05.05.2020).
- Kriminaalpoliitika.ee. Justiitsministeeriumi kriminaalpoliitika osakond. (s.a) <https://www.kriminaalpoliitika.ee> (06.05.2020)
- Leung, N., Waller, G., Thomas, G.V. (1999). Core beliefs in anorexic and bulimic women. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 187, 736-741
- Louis, J. P., Wood, A. M., Lockwood, G. (2018) Psychometric validation of the Young Parenting Inventory – Revised (YPI-R2): Replication and Extension of commonly used parenting scale in Schema Therapy (ST) research and practice.
- Murray, C., Waller, G. V., Legg, C. (2000). Family dysfunction and bulimic psychopathology: The mediating role of shame. *International Journal of Eating Disorders*, 25, 319-326
- Sheffield, A., Waller, G., Emanuelli, F., Murray, J., Meyer, C. (2005) Links between parenting and core beliefs: Preliminary psychometrics validation of the Young Parenting Inventory. *Cognitive Therapy Res.* 29(6):787-202
- Stevens, A. E., Canu, W. H., Lefler, E. K., Hartung, C. M. (2018) Maternal Parenting Style and Internalizing an ADHD Symptoms in College Students. *Journal of Child and Family Studies* (2019) 28:260-272
- Tulviste, T., & Rohner, R. P. (2010). Relationships Between Perceived Teachers' and Parental Behavior and Adolescent Outcomes in Estonia. *Cross-Cultural Research*, 44, 222–238
- Young, J. E. (1999) Young Parenting Inventory (YPI). New York: Cognitive Therapy Centre
- Young, J. E (1998) Young Schema Questionnaire-short form (YSQ-S). New York: Cognitive Therapy Centre
- Young, J. E. (1999) Cognitive therapy for personality disorders: A schema focused approach (3rd ed.). Sarasota, FL. Professional Resource Press

Young, J. E., Klosko, J. S., Weishaar, M. E. (2003) Schema Therapy, A Practitioner's Guide.
The Guilford Press, New York

LISAD:

- 1. Vanemlikkust retrospektiivselt hindav küsimustik YPI-R2 eesti keelne versioon**
- 2. Piloteerimisel kasutatud juhendi ja skaala versioonid**

Lisa 1.

JUHEND: Palume Teil kasutada oma vanemate kirjeldamiseks tabelis esitatud väiteid. Lugege iga väidet ja otsustage, kui hästi see kirjeldab Teie vanemaid ja viisi kuidas nad Teid kohtlesid. Valige kõrgeim hinne vahemikus 1 - 6, mis kirjeldab Teie isa ja ema, kui olite laps ning **kirjutage numbrid** väite ette tühikutesse. Kui lapsepõlves oli keegi Teie peamine hooldaja ema või isa asemel, andke hinnang sellest inimesest lähtudes. Kui Teil ei olnud ema või isa, jätke vastav veerg tühjaks. Ärge jääge liiga pikalt kaaluma, märkige ära esmane hinnang ja liikuge edasi järgmise väite juurde. Kui kahtlete kahe vastusevariandi vahel valige kõrgeim.

Hindamise skaala:

- 1 = mitte kunagi
- 2 = peaaegu mitte kunagi
- 3 = harva
- 4 = mõnikord
- 5 = sageli
- 6 = kirjeldab teda täpselt

NR.	ISA	EMA	KIRJELDUS
1.			Väärkohtles mind füüsiliselt: näiteks lõi mind või viskas mind asjadega.
2.			Muretses liigselt, et ma võin haiget saada.
3.			Tegi minu eest liiga palju asju ära, selle asemel, et lasta mul ise teha.
4.			Kritiseeris mind pidevalt.
5.			Tema jaoks oli keeruline olla mänguline.
6.			Väärkohtles mind verbaalselt: kutsus mind halvustavate nimedega, karjus mu peale, vandus või ähvardas mind.
7.			Muretses pidevalt, et ma võin haigestuda.
8.			Tekitas minus süütunnet, kui ma ei asetanud tema vajadusi ja soove enda omadest ettepoole.
9.			Pidas äärmiselt oluliseks, et ma saaksin häid hindeid ja jõuaksin elus kaugele.

10.			Oli nõudlik ja eeldas, et asjad käivad tema soovide järgi.
11.			Uskus, et kui oleksin targem või andekam, asetaks see mind kõrgemale teistest, kes seda ei ole.
12.			Tal oli ebamugav näidata oma tundeid teistele, isegi neile, keda ta hästi tundis.
13.			Hellitas mu ära, sest oli liiga järeleandlik või liialt lubav.
14.			Pani suurt rõhku edule ja konkurentsile.
15.			Karistas mind, kui tegin midagi valesti.
16.			Tekitas minus süütunde, kui ma temaga ühel meelel ei olnud.
17.			Kui ma ei soovinud ise keerulist või ebameeldivat ülesannet teha, tegi ta tavaliselt selle minu eest ära.
18.			Tundis ebamugavust, kui püüdis olla mänguline ja lapsikusi teha.
19.			Pani mind ennast tundma pere „musta lambana“.
20.			Tundis end lähedust väljendades ebamugavalt.
21.			Tegi minu jaoks palju, sest ei soovinud, et ma haiget saaks.
22.			Kohtles mind nagu oleksin rumal või andetu.
23.			Karistas mind karmilt, kui tegin midagi valesti.
24.			Nõudis, et alati endast parima annaksin.
25.			Kui vea tegin, kutsus mind halvustavate nimedega (näiteks „loll“ või „idioot“).
26.			Arvas, et mul ei ole millegagi panustada ja ma ei oska midagi.
27.			Tal puudus huumorimeel.
28.			Kui ma mingi asjaga hakkama ei saanud, siis alandas ja häbistas mind.

29.			Arvas, et ma ei saa asjadest aru (mul on puudu tervest mõistusest).
30.			Hoidis omaette, jagas harva oma tundeid teistega.
31.			Muretses sotsiaalse staatuse ja välise edu pärast.
32.			Kaitstes mind ülearu.
33.			Pigem karistas kui kiitis ja premeeris.
34.			Kohtles mind nagu oleksin habras.
35.			Pani mind tundma mitte-armastatuna ja tõrjutuna.
36.			Survestas mind pidevalt kõiki kohustusi täitma.

Lisa 2.

Juhendi kolm versiooni:

I versioon:

*Tabelis on esitatud väited, mida palume kasutada oma vanemate- ja viisi kuidas nad Teid kohtlesid kirjeldamiseks. Palun lugege iga väidet ja otsustage, kui hästi see Teie vanemaid kirjeldab. Valige kõrgeim hinne vahemikus 1 - 6, mis kirjeldab Teie isa ja ema kui olite laps ning **kirjutage number** iga väite ette tühikutesse. Kui keegi hoolitses Teie eest ema või isa asemel, hinnake palun selle isiku skaalat. Märkige ära esmane hinnang ja liikuge edasi järgmise väite juurde. Ärge jääge liiga pikalt kaaluma. Kui Teil ei olnud ema või isa, jätke vastav veerg tühjaks.*

II versioon:

*Tabelis on esitatud väited, mida palume kasutada oma vanemate kirjeldamiseks ja viisi kuidas nad Teid kohtlesid kujutamiseks. Palun lugege iga väidet ja otsustage, kui hästi see Teie vanemaid kirjeldab. Valige kõrgeim hinne vahemikus 1 - 6, mis kirjeldab Teie isa ja ema kui olite laps ning **kirjutage number** väite ette tühikutesse. Kui keegi hoolitses Teie eest ema või isa asemel, hinnake palun sellest isikust lähtudes. Märkige ära esmane hinnang ja liikuge edasi järgmise väite juurde. Ärge jääge liiga pikalt kaaluma, kui kahtlete kahe vastusevariandi vahel valige kõrgeim. Kui Teil ei olnud ema või isa, jätke vastav veerg tühjaks.*

III versioon:

*Palume kasutada oma vanemate kirjeldamiseks tabeli esitatud väiteid. Lugege iga väidet ja otsustage, kui hästi see kirjeldab Teie vanemaid ja viisi kuidas nad Teid kohtlesid. Valige kõrgeim hinne vahemikus 1 - 6, mis kirjeldab Teie isa ja ema, kui olite laps ning **kirjutage numbrid** väite ette tühikutesse. Kui keegi hoolitses Teie eest ema ja isa asemel, andke hinnang sellest inimesest lähtudes. Kui Teil ei olnud ema või isa, jätke vastav veerg tühjaks. Ärge jääge liiga pikalt kaaluma, märkige ära esmane hinnang ja liikuge edasi järgmise väite juurde. Kui kahtlete kahe vastusevariandi vahel valige kõrgeim.*

Hindamise skaala versioonid:

I hindamise skaala:

- 1 = **mitte kunagi** (completely untrue)
- 2 = **enamasti mitte** (mostly untrue)
- 3 = **harva** (slightly more true than untrue)

- 4 = **mõnikord** (moderately true)
- 5 = **sageli** (mostly true)
- 6 = **kirjeldab teda täpselt** (describes him/her perfectly)

II hindamise skaala:

- 1 = **mitte kunagi** (completely untrue)
- 2 = **peaaegu mitte kunagi** (mostly untrue)
- 3 = **harva** (slightly more true than untrue)

4 = **mõnikord** (moderately true)
5 = **sageli** (mostly true)
6 = **kirjeldab teda täpselt** (describes him/her perfectly)

III hindamise skaala:

1 = **mitte kunagi**
2 = **peaaegu mitte kunagi**
3 = **harva**

4 = **mõnikord**
5 = **sageli**
6 = **kirjeldab teda täpselt**

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.

Aina Ambrosius