

PREP üksikisikute koolituse mõju-uuringu tulemused

Kenn Konstabel

1. 03 2020

Sisukord

1 Meetod	2
1.1 Protseduur	2
1.2 Valimi kirjeldus	2
1.3 Küsimustik	2
1.3.1 Eluga rahulolu	2
1.3.2 Suhtele pühendumine	3
1.3.3 Hinnang suhtele	3
1.3.4 Vägivalla aktsepteerimine	3
1.3.5 Konfliktide lahendamine	3
1.3.6 Suhtlemine	3
1.3.7 Emotsionaalse enesetunde küsimustik	3
1.3.8 Üksteise toetamine ja kritiseerimine	3
1.3.9 Toimetulek emotsioonidega	4
1.3.10 Isiksuseomadused	4
2 Tulemused	4
3 Statistilise analüüsi meetodid	4
3.1 Kursusel õpitud tehnikate kasutamine	4
3.2 Suhtlemine ja konfliktide lahendamine	5
3.2.1 Suhtlemine	5
3.2.2 Konfliktide lahendamine	6
3.3 Suhte omadused	6
3.3.1 Suhtele pühendumine	6
3.3.2 Hinnang suhtele	7
3.3.3 Üksteise kritiseerimine	8
3.3.4 Üksteise toetamine	8
3.4 Vägivalla aktsepteerimine	9
3.4.1 Vägivalla aktsepteerimine (vastaja enda arvamus)	9
3.4.2 Vägivalla aktsepteerimine (vastaja ettekujutus oma partneri arvamusest)	10
3.5 Eluga rahulolu	10
3.6 Toimetulek emotsioonidega	11
3.7 Isiksus ja EEK-2	11
4 Arutelu ja kokkuvõte	11
5 Viited	13

1 Meetod

1.1 Protseduur

Küsimustikud saadeti kõigile uuringu perioodil PREP üksikisikute koolitusel "Minu suhe on minu kätes" (Within My Reach, WMR) osalejatele. Kontrollrühm kujunes vaba registreerumise teel: võimalust osaleda kontrollrühmas reklaamiti SAVE kodulehel ning sotsiaalmeedia kaudu ning huvilistel oli võimalus osalemiseks registreeruda SAVE kodulehel. Kontrollrühma registreerumise tingimuseks oli, et varem ei oleks osaletud PREP koolitustel.

Küsimustikele vastati Limesurvey keskkonnas. Igal osalejal oli oma unikaalne kood, mille alusel ta sai küsimustikku täita nii enne koolitusel osalemist kui ka 3-4 kuud pärast koolitust (mõlemal korral saadeti kõigile osalejatele eraldi kutsed). Sama kood paluti koolitusel osalejatel kirjutada ka koolituse tagasisidelehele - nii jäi vastaja identiteet koolitajatele teadmata, kuid tagasisidelehe vastuseid on võimalik seostada küsimustiku vastustega.

1.2 Valimi kirjeldus

Uuringus osales kokku 205 inimest, neist 10 ei vastanud küsimustikus kummalgi korral isegi esimese lehekülje (taustaküsimused) lõpuni, 86 vastas ainult ühel korral ning 109 vastas nii eel- kui ka järelküsimustikule; tabelis 1 on toodud valimi jaotus uuringugruppide kaupa ning tabelites 2 ja 3 grupi ja soo kaupa. Väike osa vastajaist vastas küll taustaküsimustele, kuid jättis vastamise hiljem pooleli. Nende vastuseid on arvestatud niivõrd, kui võrd andmeid on, st kui nad näiteks jõudsid vastata küsimustele suhtega rahulolu kohta, kuid mitte isiksuseküsimustikule, siis on nende andmeid kasutatud suhtega rahulolu analüüsid, kuid mitte isiksuseomadusi puudutavates analüüsid.

Tabel 1: Vastajate arv sekkumis- ja kontrollrühmas

	0	1	2
Sekkumine	4	51	48
Kontroll	6	35	61

Tabel 2: Vastajate arv grupi ja soo kaupa (vähemalt ühel korral vastanud)

	Naised	Mehed
Sekkumine	69	30
Kontroll	91	5

Tabel 3: Vastajate arv grupi ja soo kaupa (mõlemal korral vastanud)

	Naised	Mehed
Sekkumine	34	14
Kontroll	60	1

1.3 Küsimustik

1.3.1 Eluga rahulolu

Eluga rahulolu skoorina kasutasime 5 väite (nt "Minu elu on lähedane sellele, mida pean ideaalseks") keskmist. Väidetele vastati 7-punktsel skaalal.

1.3.2 Suhtele pühendumine

Suhtele pühendumine (10 väite keskmine): suurem skoor (lähemal 7-le) näitab kindel olemist suhte kestma jäämises ning uskumist, et partneritel on selleks vajalikud oskused. Väiksem skoor (lähemal 1-le) näitab arvamust, et suhe võib puruneda või soovi paari aasta pärast mitte enam sama partneriga koos olla

Väidete hulgas olid näiteks "Ma tahan, et see suhe jääks tugevaks, ükskõik, kui raskeid aegu meil ka ette ei tuleks." ja "Ma ei ole oma suhte tulevikus eriti kindel" (pööratud väide).

1.3.3 Hinnang suhtele

Hinnang suhtele: 9 küsimust, millele vastati dihhotoomisel skaalal ("jah" kodeeritud kui 1 ning "ei" kodeeritud kui 0). Skoorina kasutame 9 küsimuse keskmist, kus suurem tulemus (lähemal 1-le) näitab suuremat lähedust ning usaldust partneri vastu, väiksem tulemus (lähemal 0-le) näitab muret või kahetsust suhte pärast.

1.3.4 Vägivalla aktsepteerimine

Küsimustikus oli loetletud 4 võimalikku füüsilise vägivalla põhjust, vastajatelt küsiti, kuivõrd on tema arvates füüsiline vägivald (näiteks löömine, tõukamine ja kinni hoidmine) sellel põhjusel aktsepteeritav. Vastati skaalal 0...3, kus 0 = vägivald ei ole mitte kunagi sellisel põhjusel aktsepteeritav; 1 = vägivald on sellisel põhjusel aktsepteeritav ainult äärmuslikel juhtudel; 2 = vägivald on sellisel põhjusel mõnikord aktsepteeritav; 3 = vägivald on sellisel põhjusel alati aktsepteeritav.

Loetletud "põhjusteks" olid:

1. Arvasid, et partner on truudusetu
2. Näidata partnerile, et ta ei tohi sind niimoodi kohelda
3. Takistada partnerit sind löömast või kahjustamast
4. Saada partnerist eemale, kuna ta käitus sinu suhtes agressiivselt

1.3.5 Konfliktide lahendamine

Konfliktide lahendamine: 12 väidet, millele vastati jah/ei skaalal, kuis "jah" kodeeriti kui 1 ning "ei" kodeeriti kui 0. Analüüsis kasutame 12 väite keskmist. Suurem tulemus (lähemal 1-le) näitab raskusi konfliktide lahendamisel ning ebamugavate teemade vältimist; väiksem tulemus (lähemal 0-le) näitab selliste probleemide puudumist.

Väidete näiteid: "Meie arutelud lähevad liiga tuliseks"; "Tüli käigus tunnen, et tahaksin ära joosta."

1.3.6 Suhtlemine

Suhtlemine: 7 väidet, millele vastati skaalal 1-7; analüüsis kasutame nende väidete keskmist. Suurem tulemus (lähemal 7-le) näitab rahulikku ja partnerit mõista püüdvat suhtlemisstiili, väiksem tulemus (lähemal 1-le) näitab raskusi üksteise mõistmisel ja ära kuulamisel.

Näidisküsimused: "Kui me midagi arutame, siis ma lasen partneril jutu lõpetada enne, kui ma vastan."; "Kui vaidlus läheb liiga tuliseks, siis lepime kokku, et võtame aja maha ja arutame hiljem".

1.3.7 Emotsionaalse enesetunde küsimustik

Anu Aluoja jt koostatud Emotsionaalse enesetunde küsimustik (EEK-2) on Eestis laialdaselt kasutatav sõelküsimumstik, mis sisaldab alaskaalasid sagedamini esinevate psüühikahäirete. EEK-2 alaskaalad, mida uuringus kasutati, on: depressioon, ärevus, sotsiaalne ärevus, asteenia (väsimus ja kurnatus), uneprobleemid (insomnia).

1.3.8 Üksteise toetamine ja kritiseerimine

Nendele küsimustele vastati 10-punkti-skaalal, kus 1 tähendas "ei ole üldse toetav / kriitiline" ning 10 tähendas "väga toetav / kriitiline". Analüüsis kasutame ka kahe väite keskmist (ölen oma partneri suhtes toetav/kriitiline" ja "partner on minu suhtes toetav/kriitiline").

1.3.9 Toimetulek emotsioonidega

Joonisel on 12 väite keskmine (skaalal 1-7). Suurem tulemus (lähemal 7-le) näitab oskust oma emotsioone juhtida (nt "Keerulistes olukordades suudan aja maha võtta ja mitte koheselt reageerida"), väiksem tulemus (lähemal 1-le) näitab raskusi negatiivsete emotsioonidega toime tulemisel ning kalduvust ennast probleemide korral süüdistada või hukka mõista.

1.3.10 Isiksuseomadused

Küsimustikus kasutasime isiksuseomaduste viiefaktorilisel mudelil põhinevat isiksuseküsimustikku "Extra Short Five"(XS5, Konstabel jt 2017), mis mõõdab viit omadust: neurootilisus, ekstravertsus, avatus kogemusele, sotsiaalsus ja meelekindlus. Uuringus kasutasime vastajate aja kokkuhoiu mõttes kolme S5 skaalat: neurootilisus, ekstravertsus ja meelekindlus.

Tabelis 4 on toodud viiefaktorilise mudeli omaduste lühikirjeldused.

Tabel 4: Isiksuseomaduste kirjeldused

Neurootilisus	kalduvus muretseda ja kogeda negatiivseid emotsioone (hirm, kurbus, süütunne, viha jne).
Ekstravertsus	kalduvus olla seltskondlik ja kogeda positiivseid emotsioone. Ekstravert eelistab rahvarohkeid kogunemisi, on aktiivne, enesekindel ja jutukas. Madala ekstravertsusega inimesed (introverdid) eelistavad üksindust, kuid üksiolamine ei tee neid õnnetuks.
Meelekindlus	kalduvus kontrollida oma soove ja impulsse. Meelekindlad inimesed planeerivad oma tegevusi ette, organiseerivad oma elu ja viivad oma kavatsused ellu ka siis, kui see nõuab neilt pingutust ja enesedistsipliini.

2 Tulemused

3 Statistilise analüüsi meetodid

Analüüsis kasutasime lineaarseid segamudeleid R-i paketi `lmer` ja `lmerTest`; mudeli seletusprotsenti hindasime pseudo- R^2 abil (R-i pakett `MuMIn`, Nakagawa, Johnson & Schielzeth, 2017).

Mudeli koostasime kujul $y \sim \text{Sugu} + \text{Vanus} + \text{G} * \text{T} + (1 | \text{ID})$, kus fikseeritud muutujateks on sugu, vanus, G (grupp, st kontrollrühm vs. sekkumisrühm), T (aeg - 0 = enne, 1 = pärast) ning grupi aja aja koosmõju ning juhuslikuks muutujaks on indiviidi unikaalne ID-tähis. Mudeli hindamiseks kasutasime funktsiooni `lme4::lmer` ning parameetrite olulisuse testimiseks paketti `lmerTest`.

Iga tunnuse kohta koostasime kaks mudelit: (1) kasutades kogu valimit piiranguteta ning (2) kasutades ainult nende vastajate andmeid, kes on täitnud küsimustiku mõlemal vastamiskorral.

Sekkumise mõju hindamiseks tuleks vaadata grupi ja aja koosmõju (st tabelis rida, mis on tähistatud "Grupp x Aeg") – kui koosmõju on statistiliselt oluline (näiteks $p < 0.05$), siis võib öelda, et sekkumisel oli mõju.

Iga tabeli viimases kahes reas on toodud mudeli pseudo- R^2 -d, tähistatud vastavalt **r1** ja **r2**; esimene neist iseloomustab mudeli fikseeritud osa (soo, vanuse, grupi ning mõõtmiskorra peamõju ning grupi ja mõõtmiskorra koosmõju) ning teine kogu mudelit (st nii fikseeritud kui ka juhuslike tunnuste mõju).

3.1 Kursusel õpitud tehnikate kasutamine

Koolitusrühmalt küsiti, kui sageli nad kasutasid koolitusel omandatud tehnikaid koolitusele järgnevate kuude jooksul. 48 vastajast 7 ütles, et nad ei kasutanud omandatud tehnikaid, 24 vastas, et kasutasid kuni kord kuus ning 17, et sagedamini; täpsem jaotus tabelis 5.

Vabas vormis küsimusele, milliseid koolitusel omandatud teadmisi ja oskusi peetakse enda jaoks kõige kasulikumaks, vastas 43 koolitusel osalenut. Paljudes vastustes toodi välja mitu teemat korraga või kirjutati koolitusest üldiselt, näiteks:

Tabel 5: Koolitusel omandatud tehnikate iseseisvalt kasutamine: sagedustabel

	Sagedus	%
Mitte kunagi	7	15
Kuni kord kuus	24	50
Mitu korda kuus	7	15
1-2 korda nädalas	4	8
3+ korda nädalas	6	12

Koolitus oli väga väärtuslik. Kõige olulisemaks pean ehk seda, et sain aru kuiõrd oluline on tunnetada iseenda vastutust paarisuhte toimimisel (või siis ka selle lõpetamisel, kui tegemist peaks olema vägivaldse suhtega). Kõik koolitusel läbitud teemad olid huvitavad ja vajalikud, tehnikad, mida õppisime olid asjakohased ja kasulikud. Probleem nende tehnikate vähesel kasutamisel on pigem see, et elulistes situatsioonides kipub nende olemasolu ununema. Ilmselt võiks PREP koolituste puhul kaaluda jätkukoolitusi või kasvõi regulaarseid kokkusaamisi, kus neid oskusi kinnistada ja praktiseerida, et tekiks harjumus nende kasutamisel.

Sageli mainitud teemade hulgas olid kuulamisoskusega seotud teemad (nt kõneleja-kuulaja tehnika, peegeldamine, aktiivne kuulamine), samuti suhtlemiskonfliktide lahendamise või ennetamisega seotud teemad (nt aja mahavõtmine), samuti iseenda vajaduste mõistmine. Ainult üks vastaja mainis, et koolitusel "ei olnud midagi uut", üks ei osanud midagi olulist välja tuua ning üks leidis, et "kasu on suhtele vähe olnud kuna paariline ei tea neid võtteid ja tagamaid."

3.2 Suhtlemine ja konfliktide lahendamine

3.2.1 Suhtlemine

Tabel 6: Sekkumise mõju: suhtlemine (kogu valim)

	b	SE(b)	df	t	p
Vabaliige	4.60	0.40	190.86	11.57	0.00000
Sugu: M	0.08	0.22	192.38	0.38	0.70718
Vanus	-0.01	0.01	188.17	-1.45	0.14888
Grupp: Kontroll	0.31	0.18	216.83	1.73	0.08439
Aeg: T2	0.38	0.13	123.16	3.00	0.00323
Grupp x Aeg	-0.41	0.17	119.88	-2.38	0.01899
r1	0.03				
r2	0.71				

Tabel 7: Sekkumise mõju: suhtlemine (mõlemal korral vastanud)

	b	SE(b)	df	t	p
Vabaliige	4.95	0.54	107.12	9.20	0.00000
Sugu: M	0.32	0.33	104.27	0.95	0.34417
Vanus	-0.03	0.01	104.06	-1.90	0.06018
Grupp: Kontroll	0.43	0.25	132.77	1.75	0.08235
Aeg: T2	0.39	0.13	104.37	2.90	0.00454
Grupp x Aeg	-0.43	0.18	103.86	-2.41	0.01763
r1	0.05				
r2	0.72				

3.2.2 Konfliktide lahendamine

Tabel 8: Sekkumise mõju: konfliktide lahendamine (kogu valim)

	b	SE(b)	df	t	p
Vabaliige	0.28	0.10	194.21	2.75	0.00646
Sugu: M	0.04	0.06	195.20	0.63	0.53192
Vanus	0.01	0.00	191.61	2.09	0.03816
Grupp: Kontroll	-0.09	0.05	218.66	-1.88	0.06109
Aeg: T2	-0.10	0.03	123.24	-3.26	0.00144
Grupp x Aeg	0.08	0.04	120.24	1.85	0.06638
r1	0.06				
r2	0.73				

Tabel 9: Sekkumise mõju: konfliktide lahendamine (mõlemal korral vastanud)

	b	SE(b)	df	t	p
Vabaliige	0.21	0.14	107.93	1.51	0.13412
Sugu: M	0.07	0.08	104.97	0.84	0.40337
Vanus	0.01	0.00	104.91	2.01	0.04707
Grupp: Kontroll	-0.10	0.06	132.80	-1.53	0.12755
Aeg: T2	-0.11	0.03	105.46	-3.20	0.00182
Grupp x Aeg	0.09	0.04	105.19	1.94	0.05475
r1	0.07				
r2	0.74				

3.3 Suhte omadused

3.3.1 Suhtele pühendumine

Tabel 10: Sekkumise mõju: suhtele pühendumine (kogu valim)

	b	SE(b)	df	t	p
Vabaliige	3.27	0.43	196.76	7.64	0.00000
Sugu: M	-0.29	0.24	190.02	-1.21	0.22816
Vanus	0.01	0.01	191.09	0.96	0.33716
Grupp: Kontroll	-0.37	0.19	219.50	-1.91	0.05786
Aeg: T2	-0.23	0.14	119.63	-1.66	0.10043
Grupp x Aeg	0.12	0.18	115.40	0.68	0.49953
r1	0.03				
r2	0.72				

Tabel 11: Sekkumise mõju: suhtele pühendumine (mõlemal korral vastanud)

	b	SE(b)	df	t	p
Vabaliige	3.09	0.58	112.71	5.38	0.00000
Sugu: M	-0.45	0.35	103.56	-1.29	0.19917
Vanus	0.02	0.01	106.73	1.55	0.12430
Grupp: Kontroll	-0.79	0.26	137.60	-3.01	0.00310
Aeg: T2	-0.30	0.14	101.02	-2.09	0.03911
Grupp x Aeg	0.25	0.19	99.86	1.30	0.19708
r1	0.08				
r2	0.74				

3.3.2 Hinnang suhtele

Tabel 12: Sekkumise mõju: hinnang suhtele (kogu valim)

	b	SE(b)	df	t	p
Vabaliige	0.37	0.11	192.04	3.43	0.00075
Sugu: M	-0.04	0.06	192.98	-0.65	0.51782
Vanus	0.01	0.00	189.68	2.20	0.02927
Grupp: Kontroll	-0.15	0.05	214.38	-3.06	0.00250
Aeg: T2	-0.09	0.03	119.59	-2.62	0.01003
Grupp x Aeg	0.09	0.04	116.90	1.94	0.05444
r1	0.07				
r2	0.76				

Tabel 13: Sekkumise mõju: hinnang suhtele (mõlemal korral vastanud)

	b	SE(b)	df	t	p
Vabaliige	0.31	0.15	107.12	2.13	0.03505
Sugu: M	-0.00	0.09	104.36	-0.05	0.95629
Vanus	0.01	0.00	104.30	2.28	0.02449
Grupp: Kontroll	-0.21	0.07	130.44	-3.16	0.00195
Aeg: T2	-0.10	0.03	104.76	-2.87	0.00501
Grupp x Aeg	0.10	0.05	104.50	2.31	0.02269
r1	0.11				
r2	0.76				

3.3.3 Üksteise kritiseerimine

Tabel 14: Sekkumise mõju: üksteise kritiseerimine (kogu valim)

	b	SE(b)	df	t	p
Vabaliige	3.43	0.73	186.80	4.67	0.00001
Sugu: M	0.23	0.41	188.88	0.55	0.58501
Vanus	0.05	0.02	181.09	2.93	0.00380
Grupp: Kontroll	0.32	0.34	238.81	0.93	0.35552
Aeg: T2	-0.25	0.31	133.37	-0.81	0.41855
Grupp x Aeg	0.17	0.42	126.85	0.40	0.68700
r1	0.04				
r2	0.50				

Tabel 15: Sekkumise mõju: üksteise kritiseerimine (mõlemal korral vastanud)

	b	SE(b)	df	t	p
Vabaliige	2.96	0.90	111.87	3.30	0.00131
Sugu: M	0.15	0.55	105.47	0.27	0.78538
Vanus	0.07	0.02	105.13	3.15	0.00213
Grupp: Kontroll	-0.09	0.44	163.73	-0.20	0.84488
Aeg: T2	-0.34	0.33	107.22	-1.06	0.29372
Grupp x Aeg	0.38	0.43	106.38	0.88	0.38022
r1	0.07				
r2	0.49				

3.3.4 Üksteise toetamine

Tabel 16: Sekkumise mõju: üksteise toetamine (kogu valim)

	b	SE(b)	df	t	p
Vabaliige	7.96	0.58	185.96	13.74	0.00000
Sugu: M	-0.21	0.33	187.80	-0.66	0.51138
Vanus	-0.02	0.01	182.26	-1.73	0.08545
Grupp: Kontroll	0.92	0.27	221.30	3.45	0.00067
Aeg: T2	0.05	0.21	122.59	0.25	0.80661
Grupp x Aeg	-0.17	0.28	118.28	-0.61	0.54068
r1	0.09				
r2	0.66				

Tabel 17: Sekkumise mõju: üksteise toetamine (mõlemal korral vastanud)

	b	SE(b)	df	t	p
Vabaliige	8.60	0.73	107.80	11.84	0.00000
Sugu: M	-0.21	0.45	103.56	-0.47	0.64021
Vanus	-0.04	0.02	103.29	-2.45	0.01611
Grupp: Kontroll	1.04	0.34	144.78	3.07	0.00259
Aeg: T2	0.09	0.22	104.40	0.44	0.66392
Grupp x Aeg	-0.23	0.29	103.73	-0.81	0.42075
r1	0.13				
r2	0.65				

3.4 Vägivalla aktsepteerimine

3.4.1 Vägivalla aktsepteerimine (vastaja enda arvamus)

Tabel 18: Sekkumise mõju: vägivalla aktsepteerimine (kogu valim)

	b	SE(b)	df	t	p
Vabaliige	0.93	0.16	196.37	5.66	0.00000
Sugu: M	-0.12	0.09	197.50	-1.31	0.19248
Vanus	-0.01	0.00	192.43	-2.64	0.00901
Grupp: Kontroll	0.08	0.08	233.15	1.03	0.30601
Aeg: T2	0.05	0.06	130.89	0.82	0.41453
Grupp x Aeg	0.06	0.08	126.94	0.77	0.44262
r1	0.07				
r2	0.63				

Tabel 19: Sekkumise mõju: vägivalla aktsepteerimine (mõlemal korral vastanud)

	b	SE(b)	df	t	p
Vabaliige	0.80	0.22	108.86	3.69	0.00035
Sugu: M	-0.33	0.13	104.47	-2.47	0.01497
Vanus	-0.01	0.01	104.23	-0.95	0.34498
Grupp: Kontroll	0.03	0.10	147.11	0.29	0.76934
Aeg: T2	0.05	0.06	105.71	0.71	0.48152
Grupp x Aeg	0.06	0.09	105.65	0.73	0.46588
r1	0.08				
r2	0.63				

3.4.2 Vägivalla aktsepteerimine (vastaja ettekujutus oma partneri arvamusest)

Tabel 20: Sekkumise mõju: vägivalla aktsepteerimine - vastaja ettekujutus oma partneri arvamusest (kogu valim)

	b	SE(b)	df	t	p
Vabaliige	0.57	0.21	181.91	2.67	0.00826
Sugu: M	-0.11	0.12	180.54	-0.92	0.35984
Vanus	-0.00	0.01	177.28	-0.08	0.93784
Grupp: Kontroll	0.10	0.10	225.87	1.03	0.30323
Aeg: T2	-0.07	0.08	118.07	-0.90	0.36876
Grupp x Aeg	0.19	0.11	115.30	1.75	0.08355
r1	0.03				
r2	0.59				

Tabel 21: Sekkumise mõju: vägivalla aktsepteerimine - vastaja ettekujutus oma partneri arvamusest (mõlemal korral vastanud)

	b	SE(b)	df	t	p
Vabaliige	0.66	0.26	105.59	2.51	0.01369
Sugu: M	-0.27	0.16	98.75	-1.68	0.09600
Vanus	-0.00	0.01	100.34	-0.11	0.91528
Grupp: Kontroll	-0.03	0.13	151.33	-0.23	0.82116
Aeg: T2	-0.08	0.08	99.06	-0.99	0.32251
Grupp x Aeg	0.23	0.11	99.54	2.02	0.04577
r1	0.05				
r2	0.55				

3.5 Eluga rahulolu

Tabel 22: Sekkumise mõju: eluga rahulolu (kogu valim)

	b	SE(b)	df	t	p
Vabaliige	4.27	0.39	193.44	11.05	0.00
Sugu: M	-0.16	0.22	194.04	-0.72	0.47
Vanus	0.00	0.01	191.06	0.52	0.60
Grupp: Kontroll	0.17	0.18	216.43	0.95	0.34
Aeg: T2	0.46	0.12	118.53	3.98	0.00
Grupp x Aeg	-0.27	0.16	116.55	-1.75	0.08
r1	0.03				
r2	0.74				

Tabel 23: Sekkumise mõju: eluga rahulolu (mõlemal korral vastanud)

	b	SE(b)	df	t	p
Vabaliige	4.47	0.50	107.88	8.91	0.00
Sugu: M	-0.07	0.31	104.81	-0.22	0.83
Vanus	-0.00	0.01	104.90	-0.39	0.70
Grupp: Kontroll	0.48	0.23	133.02	2.09	0.04
Aeg: T2	0.50	0.12	105.37	4.16	0.00
Grupp x Aeg	-0.35	0.16	105.75	-2.21	0.03
r1	0.05				
r2	0.73				

3.6 Toimetulek emotsioonidega

Tabel 24: Sekkumise mõju: toimetulek emotsioonidega (kogu valim)

	b	SE(b)	df	t	p
Vabaliige	3.38	0.38	183.98	8.90	0.00
Sugu: M	0.54	0.22	184.11	2.52	0.01
Vanus	0.01	0.01	181.45	1.59	0.11
Grupp: Kontroll	0.09	0.17	202.75	0.54	0.59
Aeg: T2	0.33	0.10	113.17	3.15	0.00
Grupp x Aeg	-0.16	0.14	109.59	-1.19	0.24
r1	0.06				
r2	0.80				

Tabel 25: Sekkumise mõju: toimetulek emotsioonidega (mõlemal korral vastanud)

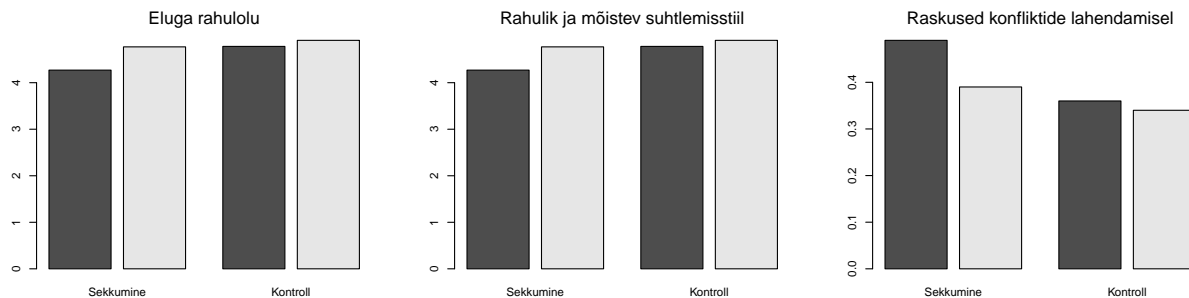
	b	SE(b)	df	t	p
Vabaliige	3.89	0.52	105.12	7.44	0.00000
Sugu: M	0.71	0.32	103.47	2.23	0.02760
Vanus	-0.00	0.01	102.47	-0.33	0.73923
Grupp: Kontroll	0.26	0.24	124.40	1.10	0.27513
Aeg: T2	0.36	0.11	97.69	3.34	0.00117
Grupp x Aeg	-0.20	0.14	96.97	-1.39	0.16698
r1	0.06				
r2	0.81				

3.7 Isiksus ja EEK-2

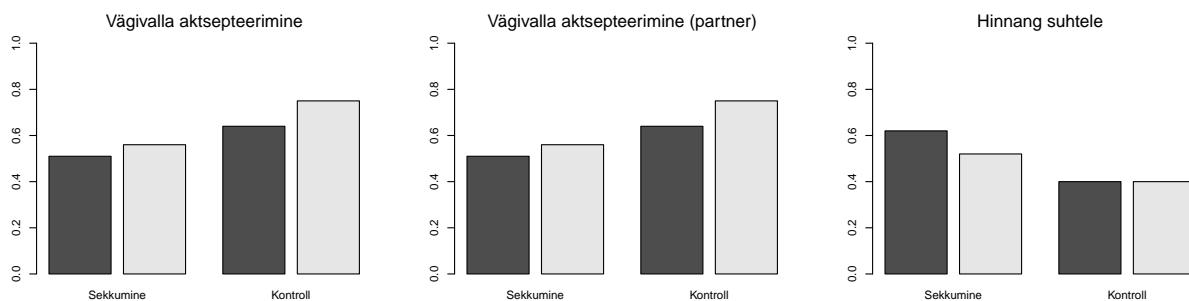
Nende tunnuste osas ei näidanud uuring sekkumise mõju; jätame detailsemad tulemused siin ruumi kokkuhoiu mõttes esitamata.

4 Arutelu ja kokkuvõte

Uuringus selgus kolm tunnust, milles ilmnis sekkumisrühmas positiivne muutus ning kontrollrühmas kas muutust ei olnud või oli see väiksem. Need olid eluga rahulolu, rahulik ja mõistev suhtlemisstiil ning konfliktide lahendamine. Keskmiste muutused on näidatud joonisel 1. Eelkõige suhtlemisstiili ja konfliktide lahendamise muutumine sobib hästi koolituse teemadega; eluga rahulolu muutust võiks käsitleda nende muutuste tagajärjena.



Joonis 1: Keskmete muutused: eluga rahulolu, suhtlemisstiil ning konfliktide lahendamine



Joonis 2: Keskmete muutused: vägivalla aktsepteerimine ja hinnang suhtele

Joonisel 2 kujutatud kolmest tunnusest oli statistiliselt nominaalselt oluline koolituse mõju kahel: (1) vastaja arvamus sellest, kui aktsepteeritavaks tema praegune või eelmine (praeguse puudumisel) partner peab või pidas vägivalla kasutamist erinevates olukordades ja (2) hinnang suhtele (suurem skoor näitab veendumust, et suhe jääb püsima ning väiksem skoor suhtega seotud kahetsust ja lootusetust). Võrdluseks on toodud ka vastaja enda hoiak vägivalla kasutamise suhtes.

Vägivalla aktsepteerimise juures tuleks silmas pidada, et vägivalla aktsepteeritavus on vastajate meelest madal, peamiselt kasutasid vastajad kaht kategooriat (0 = vägivald ei ole selles olukorras kunagi aktsepteeritav; 1 = vägivald on aktsepteeritav ainult äärmuslikel juhtudel). Teiseks, vastused vägivalla aktsepteeritavuse kohta olid erinevate situatsioonide lõikes üsna erinevad. Joonisel 2 kujutatud keskmete muutumise mustrit võiks kirjeldada järgnevalt; sekkumisrühmas vägivalla aktsepteerimine ei muutunud või muutus väga vähe, samas kontrollrühm pidas vägivalda teisel küsitluskorral kesktlääbi pisut rohkem aktsepteeritavaks. Aja ja grupi koosmõju oli statistiliselt oluline, seega on võimalik väita, et see muutus on selatv sekkumise mõjuga. Teisest küljest, kui jätta valimist välja vastajad, kelle suhtestaatus uuringu jooksul muutus, siis kaob ka statistiliselt oluline mõju. Seega vägivalla aktsepteeritavus on muutunud eelkõige neil kontrollrühma vastajail, kelle suhestaatus on uuringu jooksul muutunud: see tulemus võib seega näidata hoopis näiteks perspektiivi muutust pärast suhte lagunemist.

Sekkumisrühmas näeme, et vastajad on teisel mõõtmiskorral oma suhte osas skeptilisemad ning on suhte perspektiiviga vähem rahul. Ka see erinevus puudutab eelkõige neid, kelle suhestaatus on uuringu jooksul muutunud.

Kokkuvõttes: uuringu tulemus on kooskõlas hüpoteesiga, et üksikisikute PREP koolitus mõjub soodsalt suhtlemisstiilile ning konfliktide lahendamisele suhtes, samuti eluga rahulolule. Muutused ei ole suured, kuid on statistiliselt olulised. Enamus koolitusel osalenuid on omandatud oskusi ja teadmisi koolitusele järgnevate kuude jooksul kasutanud; koolitusel omandatud oskustest kõige olulisemaks peetakse kuulamisoskuste ning konfliktide lahendamisega seotud teemasid.

Uuringu probleemiks on väike valim, seda eelkõige sekkumisrühmas, samuti meeste vähene osalusmäär; kontrollrühmas olid vastajateks peaaegu eranditult naised. Samuti tuginesime eranditult enesekohastele vastustele. Üks võimalikke põhjusi, mis uuringus kordusküsitlusele vastas palju vähem osalejaid kui näiteks varasemas PREP paarisuhtekoolituse uuringus, selgus uuringu lõppfaasis: nimelt panime tähele, et enamus

gmaili aadressiga osalejaid ei reageerinud korduskutsele, kuid suurem osa muude e-postiaadressidega osalejaid vastas. Arvatavasti oli probleem selles, et gmail sorteeris uuringukutsed rämpsposti hulka, kuna kutses sisaldus link vastaja koodiga. PREP paarisuhtekoolituse uuringus oli seda üksikutel kordadel juhtunud, seetõttu palusime koolitajatel seekord öelda osalejatele edasi, et uuringukutse võib olla sattunud rämpsposti kausta. Kokkuvõttes sai enamus uuritavaid kutse esimesel korral kätte, kuid tõenäoliselt märkimisväärne osa ei saanud kätte korduskutset. Kahjuks avastasime selle probleemi alles 2019.a lõpus, kui uuringu korduskutseid saates torkas silma, et need läksid enamikus gmaili aadressidele. Katsetades selgus, et gmail filtreerib välja limesurve süsteemist saadetud uuringukutsed juhul, kui nendes on pikk, uuringukoodi sisaldav link – arvatavasti põhjusel, et selliseid linke kasutatakse ka internetipettustes (õngitsuskirjades). Koostöös sihtasutusega Väärtustades Elu jätkame koolitusgrupi andmete kogumist püüdes vähendada kordusuuringu kutsete kaotsiminekut (nt saadame kutses lühema lingi ning uuringukoodi sellest eraldi teksti sees).

5 Viited

Konstabel, Kenn; Lönnqvist, Jan-Erik; Leikas, Sointu; Velazquez, Regina Garcia; Qin, Hiaying; Verkasalo, Markku; Walkowitz, Gari (2017). Measuring single constructs by single items: Constructing an even shorter version of the "Short Five" personality inventory. PLOS ONE, 12 (8), ARTN e0182714.10.1371/journal.pone.0182714.

Nakagawa, S., Johnson, P.C.D., Schielzeth, H. (2017) The coefficient of determination R^2 and intra-class correlation coefficient from generalized linear mixed-effects models revisited and expanded. J. R. Soc. Interface 14: 20170213.