




TALLINN UNIVERSITY OF
TECHNOLOGY


DESTRUKTIIVNE KÄITUMINE TÖÖL



TALLINN UNIVERSITY OF
TECHNOLOGY

**Destruktiivne käitumine
tööl**

Destruktiivne käitumine tööl: sõltuvushäired (alkohol ja narkootikumid, mängurlus, internetisõltuvus), sotsiaalne käitumispuue, emotsioonide kontrollimatus (viha, vaenulikkus, vägivald, kiusamine, ahistamine ja diskrimineerimine); absenteism ja presenteism; passiivne-agressiivne käitumine





TALLINN UNIVERSITY OF
TECHNOLOGY

Sõltuvushäired

Sõltuvushäired on somaatiliste, käitumuslike ja kognitiivsete avalduste kompleks, mille korral mingi tegevus või aine saavutab inimese käitumises prioriteedi selle suhtes, mis on kunagi olnud suurema väärtusega

Sümptomid:

- ✓ enesekontroll on langenud
- ✓ käitumine muutunud
- ✓ prioriteediks sõltuvus (aine või tegevus)
- ✓ mure aine (tegevuse kättesaadavuse pärast)
- ✓ võõrandumine
- ✓ kasutamist jätkatakse vaatamata tagajärgedele
- ✓ probleemi eitamine



Sõltuvushäired:
narkomaania

Narkomaania on psüühiline ja füüsiline sõltuvus, mis on tekkinud narkootikumide tarvitamise tagajärjel



Ravimsõltuvus

Narkomaania peamiseks tunnuseks on inimese võimetus ilma sõltuvusaineta igapäevaselt hakkama saada

Sõltuvusaine vajakajäämisel tekivad mitmesugused häired nii psüühikas kui somaatikas.



Tüüpilised tunnused on (võõrutusseisund):

- ✓ soov ainet tarvitada
- ✓ ärrituvus
- ✓ unehäired
- ✓ valud
- ✓ alkoholismi korral üsna sageli psühhoos



Sõltuvushäired:
narkomaania

Eri ainete puhul on prognoos paranemisele erinev:



- ✓ kannabinoide puhul hea
- ✓ alkoholi puhul halb
- ✓ opiaatide puhul väga halb
- ✓ hallutsinogeenide puhul suhteliselt hea, sest nad ei tekita füüsilist sõltuvust
- ✓ kokaiini puhul väga halb
- ✓ rahustite või uinutite puhul raske sõltuvus



Sõltuvushäired:
mängurlus (ludomaania)

Hasartmängude mängimine on panustamine raha või muude materiaalsete väärtustega, kusjuures on tegemist mängu ettearvamatu lõpptulemusega ning peamine eesmärk on võita lisaraha ja / või materiaalseid kaupu

Tavaliselt tulemused ilmnevad lühikese aja jooksul (Lotod, kasiinodes mänguautomaadid, interneti mängukeskkonnad jms.)



Näide: Avo Viiol (Kultuuriministeeriumi endine kantsler)



Sõltuvushäired:
mängurlus
 (ludomaania)

Mängurlus on tung pidevalt mängida hoolimata negatiivsetest tagajärgedest või soov lõpetada



Patoloogiline hasartmängimine on üldine häire, mis on seotud nii sotsiaalse ja pere hävinguga

Klassifitseeritakse kui impulsside kontrolli häiret, millel on palju sarnasust nendega, kes on aine-sõltuvuses



Sõltuvushäired:
mängurlus (ludomaania)

Patoloogilist hasartmängusõltuvust diagnoositakse kui mänguril esinevad teatud diagnostilistele tunnustele:


- ✓ mänguri raskusi piirata raha kulutamist mängimisele piirata
- ✓ piirata hasartmängudeks kulutatud aega
- ✓ on tekkinud mängulusest kahjulikud tagajärjed (kannatanud mängur ise, teised, või kogukond) (Petry, 2006)



Sõltuvushäired:
mängurlus (ludomaania)

Sümptomid:

- ✓ Keskendumine mängimisele - see tegevus muutub kõige olulisemaks, prioriteet
- ✓ Tolerantsus – soovib kogeda järjest suuremat emotsionaalset "kaihvi"
- ✓ Võõrandumine
- ✓ Rahutus ja ärritus seoses sooviga lõpetada mängimine
- ✓ Põgenemine – reaalsuse probleemide eest
- ✓ Vastupandamatu soov mänguga tagasi võita kaotust
- ✓ Valetamine – perele, sõpradele, töökaaslastele
- ✓ Kontrolli kaotamine mängimise üle
- ✓ Seadusevastased teod raha hankimiseks
- ✓ Riskimine oluliste suhetega (pere, töö)
- ✓ Raha laenamine

TALLINN UNIVERSITY OF TECHNOLOGY

Sotsiaalse käitumise puue 


puue (*Social skills deficit; University of California, Berkeley, L. Gambrill, 2004*)

Sotsiaalse käitumise puue ei ole klassikalises mõttes puue. Sageli on töölt lahkumise, vallandamise, karjääri ja tööalase arengu takistuseks.

Kirjeldatakse:
Diagnostic and Statistical Manual of Mental Health Disorders-IV-TR (APA, 2002)

Väga erinevad käitumised alates toote vargusest kuni nartsissmi, ahistamise, ebameeldiva käitumiseni töökaaslaste või klientide suhtes (*Spector, 2001*)


TALLINN UNIVERSITY OF TECHNOLOGY

Sotsiaalse käitumise puue 

NÄITED

- ✓ Tunne, et puudub kontroll oma tööelu (töösajade) üle
- ✓ Stress ja läbipõlemine
- ✓ Halb toimetulek oma viha ja ängistuse juhtimisega tööalastes suhetes
- ✓ Töödistsipliini probleemid
- ✓ Pettumus, kibestumus, kriitilisus, küünilisus

TALLINN UNIVERSITY OF TECHNOLOGY

Sotsiaalse käitumise puue 


NÄITED

Sotsiaalsed baasoskused (*Baron, Greenberg, 1990*)

- ✓ Tervitamine
- ✓ Tööalse vestluse alustamine ja lõpetamine
- ✓ Palve esitamine
- ✓ Keeldumine
- ✓ Tagasiside andmine
- ✓ Kriitikalreageerimine

Kognitiivsed oskused (*Chiauzzi, Heimberg, 1986*) sh sotsiaalsete situatsioonide tajude ja tõlgendamise, inimestevaheliste probleemide lahendamise, eneseanalüüsi, emotsioonide juhtimise, positiivsete väljendite kasutamise, realistlikud ootused ja uskumused

TALLINN UNIVERSITY OF TECHNOLOGY



Kiusamine

Kiusamine on väärkohtlemise vorm, mis seisneb oma tegevuse või käitumisega kellelegi sihilikult ebameeldivuste (füüsilise valu või ebamugavuse, vaimse alaväärsustunde, hirmu jne) tekitamises


Kiusamine võib olla sõnaline (narrimine, norimine, pilkamine, mõnitamine, ähvardamine jne), füüsiline (tõukamine, togimine, näpistamine, löömine jne) või psühholoogiline (üleolev käitumine, ignoreerimine, kõrvalejätmine, millegi tegema sundimine vms)

Kiusamine võib hõlmata korduvaid tegusid aja jooksul, mille eesmärk on luua või jõustada ühe isiku (või grupi) võimu teise isiku (või grupi) üle

Kiusamise eesmärgiks võib olla ka soov saada kas ohvri või kellegi teise *tähelepanu*

Kiusamise nähiuseks või aiendiks võivad olla *kadedus*

TALLINN UNIVERSITY OF TECHNOLOGY



Diskrimineerimine

Diskrimineerimine tähendab inimeste eristamist nende kvalifikatsiooni või võimete seisukohast ebaoluliste tunnuste alusel

- Rahvus, rass
- Sugu
- Usutunnistus
- Kuulumine seksuaalvähemusse

STEREOTÜÜBID

Positiivne diskrimineerimine on olukord, kus eelistatakse teatud isikutunnuseid, mis ei ole otseselt võimekusega seotud

Võrdse kohtlemise printsiip

TALLINN UNIVERSITY OF TECHNOLOGY



Organizational culture

eats strategy for breakfast (Gostick, Elton, 2012)

Sotsiaalsete oskuste defitsiit on juhtide jaoks üks peamistest muredest – väga paljud juhid ei oska / ei pea vajalikuks anda positiivset tagasisidet ning peamiselt kritiseerivad kui midagi on valesti tehtud

Eestis läbiviidud juhtide tööstressi uuring (TTÜ, 2004) näitas, et noorte juhtide peamise stressi allikaks on tagasiside vähesus / puudumine, vähene tunnustatus, suhted töö, mittepiisav kolleegide toetus



ÕPITUD ABITUS

... on käitumine, kui inimene jääb lootma ainult teiste abile, kuid tegelikult tuleks ka ise toime

