

Sisekaitseakadeemia
Sisejulgeoleku instituut

Margo Kivila

EESTI KORRAKAITSE- NING KRIMINAALPOLITSEI
HINNANGUD JA OOTUSED ORGANISATSIOONILE
SEoses TÖÖSTRESSIGA

Magistritöö

Juhendaja: Stella Laansoo

Kaasjuhendaja: Janne Pikma-Öövel

Tallinn 2013

MAGISTRITÖÖ ANNOTATSIOON

SISEKAITSEAKADEEMIA

Sisejulgeoleku instituut	Kuu ja aasta: mai 2013
Töö pealkiri: Eesti korraldus- ning kriminaalpolitsei hinnangud ja ootused organisatsioonile seoses tööstressiga	
Töö autor: Margo Kivila	
<p>Lühikokkuvõte: Magistritöö eesmärgiks on selgitada välja, milliseid olukordi politsei töös hindavad korraldus- ja kriminaalpolitseinikud enim stressi tekitavateks ning millised on nende ootused organisatsioonile toime tulemiseks kriisisituatsioonidega. Magistritöö näol on tegemist empiirilise uurimusega, milles kasutatakse kvantitatiivset andmekogumismeetodit. Alusandmed kogutakse ankeetküsitlusega, mis viiakse läbi Politsei- ja Piirivalveameti Põhja-, Lõuna-, Ida- ja Lääne prefektuuri kriminaal- ja korralduspolitseinike hulgas. Ankeetküsitlusega saadud andmete analüüsimiseks kasutatakse andmetöötlusprogrammi Excel. Kriisisituatsioonide hindamiseks kasutatakse Saksamaal ja Ameerika Ühendriikides välja töötatud küsimustikku, mis on kohaldatud Eesti oludega, pakkumaks lahendusi just siinsetele probleemidele. Magistritöös on kasutatud inglise-, saksa- ja eesti keelseid teaduslikke allikaid, Eestis ning rahvusvahelisel tasandil läbi viidud uuringuid.</p>	
Võtmesõnad: kriisisituatsioon, tööstress, kogemusnõustamine, debriefing, kriisisituatsioonid politsei, politsei stress.	
Key words: critical incident, work stress, peer counseling, debriefing, crisis situations/critical incidents in/for police, police stress.	
Säilitamise koht: Sisekaitseakadeemia raamatukogu	
Kaitsmisele lubatud	
Sisejulgeoleku instituudi juhataja:	Allkiri:
Vastab lõputöö nõuetele	
Juhendaja: Stella Laansoo	Allkiri:
Kaasjuhendaja: Janne Pikma-Õövel	Allkiri:

SISUKORD

MAGISTRITÖÖ ANNOTATSIOON.....	2
SISUKORD.....	3
MÕISTETE JA LÜHENDITE LOETELU	4
SISSEJUHATUS	5
1. STRESSI MÕJU POLITSENIKELE TEOREETILISED KÄSITLUSED	9
1.1. Tööstress läbi ajaloo ning selle mõju töötajale.....	9
1.2. Politseitööst tulenev stress.....	11
1.3. Tegutsemine kriitiliste olukordade puhul	20
2. KORRAKAITSE- JA KRIMINAALPOLITSENIKE HINNANGUD KRIISISITUATSIOONIDELE	32
2.1. Varasemad uuringud.....	32
2.2. Ülevaade hengeabisüsteemi hetke olukorrast	42
2.3. Uurimuse metodoloogia	44
2.4. Uurimuse tulemused	47
2.5. Järeldused ja ettepanekud	54
KOKKUVÕTE.....	61
SUMMARY	65
VIIDATUD ALLIKATE LOETELU	66
TABELITE JA JOONISTE LOETELU.....	70
LISA 1. ANKEETKÜSIMUSTIK	71
LISA 2. VASTANUTE STRUKTUUR.....	77
LISA 3. MEESTE JA NAISTE OSAKAAL PREFEKTUURIDE KORRAKAITSE- JA KRIMINAALPOLITSEIS	78

MÕISTETE JA LÜHENDITE LOETELU

Debriifing - aruandekoosoleks

Posttraumaatiline stressihäire (PTSH) – traumajärgne ärevushäire.

„Ülivalvsuse ameerikamäed“ (*The Hypervigilance Biological Rollercoaster*) – pingeliste ja mittepingeliste olukordade pidev vaheldumine.

Kriisisituatsioon – sündmuse või olukorra tajumine nii raskena, et see ületab inimese toimetulekumehhanismid (Richard James).

Tööstress – tööülesannete täitmisest ja töökeskkonnast tingitud pinged.

CISD – (*Critical Incident Stress Debriefing*) kriitiliste juhtumite stressi koosolek

CISM – (*Critical Incident Stress Management*) kriitiliste juhtumite stressi juhtimine

FBI - (*Federal Bureau of Investigation*) Föderaalne Juurdlusbüroo

NSOPS - (*National Study of Police Suicides*) politseinike enesetappude uuringu keskus

KRIPO – kriminaalpolitsei

KKP - korrakaitsepolitsei

SISSEJUHATUS

Politseitööd on üldsuse poolt loetud ohtlikuks eelkõige füüsilise ohu ja vahetu kokkupuute tõttu kurjategijatega. Eesti Politsei loodi 1991. aastal ning sellest ajast on peetud arvestust ka teenistusülesannete täitmisel hukkunute üle. Arvestust politseinike enesetappude üle hakati aga pidama alates 1996. aastast. Sellest tulenevalt võrdleb magistritöö autor oma politseinike enesetappude ja teenistusülesannete täitmisel hukkunute statistikat alates 1996. aastast. Politsei – ja Piirivalveameti kogutud andmed enesetappude ja teenistusülesannete täitmisel hukkunute kohta näitavad, et ajavahemikus 1996-2012 on politsei teenistusülesannete täitmisel hukkunud 10 (Jaani...2013:2-3) ja enesetapu teinud 20 töötajat (Pärn...2013:1-2). Kui teenistusülesannete täitmisel hukkus viimane politseinik Politsei- ja Piirivalveametis 2004. aastal, siis enesetappe ajavahemikus 2004-2012 on olnud 10. Autori kasutuses olevate andmete põhjal on ametnikele suurem oht keerulistest olukordadest tekkinud pingetega toime tulemine, kui tänaval seaduserikkujatega tegelemine. Pinged võivad alguse saada eraelulisest või tööalasest probleemist aga suure tõenäosusega mingi aja möödudes mõjutab tekkinud probleem nii suhteid perekonnas- kui tööalast võimekust. Käesoleval hetkel on Politsei- ja Piirivalveametis olukord, kus kehalised katsed ning enesekaitse moodustavad osa karjäärimudelist, kuid uus hingeabisüsteem on alles väljatöötamisel. Samas näitab enesetappude ja teenistusülesannete täitmisel hukkunute arvu dünaamika, et füüsilisest ohust tänaval suuremaks probleemiks on muutunud tööstressiga toimetulek. Tänapäeval on tööjõud liikumas füüsiliselt töölt vaimsele ning sellest lähtuvalt on varasema füüsilise töö riskide kaardistamisele lisandunud vaimsete riskide teadvustamine.

Erinevate kriisisituatsioonide ja stressoritega puutuvad igapäevaselt oma töös kokku ka politseinikud ning lisaks enda probleemidele tuleb lahendada teiste inimeste probleeme. Politseinikelt eeldatakse alati käitumist, mis vastaks kõrgematele moraalinõuetele ning emotsioonide välja näitamine enamikes

töösituatsioonides on lubamatu. Sellepärast eriti väiksemates piirkondades, kus inimestel on vähem anonüümsust ja kõik teavad, kellenä keegi töötab, eelistavad politseinikud seltsida just teiste politseinikega ning arvestavad, et ka tööst vabal ajal jäävad nad elanikkonnale alati politseinikeks (Rees & Smith ...2007:273-274).

2005. aastal Suurbritannias Jonathan Smithi poolt läbi viidud uuringu põhjal tõstsid politseinikud esile sündmustest, millega igapäevaselt kokku puututakse pingelisematenä ootamatud surmajuhtumid, laste surmad, surmadega seotud liiklusõnnetused, perevägivald, alkoholihoobes isikud, kuriteo ohvritega tegelemine, koostöö kuriteo ohvriks langenud pereliikmetega, jalgpallikohtumised ja rahvarahutused (Rees & Smith ...2007:273-274).

Autorile teadaolevalt, on stressiga politseis seotud teemadel uurimustöö teinud Liivia Anion 2002. aastal „Burnout sümptomite esinemisest politsei juhtidel“ Tallinna Pedagoogika Ülikoolis magistritöö ning „Läbipõlemis sümptomite ja politseikultuuri elementide vastastikusest mõjudest“ 2006. aastal doktoritöö. Kristjan Koor on 2008. aastal teinud magistritöö teemal „Põhja Politseiprefektuuri politseiametnike tööstress ja ametiülesannetega toimetulek“. Autorile teadaolevalt pole magistritöö tasemel uuritud korrakaitse- ja kriminaalpolitsei ootuseid organisatsioonile seoses tööst tuleneva stressi ennetamise ja toimetulekuga ning kuidas hindavad korrakaitse- ja kriminaalpolitseinikud Eesti kõigis neljas prefektuuris erinevaid kriisisituatsioone. Analoogseid uuringuid on läbi viidud nii Saksamaal, kui Ameerika Ühendriikides, mis annab võimalusi võrrelda saadud tulemusi ka teiste riikidega.

Mitmete uuringute andmetel on politseinike stressitase üks kõrgemaid erinevate ametite hulgas. Magistritöös kasutatakse andmeid Saksamaa politseisüsteemi kohta, kuna sakslastega tehakse koostööd Eestis Politsei- ja Piirivalveametis hingeabi süsteemi loomisel. Saksamaa siseministeriumi andmetel on alates 2002. aastast Nordrhein-Westfaleni liidumaal (NRW) 74 politseinikku endalt elu võtnud, mida on rohkem, kui teenistusülesannete täitmisel hukkunuid. Andmed näitavad, et politseinike enesetappude arv ületab tavaelanikkonnas toimuvate

enesetappude arvu. (Zons... 2012 „Saksa politsei hingeabisüsteem“ koolitus Tallinn).

Magistritöö eesmärgiks on selgitada välja, milliseid olukordi politsei töös hindavad korrakaitse- ja kriminaalpolitseinikud enim stressi tekitavateks ning millised on nende ootused organisatsioonile seoses kriisisituatsioonidega.

Autor otsib oma uurimuses vastuseid järgmistele uurimisküsimustele: kuidas Eesti korrakaitse- ja kriminaalpolitseinikud hindavad erinevaid kriisisituatsioone ning kuidas saab organisatsioon aidata kriisis olevat politseinikku.

Uurimisülesanded:

- anda ülevaade tööstressi teoreetilistest käsitlustest ja varem teostatud uuringutest ning analüüsida saadud tulemusi;
- töötada välja küsimustik kriisisituatsioone hindava küsitluse läbi viimiseks, viia Eesti korrakaitse- ja kriminaalpolitseinike seas läbi ankeetküsitlus selgitamaks välja politseinike hinnanguid erinevate kriisisituatsioonide suhtes ning nende ootuseid organisatsioonile seoses stressi tekitavate olukordadega;
- analüüsida saadud uurimistulemused ning teha järeldused ja ettepanekud Politsei- ja Piirivalveametile uue hingeabisüsteemi ülesehitamiseks.

Magistritööst saab praktilist kasu organisatsioon läbi ettepanekute kriisisituatsiooni eelse ja järgse tegevuskava välja töötamiseks, et töötaja saaks lähtuvalt tema probleemidest parimat võimalikku abi. Magistritöö raames kogutakse andmeid ning viiakse läbi uuring, mis aitab Politsei- ja Piirivalveametis ehitada üles toimivat hingeabisüsteemi. Teoreetilises osas annab autor ülevaate, kuidas maailmas politsei stressi käsitletakse ja milliseid programme pakutakse, et stressi leevendada. Autor kasutab näitena Ameerika Ühendriikides FBI juurde loodud kriitiliste juhtumite stressi juhtimise programmi, kuhu on kaasatud töötajate tugiüksuse liikmed, FBI kaplanid, FBI kogemusnõustamise grupi liikmed, vaimse tervise eksperdid, kellel on kogemused politsei psühholoogia ja

traumade valdkonnas. Kasutatakse vajadusel kiiret sekkumist aga ka pikaajalisi toetavaid tegevusi. See on kasulik informatsioon hingeabi süsteemi väljatöötamiseks Eesti politseis.

Magistritöö koosneb kahest peatükist. Esimene peatükk koosneb teooriast, milles käsitletakse stressi ning selle seotust politseitööga. Teine peatükk on empiiriline osa, kus autor kirjeldab uuringu disaini ja andmeanalüüsi. Ankeetküsitlus viiakse läbi Politsei- ja Piirivalveameti Põhja-, Lõuna-, Ida- ja Lääne prefektuuri korrakaitse- ning kriminaalpolitseinike hulgas. Küsitluse kaasatakse ainult prefektuuride korrakaitse- ja kriminaalpolitseinikud, kuna prefektuurid on oma struktuurilt sarnased, katavad kogu Eesti territooriumi ning neile pandud ülesanded on võrreldavad. Küsitluse tulemusena on võimalik võrrelda kriisisituatsioonide hindamist erinevates sihtgruppides (tööliini, soo, vanuse, staaži, rahvuse ja perekonnaseisu järgi). Teine osa lõppeb järelduste ja ettepanekutega Politsei- ja Piirivalveametile hingeabisüsteemi ülesehitamiseks.

Magistritöö näol on tegemist empiirilise uurimusega, milles kasutatakse kvantitatiivset andmekogumismeetodit. Empiirilises osas saadakse alusandmed ankeetküsitlusega. Ankeetküsitlusega saadud andmete analüüsimiseks kasutatakse andmetöötlusprogrammi Excel. Kriisisituatsioonide hindamiseks kasutatakse küsimustikku, mis on koostatud Saksamaal ja Ameerika Ühendriikides läbi viidud küsitluste põhjal ning kohaldatud Eesti oludega.

Magistritöös on kasutatud inglise-, saksa- ja eesti keelseid teaduslikke allikaid, Eestis ning rahvusvaheliselt läbi viidud uuringuid. Kasutatud kirjanduse loetelu on toodud magistritöös viidatud allikate loetelus.

1. STRESSI MÕJU POLITSEINIKELE TEOREETILISED KÄSITLUSED

1.1. Tööstress läbi ajaloo ning selle mõju töötajale

Ajalooliselt on huvi stressi vastu olnud nii tsiviil- kui militaar sektoril. Sõdade ajal on väepealikud alati tundnud huvi teadmiste vastu, mis mõjutavad nende käsutuses olevate vägede võitlusvalmidust. Sellest lähtuvalt oli ka arstidel ülesanne ravida sõdureid nii, et neid saaks võimalikult kiiresti saata uuesti rindele. Rahu ajal läheb peamine tähelepanu igapäevastele õnnetustele, millega võib kaasneda sandistumine ja hingelised traumad. Väga väljendusrikkalt kirjutasid juba muistsed kreeklased ja roomlased katsumustest, mis mõjutasid sõduri psüühikat. Üks esimesi modernsetest käsitlustest on välja toodud 1678.a. sõjaväearst Hofferi poolt, kes võttis kasutusele mõiste nostalgia. Defineerides seda, kui sõdurite vaimse tervise halvenemist koduigatsuse tõttu. See oli teada olevalt esimene katse selgitada psühholoogiliste sündmuste mõju aju funktsioneerimisele, vaimsele tervisele ja käitumisele. (Miller...2007:16)

19-dal sajandil hakkas tööstuse arenemisega arenema ka raudtee transport, mis tõi endaga kaasa ka rongide kokkupõrkeid ja rööbastelt väljasõitmist. Järjest rohkem hakati märkama, et avariides osalenutel püsisid peale füüsiliste vigastuste paranemist häired mõtetes, tunnetes ja tegevustes, mida tolleaegne meditsiin ei suutnud selgitada. (Miller...2007:16)

Tänapäeval on saanud selgeks, et psühholoogilise trauma võib saada ka väljaspool lahinguvälja. Meedia kajastab igapäevaselt traagilisi sündmusi nagu seda on sõjakuriteod, tööõnnetused, lennuõnnetused, autoavariid, rünnakud inimeste vastu, looduskatastroofid, tulekahjud, terrorism jne. 1980. aastal lisati traumaatilise stressi sündroom psühhopatoloogilise sündroomina – posttraumaatiline stressihäire (*posttraumatic stress disorder*) – Ameerika

Psühhiaatrite Assotsiatsiooni ametlikku psüühikahäirete juhendisse (*Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*). (Miller...2007:19)

Kriisist on läbi ajaloo tehtud palju erinevaid definitsioone. Oma sisult jagunevad need aga enamasti, kas üksikisikut või paljusid inimesi mõjutavateks kriisisituatsioonideks. Richard James on erinevate autorite kriisi definitsioone analüüsid jõudnud veendumusele, et kriis vajab inimene sotsiaalset tuge. Eeltoodust lähtuvalt on kriis R. James'i arvates olukord, kus mingit sündmust või olukorda tajutakse nii raskelt, et see ületab isiku olemasolevad ressursid ja toimetulekumehhanismid. Algselt oli kriisi mõiste seotud üksikisikuga toimuvaga, tänapäeval aga kasutatakse seda mõistet ka tihti organisatsiooni ja riigi tasandil. (Meel & Naarits...2011:3-4)

Üheks võimaluseks kriisisituatsiooni järgselt pingeid maandada on debriifing ehk aruandekoosolek. Debriifingut hakati psühholoogilise trauma vastase meetmena kasutama süsteemselt sõjaväes. Sõjaväest väljaspool hakati debriifingut esimesena kasutama meditsiinis ning kutsuti seda „kriitiliste juhtumite stressi koosolekuks“ (*critical incident stress debriefing, CISD*). Soovituslikult toimus debriifing 24-48 tundi peale sündmust. Tegevuse eesmärgiks oli töötada emotsionaalselt läbi traumaatiline sündmus ja selgitada osalejatele, et see, mida nad tunnevad on normaalne reaktsioon juhtunule ning valmistada inimesed ette tulevikus juhtuda võivateks analoogseteks juhtumiteks. (Mitchell...1983:36-39) Hiljem on seda strateegiat edasi arendatud Põhja-Ameerikas ja Suurbritannias katastroofide tagajärgedega toimetulekuks. 1998.a. oli debriifing enim kasutatav trauma järgne sekkumine Suurbritannias (Plant...2007:276).

Stressi uurija Hans Selye on öelnud, et ükski inimene ei suuda elada ilma pidevalt mingit stressi taset kogemata. Stress ei pruugi olla inimestele tingimata paha vaid võib olla ka positiivsete emotsioonide poolt esilekutsutud. Tulevahetuses haavata saamine, ema mure lapse pärast, jalgpallis oma lemmiku toetamine – see kõik on stress. See on fundamentaalne küsimus kõigi jaoks. Mis on ühe inimese jaoks haigeks tegev, võib olla teisele jõuduandev kogemus. (Selye ... 1978:3)

Toimimisviisi, kuidas keha reageerib stressile nimetatakse üldiseks kohanemise sündroomiks. Selye jagas stressi tekkimise kolmeks tasandiks (Territo & Sewell... 2007:5-6):

- alarmreaktsioon – sellel tasemel valmistub keha füsioloogiline kaitsemehhanism ära tundma stressorit ning reageerima rünnakule;
- vastupanu – rünnak on tuvastatud ja toimub vastupanu;
- kurnatus – kehal ei ole õnnestunud reageerida ja kõrvaldada stressorit. See tase võib lõppeda halvimal juhul ka surmaga, kas siis läbi mõne haiguse või enesetapu.

Kui organisatsiooni tasandil toimub kriisireguleerimine, siis üksikisiku tasandil on kriisisekkumine. Maailmas üks esimesi, kes hakkas tegelema professionaalse kriisisekkumisega oli 1940-date esimesel poolel Ameerika Ühendriikide psühhiaater Eric Lindeman. Eestis hakkas professionaalne kriisisekkumine arenema peale parvlaev Estonia hukku alates 1994. aasta lõpust. (Meel & Naarits...2011:8-10)

Nii nagu kriisi on võimalik jagada selle mõju ja raskusastme järgi kategooriatesse, on vaja vastavalt raskusastmele valida ka toimetuleku mehhanismid. Mingist hetkest alates ei pruugi tavapärane tugivõrgustik tulla toime abi pakkumisega. Ebaprofessionaalne abi või muuta keeruliseks ka hilisema professionaalse abi pakkumise. Inimesed, kellel on eelteadmised traumast ja toimetuleku mehhanismidest, elavad kergemini üle ka kriisisituatsioonid.

1.2. Politseitööst tulenev stress

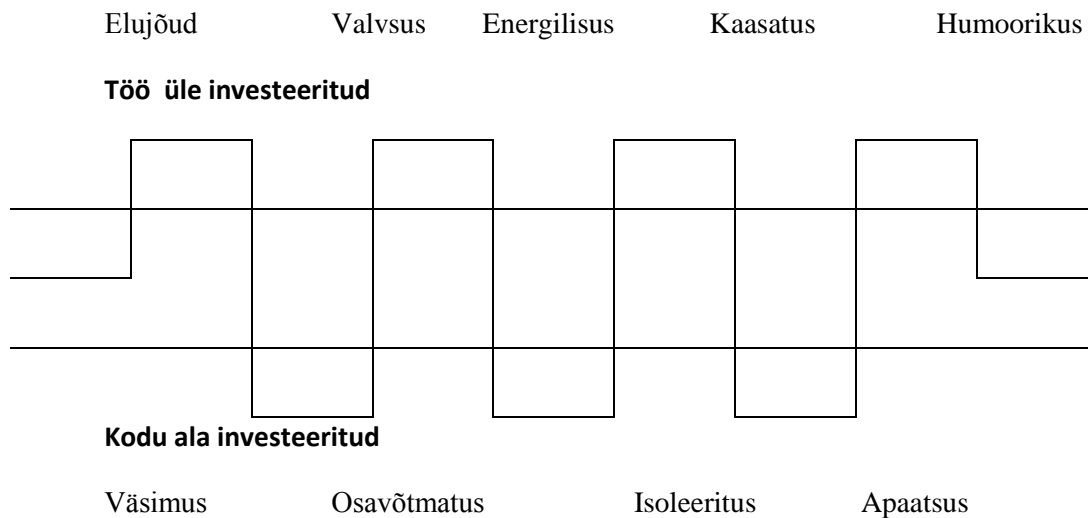
Erinevate stressoritega puutuvad oma igapäevatoos kokku ka politseinikud. Politseinik peab nägema maailma teistest inimestest erinevalt, et suurendada võimalust iga päev peale tööd koju jõuda. Nähes maailma potentsiaalselt vägivaldsena, suurendab see valmisolekut vägivalda juhtumise puhuks.

Liikluspolitseinik võib teha 10 000 auto peatamist, millest 9999 on täiesti ohutud. Probleem on selles, et kunagi ei ole teada, milline on see 1, mis võib olla eluohtlik või surmav. (Gilmartin...2002:33)

Seoses sellega, et kurjategijaid ei erista tänavapildis seadusekuulekatest kodanikest miski, siis on vaja politseinikel tajuda kõiki kontrollimata olukordi potentsiaalse ohuna, kuni on tõestatud vastupidist. Lisaks on vaja iga olukorra puhul reageerida kiiresti ja täpselt. Kuna valmisolekust võimalikule ohule reageerida sõltub ka kolleegide elu, ei saa keegi tänaval töötavatest politseinikest väita, et ettevaatlikus on tema isiklik asi. Seega kogevad politseinikud nõnda nimetatud „ülivalvsust“ iga päev. Samal ajal teistel inimestel jääb igapäevane risk keskmisele tasemele. (Gilmartin... 2007:34-35) Selye sõnul ei ole võimalik stressi vältida aga me saame õppida, kuidas hoida selle hävitav mõju miinimumis (Selye...2007:3).

Politseinike puhul on stressi põhjustajaks ka pingeliste ja mittepingeliste olukordade pidev vahetumine. Pingelisuse kompenseerimiseks tööl, asendub pingelisus kodus apaatsusega, mis võib aga kaasa tuua perekonna lagunemise. Kevin M. Gilmartin nimetab sellist olukordade vaheldumist „ülivalvsuse ameerikamägedeks“ (*The Hypervigilance Biological Rollercoaster*). (Gilmartin...2002) (vt joonis 1)

Bioloogilised ameerikamäed



Joonis 1. Gilmartini olukordade vaheludmise joonis (Gilmartin...2002)

Oma olemuselt on stress kasvava iseloomuga. Rõhutamist väärrib fakt, et tööga ja perega seotud stress on omavahel tihedas seoses ja ei ole kerge eraldada ühte teisest. (Toch...2001:61)

Lisaks kriitilistele sündmustele on ka teisi politseinikke negatiivselt mõjutavaid tegureid. Näiteks organisatsioonilised stressorid, mis võivad olla tingitud töökorraldusest, juhtkonna juhtimisstiil, tehtud töö tunnustamine/mitte tunnustamine, karjäärimudel, palk, organisatsiooni osavõtlikkus töötaja probleemide suhtes.

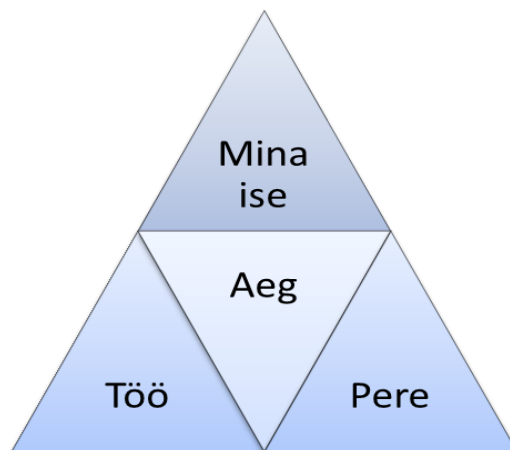
Tööstressorid võivad olla tööpäevade pikkus, „telefonivalve“, vahetustega töö, ebaregulaarsed vabad päevad, lisaks on vaja aeg-ajalt käia kohtus tunnistusi andmas, mis tulevad lähedastega planeeritud tegevuste arvelt. Oma mõju avaldab avalikkuse meelestatus politsei suhtes ja meedia huvi. Eriülesanded nagu varjatud identiteediga informatsiooni kogumine, tõendite kogumine, läbirääkimised või pantvangi vabastamine tõstavad samuti stressi taset. (Band, Sheehan...1999:1-6)

Eestis reguleerivad tööandja kohustusi tööstressiga tegeleda:

- Nõukogu Direktiiv töötajate tervishoiu ja tööohutuse parandamist soodustavate meetmete kehtestamise kohta;
- Tervishoiu ja Tööohutuse seadus.

Mõlemas dokumendis tuuakse selgelt välja, et tööandja on kohustatud tagama töötaja ohutuse ja tervise kõigis tööga seotud aspektides. See tähendab muuhulgas ka seda, et tööandja on vastutav selle eest, et töökeskkond ei oleks stressirohke. Sarnaselt kõigi teiste töökeskkonnast tulenevate ohuteguritega, peab tööandja riskianalüüsis pöörama tähelepanu ka tööstressile (Seppo jt...2010).

FBI Akadeemia lektori Jean G. Larned'i arvates on stressi ennetamiseks oluline leida tasakaal tööle, perele ja endale pühendatud aja vahel. Kui nimetatud kolmest miski läheb tasakaalust välja või ilmnevad ühes probleemid, siis tavaliselt kanduvad probleemid üle ka teistesse sektoritesse. Tööl käimise eesmärgid on tavaliselt enda ja oma perekonna rahaliste vajaduste katmine ning eneseteostus. Perekonnale ja hobidele pühendatud aeg võimaldab maandada pingeid ning hoida vaimu värskena. Kui väheneb tehtava töö ja sissetuleku hulk, mõjutab see perekonna tavapärase mugavuste tarbimist ning samuti mõjutab rahaliste vahendit vähenemine hobidega tegelemist. Mugavuste vähenemine toob alati kaasa pinged ning närvilisuse. Kui aga töö võtab aja perekonna ja enda jaoks planeeritud aja arvelt, vähenedab see võimalusi pingeid maandada ning energiat koguda. Perekonna lagunemise puhul kaotab töötaja aga olulise sotsiaalse tugisüsteemi. Aja jaotamist kolme sektori vahel võib võrrelda maratoni jooksmisega – kes ei oska energiat jagada kogu distantsi peale ei jõua finišisse. Samuti noor töötaja, keda igal hetkel innustatakse rohkem pingutama võib mõne aastaga läbipõleda ning pensionini üldse mitte jõudagi. Siin on oluline roll ka juhtidel, kes peaksid töötaja läbipõlemist ennetama ning õigel hetkel tema tööhoogu kärpima. (vt joonis 2)



Joonis 2. Ajajaotus stressi ennetamiseks (teoreetilistele lähtekohtadele tuginedes autori koostades)

Ameerika Ühendriikides läbi viidud uuringute tulemusena hukkub politseinikke rohkem enesetapu tagajärjel kui vahetus võitluses kuritegevusega. Lisaks moonutavad seda statistikat enesetapud, mis on kvalifitseeritud tööõnnetuseks, et kaitsta politseiniku mainet ning tagada sotsiaalsed garantiid või elukindlustuse maksmine tema perekonnale. Ameerika Ühendriikides on välja selekteeritud 10 juhtumit, mille puhul hinnatakse stressi tekkimise ohtu eriti kõrgeks. Selliseks juhtumiks võib olla tulevahetus kurjategijaga, kolleegi traagiline hukkumine või vigastada saamine, laste surmaga lõppenud õnnetuste sündmuskohad jne. (Larned...2010)

Lisaks organisatsioonist ja tööst tingitud stressoritele on politseinikul ka eraelulised probleemid nagu kõigil teistel inimestel. Normaalsed füüsilised muutused, mis on tingitud vananemisest, võivad kujuneda väga raskeks, kuna see mõjutab otseselt ka nende tööalast võimekust. Enamasti ei kergita üksikud kriitilised olukorrad stressimäära lubamatult kõrgele, seda ei tee isegi kuhjuvad organisatoorsed, eraelulised ja tööalased stressorid, küll aga võib see juhtuda kõigi nende kolme valdkonna koosmõjul (Sheehan & Hasselt...2007:46-47).

Tööinspektsiooni 2010. aastal tellitud uuringu järgi on Eesti stressi, läbipõlemise ja unehäirete näitajad oluliselt kehvemad Euroopa jõukamate riikide keskmisest. Tööstressiga seotud terviseriskid on Euroopa Liidus tööga seotud tervise

probleemidest luu- ja lihaskonnahaiguste järel teisel kohal. Tööstress on lisaks seotud südamehaiguste, depressiooni, ärevushäirete ja mitmete teiste haigustega – pikaajaline stress võib olla tervisele sama laastav kui suitsetamine ja vähene treenitus. Tööstressi tekkimiseni võivad viia psühhosotsiaalsed ohutegurid nagu liiga suur töökoormus, segased tööülesanded, vähene otsustusõigus oma tööülesannete osas, pingelised suhted kaastöötajate/klientidega, vähene tugi kolleegidelt või juhtidelt. Tavaliselt avaldub tööstress füsioloogilise probleemina nagu südamehaigused, alkoholism ja teised stressiga seotud haigused. Füsioloogilised haigused ja emotsionaalne ebastabiilsus on stressi lõpptulemus ning harvematel juhtudel ka politseiniku enesetapp. (Psühhosotsiaalsete riskide levik Eestis...2010:1-2)

Organisatsiooni vaatenurgast mõjutab stress organisatsiooni võimekust. Stressis töötajate tõttu suureneb avalikkuse kaebuste hulk, kaasnevad kohtuvaidlused politseinike eksimuste pärast, töötajate tervise kompensatsiooni nõuded ja invaliidsuspensionile jäämised. Läbipõlenud inimesed juhtidena kõikidel tasanditel tekitavad lisa stressi oma alluvatele.

Tänapäeval on palju arutletud selle üle, kas õiguskorra tagamine kuulub kõige stressirohkemate tegevusalade hulka, mida seostatakse kõrge lahutuste arvu, alkoholismi, enesetappude ja teiste emotsionaalsuse ja tervise probleemidega. Hoolimata kasvavast arusaamisest stressifaktorite seotusest politseitööga ja ravivõimaluste paranemisest stressiga kaasnevatele probleemidele, tunnevad paljud politseinikud siiski, et politseitöö on stressirohkem kui kunagi varem (Finn...2007:441).

Kasvat stressi on põhjustanud muutused kuritegevuse iseloomus, keeruline olukord maailma majanduses ja sotsiaalne ebavõrdsus. Võrreldes Eesti iseseisvuse taastamisele eelneva perioodiga on kordades kasvanud narkokuritegevuse arv, mis omakorda mõjutab nii varavastase kui isikuvastase kuritegevuse dünaamikat. Läbi narkokuritegevuse kasvu on suurenenud oht politseinikele isikuid kontrollides nakatuda mõnda haigusesse või saada osaks füüsilisele vastupanule.

Peter Finn'i (Finn...2007:441-442) arvates saab stressiallikad politseis jagada viide kategooriasse:

- politseiniku eraelulised probleemid;
- tööülesannete täitmisest õiguskorra kaitsel tulenev pinge;
- üldine avalik arvamus politseitöö ja politseinike kohta;
- kriminaalõigussüsteemi toimimine;
- õiguskaitseorgan ise.

Samad probleemid on nelja kategooriasse paigutanud ka Ameerika Ühendriikides FBI Akadeemias (*FBI National Academy*) lektor Jean G. Larned. Erinevalt Peter Finnist on Larned jaganud õiguse süsteemi toimimise ja avalikkuse ootused ühte kategooriasse ning lisaks peab ta stressi tekkimisel oluliseks just nende kahe punkti omavahelist seotust. Organisatsiooniga seotud stressoritena toob Larned välja juhtkonna poolt kehtestatud reeglid, suhted kolleegidega ja subordinatsiooni. Tööga seotud peamised pingetekiitajad on pidev tsiviilvastustus, töö ohtlikkus ja traumadega kaasnevad probleemid. Politseinike eraeluga seotud probleemide puhul on võtmesõnaks suhted ja toimetuleku strateegiad. (Larned...2010:13)

Ameerika Ühendriikide Terviseameti statistika kohaselt lahutatakse riigis 48% abieludest. Viimaste uuringute põhjal on erinevate elukutsete võrdluses abielulahutuste edetabeli esimeses otsas politseinikud. Seda põhjustab pidev tööstress ja ebaregulaarsed töögraafikud. Pidev stress põhjustab viha ja distanseerumist perekonnast. Politseinike puhul unikaalne stressor võrreldes teiste elukutsetega on tulirelva kandmine puhkepäevadel ja pereürituste ajal, olles ise samal ajal telefonivalves. (Westphal & Openshaw ... 2005)

Paljud inimesed peavad suurimaks ohuks politseinikele tööülesannete täitmisel tekkivaid pingeid. On uurijaid, kelle arvates on aga suurimaks politseinike stressi põhjustajaks nende tööandjaks olev organisatsioon ise. (Finn...2007:442) Samal ajal administratsioon ei soovi aktsepteerida asutuseväliste ekspertide nõuandeid,

kuna nende arvates ei ole muudatusteks aega või raha ning olla seisukohal, et muudatused ei mõjuta töötajate stressi vähenemist.

Negatiivne avalikkuse tähelepanu põhjustas Philadelphia, Pennsylvania politseiosakonnas viie aasta jooksul 8 politseiniku enesetappu, millest kolm juhtus 1994. aastal. Selle tulemusena loodi 1995. aastal nimetatud asutuses esimene stressijuhtija (*stress manager*) ametikoht. Teiste tööülesannete hulgas vaatas uus ametnik üle asutuse protseduureeglid ja tegi ettepaneku muuta need vähem stressitekitavateks. Analüüsi tulemusena selgitati välja, et elanikkonnale oli tekkinud aastate jooksul politseiosakonnast poolmilitaarne kuvand. Uus juht rakendas nõustajate abiga mõned muudatused, mille tulemusena muutus osakond vähem autokraatlikuks, võites nõnda tagasi kogukonna toetuse. Isegi hästi esitletud avaldus juhtkonna poolt, mis väljendab toetust ja muret stressis töötajate pärast, vähendab stressi töötajate hulgas, näidates juhtkonna muret töötajate käekäigu pärast. (Finn...2007:444-445)

Psühholoogi teenuse ja eriti teraapia kasutamise osas on tõstatatud küsimus, kas teenust peaks pakkuma psühholoog asutuse seest, võibolla isegi praegune või endine politseinik. Võimaluseks oleks ka asutuseväline terapeut, kes on vähem seotud asutuse poliitika ja majasiseste kuulujuttudega. Majasisene psühholoog omab paremat ülevaadet pingest, mis asutuses valitseb või mis seda põhjustab, eriti, kui ta on olnud politseinik ja reaalselt puutunud kokku tööalaste probleemidega. Teisest küljest on majasisene psühholoog seotud rohkem asutuse poliitikaga ja ei pruugi olla oma otsustes nii vaba, kui politseiniku tööspetsiifikat võibolla natuke vähem tundev majaväline psühholoog. Laurence Miller väidab oma kogemustele tuginedes, et politseinikud on vähem huvitatud terapeudi ulatuslikest teadmistest politseiniku töö kohta ja rohkem huvitatud, et terapeut näitaks üles usaldusväarsust ja soovi saada aru politseiniku olukorrast. Mõned politseinikud tunnevad just kergendust, kui pääsevad asutuse kinnisest keskkonnast. Seda eriti siis, kui kõnealused probleemid ei ole otseselt seotud tööülesannete täitmisega nagu näiteks pereprobleemid või alkoholi liigne tarbimine. (Miller...2007:390)

Eestis Politsei- ja Piirivalveametis töötavatel kaplanitelt saadud informatsiooni kohaselt ei ole siinsed inimesed harjunud hingeliste probleemide puhul abi otsima ning kaplanite kabineti ukse taha omal initsiatiivil leiab tee aastas keskmiselt üks inimene. Samuti rõhutasid kaplanid vestluse toimumise koha olulisust. Vestlus peaks toimuma kohas, mis ei põhjusta lisa pingeid. Kindlasti ei tohiks nõustaja kabinett asuda juhtkonna korrusel.

Stressi vähendamise seisukohalt ei ole oluline see, mis sinuga juhtub vaid see, kuidas sa suhtud sellesse probleemi. Politseinikud võivad kogeda sama sündmust samal ajal aga nende reaktsioon sündmusele võib avalduda erinevatel aegadel ja erineval kujul. Mõni politseinik võib isegi tulevahetusse sattumisest tunda põnevust, samal ajal, kui teise jaoks on see äärmiselt pingeline olukord. (Stevens...2008:131)

Kriisi puhul loetakse parimaks sekkumiseks selle ennetamist. Erinevalt kiirabist ja tuletõrjajatest, on politseinikel suurem võimalus ennetada probleeme ning nende tekkimisel võtta kasutusele meetmed takistamaks sündmuste arenemist üle kriitilise piiri. Sekkuda tulevase kahju ärahoidmiseks ei ole kunagi hilja. Stress provotseerib ja teravdab kriise, mis omakorda põhjustavad stressi. (Miller...2007:31-32)

Parimad võimalused hindamaks traumade mõjusid, on vahetutel juhtidel. Sellepärast on oluline, et juhid erinevatel tasanditel oskaksid hinnata kriitilistest sündmustest põhjustatud pingeid ning võtta kasutusele meetmeid võimalike traumade ennetamiseks. Vahetel juhul on parim ülevaade töötaja töötulemustest ning tihti on juht teadlik alluva eraelulistest probleemidest. Omades ülevaadet töötaja töötulemustest, käitumisest ja eraelulisest olukorrast on juhil parim võimalus märgata muutusi alluva juures eelnevalt väljatoodud kategooriates. Muutuste ilmnemisel oleks vaja koheselt selgitada välja muutuste põhjus ning aidata töötajal leida lahendus probleemile enne selle eskaleerumist.

1.3. Tegutsemine kriitiliste olukordade puhul

FBI andmetel kogevad kolmest politseinikust kaks peale tulevahetusse sattumist tugevat emotsionaalset reaktsiooni. Tüüpilised reaktsioonid kõrgendatud ohuolukorra järel on minevikupildid ja õudusunenäod, pealetükkivad kujutelmad ja mõtted, viha, unehäired, eemaldumine ja muud stressi sümptomid. Need on normaalsed reaktsioonid ebanormaalsele olukordadele. Kõrvalise abi olulisust kriitiliste olukordade järel kinnitab fakt, et 1970-datel, kui kriitiliste olukordade põhjustatud psühholoogilist traumat oli vähe uuritud, lahkus Ameerika Ühendriikides töölt viie aasta jooksul peale kellegi surma põhjustamist 70% politseinikest. Isegi tänapäeval põhjustab kriitilistest olukordadest tingitud probleemide ebaedukas lahendamine erinevaid tunnetuse ja käitumise negatiivseid struktuure. Mõned politseinikud reageerivad tajutavale olukorrale liigselt, teised alahindavad selgelt ohtlikku situatsiooni. On politseinikke, kes lahkuvad töölt ennetähtaegselt, samal ajal on teistel probleemid distsipliiniga või järjest süvenev eemaldumine. Läbipõlemine, stressist tulenevad haigused, alkoholi ja narkootikumide tarvitamine on tihti lahendamata probleemide tulemus, mis on väljakasvanud traumaatilistest olukordadest. (McNally&Solomon1999:20)

Sarnaselt politseile on kriitiliste sündmuste põhjustatava stressi poolt haavatavad ka meditsiinitöötajad, vanglaametnikud ja sõjaväelased. Olukorrad, millega kiirabi kokku puutub, põhjustab tugevaid emotsionaalseid reaktsioone, mis võivad mõjutada nende võimekust tegutseda sündmuskohal või põhjustades meditsiinitöötajal hilisemaid tõsiseid läbielamisi. (Mitchell...1998:36-39)

Pakkumaks igakülgset abi kriitilistesse olukordadesse sattunud töötajatele on FBI-s loodud programm (*Critical Incident Stress Management e. CISM*) psühholoogilise abi vajajatele. Kui varasemalt treeniti FBI-s töötajaid käsitlema tulirelvi, omandama enesekaitse võtteid, siis tänapäeval on loodud lisaks võimalused elada üle ka kriitiliste olukordade emotsionaalsed tagajärjed. Programmi meeskonda kuuluvad töötajate tugiüksuse liikmed, FBI kaplanid, FBI kogemusnõustamise grupi liikmed ja vaimse tervise eksperdid, kellel on kogemused politsei psühholoogia ja traumade valdkonnas. Kõik FBI meeskonna

liikmed saavad koolituse konfidentsiaalsuse olulisusest, töötaja toetamisest tema üle kohut mõistmata ning tema vastu austust kaotamata. Programm koosneb jätkuvatest tegevustest, mis hõlmab nii kohest sekkumist kui pikaajalist toetust. Siia kuuluvad pingete maandamine, kriitiliste juhtumite järgne arutelu, perekonna toetamine, juhi toetus, suunamis- ja järelkontrolli teenus, silma liikumise desensitisatsioon ja ümbertöötlemise ravi ning kriitiliste intsidentide järgsed seminarid. (McNally&Solomon1999:21)

Variatsioonid kriitiliste juhtumite stressi juhtimise mudelist on kasutusele võetud erinevates organisatsioonides nagu Föderaalne Lennujuhtimiskeskus (*Federal Aviation Administration*), Ühendriikide Õhujõud (*the United States Air Force*), Ühendriikide Salateenistus (*the U.S. Secret Service*), Föderaalne Juurdlubüroo (*Federal Bureau of Investigation*), Austraalia Merevägi (*the Australian Navy*), Rootsi riiklik politsei (*the Swedish National Police*) jne. (Stevens...2008:147)

Kriitilise juhtumi puhul koguneb peale esmaseid menetlustoiminguid CISM meeskond ning paar tundi peale intsidenti viiakse juhtumis osalenuga läbi kas individuaalne või väikse grupina mõttevahetus pingete vähendamise ja edasiste vajaduste välja selgitamise eesmärgil. Peale esmast vestlust tehakse „kriitilise juhtumi stressi koosolek“ (Critical Incident Stress Debriefing), kus osalevad kõik intsidendiga seotud töötajad. Arvestades juhtumi ulatuslikkust, logistilisi asjaolusid ja esmastele menetlustoimingutele kuluvat aega, toimub nimetatud koosolek tavaliselt 24 kuni 72 tundi peale intsidenti. Koosoleku käigus lastakse kriitilises olukorras osalenutel rääkida nende rollist juhtunus, nende mõtetest olukorra kestel, emotsionaalsetest reaktsioonidest ja stressi sümptomitest, mida nad kogesid. Vajadusel räägitakse juhtumis osalenutele stressiga toimetuleku strateegiatest. Koosolek võimaldab CISM meeskonna liikmetel määrata, kes ja millisest abi edaspidi vajab. (McNally&Solomon1999:21)

Kriisi sügavus sõltub kogetud sündmuse intensiivsusest, kestvusest, juhtunu ootamatuse tasemest, mis roll oli osalejäl sündmuses, politseiniku vaimsest tervisest ning varasematest kogemustest (Stevens...2008:157).

Vastavalt koosoleku tulemustele võivad CISM-i liikmed kohtuda individuaalselt juhtumis osalenutega. Tihti pakub tiimi liige, kes on varasemalt olnud sarnases olukorras välja üks-ühele toetust, mis aitab normaliseerida osalejate reaktsioone toimunule ja millel on hindamatu väärtus. (McNally&Solomon1999:21-22)

Politseiniku kõige tähtsam tugisüsteem on perekond, mis jääb tihti kasutamata. Kriitilisest olukorrast mõjutatud politseinik viib trauma koju oma pereni. Selleks pakub CISM meeskond politseiniku pereliikmetele grupi või üks-ühele nõustamisi aitamaks neil toime tulla kriitilises intsidendis osalenud pereliikme reaktsioonidega. Samuti nõustab CISM juhte, kuidas toetavalt käsitleda kriisisituatsiooni emotsionaalseid tagajärgi. Juht peab koordineerima kommunikatsiooni, ajakava kriisiteenusteks, asjakohaselt sekkuma ja pakkuma vastavaid tugiprogramme. FBI kogemused näitavad, et paranemine on kiirem, kui juhtkond on osavõtlik ning juhtkonna distanseerumise või tundetuse puhul võib see põhjustada lisa pingeid. Juhtkond peab teadma, et kriisisituatsioonid, eriti juhtumid, millega kaasneb kaastöötaja surm või tõsine vigastus, avaldavad tõsist mõju kogu üksusele. Kohane ja õigesti ajastatud sekkumine juhtkonna ja CISM-i poolt aitab minimeerida negatiivseid tagajärgi kolleegidele ja teistele juhtumiga seotud isikutele. (McNally&Solomon1999:21)

Üks teenus, mida FBI pakub kriisisituatsioonis olnud töötajatele on kriitilise sündmuse järgsed seminarid. Kriitilise sündmuse läbi elanud töötajad kutsutakse 4-päevasele seminarile rääkima oma läbielamistest turvalises ja konfidentsiaalses keskkonnas. Seminar on avatud ka töötajate abikaasadele ja grupi suurus jääb vahemikku 15-25 inimest. Kogemuse jagamine teistega ning kolleegide toetus aitavad normaliseerida nende reaktsioone. Ühtlasi saadakse seminaril teadmisi trauma ja paranemist kiirendavate strateegiate kohta. Kogemusnõustamise treening valmistab ka juba tulevikuks ette tugisikud, kes hakkavad nõustama kolleege peale kriisisituatsiooni sattumist. Kriitilise intsidendi järgsed seminarid on peamiselt suunatud inimestele, kelle haavatavus on tekkinud olukorras, kus tema partnerit on tulistatud, süütunne surmava jõu kasutamise pärast, töötamine lennuõnnetuse või pommiplahvatuse alal, armastatud inimese ootamatu surm. Aastatel 1986-1999 on FBI korraldanud 37 kriitilise intsidendi järgset seminari,

milles on osalenud 900 inimest. Paljud osalenud on hiljem vabatahtlikuna nõustanud teisi, kes on sattunud sarnasesse olukorda. FBI on seisukohal, et keegi ei suuda pakkuda paremat tuge, kui inimene, kes on kogenud ja emotsionaalselt elanud üle sarnase sündmuse. (McNally&Solomon1999:22-23)

Erinevate kuriteo liikidega kaasnev stress on erinev. James D. Sewell on seisukohal, et iga uuritava laiba puhul sureb osa kuritegu uuriva politseiniku hingest. Kui uurija on väga eemalolev, ei näe ta kunagi seda, mida peaks nägema. Võtmetegur selle töö juures on lähedus ilma emotsioonideta. Isegi need, kellel on see omadus, ei suuda seda kaua säilitada. Vägivaldsete surmade uurimisega kaasneb pinge jõuda kiire lahenduseni. Pinge pannakse uurijale peale nii organisatsiooni juhtkonna, kui elanikkonna poolt ning lisaks on meediapoolne surve jõuda juhtumi kiire lahendamiseni. Peale selle veel uurija enda sisemine vajadus lahendada see ebaõiglus, kaitsta ühiskonda ja mingil määral ka soov vähendada enda menetluses olevate juhtumite arvu. Lisaks vajadusele lahendada juhtum, lisab pingeid nõue olla pidevalt kättesaadav. Uurija ja tema perekond peavad arvestama, et töö on kõrgem prioriteet kui isiklik elu ja väga raske on põgeneda erakorralise tööle kutsumise eest. Selle tagajärjel on uurijal vähe või ei ole üldse aega tegeleda kasvavate pingetega. Võrreldes patrullpolitseinikuga peavad tapmiste uurijad tulema toime ka ajalisest faktorist tingitud stressoriga. Patrullpolitseinik tormab juhtumilt juhtumile ning saab rahulolu iga juhtumi positiivsest lahendamisest, tapmiste uurimisel on aga positiivsed lahendused väga visad tulema ning kohtuvaidlused võivad venida aastate pikkuseks. (Sewell...2007:259-262)

Emotsionaalselt raske inimgrupp, kellega uurija peab suhtlema on tapetu lähedased. Need on inimesed, kes oma leinast mõjutatuna võivad olla vihased ja väga emotsionaalsed. Tihti puuduvad neil teadmised kriminaalõiguse protsessidest. Eriti keeruliseks muudab uurija jaoks olukorra see, kui see lähedane on peamine kahtlusalune mõrvas. (Sewell...2007:262)

Alati avaldab negatiivset mõju uurijale ja uurimisele konkureerivate agentuuride rivaalitsemine. Küsimused, kes alustab menetlust, millises ulatuses ning kes saab

hiljem endale kuriteo avastamise au, toovad endaga tihti kaasa tüli. Sageli põhjustab uurijale stressi ka suhtlus sotsiaalsfääri kuuluvate ametkondadega. Alati ei ole politseil, kriminaalhooldusel, sotsiaaltöötajal ning meditsiini-asutustel ühine nägemus koostööst. 18. märtsil 2009 aastal Tartu Ülikooli arstiteaduskonna nõukogu poolt kinnitatud arstivande kohaselt on arsti tegevuse sihiks rahva tervise säilitamine ja edendamine (Eesti Arst...2009:449). Narkokuriteod on aga rahva tervise vastu suunatud kuriteod. Sellest lähtuvalt saavad arstid aidata politseid narkootikumide salakaubana oma organismis vedavatel isikutel väljutada narkootikumide organismist. Kui arst aga ei soovi politseid aidata, siis samas vandes on kirjas, et uuringu või raviviisi soovitamisel austab arst patsiendi taht ning teavitab teda nii selle oodatavast kasust kui ka võimalikest ohtudest. Edasine koostöö sõltub juba uurija veenmisoskusest.

James D. Sewelli arvates on selleks, et mõista uurijate lühiajalisi reageeringuid stressoritele, vajalik vaadata üle strateegiad, mida kasutatakse edukalt teistes valdkondades tegelemaks nii igapäevase kui ka surmaga kokkupuute tagajärjel tekkinud stressiga (Sewell...2007:267). Sellisteks valdkondadeks võivad olla näiteks meditsiin, päästeteenistus ja kaitsevägi. Autoril puudub informatsioon, et meditsiini või päästevaldkonnas oleks surmaga kokkupuutest tingitud stressi leevendamiseks kindlad protseduurireeglid või süsteemne lähenemine. Vajadusel leitakse süsteemi väline teenuse pakkuja. Küll toimib meditsiinis mõningate haiguse liikide puhul patsientide seas kogemusnõustamine. Autorile teada olevalt on olemas kaitseväes süsteemne lähenemine kriisisituatsioonis olnud kaitseväelastele. Politsei- ja Piirivalveameti töökeskkonnaspetsialisti andmetel on personalibüroo kaudu viimase kolme aasta jooksul suunatud nõustamisele 10 töötajat. Arvestades Eesti väiksust ning kriitiliste juhtumite toimumise sagedust väidab autor, et igal riigiasutusel ei ole otstarbekas omada täiesti iseseisvat hingeabisüsteemi, vaid seda võiks olla võimalik ristkasutada erinevates ametiasutustes. See oleks riigile majanduslikult vähem koormav ning annaks teenust pakkuvatele spetsialistidele võimaluse areneda ja hoomata kogu valdkonda laiemalt.

Politseinike algne treening algab akadeemias, rõhutades vajadust distanseerida ennast emotsionaalsetest reageeringutest. Graafilisi slaide, videoid ja lahingulugusid kasutatakse noore politseiniku tundlikkuse vähendamiseks. Uurides mõrvu aitab must huumor distantseerida ennast emotsioonidest. Mõrvade uurijad usuvad oma olulisusse kriminaalõigussüsteemi piires. See usk oma rolli võimaldab säilitada professionaalsuse ning emotsionaalse distantsi ohvriga. Vähenenud tundlikkus võimaldab küll lühiajaliselt juhtumitega toime tulla aga võib pikaajaliselt põhjustada raskuseid eluga toimetulekul. Seega tuleb stressi juhtimisse kaasata ka teisi strateegiaid. (Sewell...2007:267-269)

Tundlikkuse vähenemine võib tuua kaasa probleeme eraelus, kuna pere ja sõprade probleemid tunduvad tühised võrreldes raskete kuritegudega. Sellest tingituna toimub kaugenemine lähedastest, mis võib tuua kaasa tõsisemaid probleeme eraelus. Kuna perekonnal on oluline roll stressi maandamisel, siis on suur tõenäosus, et eraelulised probleemid hakkavad mõjutama ka tööülesannete täitmist. Nagu töös autor on eelnevalt välja toonud, ei kergita tavaliselt stressi üle kriitilise piiri üksikud stressorid vaid erinevate stressorite koosmõju, siis antud juhul tekiks koosmõju eraelulistest ja tööalastest probleemidest.

Iga pikaajaline efektiivne stressiga toimetulemise strateegia algab juhtkonna poolsest tunnistamisest, et neil on vastutus oma töötajate vaimse ja füüsilise tervise eest. Lisaks probleemi tunnistamisele oleks vaja politseinike stressiga tegelemisesse panustada nii struktuurselt kui eelarveliselt. Pühendumine peegeldub organisatsioonis sobiva sisekliima säilitamises, arengus, toetus- ja tugiprogrammide elluviimises ja väljaõppes. (Sewell...2007:269)

Organisatsiooni sisekliima toetub institutsioonide tegevusele, mis julgustab kommunikatsiooni, tunnustab üksikisiku vajadusi võrdselt organisatsiooni vajadustega ja tõstab esile üksikisiku stressiga toimetulekut. Selline organisatsiooniline praktika sisaldab:

- efektiivset juhtimist;
- ausat, järjepidevat personalipoliitikat;

- sobivat varustust ja piisavalt tööjõudu;
- toetavat organisatsioonilist keskkonda.

Toetusprogrammid võivad olla väga erinevad. Tavapärane efektiivne sekkumise strateegia on kriitiliste juhtumite järgsed aruandekoosolekud. Koosolekute kohustuslikkuse puhul on välistatud ka abivajajate häbimärgistamine, samal ajal formaalse protsessi ajal on võimalik ennast emotsionaalselt maandada ning saada grupilt toetust. Koosolekute korraldamisel tuleb arvestada, et nende liigne tihedus on ebapraktiline ja segab üksuse tööritmi. Üksustes, mis puutuvad pidevalt kokku vägivaldsete kuritegude ja hukkunutega, on otstarbekas korraldada perioodilisi koosolekuid tegelemaks rutiinsetest stressi tekitavatest juhtumitest põhjustatud emotsionaalsete ja füüsiliste kahjustustega. Sellised koosolekud võimaldavad struktureeritult vähendada kogunenud frustratsiooni, viha ja võimetuse tunnet, mis vahetevahel käib kaasas õiguskaitseorganite tööga. (Sewell...2007:269-270)

Psühholoogid, leinanõustajad ja teised vaimse tervis spetsialistid on otstarbekas kaasata uurimisasutuse töötajate ja nende pereliikmete nõustamise tingimusel, et nõustaja tunneb töötaja tööspetsiifikat ning on organisatsioonis tuntud ja tunnustatud. Üheks organisatsiooni poolseks meetmeks stressi vähendamiseks on rotatsioon. Rotatsioon võib toimuda rutiinselt või kiirendatud korras töötajate suhtes, kes ilmutavad läbipõlemise märke. Selline liikumine võimaldab kasutada väiksema läbipõlemise ohuga kõrgelt kvalifitseeritud uurijate oskuseid pikema perioodi vältel. (Sewell...2007:270-271)

Oluline element pikaajalises strateegias on efektiivne pidev treening. Treeningud on fookuseeritud spetsiaalsetele tehnikatele, mis aitavad vähendada ja kontrollida mõrvade uurimisest tulenevat stressi ning tulla toime ohvrite perekonna poolse leinaga. Samal ajal on oluline koolitada ka juhte erinevatel juhtimistasanditel, kuna tegelikkuses stressi vähendamise asemel nad tihti põhjustavad seda. (Sewell...2007:271)

Ennetamaks inimelu kaotust ja hingelist traumat hukkunu kolleegidele on soovitatav töölesoovijate vahel teha psühholoogiline selektsioon. Politseis on vaja

kõrge riskitasemega töödele valida inimesed, kelle isikuomadused võimaldavad tulla toime erinevate tööülesannete täitmisega kaasnevate stressoritega. Oluline roll on nii töötajate kui ka nende perekondade harimine depressiooni, enesetappude ja stressiga toimetulekut puudutavates küsimustes ning jagada informatsiooni abi saamise võimalustest. Samuti on vaja õpetada keskastme juhte tundma ära märke depressioonist ja enesetapu kavatsustest. See on oluline, kuna aegajalt eelnevad enesetapule hoiatavad märgid, millest kolleegid alles hiljem aru saavad. Asutuse seisukohalt on oluline pakkuda politseinikele ja nende peredele ööpäevaringset nõustamise võimalust. Erilise tähelepanu all oleks vaja hoida inimesed, kelle elus on juhtunud midagi ebameeldivat (nt. abielulahutus, uurimise alla sattumine) või kellel ilmnevad kurnatuse märgid (töövõime langus, kaebuste arvu kasv, viha, negatiivsus). Peale kriitilisi juhtumeid oleks vaja viia läbi debriefingud pingete maandamiseks ning olukorra analüüsimiseks. Lisaks on vaja valmistada politseinikke ette ka pensionile minekuks, kuna see toob kaasa suured muudatused nii emotsionaalselt kui sotsiaalselt. (Honing&White...2007:217)

Enamasti panustavad organisatsioonid kordades rohkem raha politseinike turvalisusesse kui politseinike ja nende perekondade psühholoogiliste vajaduste rahuldamisele. Asutus peaks turvalisusega võrdset huvi tundma ka töötajate vaimse tervise vastu. Politseiniku enesetapp avaldab suurt mõju organisatsiooni töövõimele. (Honing&White...2007:217-218)

Vahel võib probleemi ilmnemisel sekkumise kiirusest sõltuda, kas jäädakse rikkumise toimepannud kolleegiga samale poolele või oleme aitamisega juba hiljaks jäänud. Lisaks igapäevastele muredele, mis puudutab kõiki perekondi, peavad politseinikud tulema toime lisapingega, mis kaasneb teiste probleemide lahendamisega. Tööga kaasneb ka keskmisest suurem oht saada vigastada seaduserikkujatega tegeledes ning tihti negatiivne suhtumine inimeste poolt, kellega tööd tehes kokku puututakse. See ebatavaline stress muudab politseinikud tihti keskmisest inimesest vastuvõtlikumaks alkoholi, perevägivalla, lahutuste ja enesetappude suhtes. Samal ajal kolleegidel, kes võivad olla probleemidest teadlikud, ei taha hea tuttava probleemidesse sekkuda või nendest kellelegi rääkida. Probleemid aga süvenevad ning mingi hetk ei saa neid enam varjata ning

võimalik, et on juhtunud juba midagi sellist, mis välistab edasise töötamise politseis.

Paljudes politseiasutustes tunnistab juhtkond, et perevägivalda juhtumid, millesse on segatud nende oma töötaja, on tõsiseks probleemiks, kuna puudub spetsiaalne tegutsemisviis sellisteks olukordadeks. See ei tähenda, et juhtkond ignoreeriks oma töötaja perevägivalda juhtumit. Enamuses asutustes alustatakse nii distsiplinaarmenetlus kui ka kriminaalmenetlus, et vältida varjamise süüdistusi. (Lott...2007:223, 225)

Politseiasutus hakkab juhtumiga tegelema peale sellest teada saamist. Tihti juhtub aga et juhtumitest on jäetud teatamata, kuigi teistel politseinikel võib olla kindel teadmine rikkumistest. Sellisel juhul peaks juhtkond tegelema nii rikkumise toime pannud politseinikuga kui ka kolleegidele, kes varjasid juhtunut. Elukutsed, mille puhul usaldatakse oma elu kolleegi kätte, tekitavad tugeva sideme töötajate vahel ning siseringist välja jääjate suhtes kehtib vaikimise nõue. Antud juhul aga aukodeksist tingitud vaikimine ainult teravdab probleemi.

Isegi kui juht kahtlustab alluvat perevägivaldas ja sekkub, siis enamasti politseinik näeb probleemi tegelikust väiksemana ning keeldub soovituselt otsida abi. See on ka põhjus, miks vabatahtlikkusel põhinevad viharavi, stressiga toimetuleku ja konflikti ohjamise programmid on tavaliselt vähese osavõtuga. Vägivaldsuse puhul on iseloomulik, et see kordub ja eskaleerub ka vägivalda ulatus. Sellepärast on oluline, et juhtkond suunaks rikkuja koheselt peale füüsilise rünnaku ilmsiks tulekut kohustuslikus korras raviprogrammi. Varane sekkumine ennetab vägivaldse käitumise eskalleerumist kriminaalkuriteoks. Sümptomid, mis viitavad potentsiaalsele perevägivalda juhtumile ning mis peaks töökaaslaste tähelepanu koidma on:

- armukadedus;
- kontrolliv käitumine;
- ebareaalsed ootused;

- eraldatus;
- teiste süüdistamine nende probleemides ja tunnetes;
- ülitundelisus;
- julmus laste ja loomade suhtes;
- asjade lõhkumine;
- vägivallaga ähvardamine;
- vaidlemise käigus jõu kasutamine;
- varasemad vägivalla kasutamise juhtumid.

Isikutel, kes füüsiliselt või emotsionaalselt kuritarvitavad oma pereliikmeid, on omane mõni eeltoodud omadustest. Kolme või enam kattuvust loeteluga viitab suure tõenäosusega vägivalla kasutamisele. Viimased neli käitumisviisi on peaaegu alati omased ainult piinajatele. Juhtkond, keskastmejuhid ja kolleegid peaksid olema tähelepanelikud nende indikaatorite suhtes nii tööl, kui väljaspool tööd. (Lott...2007:225-228)

Isegi juhtkonna algatatud raviprogrammid ei pruugi olla edukad, kui see ei leia toetust tavatöötajate hulgas. Tihti sunnib just kolleegide surve võtma omaks käitumisreegleid. Selleks, et vähendada vägivalda politseinike peredes, peavad politseinikud esmalt teadvustama probleemi tõsidust ning mitte vaatama kolleegi rikkumisele läbi sõrmede. Kõiki töötajaid on vaja õpetada märkama vägivallale iseloomulikke jooni ning julgustada neid sekkuma. Juhid peavad jälgima perevägivalla indikaatoreid ning olema valmis rikkumise korral suunama töötaja vastavasse programmi. Läbi teooria ja edukalt lahendatud juhtumite töötatakse välja käitumisjuhend töötajatele järgimiseks. (Lott...2007:228-229)

Paljud politseijuhid Ameerika Ühendriikides on teadvustanud endale probleeme, mida tööstress endaga kaasa toob ning on rakendanud oma asutuses stressi juhtimise programmi. Enamasti need programmid rakenduvad aga alles peale

kriitilist sündmust või siis, kui tööst tingitud stress on jõudnud punkti, kus sellega kaasnevad juba probleemid. (Torres, Maggard & Torres...2007:241)

Irvini politseiosakonnas jõuti arusaamisele, et nende asutuses puudub programm, mis aitaks politseinike sõpradel ja pereliikmetel mõista politseikultuuri. Pakkudes uue politseiametniku sõpradele ja pereliikmetel teadmisi politseitöoga kaasnevast, loodab asutus, et lähedased suudavad tulla toime võimalike ohtudega, politseiniku käitumise ja suhtumise muutustega. Lähedased peavad teadma, et käitumise muutumine on märk ohust ning sellele on vaja reageerida. Reageerimiseks on aga vaja teada, millised ressursid on abivajajale saadaval ennetamiseks parandamatut kahju suhetele perekonnas. (Torres, Maggard & Torres...2007:241-242)

Irvini politseiosakond pakub uuele töötajale pidevat toetust alates tema väljaõppest akadeemias kuni 18-kuulise katseaja lõpuni. Peale akadeemia lõpetamist viiakse esimesel tööpäeval politseiosakonnas läbi kahe-tunnine tutvustav programm, mis lisaks vande andmise tseremooniale sisaldab ka vastuvõttu uute töötajate perekondadele ja sõpradele. Samal ajal, kui uuele töötajale tutvustatakse asutuse töökorraldust, alustab personalitöötaja tutvustava programmiga politseiniku lähedastele selgitades esmalt programmi eesmärki. Peamine eesmärk on pereliikmetele ja sõpradele selgitada politseis valitsevat kultuuri ja suhtumist ning valmistada neid ette võimalikeks probleemideks, mis võivad kaasneda nende lähedase uue karjääriga politseisüsteemis. Järgnevalt informeeritakse perekonda, mida politseinik kogeb tööd tehes. Kommunikatsiooni olulisust stressi minimaliseerimisel rõhutatakse korduvalt. Asutust tutvustava ringkäigu jooksul näidatakse politseisõidukeid ning lubatakse nendega sõita, mis on eriti oluline lastele. Kogu tutvustuse juures julgustatakse osalejaid küsima küsimusi. Osalejatele on kõige olulisem tutvustava programmi juures hoolivus, mida asutus näitab ülesse leides aega politseiniku lähedastele. Paljud politseinikud on tunnistanud, et tutvustav programm oli väga oluline nii neile, kui nende peredele. (Torres, Maggard & Torres...2007:242-243)

Baltimore politseiosakond kaasas stressorite väljaselgitamiseks oma asutuses John Hopkins'i Ülikooli, kellele anti ülesanne viia läbi uuring töötajate hulgas

ning töötada välja strateegiad probleemidega tegelemiseks. Stressiallikate välja selgitamiseks viidi läbi uuring, kuhu kaasati lisaks politseinikele ka nende elukaaslased. Küsitluse tulemusena ilmsid probleemid, millest mõningad tulid organisatsioonile üllatusena. Näiteks 2/3 vastanutest pidasid meedia vaenulikku suhtumist politseinike eksimustesse stressoriks. Sama palju vastajaid pidasid suureks probleemiks juhtkonna toetuse puudumist hädas olevale politseinikule. Neljandik vastajatest pidas oma kroonilisi tööst tingitud terviseprobleeme stressi põhjustajaks. Uurimistulemustele tuginedes, koostas erinevate auastmetega töötajatest moodustatud meeskond strateegia tegelemaks välja selgitatud probleemidega. (Finn...2007:67)

Nii Irvini- kui ka Baltimore politseiosakonna kogemus kinnitab stressorite välja selgitamise ja nendega tegelemise olulisust. Mõlema üksuse puhul on olnud stressoritega tegelemisel oluline roll töötajate perekondadel. See omakorda näitab kui seotud on omavahe suhted töökeskkonnas ja perekonnas. Oluline on tõsta pereliikmete teadlikust tööga kaasnevatest vaimsetest riskidest ning samuti võimalustest leida abi vaimsete probleemide ilmnemise puhul. Teooria peatükis on erinevatest allikatest leitud informatsiooni selle kohta, et töötaja tajub ühe suurima stressorina olukorda, kus ta ei tunne tööandjat oma selja taga toetamas. Lisaks töötajale, kes jääb toetusest ilma, kahandab see ka kõigi teiste töötajate ning nende lähedaste usaldust organisatsiooni suhtes. Irvini politseiosakonna näitel võib öelda, et usalduse võitmiseks ei ole vaja teha suuri kulutusi, on vaja lihtsalt leida aega töötajale ja teama lähedastele ning näidata üles avatud ja ausat suhtlemist.

2. KORRAKAITSE- JA KRIMINAALPOLITSEINIKE HINNANGUD KRIISISITUATSIOONIDELE

Käesolev peatükk annab ülevaate varasemalt läbi viidud uurimustest kriisisituatsioonide kohta politseis ning autori poolt läbi viidud empiirilisest uurimusest.

2.1. Varasemad uuringud

John M. Violanti ja Fredd Aron viisid Ameerika Ühendriikides läbi uuringu (1984), milles osales 103 juhuslikult valitud politseinikku ühest kindlast territoriaalsest üksusest. Küsimuste vastamisel ei olnud oluline, kas vastaja on ise vahetult olnud olukorras, millele ta hinnangu annab. Valimis osalenud politseinikud erinesid teenistusastme, töökogemuse, vanuse ja etnilise tausta poolest. Uuring viidi läbi asutustevahelist posti kasutades ja osalejatele kinnitati, et tulemusi kasutatakse ainult uurimuse läbiviimiseks. Vastanute osakaal oli 93%. Politseinikud andsid hinnanguid 60-le stressorile, mis olid välja selgitatud Politsei Stressi Uuringus Spielbergeri, Westberry, Grieri ja Greenfieldi poolt (1981). Igale stressorile anti hindeid skaalal 0-100, kus „stressi puudumist“ tähistas 0 ja „maksimaalset stressi“ tähistas 100. Küsitluse 60-st küsimusest madalaima stressi hinnangu (22.5) sai „rassilised konfliktid“ ja kõrgeima (79.4) „kellegi tapmine tööülesannete täitmisel“. Kõrgeima hinnanguga stressorile järgnesid „tuttava politseiniku hukkumine“ (76.67) ja „füüsiline rünnak“ (70.97). Kõrgeim organisatsioonist tingitud stressor oli „vahetustega töö“ (60.9). Esimesest 20-st stressorist 7 olid organisatsioonilised ja 7 otseselt seotud politseiliste funktsioonidega. (Violanti, Aron...2007:107) (vt tabel 1)

Tabel 1. John M. Violanti ning Fredd Aroni poolt 1984 aastal Ameerika Ühendriikides läbi viidud stressorite hindamise tulemused (Violanti, Aron...2007:107)

Stressor	Keskmine skoor skaalal (0-100)
Kellegi tapmine tööülesannete täitmisel	79.38
Tuttava politseiniku hukkumine	76.67
Füüsiline rünnak	70.97
Peksa saanud lapsed	69.24
Suurel kiirusel tagaajamine	63.73
Vahetustega töö	61.21
Jõu kasutamine	60.96
Ebapiisav asutuse toetus	60.93
Kokkusobimatus partneriga	60.36
Õnnetused patrullautoga	59.89
Ebapiisav töötajate hulk	58.53
Agressiivsed rahvahulgad	56.70
Toimuv kuritegu	55.27
Liigne distsipliin	53.27
Kohtuvaidlus	52.84
Surmateate edastamine	52.59
Ebapiisav toetus ülemuselt	52.43
Ebapiisav varustus	52.36
Peretüli	51.97

Tulistamisega seotud intsidendid võivad olla kõrgemalt hinnatud, kuna nendega kaasnevad psühholoogilised traumad. Solomon ja Horn on arutlenud tulistamisjuhtumite üle ja leidnud, et peale juhtumit võib esineda kõrgendatud ohutunnet, viha, minevikupiltide sähvatusi, isolatsiooni, emotsionaalset apaatsust, unehäireid ja depressiooni. Tihti loobuvad politseinikud oma tööst peale kellegi tapmist, kuna nad ei saa hakkama oma traumajärgse kogemusega. Paljud politseiasutused Ameerika Ühendriikides on viimasel ajal hakanud pakkuma psühholoogilist abi politseinikele, kes on tulevahetuse tagajärjel langenud pingete ja stressi ohvriks. (Violanti, Aron... 2007:108)

Antud uuringu põhjal oli enim stressi põhjustav organisatoorne faktor vahetustega töötamine, mis võib põhjustada muutuseid magamise režiimis,

söömisharjumustes, pereelus ja tuua kaasa lisaks psühholoogilisi muudatusi. Eeltoodud uuringu põhjal on organisatsioonil hea võimalus arendada strateegiat stressi vastu võitlemiseks ja näha ette juba varasemas staadiumis, millist mõju võivad stressorid tekitada töötaja tervisele, moraalile ja töö produktiivsusele. (Violanti, Aron...2007:108)

2006. aastal Saksamaal Dagmar Klemischi doktoritöö „Politseinike psühhosotsiaalsed koormused ja nende koormustega toimetulek“ raames läbi viidud uuringus hinnati politseinike poolt 59-t stressi tekitavat situatsiooni. Küsitluses osalenud politseinikud andsid hindeid 1-5 palli skaalal, hinnates igat olukorda eraldi. Stressi-vaba situatsioon võrdus skaalal hindega üks ja maksimaalne stress hindega viis. Kõrgeima stressi hinnangu (4,49, standardhälve 0,82) sai „tuttava kolleegi enesetapp“. Sellele järgnesid „tuttava kolleegi raske vigastus“ (4,33, standardhälve 0,83) ja „enda elu ohtu sattumine“ (4,22, standardhälve 1,0). Kõige madalamaks stressi tekitajaks hindasid küsitluses osalejad „tunnistuste võtmist“ (1,76, standardhälve 0,86). (Klemisch...2006:54-56) (vt tabel 2)

Tabel 2. Dagmar Klemischi poolt 2006 aastal Saksamaal läbi viidud stressorite hindamise tulemused (Klemisch...2006:54-56)

Stressor	Keskmine skoor
Tuttava kolleegi enesetapp	4,49
Tuttava kolleegi raske vigastus	4,33
Enda elu ohusolek	4,22
Ettevalmistus relva kasutamiseks	4,2
Lapse vigastuste nägemine	3,98
Kokkupuude vägivalda all kannatava lapsega	3,94
Surmateate edastamine	3,84
Abituse tunne	3,82
Füüsiline kallaletung	3,79
Teiste isikute suhtes jõu kasutamine	3,57
Tugevate valude käes piinleva inimese nägemine	3,55
Ülemuse vastuoluline käitumine	3,47
Vigastada saamine teenistusülesandeid täites	3,41
Konflikt ülemusega	3,38
Ebausaldusväärne kolleeg	3,36

Konflikt kolleegiga	3,34
Anonüümne ähvardus	3,3
Kokkupuude võimalike HIV-positiivsete isikutega	3,26
"Keemia" kolleegiga ei toimi	3,22
Ebapiisav toetus töökohalt	3,2

Võrreldes Ameerika Ühendriikides 1984 aastal läbi viidud uuringuga, siis on märgata mitmeid sarnasusi. Kui Saksamaa uuringus on esikohal „tuttava kolleegi enesetapp“, siis Violanti ja Aroni uuringus on teisel kohal „tuttava politseiniku hukkimine“. Mõlemas uuringus on hinnatud kõrge stressorina lastega seotud õnnetusi. Sarnaselt teoreetilistele allikatele on mõlemad uuringud märkinud ära olulise stressi tekitajana „organisatsiooni poolse toetuse puudumise“.

2008.a. loodi Ameerika Ühendriikides riiklik politseinike enesetappude uuringu keskus (*National Study of Police Suicides e. NSOPS*), mis alustas esimesena teaduslikke uuringuid nimetatud teemal. Sellest ajast alates on politseiasutustes kasvanud oluliselt kogemusnõustamise arendamine. Politseinikud kasutavad rohkem professionaalset nõustamist ja seda mitte ainult suurte probleemide puhul vaid ka nende ennetamiseks. NSOPS poolt läbi viidud uuringu põhjal hukkus Ameerika Ühendriikides enesetapu tõttu aastatel:

- 2008 – 141 politseiniku. Tööülesannete täitmisel hukkus samal aastal 152, kellest 60 kuritegeliku ründe tõkestamisel. Ülejäänud peamiselt liiklusõnnetustes, tööst tingitud tervisehädade, treeningute ja õnnetusjuhtumite tõttu;
- 2009 – 143 politseiniku. Tööülesannete täitmisel hukkus samal aastal 139, kellest 57 kuritegeliku ründe tõkestamisel. Ülejäänud peamiselt liiklusõnnetustes, tööst tingitud tervisehädade, treeningute ja õnnetusjuhtumite tõttu;
- 2012 – 126 politseiniku. Tööülesannete täitmisel hukkus samal aastal 128, kellest 65 hukkus kuritegeliku ründe tõkestamisel. Ülejäänud peamiselt

liiklusõnnetustes, tööst tingitud tervisehädade, treeningute ja õnnetusjuhtumite tõttu.

Peamised enesetapu põhjused politseis:

- lapse või elukaaslase surm;
- lapse või elukaaslase kaotus läbi lahutuse;
- parandamatu haigus;
- vastutus paarilise surma eest;
- kellegi tapmine vihahoos;
- uurimise alla sattumine;
- enese üksikuna tundmine;
- seksuaalsed süüdistused;
- töökoha kaotus kuriteos süüdimõistva otsuse tõttu;
- olles kinnipeetuna arestimajas.

Enesetapu sooritanud politseinike keskmine vanus 2012. aastal Ameerika Ühendriikides oli 42 ja keskmine töötatud aastate arv 16. Igal aastal pannakse seal toime elanikkonna hulgas keskmiselt 12, kaitseväes 13 ja õiguskaitseorganites 18 enesetappu 100 000 isiku kohta. Hoolimata enesetappude arvu langusest politseis on number jätkuvalt suurem kurjategija käe läbi hukkunud politseinike arvust. Läbi politseinike enesetappude ennetamise programmi ja vaimse tervise parandamise väheneb ka teenistusülesannete täitmisel hukkunute arv, kohtuvaidluste ja kaebuste hulk, haiguspuhkused, alkoholi ja ravimite kuritarvitamine, ametist lahkumine, abielulahutused, moraaliprobleemid ja muud probleemid. Probleemina töid uuringu tegijad välja fakti, et viimasel kolmel aastal Ameerika Ühendriikides politseinike hulgas tehtud rohkem kui 400 enesetapust ei

ole ühegi puhul organisatsioonis läbi viidud uuringuga tuvastatud, et tegemist on tööprobleemidest tingitud enesetapuga. (Clark& O'Hara...2013)

Põhjused, miks keegi sooritab enesetapu võivad olla väga keerulised aga siiski on olemas mõned riskifaktorid, mille puhul tõenäosus on kordades üle keskmise. Abieluprobleemidega inimestel on tõenäosus enesetapu sooritamiseks 4,8 korda suurem, kui õnnelikus abielus olevatel. Harvard ei ole juhused, kui enesetapu ohvriks langenud politseinik on tarvitanud alkoholi või joovastavaid aineid, kuna need aitavad piire nihutada. Mõned riskifaktorid on seotud otseselt politseikultuuriga. Näiteks politseinikud, kelle suhtes on alustatud distsiplinaar- või kriminaalmenetlus tapavad ennast 6,7 korda suurema tõenäosusega võrreldes kolleegidega. (Territo&Sewell...2007:200)

Iga enesetapu kohta registreeritakse Ameerika Ühendriikides 25 enesetapu katset. Iga naisterahva enesetapu katse kohta on kolm katset meesterahvastelt. 2000 aastal tehtud enesetappude analüüsi põhjal 89% politseinike enesetappudest oli pandud toime tulirelvaga ning 85% puhul eelnes sellele alkoholi tarbimine. (Larned ...2010)

Ennast tappa üritanud inimestelt saadakse informatsioon enesetapu põhjuste kohta. Autoril puudub informatsioon Eestis sellise statistika olemasolust. Kui ei ole jäetud maha kirja või tegemist näiteks raske ja surmaga lõppeva haigusega, siis võib enesetapu põhjuseid ainult oletada. Nagu ka eelnevalt esimeses peatükis (Sheehan & Hasselt) sai välja toodud, ei tõsta stressi taset üle kriitilise piiri üksikud sündmused vaid erinevate stressorite koosmõju. Seega on enesetapu puhul keeruline tuua välja seda ainust põhjust.

1865.a. loodi Ameerika Ühendriikides Family Service Association (FCA), mille ülesanne oli pakkuda üksikisikutele ja peredele võimalikult soodsat nõustamist ning haridust. Üheks sihtgrupiks on ka õiguskaitseorganid, kellele oma teenust pakutakse. Igas valdkonnas on oma halvad stsenaariumid, mida käsitletakse kriitiliste juhtumitena. Hädaabi teenust pakkuvatel asutustel on näiteks tavaliselt

nimekiri juhtumitest, mida kutsutakse „Kohutav kümme“ (*Terrible Ten*). Nendeks on:

- tööülesannete täitmisel hukkumine;
- kolleegi enesetapp;
- tõsine tööga seotud vigastus;
- katastroof, terrorism;
- juhtumid, kus on kõrgendatud oht personalile;
- tõsised juhtumid lastega;
- juhtumid, mille ohver on tuttav personalile;
- juhtumid, millega kaasneb suur meedia huvi;
- kauakestvad ja halvasti lõppevad sündmused;
- igasugused tähendusrikkad, võimsad kurnavad sündmused.

Nimetatud sündmuste puhul on sekkumise vormid maha rahustamine ja debriifing. **Maha rahustamine** peaks toimuma peale sündmust ning enne magamaminemist. Maha rahustamine on suunatud juhtumis vahetult osalenud isikule, on mitteametlik ja tihti viiakse läbi juba sündmuskohal. Tegevus on mõeldud juhendamaks isikut lühiajaliselt ja selgitamaks välja tema edasised vajadused. Maha rahustamise viib läbi kriisimeeskonna liige. (Critical ... 2013)

Debriifing on teise astme sekkumine nendele, kes seotud otseselt sündmusega ja esmane sekkumine neile, kes otseselt seotud ei ole. Debriifing viiakse läbi 72 tunni jooksul peale juhtumit. Selle käigus saavad osalejad rääkida oma kogemusest, ajurünnaku käigus proovitakse leida lahendusi olukorraga toimetulekuks ning selgitatakse, millist abi on võimalik saada kogukonnalt.

Debriifingu viivad läbi kriisimeeskonna liikmed, kes samal ajal hindavad ka kuidas juhtunu on sündmuses osalenuid mõjutanud ning kellele ja millist abi oleks vaja pakkuda. (Critical ... 2013) Politsei- ja Piirivalveametis kasutatakse debriifingut regulaarselt kinnipidamiste järel Põhja prefektuuri korrakaitsebüroo operatiivtalituse kiirreageerimisteenistuses. Kriminaalpolitseis debriifingute pidamiseks standardset protseduuri ei ole.

Eestis hakkas Politsei- ja Piirivalveamet pidama arvestust politseinike enesetappude üle alates aastast 1996. Sellest lähtuvalt võrdleb autor käesolevas töös politseinike enesetappude ja teenistusülesannete täitmisel hukkunute arvu aastatel 1996-2012. Politsei- ja Piirivalveameti poolt kogutud andmete kohaselt hukkus nimetatud ajavahemikul teenistusülesannete täitmisel kümme politseinikku (Jaani...2012). Samas ajavahemikus sooritas enesetapu 20 politseinikku. 20-st hukkunud politseinikust 13 olid korrakaitsepolitseinikud, neli kriminaalpolitseinikud, üks julgestuspolitseinik, üks spetsialist tugiteenustest ning ühe tööliin on täpsustamata (Pärna...2012).

20-st enesetapust 18 panid toime mehed ja kaks naised ning 14 korral (77,8%) oli enesetapu tegemise vahendiks tulirelv (Ameerika Ühendriikides 2000 aasta politseinike enesetappudes kasutati tulirelva enesetapu toime panemise vahendina 89%-l juhtudest). Enesetapu teinud politseinike keskmine vanus oli 34 aastat. Tulirelva kasutamise kõrge protsent enesetapu täide viimise vahendina politseinike hulgas on ühine tunnus erinevate riikide vahel. Põhjuseks sellel on politseinike kerge ligipääs tulirelvadele ning hetkelise emotsiooni puhul saab erinevalt paljudest tavakodanikest enesetapu koheselt teostada.

Kui tavaliselt näitavad uuringud, et politseinike enesetapud on samas suurusjärgus riigi keskmise enesetappude arvuga, siis oluliselt erineb selles valdkonnas oma statistikaga Lõuna-Aafrika Vabariik. 1990. aastal toimus Lõuna-Aafrika Vabariigis 110 politseiniku enesetappu 100 000 elaniku kohta, 2000. aastal aga juba 130 enesetappu 100 000 elaniku kohta. Samal ajal riigi elanikkonna keskmine oli 19 enesetappu 100 000 elaniku kohta. Nii kõrge politseinike enesetappude suhtarvuga ületas Lõuna-Aafrika Vabariik teisi riike viie kordselt.

Selle peamiseks põhjuseks peetakse pidevaid poliitilisi muutuseid ja maailma ühte kõrgemat kuritegevuse taset, mis mõjutab ka politseinike vaimset tervist. (Pienaar jt...2007:246-247)

Suurbritannias on politseile kriitiliste situatsioonide järgse teenuse pakkumise uurimisega tegelenud lektor Jonathan Smith (Ashcroft International Business School) ja Browen Rees (Director of the Centre of Communication and Ethics in International Business School, Anglia Ruskin University). Suurbritannias pakutakse politseinikele treeninguid ja toetust traumeerivate sündmustega toime tulekuks, samuti kasutatakse debriifinguid ja nõustamist. Siiski leiavad Rees ja Smith, et politsei treeningud ei pööra piisavalt tähelepanu traumeerivates tingimustes töötamisele ning tuginedes oma varasemate uuringute tulemusele väidavad, et seosed füüsiliste ja vaimsete trauma aspektide ning Suurbritannias töötavate politseinike töötingimuste vahel on olemas. Seega on traumeerivates tingimustes töötamisel vaja arvestada füüsiliste, sotsiaalsete ja psühholoogiliste aspektidega ning sellest lähtuvalt pakkuda politseile vastavaid treeninguid, et nad ei jääks oma probleemidega üksi. Lisaks tuleb arvestada, et sellistel sündmustel on pikaajaline mõju, mis võib kesta aastaid, samal ajal politseinik järjest eemaldub kolleegidest ja kogukonnast, keda ta peaks teenindama. Trauma ei möödu iseenesest ilma õiget toimetuleku meetodit kasutamata. (Rees & Smith ...2007:267)

Johnatan Smith (2005) viis Suurbritannias läbi kombineeritud uuringu, milles osales 118 politseinikku ning 14 politseis töötavat tsiviilisikut, eesmärgiga parandada vaimsuse osakaalu politseinike treenimisel. Andmete kogumisel kasutati intervjuusid ja küsimustikke. Uurimus tuvastas, et politseinikud puutuvad igapäevaselt kokku suurt väljakutset esitavate ja vahel ka eluohtlike olukordadega. Ülesannetest, millega kokku puututakse, tõsteti esile ootamatud surmajuhtumid, laste surmad, surmadega seotud liiklusõnnetused, perevägivald, alkoholijoobes isikud, kuriteo ohvritega tegelemine, koostöö kuriteo ohvriks langenu pereliikmetega, jalgpalli kohtumised ja rahvarahutused.

Sarnaselt Suurbritannia uuringu tulemusele tõsteti ka Saksamaal ja Ameerika Ühendriikides läbi viidud uuringutes kõrge stressorina esile erinevaid surmajuhtumeid ja lastega seotud õnnetusi. Lisaks Suurbritanniale hindasid keskmisest kõrgema stressorina rahvarahutusi ning peretülisid ka Ameerika Ühendriikide politseinikud.

Politseinikud kirjeldasid detailselt kohutavaid olukordi, millesse nad on oma tööülesannete täitmisel sattunud. Paljud politseinikud tõid probleemina välja „pidevalt tööl olemise tunde“, kuna kogukond teab sind politseinikuna ja eeldab sinult ka vabal ajal politseiniku rolli täitmist. Sellest tingituna eelistavad politseinikud, eriti väiksemates piirkondades, kus anonüümsust on vähem, ka vabal ajal suhelda teiste politseinikega. (Rees & Smith ...2007:273-274)

Suur osa Ameerika Ühendriikides politseid uurivatest uuringutest (eriti stressi uuringud) on viidud läbi suurlinnades. Suurlinnadeks loetakse linnasid elanikkonnaga üle 250 000 elaniku. Maapiirkonnaks aga alla 50 000 elanikuga piirkonda. Üks suurimaid erinevuseid suurlinnade ja maapiirkondade politseinike stressorites on abijõudude kohale jõudmise kiirus. Sõltuvalt piirkonnast võib abijõudude kohale jõudmine Ameerika Ühendriikides erinevates piirkondades võtta aega viiest minutist kuni tunnini. (Stevens...2008:281)

2011. aasta oktoobris sai kamp pidutsejaid Viljandis nelja minutiga jagu neid korralekutsuma saabunud neljast politseinikust. Appi kutsuti ka välijuht, kuid kuna rohkem politseinikke Viljandi maakonnas sellel hetkel tööl ei olnud, pidid politseinikud taanduma. Olukorra lahendamiseks kutsuti välja kodus olnud politseinikud ning Tartust kiireageerijad. Kurjategijad peeti kinni hommikuks. Seega on ka Eestis suureks erinevuseks suuremate linnade politseinike ja maakohtade politseinike stressorites, abijõudude kohale jõudmise kiirus.

Lisaks „pidevale tööl olemise tundele“ tõid vastajad Suurbritannias probleemina välja emotsioonide eneses hoidmise. Kui politseinik näitab välja oma haavatavust, siis võidakse seda koheselt ära kasutada. Selline käitumine võib aga kanduda ka

tööst välja poole ja põhjustada agressiivset käitumist kodus. (Rees & Smith ...2007:275)

Uurimuse tulemused näitasid, et sotsiaalne sidusus organisatsioonis on ehitatud üles emotsioonide puudumisel ja vastupanul muudatustele. On võimalik, et pidev osalemine vägivaldsetes sündmustes põhjustab emotsioonide puudumise, mis traditsiooniliselt on omane traumatiseeritud inimestele. Mõned vastajad rääkisid, et viimaste aastate politsei poolt pakutav nõustamise teenus, kriitiliste intsidentide järgsed debriifingud ning kaplanite nõustamised, on olnud suureks abiks ja järjest rohkem politseinikke saab kasu sellest. (Rees & Smith ...2007:277)

Tavaliselt vajab trauma mingit liiki keha ja vaimu teraapiat, et vabaneda ohu tekitatud algsest ärritajast. Rees ja Smith usuvad, et kui arendatakse välja meetodid lähtuvalt sotsiaalsetest, füsioloogilistest ja vaimsetest seisukohtadest võttes arvesse kriisisituatsioonis olijat, on vähem võimalusi posttraumaatilise stressihäire tekkeks. Rohkem on vaja uurida vägivalda psühholoogilist mõju politseinikele, muutmaks politseinike treeninguid efektiivsemaks. Sellest lähtuvalt võiks olla esimene samm indiviidi tasemel politseinikele baastadmiste andmine traumast ja selle arenemisest. On saadud aru, et kui inimestel on olemas baastadmised trauma tekkimisest, tunnevad nad ennast vähem eraldatuna ja neid on lihtsam välja rebida traumeerivatest mälestustest. Kui baastadmised psühholoogilistest protsessidest on olemas, saab hakata tegelema traumast vabanemisega. Selleks, et politsei toimiks kogukonna osana, peaksid nii politsei kui kogukond tegema pingutusi. Kogukonna jaoks tähendab see eelkõige loobumist passiivse süüdistaja rollist ja rohkem politseinike mõistmist. (Rees & Smith ...2007:278-279)

2.2. Ülevaade hingeabisüsteemi hetke olukorrast

Kui aastatel 2006-2008 enesetappe Eesti politseis ei olnud, siis ajavahemikul 2009-2012 oli neid juba 6 samas, kui teenistusülesannete täitmisel hukkus viimane politseinik 2004. aastal. Eeltoodu põhjal võib väita, et ametnikke ohustab

rohkem keerulistest olukordadest tekkinud pingetega toimetulek, kui tänaval seaduserikkujatega tegelemine. Käesoleval hetkel töötab Politsei- ja Piirivalveametis neli kaplanit, kellest kaks on Tallinnas üks Jõhvis ja üks Tartus. Peamiselt käivad kaplanid korrakaitsepolitseinikega patrullimas, hoides ennast organisatsioonis valitseva meelsuse ning probleemidega kursis. Nii politseinike hulgas ringi liikudes on vajadusel lihtsam luua kontakte ja ületada barjääre suhtluses.

Politsei- ja Piirivalveameti personalibüroo andmetel on viimase kolme aasta jooksul kasutatud politseinike poolt nõustamise teenust kümnel korral. Psühholoogiline nõustamine käib läbi töökeskkonnaspetsialistide. Nõustamine on vabatahtlik ja toimub nõustatava või tema vahetu juhi initsiatiivil. Nõustamise aja lepib kokku töökeskkonnaspetsialist, kes mõnikord saades informatsiooni kriisisituatsioonist, võtab ise ühendust intsidendis osalenu juhiga ja pakub abi. Nõustamist on kasutatud nii tööst kui eraelust tingitud probleemide tõttu. Igale prefektuurile on leitud vähemalt kaks koostööpartnerit, kellelt on vajadusel võimalik saada psühholoogilist nõustamist. Hetkel on uus hingeabisüsteem Politsei- ja Piirivalveametis loomisel. Töös oleva kava kohaselt võiks olla tulevikus psühholoogi nõustamine kohustuslik järgnevatel juhtudel (Kalm...2013):

- politseiametnikuga juhtunud raske tööõnnetus, millega kaasnes tõsine tervisekahjustus (Sotsiaalkindlustusameti poolt määratud töövõime kaotus);
- lähedase kolleegi enesetapp või surm õnnetuse läbi;
- kuritegelik rünne politseiametniku vastu, mille tagajärjel politseiametnik saab raskeid tervisekahjustusi või mille ajal oli ohus politseiametniku elu;
- politseilised sündmused (nt enesetapudraamad, pantvangistamised, inimröövid), mille käigus said surma või vigastada politseiametnikud või kolmandad isikud;
- lapse surmaga vahetult sündmuskohas kokku puutuvad politseiametnikud;

- sündmused, kus politseiametnik tulistab inimese pihta.

Autori 13 aastase staaži jooksul on olnud juhtumeid, kus peale surmava jõu kasutamist on politseinik mõne aja möödumisel lahkunud politseist. Ameerika Ühendriikides 1970-datel läbi viidud uuringu tulemusel lahkus 70% politseinikest töölt viie aasta jooksul peale kuritegeliku ründe tõkestamisel surmava jõu kasutamist ajal kui psühholoogilist tuge veel ei pakutud. Kuna selliste sündmustega kaasneva posttraumaatilise stressiga on raske toime tulla, pakutakse järjest enamates politseiasutustes psühholoogilist abi tulevahetuses osalenud politseinikele.

2.3. Uurimuse metodoloogia

Uurimuse eesmärgiks oli välja selgitada, kui suure stressorina tajuvad vastajad erinevaid olukordi, millega võidakse kokku puutuda tööülesannete täitmisel ning mida vastajad ootavad organisatsioonilt stressi tekkimise ennetamise ning stressi maandamise võimaluste osas. Uurimusstrateegiaks oli kvantitatiivne ülevaateuurimus.

Ankeetküsimustik. Uuringu läbiviimisel kasutati ankeetküsimustikku, mis kombineeriti Dagmar Klemischi doktoritöös 2006. aastal Saksamaal kasutatud küsimustiku ja John M. Violanti ning Fredd Aroni poolt 1984. aastal Ameerika Ühendriikides läbi viidud küsimustiku põhjal, kohandades seda Eesti oludega. Violanti ja Aroni poolt läbi viidud uuringus jagati ankeedid 103 politseivande andnud politseinikule ettenähtud piirkonnas. Vastajad valiti juhuslikkuse alusel erinevate aastme, vanuse, kogemuste ja etnilise taustaga politseinike hulgas. Hinnatavate olukordade hindamine ei nõudnud vastajatelt eelnevat olukorras osalemise kogemust.

Hinnatavaid olukordi on võetud mõlemast küsimustikust ning eemaldatud kattuvad ning Eesti oludesse mitted sobivad situatsioonid. Näiteks Ameerika Ühendriikides kasutatud küsimustikust ei ole võetud hindamisele situatsiooni „üksi isiku kinnipidamise“ kohta, kuna Eestis patrullitakse vähemalt kahekesi.

Saksamaa küsimustikke ankeetküsimustiku koostamisel kasutati sellepärast, et Eesti Politsei- ja Piirivalveamet teeb koostööd Saksamaa politseiga uue hingeabisüsteemi välja töötamisel. Nii Saksamaal, kui ka Ameerika Ühendriikides tehtud küsitluste tulemused sarnanesid olulisel määral, mis kergendas ka kahe küsimustiku põhjal Eestile sobiva küsimustiku koostamist. Lisatud kolm avatud küsimust, milles vastajal on võimalus vabas vormis teha ettepanekuid.

Valim. Uuringu valimi moodustasid Politsei- ja Piirivalveameti Põhja-, Lõuna-, Ida- ja Lääne prefektuuride korrakaitse- ja kriminaalpolitseinikud. Valimi moodustustamisel oli oluline, et see hõlmaks kogu Eesti territooriumi. Lisaks on prefektuurid oma struktuurilt ja tööülesannetelt sarnased ning hästi võrreldavad.

Sarnaselt teistes riikides läbi viidud uuringutele, ei pidanud autor ka Eestis läbi viidavas uuringus oluliseks vastajate isiklikku kogemust hinnatavate sündmuste puhul. Hindamine oleks subjektiivne ka siis kui olukordasid hindaksid ainult isikud, kellel on vahetu sündmuses osalemise kogemus. Kuna kõik surmateadete edastamised on erinevad, samuti tulevahetused kurjategijatega, vigastadasaamised ja muud sündmused, siis puudub võimalus hinnata kriitilisi situatsioone objektiivsetel alustel. Võrdluses teiste riikide tulemustega võrreldakse olukordadest moodustunud pingeridu, mitte mingile konkreetsele stressorile antud punktisummasid.

Protseduur. Küsimustikule vastamine toimus veebiküsitluskonnas LimeSurvey 1.82+. Küsimustik koosnes 56 olukorra kirjeldusest, millele oli võimalik anda punkte võrdsete vahemikega skaalal 1-5 (1 – ei põhjusta pingeid ja 5 – põhjustab maksimaalset pingeid), sõltuvalt sellest, kui pingelisena vastaja nimetatud olukorda tunnetas enda jaoks. Lisaks oli ankeetküsitluses kolm avatud küsimust, kus vastajal oli võimalik teha oma poolseid ettepanekuid olukorra parandamiseks. Küsimustiku täitmisele kulus täitjal umbes 10 minutit.

Uurimuse eesmärgiks oli hinnata, kui suure stressorina tajuvad vastajad erinevaid olukordi, millega võidakse kokku puutuda tööülesannete täitmisel. Samuti küsitakse avatud küsimustes vastajate ettepanekuid politseiniku stressi tekkimise

ennetamise ning stressi maandamise võimaluste kohta organisatsiooni seisukohast.

Enne küsitlust viidi läbi pilootuuring, millele vastas 5 inimest. Kuna pilootuuringu käigus probleeme ei ilmnenu, siis saadeti uuringukeskkonna aadress Põhja-, Lõuna-, Ida- ja Lääne prefektuuri korrakaitse- ja kriminaalpolitseinikele elektronposti kaudu.

Ankeetküsitlus viidi läbi ajavahemikus 22.02.2013 kuni 11.03.2013. aastal Politsei- ja Piirivalveameti uurimistöode kooskõlastamise komisjoni poolt 12.02.2013. aastal väljastatud loa numbriga 1.1-14/211-2 alusel Politsei- ja Piirivalveameti Põhja-, Lõuna-, Ida- ja Lääne prefektuuri korrakaitse- ja kriminaalpolitseinike hulgas. 05.03.2013. aastal saadeti vastajatele meeldetuletus, et vastamise lõpuni on jäänud üks nädal. Selleks hetkeks oli vastanud 156 inimest. Vastamise perioodi lõpuks kogunes 190 täielikult täidetud ankeeti. Andmeanalüüsi käigu dokumenteerimise seisukohalt on oluline märkida ära ka oluliseimad sündmused ja muud taustandmed uurimuse läbi viimise ajal (Tooding...2007:15). Uurimuse seisukohalt oli oluliseim sündmus küsitluse läbi viimise ajal juba pikemat aega kestnud ja meedias negatiivset kajastamist leidnud Politsei- ja Piirivalveameti uue peadirektori valimine.

Andmeanalüüs teostati programmiga MS Excel. Uuringu aruandes antakse ülevaade tulemustest teksti, tabelite ja jooniste kujul. Vastajate hinnanguid on võimalik võrrelda vastaja tööliini, soo, prefektuuri, vanuse, rahvuse, perekonnaseisu ja staaži järgi. Tulemuste analüüsi ja järelduste põhjal tehti ettepanekud. Magistritöö lisas on uuringu läbiviimisel kasutatud küsimustik ning tabelmaterjal taustandmete lõikes.

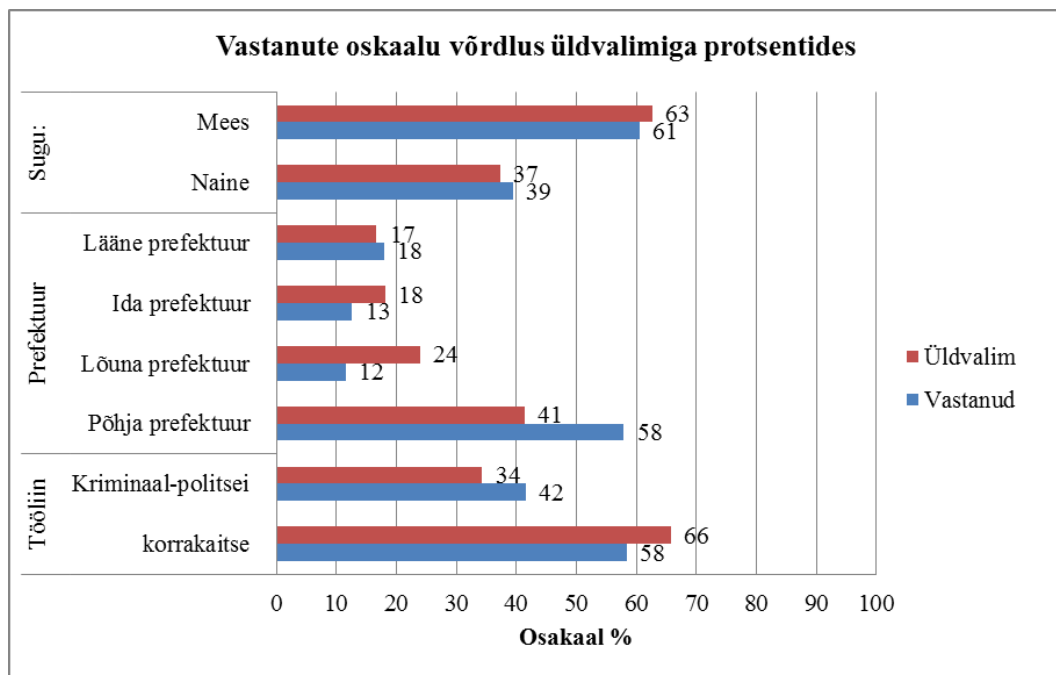
Küsitluses osalejaid teavitati enne küsitlust, et ankeedid on anonüümsed ja vastuseid analüüsitakse üldistatult. Uuringu tulemustega on võimalik tutvuda pärast magistritöö kaitsmist 2013. aasta juunis Sisekaitseakadeemia kodulehel ning raamatukogus.

2.4. Uurimuse tulemused

Ankeetküsitluse läbiviimise hetkel 05.03.2013.a. seisuga töötas Politsei- ja Piirivalveameti kõigis prefektuurides kokku 779 kriminaalpolitseiniku ja 1492 korrakaitsepolitseiniku. 190-st küsimustikule vastanust 79 töötas kripminaalpolitseis ja 111 töötas korrakaitsepolitseis. Seega oli vastanuid kokku 8,4% üldvalimist.

Protsentuaalselt oli vastanute hulk erinevates sihtrühmades proportsioonis üldvalimiga.

- Vastanutest olid Põhja prefektuurist 110 (57,9%), Lõuna prefektuurist 22 (11,6%), Ida prefektuurist 24 (12,6%) ja Lääne prefektuurist 34 (17,9%).
- Vanuserühmade järgi jagunesid vastused: 20-25-aastased (10,5%), 26-30-aastased (21,1%), 31-35-aastased (25,8%), 36-40-aastased (16,8%), 41-45-aastased (15,8%), 46-50-aastased (4,7%) ja 51+ aasta vanused (3,2%).
- Naisi vastas 75 (39,4% vastanutest) ja mehi 115 (60,5% vastanutest).
- Staaži järgi jagunesid vastajad: 0-5 aastat (21,6%), 6-10 aastat (28,4%), 11-15 aastat (19,5%), 16-20 aastat (17,4%), 21-25 aastat (11,6%), 26+ aastat (1,6%).
- Vastajate hulgas eestlaseid 152 (80%), venelasi 35 (18,4%) ning kolm vastajat ei ole rahvust märkinud.
- Perekonnaseisu järgi on vallalisi 40 (21%), abielus 76 (40%) ja vabaabielus 74 (39 %).

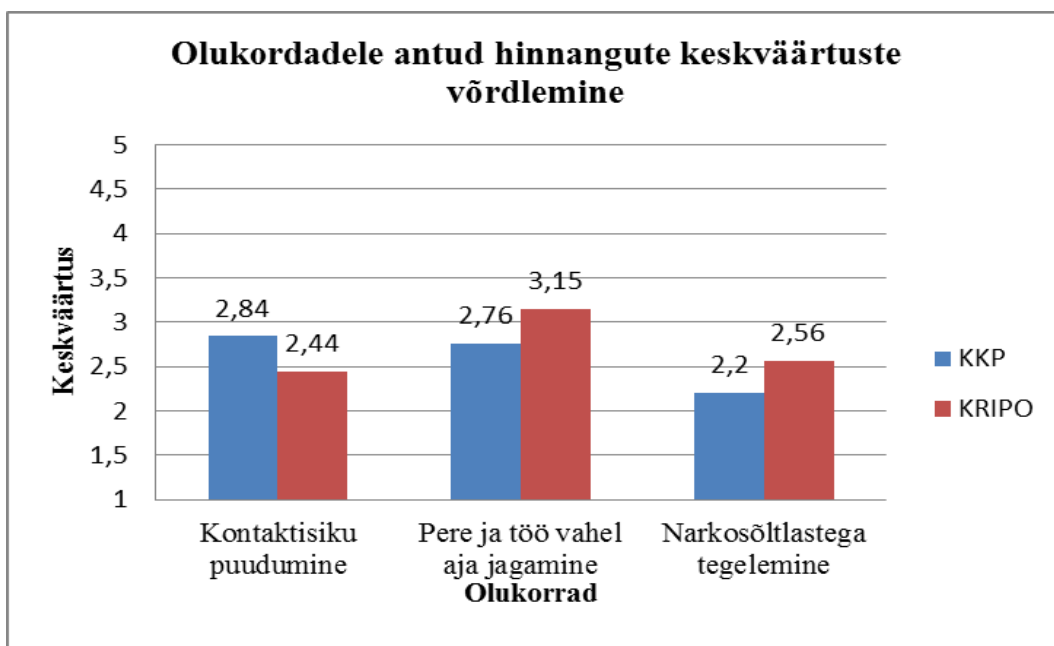


Joonis 3. Vastanute osakaalu võrdlus üldvalimiga protsentides

Hinnangud kriisisituatsioonidele. Ankeetküsitlusega kogutud andmete analüüsimisel selgus, et üldjoontes hindavad nii korrakaitse- kui kriminaalpolitseinikud erinevaid olukordasid sarnaselt. Antud keskmised hinded on enamasti samas suurusjärgus või erinevad minimaalselt. Kokkuvõtteses kõrgeima keskmise hinde saanud olukord oli „õigusrikkuja tapmine tööülesannete täitmisel“, mida mõlema tööliini esindajad hindasid keskmisega viiepalli skaalal $M = 4,06$ ($SD = 1,3$). Hinnatavate olukordade pingereas suurim erinevus korrakaitse- ja kriminaalpolitseinike antavates hinnangutes on „Kontaktisiku/vestluspartneri puudumine stressirohke tööülesande järel“ puhul, kus korrakaitse on hinnanud keskmisega viiepalli skaalal $M=2,84$ ($SD = 1,29$), samal ajal kriminaalpolitseinikud andsid keskmisehinde $M = 2,44$ ($SD = 0,99$). Korrakaitse- ja kriminaalpolitsei hinnanguid nimetatud olukorrale võrreldi t-testiga, mille olulisuse tõenäosuseks saadi $p \leq 0,019$. Kuna test on oluline nivool $p \leq 0,05$, siis t-testi olulisus jääb lubatud vea piiridesse. Testi tulemusel selgus, et korrakaitsepolitseinikud hindavad kõrgema stressorina kontaktisiku/vestluspartneri puudumist stressirohke tööülesande järel. (vt tabel 3)

Hinnangu erinevuselt järgnev olukord tööliinide võrdluses oli „pere ja töö vahel aja jagamine“ (kkp keskmisega viiepalli skaalal $M = 2,76$, $SD = 1,11$ ja kriipo $M = 3,15$, $SD = 1,15$). Hinnanguid olukorrale võrreldi t-testiga, mille olulisuse tõenäosuseks saadi $p \leq 0,02$. Seega jääb testi olulisus lubatud vea piiridesse. Testi tulemusel selgus, et kriminaalpolitseinikud hindavad kõrgema stressorina pere ja töö vahel aja jagamist. (vt tabel 3)

Oluline erinevus korrakaitse- ja kriminaalpolitseinike antud hinnangutes tuli välja ka „narkosõltlastega tegelemise“ hindamisel keskmisega viiepalli skaalal (kkp $M = 2,2$, $SD = 1,01$ ja kriipo $M = 2,56$, $SD = 1,05$). Hinnanguid olukorrale võrreldi t-testiga, mille olulisuse tõenäosuseks saadi $p \leq 0,02$. Seega jääb testi olulisus lubatud vea piiridesse. Testi tulemusel selgus, et kriminaalpolitseinikud hindavad kõrgema stressorina narkosõltlastega tegelemist. (vt tabel 3 ja joonis 4)



Joonis 4. Olukordadele antud hinnangud keskväärtuste võrdluses korrakaitse- (KKP) ja kriminaalpolitsei (KRIPO) vahel

Organisatoorsetest stressoritest on esimesed kolm koondtabelis „madal palk“ keskmisega viiepalli skaalal $M = 4,0$, $SD = 1,07$ (koondtabelis 3. koht);

„ebausaldusväärne kolleeg“ $M = 3,79$, $SD = 1,09$ (koondabelis 5. koht) ja „mittepiisav toetus tööandjalt“ $M = 3,69$, $SD = 0,99$ (koondtabelis 6. koht). Hinnanguid olukordadele võrreldi tööliinide võrdluses t-testiga, mille olulisuse tõenäosus saadi $p \geq 0,05$. Kuigi hinnangute keskvaärtused olukordadele korrakaitse- ja kriminaalpolitsei võrdluses erinevad, ei ole ükski võrdlus statistiliselt oluline, mis tähendab, et ei saa selle põhjal teha üldistusi.

Järgnevalt mõningad olukorrad, mille puhul tekkis võrreldavate sihtgruppide hinnangus statistiliselt oluline erinevus:

- „Tulirelva kasutamist teenistusülesannete täitmisel“ hindasid eestlased $M = 3,7$ ($SD = 1,3$) ja venelased $M = 2,9$ ($SD = 1,37$), ning $t = p \leq 0,004$.
- „Teenistusülesannete täitmisel saadud vigastus“ – naised $M = 3,72$ ($SD = 1,07$) ja mehed $M = 3,22$ ($SD = 1,22$) ning $t = p \leq 0,003$.
- „Anonüümne ähvardus“ – naised $M = 2,89$ ($SD = 1,2$) ja mehed $M = 2,43$ ($SD = 1,16$) ning $t = p \leq 0,01$
- „Tööalaste saavutuste mittetunnustamine tööandja poolt“ – eestlased $M = 3,34$ ($SD = 1,06$) ja venelased $M = 3,83$ ($SD = 0,92$) ning $t = p \leq 0,008$.
- „Mittepiisav toetus tööandjalt“ – eestlased $M = 3,61$ ($SD = 0,96$) ja venelased $M = 4,14$ ($SD = 0,91$) ning $t = p \leq 0,003$. Tõenäoliselt eestlaste ja venelaste erineva osakaalu tõttu mõjutas rahvus ka prefektuuride võrdlust, kus Ida prefektuuri töötajate hinnang nimetatud probleemile oli $M = 4,04$ ($SD = 0,95$) ja Lõuna prefektuuril $M = 3,36$ ($SD = 0,73$) ning $t = p \leq 0,009$. (vt tabel nr 3)

Järgnevalt olukorrad, mis olid keskvaärtuste võrdlemisel sihtgruppides lähedal statistilise olulisuse piirile aga ületasid selle piiri vähesel määral:

- „Kontaktisiku puudumine stressi rohkete ülesannete järel“ – eestlased $M = 2,61$ ($SD = 1,18$) ja venelased $M = 2,94$ ($SD = 1,19$) ning $t = p \leq 0,14$. Kõigi vastanute keskmine hinne oli $M = 2,67$ ($SD = 1,19$). Maksimaalse stressorina

hindas nimetatud olukorda 17 (9%) vastajat ja hinde „4“ vääriliselt 31 (16,3%) vastajat.

- „Ebausaldusväärne kolleeg“ – 20-25-aastased $M = 3,45$ ($SD = 1,1$); 26-30 $M = 3,59$ ($SD = 1,35$); 31-35 $M = 3,8$ ($SD = 0,95$); 36-40 $M = 3,9$ ($SD = 0,89$); 41-45 $M = 4,03$ ($SD = 0,89$); 46-50 $M = 4,11$ ($SD = 1,27$). T-testi põhjal olulisem erinevus ($p \leq 0,06$) oli vanuserühmade 20-25 ja 41-45 võrdluses. Huvitava seaduspärasusena tuli välja, et mida vanem töötaja, seda suurema pingena tajub ta enda kõrval ebausaldusväärset kolleegi. (vt tabel nr 3)

Tabel 3. Kriisisituatsioonide hindamine korrakaitse- ja kriminaalpolitseinike poolt vastavalt keskväärtusele skaalal 1-5

	kokku	SD	kkp	SD	kriipo	SD
Õigusrikkuja tapmine tööülesannete täitmisel	4,06	1,3	4,06	1,27	4,06	1,33
Tuttava kolleegi enesetapp	4,01	1,18	4,01	1,24	4,1	1,08
Madal palk	4	1,07	4,04	1,09	3,95	1,03
Eluohtlikusse olukorda sattumine	3,92	1,2	3,86	1,23	4,01	1,16
Ebausaldusväärne kolleeg	3,79	1,1	3,79	1,1	3,78	1,1
Mittepiisav toetus tööandjalt	3,69	0,99	3,76	1,03	3,61	0,94
Otsese ülemuse vastuoluline käitumine	3,6	1,04	3,62	1,04	3,57	1,05
Tulirelva kasutamine teenistusülesannete täitmisel	3,56	1,35	3,56	1,4	3,57	1,29
Kokkupuude vigastada saanud lastega	3,56	1,43	3,62	1,16	3,48	1,12
Konflikt vahetu juhiga	3,56	1,17	3,49	1,15	3,66	1,19
Avariisse sattumine ametiautoga	3,49	1,25	3,5	1,29	3,47	1,21
Ülekoormus tööl	3,46	1,05	3,43	1,08	3,51	1,01
Ebaefektiivsed karistused kurjategijatele	3,46	1,14	3,59	1,17	3,29	1,17
Kokkupuude võimalike nakkushaigetega (tuberkuloos, HIV jne)	3,45	1,14	3,42	1,16	3,49	1,13
Töötulemuste hindamismeetodite läbipaistmatus	3,45	1,12	3,5	1,17	3,39	1,07
Teenistusülesannete täitmisel saadud vigastus	3,43	1,19	3,35	1,22	3,5	1,14
Tööalaste saavutuste mittetunnustamine tööandja poolt	3,43	1,05	3,44	1,05	3,41	1,06
Surmateate edastamine	3,38	1,19	3,36	1,2	3,41	1,17
Konflikt kolleegiga	3,33	1,08	3,23	1,06	3,43	1,09
Kokkupuude agressiivsete ning vägivaldsete isikutega	3,27	1,07	3,3	1,06	3,24	1,08
Tööülesannete ebaselgus	3,17	1,03	3,25	0,99	3,05	1,07
Muudatused töökorralduses	3,1	1,06	2,99	1,12	3,25	0,95
Liigne paberitöö	3,09	1,21	3,18	1,18	2,96	1,24
Politseinike vastu suunatud kodanike sõim ja pahameel	3,08	1,12	3,12	1,13	3,04	1,12
Vastupanu vahistamisel	3,07	1,15	3,1	1,14	3,03	1,19

Oht sattuda meediasse negatiivse uudisega	3,07	1,14	3,17	1,18	2,92	1,09
Tugevate valude käes piinleva inimese nägemine	3,06	1,15	3,02	1,11	3,13	1,21
Ajalise surve all otsuste vastuvõtmine	3,06	1,05	3,04	1,03	3,1	1,07
Situatsiooni, töö ebaselge kirjeldus nt. patrullil väljakutse puhul	3,01	1,05	3,12	1,03	2,86	1,06
Suurel kiirusel tagaajamine	2,98	1,25	2,86	1,3	3,1	1,2
Abituse tunne võitluses kuritegevusega	2,97	1,17	3,02	1,22	2,91	1,1
Pere ja töö vahel aja jagamine	2,96	1,15	2,76	1,11	3,15	1,15
Halb või mittepiisav varustus	2,95	1,12	2,94	1,14	2,97	1,09
Enda emotsioonide pidev tagasihoidmine	2,76	1,07	2,8	1,11	2,72	1,03
Kokkupuude vaimselt tasakaalutute isikutega	2,74	1,08	2,67	1,12	2,84	1,04
Politsei tegevust ajakirjanduses kajastavad negatiivsed artiklid	2,73	1,1	2,88	1,15	2,58	1,04
Kohustus teha ületunde	2,73	1,22	2,68	1,26	2,77	1,17
Muudatused seadusandluses	2,7	1,06	2,66	0,97	2,73	1,18
Kontaktisiku/vestluspartneri puudumine stressirohke tööülesande järgselt	2,67	1,19	2,84	1,29	2,44	0,99
Teise isiku suhtes füüsilise jõu kasutamine	2,66	1,06	2,68	1,02	2,62	1,12
Peretülidesse sekkumine	2,65	1,06	2,64	1,09	2,67	1,02
Kellegi anonüümne ähvardus	2,61	1,2	2,54	1,15	2,72	1,26
Probleemide korral neutraalse nõustamisteenuse puudumine	2,55	1,16	2,57	1,16	2,52	1,17
Väljakutse teenindamise pikk ajaline kestus	2,54	0,99	2,55	1,04	2,52	0,94
Liiklusõnnetuse või õnnetuse ohvriga kokku puutumine	2,49	1,01	2,48	1,03	2,52	1
Tunnistajana kohtus esinemine	2,47	1,1	2,48	1,17	2,47	1,03
Vahetustega töö	2,4	1,17	2,32	1,27	2,51	1,02
Konfliktid erinevate rahvuste vahel	2,36	1,04	2,36	1,05	2,35	1,02
Narkosõitlastega tegelemine	2,37	1,05	2,2	1,01	2,56	1,05
Kokkupuude laipadega	2,34	1,1	2,32	1,22	2,41	1,08
Kokkupuude alkoholijoobes isikutega	2,21	0,95	2,1	0,92	2,35	0,99
Kokkupuude isikutega, kellega ei saa suhelda oma emakeeles	2,2	1,04	2,13	1,03	2,3	1,07
Politseile kehtestatud keskmisest kõrgemad moraalinõuded	2,19	1,04	2,2	1,04	2,18	1,05
Igavus ja mittemidagi tegemine (vähesed tööülesanded)	2,17	1,1	2,22	1,1	2,11	1,1
Kokkupuude kuriteo ohvriga	2,11	0,8	2,04	0,78	2,22	0,82
Isiku kontrolli teostamine	1,96	0,84	1,86	0,84	2,09	0,84

Avatud küsimuses organisatsiooni võimaluste kohta töötajate stressi ennetamiseks, tegid 125 vastajat 139 ettepanekut, millest moodustati magistritöö autori poolt 17 kategooriat. Kolmandik vastajatest arvas, et juhtkond peaks olema alluvate suhtes toetavam, looma töötingimusi ning tunnustama hästi tehtud töö eest. Lisaks tõsteti stressi ennetava meetmena esile kõrgemat palka ning lõõgastumise võimalusi, mida organisatsioon võiks pakkuda.

Tabel 4. Vastajate ettepanekud organisatsioonile töötajate stressi ennetamiseks

Mida saaks organisatsioon ära teha töötajate stressi ennetamiseks?	Vastanuid
Ülemused peaksid olema alluvate suhtes toetavamad, looma paremaid töötingimusi ja jagama tunnustust	40
Parem palk	24
Pakkuma lõõgastumise võimalusi (sportimise võimalused, SPA jne)	21
Jagada töökoormust võrdselt töötajate vahel ning võtta juurde uusi töötajaid koormuse vähendamiseks	12
Avatud ja aus suhtlemine	12
Koolitused "kuidas käituda stressi olukorras"	8
Ennetada stressi tekkimist	8
Selgemad tööülesanded	8
Stabiilset töökeskkonda	7
Stressis inimesele peaks pakkuma abi organisatsioon, mitte inimene ei pea abi otsima	7
Arenguevestlustel probleemide välja selgitamine	4
Briifingud pingeliste olukordade järel	2
Abipolitseinikega patrullimine tekitab stressi	2
Iga politseinik peaks vähemalt korra käima psühholoogi juures	1
Koolitada vahetuid juhte probleemi märkama	1
Tühistada tulemusleping	1
Sisekontroll ei tohiks olla "ärapanija" rollis	1

Avatud küsimusele organisatsiooni võimaluste kohta aidata stressis olevat töötajat vastas 117 töötajat, kellelt tuli 124 ettepanekut, mis paigutati magistritöö autori poolt 11 kategooriasse. Peamist võimalust stressi vähendajana nägid vastajad töökoormuse vähendamises, seda siis kas puhkuse või vaba päeva näol.

Veel pakuti võimalustena välja psühholoogi juurde suunamist, sanatooriumisse saatmist ning ühiseid üritusi. Nii neljandal kohal olev soov näha juhtide poolt suuremat hoolivust ja toetust, kui viiendal kohal olev ettepanek koolitada juhte abivajajaid märkama ning reageerima, on võimalik vaadelda ka kui ühtset juhtimis alast punkti. Sellisel juhul tõuseks see kategooria jagama esimest kohta töökoormuse vähendamisega.

Psühholoogi või mõne muu nõustamise liigi võimalust on välja pakutud erinevates kategooriates. Kuna need on aga kõik oma vaatenurgaga, siis ei ole neid ka pandud ühte kategooriasse. Nii nagu ka kuritegevuse puhul oleks vajalik selgitada

välja põhjused, miks keegi midagi teeb, on ka vastanud rõhutanud vajadust, tekkinud stressiga tegelemise puhul alustada selle põhjuste välja selgitamisest. Lisaks juhtidele on vaja koolitada ka töötajaid võimaluste osas abi saamiseks organisatsioonis või väljaspoolt organisatsiooni. Kuna psühholoogi juurde minek on väga delikaatne probleem, siis osa vastanutest arvab, et lihtsam oleks minna psühholoogi juurde, kes ei oleks organisatsiooniga seotud. Samuti on ära märgitud kogemusnõustamist. Eriti traagiliste juhtumite puhul muuta kohustuslikuks psühholoogi juures käik annaks võimaluse inimestele, kes muidu teiste halvustavate arvamuste tõttu ei julgeks nõustaja juurde minna.

Tabel 5. Vastajate ettepanekud organisatsioonile töötajate stressi vähendamiseks

Kuidas saab organisatsioon aidata, kui stress on tekkinud?	Vastanuid
Anda vaba päev või puhkust töötajale	27
Vestelda töötajaga, pakkuda psühholoogi abi	23
Saata sanatooriumisse, ühised üritused, katta ravikulud	21
Juhid võiksid olla hoolivamad ja toetavamad	14
Teavitus abi saamise võimalustest ning juhtide koolitamine abi vajadust märkama	13
Lisatasu	7
Vajadus usaldusväärsete psühholoogide järgi väljaspoolt organisatsiooni	6
Analüüsida stressi põhjuseid	7
Kogemusnõustamine	3
Eriti traagiliste juhtumite järel muuta psühholoogi juures käimine kohustuslikuks	2
Sotsiaalsed tagatised	1

2.5. Järeldused ja ettepanekud

Eestis, Ameerika Ühendriikides, Saksamaal ja Suurbritannias läbi viidud uurimuste põhjal on võimalik öelda, et valdavalt hindavad politseinikud erinevates riigist või tööliinist sõltumata erinevaid kriisisituatsioone sarnaselt. Suuremate stressoritena on erinevates riikides esiletõstetud kellegi tapmist tööülesannete täitmisel, kolleegide surmajuhtumid ja laste surmaga lõppenud õnnetused.

Suurim erinevus hinnangutes oli Suurbritanniaga. Sealsete elanike suurest huvist jalgpalli vastu ning sellega kaasnevate rahvarahutuste tõttu oli ka politseinike poolt antavates hinnangutes hinnatud jalgpallikohtumisi kõrge stressorina. Suurbritanniale võrdluseks Eestis aga on jalgpallikohtumised üksikutel kordadel lõppenud väiksemate rahutustega.

Autorile saada olevate andmete põhjal hakkub politseinike rohkem enesetappude tagajärjel kui kurjategijate kinnipidamisel. Kui Ameerika Ühendriikides jääb enesetappude ja teenistusülesannete täitmisel hukkunute arv samasse suurusjärku, siis Eestis oli võrreldavaks perioodiks 1996-2012. Nimetatud ajavahemikus hukkus teenistusülesannete täitmisel 10 ja enesetappude tagajärjel 20 politseinikku.

Kõige rohkem politseinikke hakkub aga enesetapu tagajärjel Lõuna-Aafrika Vabariigis. 1990. aastal oli Lõuna-Aafrika Vabariigis 110 politseiniku enesetappu 100 000 elaniku kohta, 2000. aastal aga juba 130 enesetappu 100 000 elaniku kohta. Samal ajal riigi elanikkonna keskmine oli 19 enesetappu 100 000 elaniku kohta. Riiki iseloomustab ka kõrge kuritegevuse tase ning poliitiline ebastabiilsus. Ameerika Ühendriikides oli elanikkonna hulgas keskmiselt 12, kaitseväes 13 ja õiguskaitseorganites 18 enesetappu 100 000 isiku kohta.

Riskifaktorid, mille puhul tõenäosus enesetapu toimepanemiseks on kordades üle keskmise. Vastavalt Ameerika Ühendriikides läbi viidud uurimustele on abieluprobleemidega inimestel tõenäosus enesetapu sooritamiseks 4,8 korda suurem, kui õnnelikus abielus olevatel. Harvad ei ole juhused, kui enesetapule on eelnenud alkoholi või joovastavate ainete tarbimine, kuna need aitavad piire nihutada. Mõned riskifaktorid on seotud otseselt politseikultuuriga. Näiteks politseinikud, kelle suhtes on alustatud distsiplinaar- või kriminaalmenetlus tapavad ennast 6,7 korda suurema tõenäosusega võrreldes kolleegidega.

1970-datel, kui kriitiliste olukordade põhjustatud psühholoogilist traumat oli vähe uuritud, lahkus Ameerika Ühendriikides töölt viie aasta jooksul peale kellegi surma põhjustamist 70% politseinikest. Isegi tänapäeval põhjustab kriitilistest

olukordadest tingitud probleemide ebaedukas lahendamine erinevaid tunnetuse ja käitumise negatiivseid struktuure. Mõned politseinikud reageerivad tajutavale olukorrale liigselt, teised alahindavad selgelt ohtlikku situatsiooni. On politseinikke, kes lahkuvad töölt ennetähtaegselt, samal ajal teistel on probleemid distsipliiniga või järjest süvenev eemaldumine. Läbipõlemine, stressist tulenevad haigused, alkoholi ja narkootikumide tarvitamine on tihti lahendamata probleemide tulemus, mis on kasvanud välja traumaatilistest olukordadest.

Tuginedes magistritöö teoreetilistele alustele ja läbi viidud ankeetküsitluse vastuste analüüsile teeb autor Politsei- ja Piirivalveametile järgmised ettepanekud uue hingeabisüsteemi ülesehitamisel:

- Ankeetküsitluse vastuste analüüsimisel selgus, et üks meede, mida oodatakse organisatsioonilt stressi ennetamisel on töötajate teadlikkuse tõstmine stressi olukorras käitumise kohta. Samuti peaks organisatsioon selgitama, millised võimalused on abi vajajal abi saada. Tuginedes töös kasutatud kirjandusele, tulevad traumast eelteadmisi omavad inimesed kriisisituatsioonidega paremini toime.

Politsei- ja Piirivalveametil anda juba töötavatele politseinikele baasteadmised traumast, selle arenemisest ja võimalustest abi saada näiteks koostöös Sisekaitseakadeemiaga kaalumaks vastava informatsiooni õppekavasse lisamiseks.

Ennetamaks inimelu kaotust ja hingelist traumat hukkunu kolleegidele on soovitatav töölesoovijate vahel teha psühholoogiline selektsioon. Politseis on vaja kõrge riskitasemega töödele valida inimesed, kelle isikuomadused võimaldavad tulla toime erinevate tööülesannete täitmisega kaasnevate stressoritega.

- Töös kasutatud kirjanduse põhjal on parimad võimalused hindamaks traumade mõjusid vahetutel juhtidel. Sellepärast on oluline, et juhid erinevatel tasanditel oskaksid hinnata kriitilistest sündmustest põhjustatud pingeid ning võtta kasutusele meetmeid võimalike traumade ennetamiseks. Vahetul juhul on parim ülevaade töötaja töötulemustest ning tihti on juht teadlik alluva eraelulistest

probleemidest. Omades ülevaadet töötaja töötulemustest, käitumisest ja eraelulisest olukorrast on juhil parim võimalus märgata muutusi alluva juures eelnevalt välja toodud kategooriates. Muutuste ilmnemisel oleks vaja koheselt välja selgitada muutuste põhjus ning aidata töötajal leida lahendus probleemile enne selle eskaleerumist.

Sellest lähtuvalt teeb autor ettepaneku viia läbi koolitused kõigil tasanditel juhtidele, kuidas märgata stressis töötajat ning mida teha sellise töötajaga edasi. Kriisisituatsiooni puhul peab juht koordineerima kommunikatsiooni, ajakava kriisiteenusteks, asjakohaselt sekkuma ja pakkuma vastavaid tugiprogramme. Erilist tähelepanu pöörata isikutele, kelle elus on hiljuti juhtunud midagi ebameeldivat (abielulahutus, uurimise alla sattumine) või kellel ilmnevad kurnatuse märgid (töövõime langus, kaebuste arvu kasv, viha, negatiivsus)

- Politsei- ja Piirivalveametis loodavas hingeabisüsteemis kohustuslikku nõustamisel osalemist nõudvad sündmused hinnati kõrge stressorina ka nii Eestis, Saksamaal kui Ameerika Ühendriikides läbi viidud ankeetküsitluses vastanute poolt. FBI mudeli kohaselt kriitilise juhtumi puhul peale esmaseid menetlustoiminguid paari tunni jooksul peab vastava ettevalmistuse saanud isik viima juhtumise osalenuga läbi väikese mõttevahetuse pingete maandamise ja edasiste vajaduste välja selgitamise eesmärgil. Kriisisituatsioonide puhul on oluline, et sündmustele järgneksid debriifingud, kus kõik sündmuses osalenud saavad rääkida oma läbi elamistest ning mida oleks võinud või pidanud tegema teisiti. Selline koosolek võimaldab inimestel ennast tühjaks rääkida ja vähendab pingete kogumist enesesse. Lisaks näeb iga sündmuses osaleja olukorda oma vaatenurgast. Vajadusel räägitakse juhtumise osalenutele stressiga toime tuleku strateegiatest. Samuti annab see hea pildi juhile, kuidas mingi sündmus kedagi on mõjutanud. Arvestades juhtumise ulatuslikkust, menetlustoimingutele kuluvat aega ja logistilisi asjaolusid, viiakse nimetatud koosolek läbi 24 kuni 72 tundi peale intsidenti. Politseiniku kõige tähtsam tugisüsteem on perekond, mis jääb tihti kasutamata. Kriitilisest olukorrast mõjutatud politseinik viib trauma koju oma pereni. Selleks pakutakse FBI mudeli kohaselt kriisimeeskonna poolt politseiniku pereliikmetele grupi või üks-ühele nõustamist. Teatud sündmuste puhul

nõustamise kohustuslikuks muutmine välistab juhtumid, kus mõni sündmuses osalenu ei julge teiste halvustavate arvamuste tõttu kasutada nõustamise võimalust.

Sellest lähtuvalt teeb autor ettepaneku töötada välja standardprotseduur kohustusliku nõustamist nõudvate sündmuste juhtumise puhuks. Juhendi välja töötamisel võtta aluseks FBI mudel.

- Teoreetiliste allikate kohaselt on üksustes, mis puutuvad pidevalt kokku vägivaldsete kuritegude ja hukkunutega, otstarbekas korraldada perioodilisi koosolekuid tegelemaks rutiinsetest stressi tekitavatest juhtumitest põhjustatud emotsionaalsete ja füüsiliste kahjustustega. Sellised koosolekud võimaldavad struktureeritult vähendada frustratsiooni, viha ja võimetuse tunnet, mis vahetevahel käib kaasas õiguskaitseorganite tööga. Koosolekute korraldamisel tuleb arvestada, et nende liigne tihedus on ebapraktiline ja segab üksuse tööritmi. Koosolekuid on võimalik korraldada õppepäevadena. Ühiste ürituste olulisust tõstsid esile ka ankeetküsitlusele vastajad avatud küsimuses organisatsiooni võimaluste kohta stressi vähendamisel.

Eeltoodust lähtuvalt teeb autor ettepaneku üksustes, mis puutuvad pidevalt kokku vägivaldsete kuritegude ja hukkunutega, korraldada perioodilisi koosolekuid/õppepäevi tegelemaks rutiinsetest stressi tekitavatest juhtumitest põhjustatud emotsionaalsete ja füüsiliste kahjustustega.

- Ankeetküsitluses olid vastajate peamised ettepanekud organisatsioonile töötajate stressi vähendamiseks töötajale puhkuse andmine, nõustamise võimalus, sanatoorium, ühised üritused ja ravikulude katmine. FBI-s kasutatavad kriitiliste intsidentide järgsed seminarid on peamiselt suunatud politseinikele, kelle partnerit on tulistatud, kellel on süütunne surmava jõu kasutamise pärast, töötamine lennuõnnetuse või pommiplahvatuse alal, armastatud inimese ootamatu surm. Seminarid on 4-päevased ja avatud ka töötaja pereliikmetele. Seminaril viiakse läbi ka kogemusnõustamise treening, et valmistada juba tulevikuks ette tugiisikuid, kes oleks valmis kolleege nõustama peale kriisisituatsiooni sattumist.

Kuna Eestis ei juhtu nii tihti traagilisi sündmuseid oleks otstarbekas selliseid seminare korraldada koostöös asutustega, mis puutuvad samuti kokku traagiliste sündmustega (Päästeamet, Kaitseministeerium, Kiirabi). Sellistel seminaridel on võimalik lisaks ravile koolitada välja ka kogemusrõustajaid, kes juba hiljem oleksid valmis nõustama analoogsesse olukorda sattuvaid kolleege. Sarnases olukorras olnud politseiniku toetus aitab normaliseerida kriisisituatsioonis osalenu reaktsiooni juhtunule. Võrreldes psühholoogilt saadava abiga on toetusel suurem väärtus, kui see tuleb kolleegilt, kes on analoogselt olukorra ise läbielanud. Eestis kasutatakse kogemusrõustamist meditsiinis mõningate haigus liikide puhul ning autorile teada olevalt on nimetatud nõustamise liigi vastu huvi tundnud ka kaitseväelased. Kuna aga informatsioonile hingeabi korraldamise kohta kaitseväes on piiratud juurdepääs, siis täpsem info selle kohta autoril puudub.

Eeltoodust lähtuvalt teeb autor ettepaneku kaaluda koostöö võimalusi psühholoogilise abi pakkumisel teiste asutustega, mis puutuvad samuti kokku traagiliste sündmustega (Päästeamet, Kaitseministeerium, Kiirabi).

- Juhtkonna toetuse puudumine oli kõrgel kohal kriisisituatsioonide hindamise tabelis Eestis ning märgiti ära ka Saksamaal ja Ameerika Ühendriikides läbi viidud küsitlustes. Eesti küsimustikus avatud küsimuse puhul organisatsiooni võimaluste kohta stressi ennetamisel soovis kolmandik vastanutest suuremat toetust juhtkonnalt. Juhtkonna toetuse puudumise kõrge organisatoorse stressorina leidis kajastamist ka erinevates kirjanduslikes allikates. Irwini politseiosakonnas viiakse uuele töötajale esimesel päeval peale akadeemia lõpetamist läbi kahe tunnine tutvustav programm, mis sisaldab ka vastuvõttu uute töötajate perekondadele ja sõpradele. Samal ajal, kui uuele töötajale tutvustatakse töökorraldust, tutvustab personalitöötaja uue töötaja lähedastele politseis valitsevat kultuuri ja vastatakse lähedaste organisatsiooni puudutavatele küsimustele. Lastele näidatakse politseisõidukeid. Programmis osalenud politseinikud on kinnitanud, et hoolivus, mida organisatsioon näitab neile aega pühendades, on väga oluline nii neile, kui nende lähedastele. FBI kogemused näitavad, et ka traumast paranemine on kiirem, kui juhtkond on osavõtlik ning juhtkonna distantseerumise või tundetuse puhul võib see põhjustada lisa pingeid.

Eeltoodust lähtuvalt soovitab töö autor organisatsioonil olla avatum ning pühendada rohkem aega töötajale ja tema lähedastele.

KOKKUVÕTE

Magistritöö eesmärgiks oli selgitada välja, milliseid olukordi politsei töös hindavad korrakaitse- ja kriminaalpolitseinikud enim stressi tekitavateks ning millised on nende ootused organisatsioonile toimetulemiseks kriisisituatsioonidega. Eesmärgi saavutamiseks küsitleti ankeetküsitlusega korrakaitse- ja kriminaalpolitseinikke kõigis prefektuurides. Ankeetküsitluses hindasid vastajad kriisisituatsioone, mille tulemusel moodustus edetabel hinnatavatest olukordadest. Saadud tulemusi võrreldi eelkõige tööliini põhiselt aga ka teistes sihtgruppide ning teistes riikides läbi viidud analoogsete uurimuste tulemustega. Võrdluse tulemusena võib öelda, et valdavalt hindasid vastajad erinevates sihtgruppides ning erinevates riikides hinnatavaid olukordi sarnaselt. Lisaks oli uurimuses osalenud politseinikel võimalus teha ettepanekuid organisatsioonile töötajate stressi ennetamiseks ning stressi tekkimisel selle maandamiseks. Stressi ennetamiseks ja stressi tekkimisel selle leevendamiseks tehti kokku 256 ettepanekut. Autori arvates on töö alguses seatud eesmärk täidetud.

Magistritöös otsis autor vastust küsimusele: kuidas Eesti korrakaitse- ja kriminaalpolitseinikud hindavad erinevaid kriisisituatsioone ning kuidas saab organisatsioon aidata kriisis olevat politseinikku?

Küsimusele vastuse leidmiseks analüüsiti töö teooria osas inglise, saksa ja eesti keelseid teaduslikke allikaid, Eestis ning rahvusvahelisel tasandil läbi viidud uuringuid. Suurem osa töös kasutatavas kirjanduses on inglise keelne ja peamiselt seotud Ameerika Ühendriikide õiguskaitseorganitega. Seda põhjusel, et Ameerika Ühendriikides on politseiga seotud stressi ning kriisisituatsiooni järgselt pakutavaid teenuseid kõige rohkem uuritud. Teooria osas on lisaks Ameerika Ühendriikides 1984. aastal läbi viidud kriisisituatsioonide uuringule, analüüsitud ka Saksamaal 2006. aastal tehtud analoogset uuringut ning 2005. aastal

Suurbritannias politseinike hulgas läbi viidud uuring pingeliste olukordade hindamise kohta.

Magistritöö näol on tegemist empiirilise uurimusega, milleses kasutati kvantitatiivset andmekogumismeetodit. Alusandmeid korrakaitse- ja kriminaalpolitseinike hinnangute kohta kriisisituatsioonidele koguti ankeetküsitlusega, mis viidi läbi Politsei- ja Piirivalveameti Põhja-, Lõuna-, Ida- ja Lääne prefektuuris ajavahemikus 22.02.2013 kuni 11.03.2013 aastal.

Ankeetküsitlus töötati välja Dagmar Klemischi doktoritöös 2006. aastal Saksamaal kasutatud küsimustiku ja John M. Violanti ning Fred Aroni poolt 1984. aastal Ameerika Ühendriikides läbi viidud uuringu põhjal, kohandades seda Eesti oludega. Küsimustik koosnes 56 kriisisituatsioonist, millele vastajatel oli võimalik anda punkte võrdsete vahemikega skaala 1-5 (1 – ei põhjusta pingeid ja 5 – põhjustab maksimaalselt pingeid) ning kolmest avatud küsimusest, kus vastajatel oli võimalik teha oma poolseid ettepanekuid organisatsioonile töötajate stressi ennetamiseks ning stressi olemasolul selle maandamiseks.

Küsimustikule vastamine toimus veebikeskkonnas ning oli anonüümne. Vastajate hinnanguid oli võimalik võrrelda vastaja tööliini, soo, prefektuuri, vanuse, rahvuse, perekonnaseisu ja staaži järgi. Lõpuni täidetud ankeete kogunes 190, mis moodustab 8,4% kogu valimist.

Ankeetküsitlusega kogutud andmete analüüsi põhjal oli korrakaitse- ja kriminaalpolitseinike hinnangul kokkuvõttes kõrgeima keskmise hinde saanud olukord „õigusrikkuja tapmine teenistusülesannete täitmisel”, mida mõlemad tööliini esindajad hindasid keskmise hindega 4,06. Sama situatsioon sai kõrgeima hinde ka 1984 aastal Ameerikas politseinike hulgas läbi viidud küsitluses. Eesti politseinike hulgas hindega 4,05 teise koha pingereas saanud „tuttava kolleegi enesetapp” hinnati esimesele kohale Saksamaal 2006. aastal Dagmar Klemischi doktoritöös raames läbiviidud uuringus. Suurbritannias läbi viidud uurimuses tõsteti esile ootamatuid surmajuhtumeid, laste surmasid ning surmadega seotud liiklusõnnetusi, mis samuti sarnaneb Eestis läbi viidud uurimuse tulemustega.

Avatud küsimuses organisatsiooni võimaluste kohta töötajate stressi ennetamiseks, tegid 125 vastajat 139 ettepanekut, millest moodustati magistritöö autori poolt 17 kategooriat. Ligi kolmandik vastajatest arvas, et juhtkond peaks olema alluvate suhtes toetavam, looma paremaid töötingimusi ning tunnustama hästi tehtud töö eest. Stressi ennetava meetmena tõsteti esile ka kõrgemat palka ja lõõgastumise võimalusi.

Avatud küsimusele organisatsiooni võimaluste kohta aidata stressis olevat töötajat vastas 117 töötajat, kellelt tuli 124 ettepanekut, mis jagati autori poolt 11 kategooriasse. Peamist võimalust stressi vähendamiseks nägid vastajad töökoormuse vähendamises. Palju on pakutud ka erinevaid nõustamise variante. Siia hulka kuulub psühholoogi teenus, juhtide poolne toetus ja märkamine ning kogemusnõustamine. On pakutud ka kohustuslikku psühholoogi külastust eriti traagiliste juhtumite puhul. Kohustuslik külastus välistaks niinimetatud „häbimärgistamise“ kolleegide poolt, kes võivad otsida psühholoogi vabatahtlikus külastamises nõrkuse märke ja nii võib abivajajal jääda abi saamata teiste eelarvamuste tõttu.

Erinevad allikad kajastasid politseinike stressi, eraelu ja töö seotuse vaatenurgast. Stressi ühe põhjusena toodi välja pingeliste ja mittepingeliste olukordade pidevat vaheldumist. Sellist olukordade vaheldumist nimetatakse „ülivalvsuse ameerikamägedeks“. Oma turvalisuse huvides peavad politseinikud kõiki kontrollimata olukordi oma töös tajuma potentsiaalse ohuna, kuni ei ole tõestatud vastupidist. Lisaks on vaja nimetatud olukordade puhul reageerida alati kiiresti ja täpselt. Seega kogevad politseinikud nõnda nimetatud „ülivalvsust“ iga päev. Et kompenseerida pingelisust tööl, asendub pingelisus kodus apaatsusega, mis võib aga kaasa tuua perekonna lagunemise. Pingete tekkimise vältimiseks ühe soovitusena on toodud välja aja planeerimise olulisust. See tähendab tasakaalu hoidmist tööle, perekonnale ja endale pühendatud aja osas.

Lisaks kriitilistele sündmustele põhjustavad stressi ka organisatsiooni poolt põhjustatud stressorid. Nendeks võivad olla töökorraldus, juhtkonna juhtimisstiil, tehtud töö tunnustamine/mitte tunnustamine, karjäärimudel, palk, organisatsiooni

osavõtlikus töötaja probleemide suhtes jne. Enamasti ei kergita üksikud kriitilised olukorrad stressimäära lubamatult kõrgele, küll aga võib see juhtuda organisatoorsete, eraeluliste ja tööalaste stressorite koosmõjul.

Organisatsiooni jaoks tähendab stressis töötaja töövõime langust, avalikkuse kaebuste hulga kasvu, kohtuvaidluseid politseinike rikkumiste pärast, töötajate tervise kompensatsiooni nõuded ja invaliidsuspensionile jäämised. Politseiniku väljaõpe on kallis ja kui seda ressursi otstarbekalt ei kasutata, siis väheneb läbipõlemise tõttu politseinike töötamise aeg. Läbipõlenud inimesed juhtidena kõikidel tasanditel loovad lisa stressi oma alluvates.

Magistritöö praktiline väärtus seisneb kogutud andmetes teistes riikides toimiva hingeabi teenuse pakkumise kohta. Sama oluline väärtus on politseinike antud hinnangutel kriisisituatsioonidele ning nende ettepanekud organisatsioonile seoses tööstressiga. Kõige rohkem informatsiooni tervikliku hingeabi teenuse pakkumise kohta leidis autor Ameerika Ühendriikides avaldatud teaduskirjanduses. Suur praktiline väärtus on kindlasti Eestis korrakaitse- ja kriminaalpolitseinike hulgas ankeetküsitlusega kogutud andmetest. Kogutud informatsioon toetab hingeabisüsteemi väljatöötamist Eesti politseis.

2008.a. loodi Ameerika Ühendriikides riiklik politseinike enesetappude uuringu keskus (*National Study of Police Suicides e. NSOPS*), mis alustas esimesena teaduslikke uuringuid nimetatud teemal. Sellest ajast alates on politseiasutustes kasvanud oluliselt kogemusnõustamise arendamine. Politseinikud kasutavad rohkem professionaalset nõustamist ja seda mitte ainult suurte probleemide puhul vaid ka nende ennetamiseks. See võiks olla ka Eestis edasine uuringu teema. Sarnaselt NSOPS-le tuleks kaardistada olukorrad (nt lähedase inimese surm; lähedase inimese kaotus läbi lahutuse; parandamatu haigus; vastutus paarilise surma eest jne), mis tõstavad enesetapu toimepanemise tõenäosust ning tegeleda selliste isikutega juba ennetavalt.

SUMMARY

Margo Kivila. The Assessment and Expectations of Estonian Law Enforcement and Criminal Police to Their Organization in Relation to Work Stress. Master thesis, 78 pages, figures 4, tables 5 and 34 references for used materials.

The purpose of the current master degree thesis is to explain what situations/incidents in police work do the law enforcement and criminal police officers see as the most stressful and what are their expectations to their organization in relation to coping with work stress. The master degree thesis represents an empirical study that involves the use of a quantitative data collection method. Reference Information is collected, using a questionnaire form, which will be completed by criminal and law enforcement police officers of North, South, East and West Prefectures of the Police and Border Guard Board. Spreadsheet software, Excel, is used to analyze the data, acquired from the questionnaire form.

A questionnaire, developed in Germany and the United States of America, is used to assess critical incidents; the questionnaire has been adapted to match Estonian circumstances and to offer solutions to problems, encountered here. The master degree thesis relies on various references in English, German and Estonian language and studies conducted both in Estonia and at international level.

VIIDATUD ALLIKATE LOETELU

- Band, S. R., & Sheehan, D. C. 1999. Managing undercover stress: The supervisor's role . FBI Law Enforcement Bulletin, 68, 1-6.
- Browen Rees & Smith Jonathan 2008. Breaking the silene: the traumatic circle of policing“. International Journal of Police Science and Management.
- Clark, R. & O'Hara, A. 2012. Police Suicides: the NSOPS Study “ Badge of Life“ Police Mental Health Foundation, artikkel 04. jaanuar 2013 (<http://www.policesuicidestudy.com/id16.html>). Välja otsitud „The Badge of Life“ kodulehelt 05.01.2013.
- Critical Incidents. Family Service Association kodulehekülg 12.01.2013.
- Eesti Arst meditsiiniajakiri 2009; 88(6):449.
- Finn, P. 2007. „Reducing Stress: An Organization-Centered Approach“. Stress Management in Law Enforcement 441-451. Carolina Academic Press.
- Gilmartin, M. K. 2002. Emotional Survival for Law Enforcement 33-35.
- Honig, L. A. & White K. E. 2007. „By Their Own Hand: Suicide among Law Enforcement Personnel“. Stress Management in Law Enforcement. Carolina Academic Press.
- Jaani, J. 2013. Kogutud andmed teenistusülesannete täitmisel hukkunute kohta Politsei- ja Piirivalveametis.
- Kalm, K. 2013. Politsei- ja Piirivalveameti loodava hingeabisüsteemi kava.
- Klemisch, D. doktoritöö Kassel 2006. „Psychosoziale Belastungen und Belastungsverarbeitung von Polizeibeamten“.

- Larned, G. J. FBI Akadeemia loengu „Stress Management in Law Enforcement“ konspekt 2010.
- Lott, D. L. 2007. „Dedly Secrets: Violence in the Police Family “ . Stress Management in Law Enforcement 223-229. Carolina Academic Press.
- McNally, J. V. & Solomon, M. R. 1999. „The FBI’s Critical Incident Stress Management Program“. FBI Law Enforcement Bulletin veebruar 1999 20-26.
- Meel, L. & Naarits, T. 2011. „Kriisisekkumise olemus ja roll üksikisiku sotsiaalse toe edendamisel kriisisituatsioonides“. Kriisisekkumine koolisuhetes. Tallinn, Namaste. ISBN 978-9949-30-069-3.
- Miller, L. 2007. „The Stress of Homicide Investigations“. Stress Management in Law Enforcement. 15-19. Carolina Academic Press.
- Mitchell, J. T. 1983. „ When disaster strikes...The critical incident stress debriefing process“. Journal of Emergency Medical Service, Jaanuar. 36-39.
- Mitchell, J. T. 1998. „When disaster strikes: The critical incident debriefing process“. Journal of Emergency Medical Services, 8, 36-39.
- Pienaar, J., Rothmann S & Vijver F. J. R. 2007. „Occupational Stress, Personality Traits, Coping Strategies, and and Suicide Ideation in tehe South African Police Service“. Criminal Justice and Behavior. <http://cjb.sagepub.com/content/34/2/246>. Välja otsitud 03.05.2013.
- Plant, B. 2007. „Psychological Trauma in the Police Service“. Stress Management in Law Enforcement. 276. Carolina Academic Press.
- Pärn, K. 2013. Kogutud andmed politseinike enesetappude kohta Politsei- ja Piirivalveametis.

- Reese, J. T. & Smith D. B., 2007. Stress Management in Law Enforcement 267-279. Carolina Academic Press.
- Selye, H. 1978. The Stress of Life 3-6.
- Seppo, I., Järve, J., Kallaste, E., Kraut, L., Voitka, M. 2010. Tööinspektsiooni uuring „Psühhosotsiaalsete riskide levik Eestis“.
- Sewell, D. J. 2007. „The Stress of Homicide Investigations“. Stress Management in Law Enforcement 259-274. Carolina Academic Press.
- Sheehan, C. D. ja Van Hasselt, B. V. 2007. „Identifying Law Enforcement Stress Reactions Early“. Stress Management in Law Enforcement 46-47. Carolina Academic Press.
- Stevens, J. D. 2008. „Police Officer Stress Sources and Solutions“ 147. Pearson Education New Jersey.
- Territo, L & Sewell, D. J. 2007. Stress Management in Law Enforcement. Carolina Academic Press.
- Toch, H. 2001. Stress in policing. Washington, DC: American Psychological Association. 61.
- Toodin, L. M. 2007. Andmete analüüs ja tõlgendamine sotsiaalteadustes. Tartu Ülikooli kirjastus.
- Torres, S., Maggard, L. D. & Torres, C. 2007. „Preparing Families for the Hazards of Police Work“. Stress Management in Law Enforcement 241-244. Carolina Academic Press.
- Westphal, G. & Openshaw, L. 2005. „Law Enforcement Healthy Marriage and Family Project“. The Police Chief Magazine. <http://www.policechiefmagazine.org/magazine/index.cfm?fuseaction=disp>

lay_arch&article_id=1704&issue_id=12009. Välja otsitud kodulehelt
27.04.2013.

Violanti, M. J. ja Aron, F. 2007. „Ranking Police Stressors“. Stress Management
in Law Enforcement 107-111. Carolina Academic Press.

Zons, H. M. 2012. „Saksa politsei hingeabisüsteem“ koolitus Tallinnas.

TABELITE JA JOONISTE LOETELU

Tabel 1. John M. Violanti ning Fredd Aroni poolt 1984 aastal Ameerika Ühendiikides läbi viidud stressorite hindamise tulemused (Violanti, Aron...2007:107).....	33
Tabel 2. Dagmar Klemischi poolt 2006 aastal Saksamaal läbi viidud stressorite hindamise tulemused (Klemisch...2006:54-56).	34
Tabel 3. Kriisisituatsioonide hindamine korrakaitse- ja kriminaalpolitseinike poolt vastavalt keskväärtusele skaalal 1-5.....	51
Tabel 4. Vastajate ettepanekud organisatsioonile töötajate stressi ennetamiseks. 53	
Tabel 5. Vastajate ettepanekud organisatsioonile töötajate stressi vähendamiseks.	54
Joonis 1. Gilmartini olukordade vaheludmise joonis (Gilmartin...2002).....	13
Joonis 2. Ajajaotus stressi ennetamiseks (teoreetilistele lähtekohtadele tuginedes autori koostades).	15
Joonis 3. Vastanute osakaalu võrdlus üldvalimiga protsentides.	48
Joonis 4. Olukordadele antud hinnangud keskväärtuste võrrdluses korrakaitse- (KKP) ja kriminaalpolitsei (KRIPO) vahel.....	49

LISA 1. ANKEETKÜSIMUSTIK

Hea küsimustikule vastaja, olen Sisekaitseakadeemia magistrant Margo Kivila ning viin oma magistritöö raames läbi uurimistööd „Kriisisituatsioonid ja nendega toimetulek korraldus- ja kriminaalpolitseis”. Magistritöö eesmärgiks on välja selgitada, millised olukorrad korraldus- ja kriminaalpolitseis põhjustavad enim pingeid ning millist abi ootavad politseinikud organisatsioonilt nende olukordadega toimetulekuks. Küsimustik koosneb 57-st olukorrast, millele palun anda hinnangu skaalal 1-5 (1 – ei põhjusta pingeid ja 5 – põhjustab maksimaalset pingeid) ning küsimustiku lõpus on kolm avatud küsimust, kus on võimalik kirjutada oma ootustest ja ettepanekutest organisatsioonile. Ankeedid on anonüümsed ja vastuseid analüüsitakse üldistatult. Uuringu tulemustega on võimalik tutvuda pärast magistritöö kaitsmist 2013. aasta juunis Sisekaitseakadeemia kodulehel ning raamatukogus.

Ankeedile vastamine võtab aega kuni 20 minutit ning annab Sulle võimaluse teha ettepanekuid Politsei- ja Piirivalveametile, kuidas meile endile pakutavat teenust muuta efektiivsemaks ning vähendada läbipõlemise ohtu sellel pingelisel tööl.

Aitäh!

Vastaja andmed (märgi x õigesse lahtrisse):

Tööliin: korrakaitse kriminaalpolitsei

Prefektuur: Põhja prefektuur Lõuna prefektuur Ida prefektuur Lääne prefektuur

Vanus: 20-25 26-30 31-35 36-40 41-45 46-50 51≤ ...

Sugu: naine mees

Staaž politseis (aastates): 0-5 6-10 11-15 16-20 21-25 26-30 31≤ ...

Rahvus: eestlane venelane muu rahvus

Perekonnaseis: vallaline abielus vabaabielus

Palun hinda skaalal 1-5 (1 – ei põhjusta pingeid; 2 – põhjustab minimaalselt pingeid; 3 – põhjustab keskmiselt pingeid; 4 – põhjustab keskmisest rohkem pingeid; 5 – põhjustab maksimaalselt pingeid) kui palju antud olukord sind mõjutab:

		1	2	3	4	5
1.	Tuttava kolleegi enesetapp	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2.	Eluohtlikusse olukorda sattumine	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3.	Tulirelva kasutamine teenistusülesannete täitmisel	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4.	Kokkupuude vigastada saanud lastega	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

- | | | | | | | |
|-----|---|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 5. | Surmateate edastamine | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 6. | Abituse tunne võitluses kuritegevusega | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 7. | Muudatused töökorralduses | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 8. | Teise isiku suhtes füüsilise jõu kasutamine | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 9. | Tugevate valude käes piinleva inimese nägemine | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 10. | Otsese ülemuse vastuoluline käitumine | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 11. | Teenistusülesannete täitmisel saadud vigastus | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 12. | Konflikt vahetu juhiga | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 13. | Ebausaldusväärne kolleeg | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 14. | Konflikt kolleegiga | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 15. | Kellegi anonüümne ähvardus | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 16. | Kokkupuude võimalike nakkushaigetega (tuberkuloos, HIV jne) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 17. | Tööalaste saavutuste mittetunnustamine tööandja poolt | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 18. | Muudatused seadusandluses | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 19. | Mittepiisav toetus tööandjalt | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 20. | Kokkupuude agressiivsete ning vägivaldsete isikutega | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 21. | Kokkupuude laipadega | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 22. | Töötulemuste hindamismeetodite läbipaistmatus | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

- | | | | | | | |
|-----|---|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 23. | Vastupanu vahistamisel | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 24. | Situatsiooni, töö ebaselge kirjeldus
nt. patrullil väljakutse puhul | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 25. | Halb või mittepiisav varustus | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 26. | Suurel kiirusel tagaajamine | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 27. | Kokkupuude kuriteo ohvriga | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 28. | Ülekoormus tööl | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 29. | Avariisse sattumine ametiautoga | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 30. | Liiklusõnnetuse või õnnetuse ohvriga
kokku puutumine | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 31. | Vahetustega töö | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 32. | Enda emotsioonide pidev
tagasihoidmine | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 33. | Õigusrikkuja tapmine tööülesannete
täitmisel | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 34. | Kontaktisiku/vestluspartneri puudumine
stressirohke tööülesande järgselt | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 35. | Ajalise surve all otsuste vastuvõtmine | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 36. | Tööülesannete ebaselgus | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 37. | Peretülidesse sekkumine | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 38. | Politseinike vastu suunatud kodanike
sõim ja pahameel | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 39. | Oht sattuda meediasse negatiivse
uudisega | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 40. | Probleemide korral neutraalse | | | | | |

- | | | | | | |
|---|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| nõustamisteenuse puudumine | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 41. Konfliktid erinevate rahvuste vahel | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 42. Narkosõitlastega tegelemine | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 43. Tunnistajana kohtus esinemine | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 44. Politseile kehtestatud keskmisest
kõrgemad moraalinõuded | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 45. Väljakutse teenindamise pikk ajaline
kestus | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 46. Politsei tegevust ajakirjanduses kajastavad
negatiivsed artiklid | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 47. Kokkupuude alkoholihoobes isikutega | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 48. Ebaefektiivsed karistused kurjategijatele | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 49. Liigne paberitöö | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 50. Kohustus teha ületunde | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 51. Kokkupuude isikutega, kellega ei saa
suhelda oma emakeeles | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 52. Kokkupuude vaimselt tasakaalutute ja
haigete inimestega | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 53. Igavus ja mitte midagi tegemine
(vähesed tööülesanded) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 54. Pere ja töö vahel aja jagamine | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 55. Isiku kontrolli teostamine | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 56. Madal palk | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 57. Peale kriisisituatsiooni sattumist sooviksin: | | | | | |
| a) Psühholoogilise nõustamis võimalust | <input type="checkbox"/> | | | | |

- b) Vaba päeva
- c) Ei vaja midagi
- d)

58. Mida saaks organisatsioon ära teha töötajate stressi ennetamiseks?

59. Kuidas saaks organisatsioon aidata töötajatel stressiga toime tulla, kui stress on tekkinud?

LISA 2. VASTANUTE STRUKTUUR

	Demograafilised andmed	Kokku	Osakaal	Töölin			
				Korrakaitse		Kriminaalpolitsei	
				Kokku/ osakaal		Kokku/ osakaal	
KOKKU		190	100%	111	58,42%	79	41,58%
Töölin	korrakaitse (1)	111	58.42%	111	100.00%	0	0.00%
	Kriminaal-politsei (2)	79	41.58%	0	0.00%	79	100.00%
	Põhja prefektuur (1)	110	57.89%	64	57.66%	46	58.23%
	Lõuna prefektuur (2)	22	11.58%	13	11.71%	9	11.39%
	Ida prefektuur (3)	24	12.63%	18	16.22%	6	7.59%
	Lääne prefektuur (4)	34	17.89%	16	14.41%	18	22.78%
Vanus:	20-25 (1)	20	10.53%	19	17.12%	1	1.27%
	26-30 (2)	44	23.16%	24	21.62%	20	25.32%
	31-35 (3)	49	25.79%	24	21.62%	25	31.65%
	36-40 (4)	32	16.84%	16	14.41%	16	20.25%
	41-45 (5)	30	15.79%	23	20.72%	7	8.86%
	46-50 (6)	9	4.74%	5	4.50%	4	5.06%
	51≤ ... (7)	6	3.16%	0	0.00%	6	7.59%
Sugu:	Naine (F)	75	39.47%	36	32.43%	39	49.37%
	Mees (M)	115	60.53%	75	67.57%	40	50.63%
Staaž politseis (aastates):	0-5 (1)	41	21.58%	33	29.73%	8	10.13%
	6-10 (2)	54	28.42%	25	22.52%	29	36.71%
	11-15 (3)	37	19.47%	18	16.22%	19	24.05%
	16-20 (4)	33	17.37%	20	18.02%	13	16.46%
	21-25 (5)	22	11.58%	14	12.61%	8	10.13%
	26-30 (6)	1	0.53%	0	0.00%	1	1.27%
	31≤ ... (7)	2	1.05%	1	0.90%	1	1.27%
Rahvus:	eestlane (1)	152	80.00%	81	72.97%	71	89.87%
	venelane (2)	35	18.42%	27	24.32%	8	10.13%
	Teised	0	0.00%	0	0.00%	0	0.00%
	Vastust pole	0	0.00%	0	0.00%	0	0.00%
	Ei ole lõpetatud	3	1.58%	3	2.70%	0	0.00%
Perekonnaseis:	vallaline (1)	40	21.05%	26	23.42%	14	17.72%
	abielus (2)	76	40.00%	43	38.74%	33	41.77%
	vabaabielus (3)	74	38.95%	42	37.84%	32	40.51%

LISA 3. MEESTE JA NAISTE OSAKAAL
 PREFEKTUURIDE KORRAKAITSE- JA
 KRIMINAALPOLITSEIS

Kriminaalpolitsei	politseinikud	mehi	naisi
Põhja prefektuur	351	155	196
Lõuna prefektuur	164	87	77
Ida prefektuur	146	79	67
Lääne prefektuur	118	66	52
Kokku	779	387	392
Korralduspolitsei			
Põhja prefektuur	586	337	249
Lõuna prefektuur	378	315	63
Ida prefektuur	267	210	57
Lääne prefektuur	261	175	86
Kokku	1492	1037	455