

# TÖÖSÖLTUVUSE TEST

© 2016, PE Konsult Ltd. All rights reserved

Eesti keeles kasutatakse ingliskeelse termini “*workaholism*” vastena, sünonüümidega mõisteid töösõltuvus, tööhullus ja töönarkomaania. Töösõltlane on töötaja, kellel on tekkinud sõltuvushäire, so kes on tööst sõltuvuses. Töösõltuvus tähendab, et töötaja naudib oma tööd, kuid see võib ka tähendada, et tegemist on sundkäitumisega, tööst sõltuvusega, vastupandamatu vajadusega lakkamatult töötada (Clark, Michel, Zhdanova, Pui ja Baltes 2016).

Töösõltuvuse test on psühhomeetriline test, mis koosneb 51-st väitest, millele testi täitja saab vastuseid anda Likert-tüüpi 6-pallisel sundvaliku skaalal: kus on 1-pall “Täiesti kindlalt ei nõustu” ja 6-palli on “Täiesti kindlalt nõustun”.

Faktoranalüüsi alusel moodustusid kaks töösõltuvust kirjeldavat faktorit: (1) Heaolu (27 väidet); (2) Hoiakud (17 väidet). Näited Töösõltuvuse testis kasutatud väidetest: “Ma mõtlen peaaegu alati oma tööle” või “Ma tunnen kurbust ja ärevust kui ma ei tööta” või “Ma olen hooletusse jätnud oma töövälise elu (mul ei ole selleks lihtsalt aega)” või “Ma usun, et ma olen ainus, kes suudab teha tööd õigesti teha” või “Ma tunnen süüdi kui ma ei tee midagi kasulikku” või “Ma olen mõtetega tööle ka väljaspool tööaega”.

## TEOREETILINE TAUST

Töösõltuvuse mõiste võttis esmakordselt kasutusele 1968. aastal Wayne E. Oates (1971), kelle definitsiooni järgi seisneb töösõltuvus vastupandamatus soovis või ohjeldamatus vajaduses lakkamatult töötada (Oates, 1971). Tänapäeval on mõiste muutunud ärimaailmas erakordselt populaarseks (Lavine, 2014; Singal, 2014; Stillman, 2014).

Kuigi mõisted “töösõltlane”, “töönarkomaan”, “tööhull” ja “töösõltuvus”, “töönarkomaania”, “tööhullus” esinevad sageli igapäevases keelekasutuses, on empiirilisi uuringuid antud teemal suhteliselt vähe. Tavaliselt mõeldakse töösõltuvuse all ületunde, pikki tööpäevi ning liiga palju tööd. Töötundide arv on siiski eksitav, sest töösõltuvuse on puhul on tegemist sõltuvushäirega, mitte lihtsalt olukorraga, kus töötajal on palju tööd. Tüüpilist töösõltlast ajendab tööd tegema seesmine sundus, mitte välised tegurid (töötasu, soov karjääri teha või edutatud saada jms.).

Töösõltuvust on käsitletud nii käitumusliku sõltuvuse (Porter jt., 2006) kui ka väärtuste süsteemina, mille puhul töötaja väärtustab töötamist ja omab kõrget saavutusvajadust (McMillan jt., 2006). Professor Schaufeli ja tema kolleegid (2005) defineerivad töösõltuvust kui kalduvust töötada liialdatult palju (käitumuslik mõõde), kusjuures töö on töötajal kinnisideeks kujunenud (kognitiivne mõõde) ja mis avaldub võimetuses töötamist lõpetada.

Töösõltuvust on täheldatud enam mõnede elukutsete esindajate hulgas (Doerfler ja Kammer, 1986), näiteks meditsiinitöötajate hulgas (Killinger, 1992; Griffiths, 2005).

Taris ja tema kolleegid (2008) leidsid, et töösõltuvusel on käitumuslik ja psühholoogiline komponent. Käitumuslik komponent väljendub ajaliselt palju töötamises, so pikkades tööpäevades, ületundides, töötamises puhkepäevadel. Psühholoogiline komponent väljendub sõltuvushäires (McMillan and O'Driscoll, 2006; Ng et al., 2007; Taris et al., 2004).

Töösõltuvuse tekkimist seostatakse ka töökultuuri ja tööetikaga. Töösõltuvus on märgiks tõsisest emotsionaalsest stressist. Cecilie Schou Andreassen (2016) tuvastas tugeva seose töösõltuvuse ja ärevuse ning depressiooni vahel.

Töösõltuvus seostub madala tootlikkusega (Taris et al., 2010; Shimazu et al., 2009). Meie uuringutes avaldus negatiivne ja statistiliselt oluline seos töö tulemuslikkuse ja töösõltuvuse vahel, so mõlema Töösõltuvuse testi faktori vahel (Faktor 1: Heaolu,  $r = -0.17$  ning Faktor 2: Hoiakud,  $r = -0.28$ ;  $p < 0.05$ ).

## TESTI VALIDEERIMINE

Töösõltuvuse test valideeriti Eesti-Poola uuringus (N=731) professor Schaufeli ja Tarise loodud DUWAS töösõltuvuse testi (Work and Well-being Survey, Dutch Work Addiction Scale, DUWAS © Schaufeli ja Taris, 2004) suhtes.

DUWAS-testi lühiversioon koosneb 20-st väitest selle kohta, kuidas töötaja end tööga seoses tunneb. DUWAS kasutati 4-pallist Likert-tüüpi sagedusskaalat: "1" (üks) = mitte kunagi ja "4" (neli) = alati.

DUWAS-testi töökindlust on rahvusvahelistes uuringutes korduvalt kontrollitud:

- Schaufeli, W., Van Wijhe, C., Peeters, M. & Taris, T. (2011). Werkverslaving, een begrip gemeten [Workaholism; The measurement of a concept]. *Gedrag & Organisatie*, 24, 43-63. ; Taris, T.W. & Schaufeli, W.B. (2003). Werk, werk, en nog eens werk : De conceptualisering, oorzaken en gevolgen van werkverslaving. *De Psycholoog*, 38, 506-512.
- Taris, T.W., Schaufeli, W.B., van Hoogenhuyze, C.L.P & Zon, A.C.B. (2003). Werkverslaving en gezondheid : Ontwikkeling en validatie van een Nederlandse workaholisme-schaal. *Gedrag & Gezondheid*, 31, 2-18.
- Taris, T.W., Schaufeli, W.B. & Verhoeven, L.C. (2005). Internal and external validation of the Dutch Work Addiction Risk Test: Implications for jobs and non-work conflict. *Journal of Applied Psychology: An international Review*, 54, 37-60.

DUWAS-testi ja meie loodud Töösõltuvuse testi vaheline Cronbach- $\alpha$  indeks oli 0.90. Laialdaselt on aktsepteeritud, et Cronbach- $\alpha$  indeks (koefitsient alfa) loetakse standardiks alates 0.70 (Nunnally, 1978).

## TESTI SEESMISED KORRELATSIOONID

Testi seesmised korrelatsioonid ja seosed DUWAS-testi mõõdetega on esitatud alljärgnevas tabelis.

**Tabel.** Töösõltuvuse testi ja DUWAS-testi seesmised korrelatsioonid (seosed) (N = 731)

	1	2	3	4	5
1. Töösõltuvuse test. Faktor 1: Heaolu	1				
2. Töösõltuvuse test. Faktor 2: Hoiakud	0.87	1			
3. DUWAS Töötab ülemäära (WE)	0.64	0.68	1		
4. DUWAS Ei suuda lõpetada (WC)	0.61	0.61	0.72	1	
5. DUWAS Total	0.67	0.69	0.92	0.94	1

Kõik tabelis esitatud korrelatsioonid (seosed) on statistiliselt olulised ( $p < 0.05$ )

## TESTI RELIABIILSUS

Töösõltuvuse testi seesmist reliabiilsust näitav Cronbach- $\alpha$  indeks, ehk alfa koefitsient oli 0.97; olles faktoritel vahemikus 0.94 kuni 0.96 (vt alljärgnevas tabelis).

**Tabel.** Töösõltuvuse testi reliabiilsuse statistika (N = 731)

Faktorid	Küsimuste arv	Cronbach- $\alpha^*$
1. Töösõltuvuse test, Faktor 1: Heaolu	27	0.96
2. Töösõltuvuse test, Faktor 2: Hoiakud	17	0.94

\* Laialdaselt on aktsepteeritud, et Cronbach- $\alpha$  indeks (koefitsient alfa) loetakse standardiks alates 0.70 (Nunnally, 1978).

Töösõltuvuse testi ja DUWAS-testi vaheline reliabiilsuse koefitsient Cronbach  $\alpha$  oli 0.88 (N=731).

## EESTI NORMID

Töösõltuvuse testi Eesti normid on esitatud alljärgnevas tabelis. Eesti normid põhinevad 488 töötaja testi keskmistest tulemustest. Viidi läbi kaks erinevat uuringut: (1) üldine töötajate uuring (EST, N=356); (2) Õdede uuring (N=132).

**Tabel.** Töösõltuvuse testi Eestis läbiviidud uuringute tulemuste kirjeldav statistika (N=488)

Vastuste skaala: 1-pall "Täiesti kindlalt ei nõustu" ja 6-palli on "Täiesti kindlalt nõustun".

Faktorid	ÕED (N=132)		EST (N=356)	
	M	SD	M	SD
1. Töösõltuvuse test, Faktor 1: Heaolu	2.30***	0.78	2.64	0.82
2. Töösõltuvuse test, Faktor 2: Hoiakud	2.44***	0.85	2.73	0.88

Tabelis esitatud õdede gruppi on võrreldud EST grupi tulemusega kui normiga. Statistiliselt oluline erinevus EST grupi tulemusest: \*  $p < 0.05$ ; \*\*  $p < 0.01$ ; \*\*\*  $p < 0.001$ .

## POOLA NORMID

Töösõltuvuse testi Poola normid on esitatud alljärgnevas tabelis. Poola normid põhinevad 277 töötaja testi kestmistest tulemustest.

**Tabel.** Töösõltuvuse testi Poolas läbiviidud uuringu tulemuste kirjeldav statistika (N=277)

Vastuste skaala: 1-pall "Täiesti kindlalt ei nõustu" ja 6-palli on "Täiesti kindlalt nõustun".

Faktorid	M	SD
1. Töösõltuvuse test, Faktor 1: Heaolu	2.70	1.06
2. Töösõltuvuse test, Faktor 2: Hoiakud	2.68	1.12

## TÖÖSÕLTUVUSE ja TÖÖ TULEMUSLIKKUSE VAHELINE SEOS

Töösõltuvuse testi ja Töö tajutud tulemuslikkuse testi (PPS) vaheline reliabiilsus, so Cronbach- $\alpha$  indeks (koefitsient alfa) oli 0.93.

**Tabel.** Töösõltuvuse testi ja Töö tajutud tulemuslikkuse testi omavahelised korrelatsioonid (seosed mõõdetud Töö tajutud tulemuslikkuse testiga) (N = 731)

Töösõltuvus	Töö tajutud tulemuslikkus
1. Töösõltuvuse test, Faktor 1: Heaolu	-0.17
2. Töösõltuvuse test, Faktor 2: Hoiakud	-0.28

\* Korrelatsioonid on statistiliselt olulised ( $p < 0.05$ )

## ARTIKLID ja/või ETTEKANDED KONVERENTSIDEL (Bibliography of Studies Using the Workaholic Test)

Teichmann, M. (2016). *E-HRM* (Human Resource or Personnel or Human Factor or Human Capital). In: Conference "New approaches to HR management: do they work in Central and Eastern Europe?" University of Silesia in Katowice, Poland, the 6<sup>th</sup> of October 2016.

Teichmann, M., Murdvee, M., Kożusznik, B., Smorzewska, B., Gaidajenko, A., Ilvest, J. Jr. (2017). *Relationship between the Employees' Perceived Performance and Various Work Related Psychosocial Characteristics*. In: European Association of Work and Organizational Psychology (EAWOP) Congress "Enabling Change through Work and

Organizational Psychology”, May 17<sup>th</sup> - 20<sup>th</sup> 2017, Dublin, Ireland (in press).

Teichmann, M. (2017). *Changing world of work*. In: Congress “Psychology in the crossroad of traditions and innovations or Psychology between traditions and innovations”, 11<sup>th</sup> of May 2017, Vilnius. Lithuania (in press).