



TALLINNA ÜLIKOO

Loodus- ja  
terviseteaduste instituut

Kinnitatud TLÜ loodus- ja terviseteaduste  
instituudi nõukogu 29. novembri 2019. otsusega nr 1-6/

Tallinna Ülikool  
Loodus- ja terviseteaduste instituut  
Psühholoogia õppekavad

## **JUHEND**

**psühholoogia eriala uurimisprojektide, seminari- ja  
magistritööde koostamiseks ja vormistamiseks**

Tallinn 2019

## SISUKORD \*

UURIMISPROJEKTIDE, SEMINARI- JA MAGISTRITÖÖDE TEEMADE VALIK JA KINNITAMINE, JUHENDAMINE.....	4
Uurimisprojekti ja seminari- ja magistritöö koht õppekavas.....	4
Uurimisprojekti, seminari- ja magistritöö üldised eesmärgid .....	5
Teema valik .....	5
Teema vormistamine esitamiseks .....	6
Teema kinnitamine .....	7
Juhendaja roll.....	7
UURIMISPROJEKTI, SEMINARI- JA MAGISTRITÖÖ KOOSTAMINE.....	9
Uurimisprojekti struktuur .....	9
Seminari- ja magistritöö struktuur .....	10
Seminari- ja magistritöö taseme näitajad.....	12
Andmeanalüüsi meetodid seminaritöodes .....	12
Statistilised meetodid, mida magistritöö autor peab valdama .....	13
Eetilised nõuded uurimistöole .....	14
UURIMISPROJEKTIDE, SEMINARI- JA MAGISTRITÖÖDE KAITSMINE JA HINDAMINE .....	16
UURIMISPROJEKTI, SEMINARI- JA MAGISTRITÖÖ VORMISTAMINE .....	19
Lehekülje kujundus .....	19
Pealkirjad.....	20
Keel.....	20
Stiil .....	20
Tabelid ja joonised .....	21
Lisad .....	21
Viitamine .....	22
Ajakirja artikkel.....	22
Artikkel ajalehes .....	23
Raamatud ja brošüürid.....	23
Artikkel või peatükk kogumikus .....	24
Publitseerimata uuringud .....	24
Internetist pärinevad allikad .....	25
Muud allikad.....	25
Viitamine tekstis .....	26

Otsesed tsitaadid .....	26
Kasutatad kirjanduse loetelu koostamine .....	26
LISAD .....	28
LISA A Uurimisprojekti teema näidis	
LISA B Seminaritöö projekti näidis	
LISA C Tiitellehe näidis	
LISA D Pealkirjade tasemete näidis	
LISA E Jooniste ja tabelite vormistamise näidis	

\* *Sisukorras tuuakse ära kolm esimest pealkirjade tasandit*

## UURIMISPROJEKTIDE, SEMINARI- JA MAGISTRITÖÖDE TEEMADE VALIK JA KINNITAMINE, JUHENDAMINE

Seminari- ja magistritöö on üliõpilase iseseisvalt teostatud uurimistöö, mis annab võimaluse süvendatult tutvuda psühholoogia erinevate valdkondade ja lähenemistega, katsetada uurimismeetodeid, arendada oskusi uurimuse läbiviimiseks. Ülikooli lõpetamise ja lõputöö kaitsmise korda reguleerib Tallinna Ülikooli õppekorralduse eeskiri.

### **Uurimisprojekti ja seminari- ja magistritöö koht õppekavas**

Bakalaureuseõppe jooksul tuleb esitada kaks uurimusliku sisuga kirjalikku tööd: uurimisprojekt ja seminaritöö. Uurimisprojekt koostatakse õppeaine PSP6028.LT Teadusliku uurimistöö seminari raames ning Seminaritöö on eraldi aine PSP6086.LT

Uurimisprojekti maht	- 2,0 EAP ( 52 töötundi)
Seminaritöö maht	- 6,0 EAP (156 töötundi)
Magistritöö maht	- 24 EAP (624 töötundi)

Uurimisprojekti kaitstakse nominaalõppekava järgi 4. ja seminaritööd 6. semestril. Uurimisprojekt on ettevalmistus seminaritööks. Seminaritöö projekti kinnitamisele pääsemise eelduseks on edukalt kaitstud uurimisprojekt.

Kuigi uurimisprojekt on sisuliseks eeltööks seminaritööle, võib seminaritöö koostamiseks valida ka uue teema (juhendaja) ja teha kaks täiesti erineva sisuga tööd.

Magistritöö on iseseisev uurimistöö, kus käsitletakse olulist teoreetilist ja/või rakenduslikku küsimust psühholoogias. Üliõpilane teostab valitud probleemi uurimuse ning analüüsi, tuginedes kaasaegsetele teooriatele ja uurimismeetoditele.

Magistritöö järgneb seminaritööle ja võib olla selle edasiarenduseks.

Nii uurimisprojektil kui ka seminari- ja magistritööl on üks autor – see aga ei välista sama lähtematerjali kasutamist mitme erineva autori poolt.

### **Uurimisprojekti, seminari- ja magistritöö üldised eesmärgid**

1. Omandada süvendatud teadmisi uuritavas valdkonnas.
2. Omandada oskus otsida, refereerida, analüüsida ja hinnata erialaseid teaduslikke tekste.
3. Omandada psühholoogia uurimismeetodite valimise (ja rakendamise\*) oskusi.
4. Omandada oskus andmeid koguda, töödelda ja analüüsida\*.
5. Omandada oskus koostada teadustöö publitseerimise nõuetele vastavat teaduslikku teksti.
6. Omandada oskus avalikul kaitsmisel esitada oma uurimistöö tulemusi ja osaleda akadeemilises diskussioonis.

\* rakendub seminari- ja magistritööde puhul

### **Teema valik**

Uurimisteema valikul lähtub üliõpilane juhendamise võimalustest, teaduskirjandusest, käimasolevatest projektidest vms. Teema leidmisele aitab kaasa TLÜ psühholoogia eriala õppejõudude ja teadurite poolt juhendatavate teemade nimekiri, mis pannakse välja üldiseks tutvumiseks. Õppejõudude poolt pakutavad teemad on soovitavaks raamistikuks, kuid pole lõplikuks loendiks. Ideid saab ka loengutest, teaduspublikatsioonidest (sh e-ajakirjad), ühiskonnas aktuaalsetest probleemidest, varasematest magistritööde teemadest, Internetist jne.

Potentsiaalsel juhendajal on õigus keelduda üliõpilase poolt valitud teemat juhendamast, kui: juhendatavate tööde arv ületab koormuse; juhendaja ei tunne ennast antud valdkonnas piisavalt pädevana.

### Teema vormistamine esitamiseks

Kui huvipakkuv uurimisteema on sõnastatud ja saavutatud kokkulepe õppejõuga juhendamise osas, esitatakse see psühholoogia eriala õppekava õppenõustajale, kes edastab teemad kuraatorile kinnitamiseks.

1) Uurimisprojekti puhul määratletakse esitamiseks ainult teema, mille esitamise näidisleht on toodud lisa A (vt lisa A).

2) Seminaritöö puhul koostab üliõpilane seminaritöö projekti (vt lisa B). Seminaritöö projekt koostatakse 1-2 lehel. Üliõpilase ja juhendaja poolt allkirjastatud projekt peab sisaldama järgmisi alapunkte:

1. Töö pealkiri
2. Töö autori nimi ja juhendaja nimi
3. Töö eesmärk
4. Sisu lühikirjeldus (teoreetilised lähtekohad koos viidetega)
5. Uurimisküsimused või hüpoteesid
6. Uurimismeetodid (mõõtmisvahend, valim, protseduur jms)
7. Etapid ja ajakava
8. Kasutatud kirjandus ja vajadusel mõned olemasolevad olulised kirjandusallikad
9. Juhendaja nimi ja allkiri
10. Töö autori nimi ja allkiri.
11. Kuupäev

Uurimisprojekti teema ja seminaritöö projekt tuleb esitada psühholoogia eriala õppekavade akadeemilises kalendris määratud ajal.

3) Magistritöö projekti pikkuseks on 2-4 lk. Magistritöö projekti struktuur on sama mis seminaritöö projektil, kuid on põhjalikumalt lahti kirjutatud.

Magistritöö projekt esitatakse magistriõppesse sisseastumisel ja uuesti (soovi korral täiendatud variant) esimesel semestril määratud kuupäeval kinnitamiseks ja Eriseminar PSP7030 raames arutamiseks.

### **Teema kinnitamine**

Uurimisprojektide, seminaritööde ja magistritööde teemade ning juhendajate kinnitamine toimub kuni kahe nädala jooksul pärast teemade (projektide) esitamise tähtaega. Vajadusel antakse projekt tagasi täpsustuste või täienduste tegemiseks. Teemad ja juhendajad kinnitatakse psühholoogia eriala õppekava kuraatori poolt kehtestatud korras reeglina kaks korda aastas (sügissemestril ja kevadsemestril). Magistritöö teema ja juhendaja kinnitab akadeemilise üksuse direktor hiljemalt üliõpilase nominaalse õppeaja eelviimasel semestril.

Bakalaureusetaseme uurimisprojektide ja seminaritööde teema kinnitus kehtib maksimaalselt ühe kalendriaasta ehk teema kinnitamise semestril ja sellele järgneval semestril. Edaspidiselt vajab teema uuesti kinnitamist. Magistritöö teema kinnitatakse magistriõpingute alguses ja kehtib magistriõpingute lõpuni.

### **Juhendaja roll**

Magistritöö on üliõpilase individuaalne iseseisev töö, mis toimub koostöös juhendajaga. Juhendaja roll on suunav: ta aitab teema valikul ja uurimisplaani koostamisel, instrumendi valikul, soovitab kirjandust, jälgib töö vastavust sisuliste nõuetele.

Tööde juhendajateks on reeglina TLÜ psühholoogia eriala õppejõud, teadurid või doktorandid. Kui üliõpilase juhendaja ei ole ülikooli töötaja ja/või kõrghariduse tasemeõppes õpetav isik, määrab akadeemilise üksuse direktor üliõpilasele ülikooli akadeemiliste töötajate seast kaasjuhendaja. Välisjuhendaja (TLÜ teise instituudi akadeemiline töötaja või TLÜ väline juhendaja) kinnitamise otsustab psühholoogia eriala õppekava kuraator koostöös suuna juhiga pärast vastava taotluse läbivaatamist. Vabas vormis tuleb esitada hiljemalt 1 nädal enne magistritöö projekti esitamist. Otsuse langetamiseks võib nõuda välisjuhendaja akadeemilist CV-d.

Magistritöö juhendaja täidab vähemalt ühte järgmistest nõuetest:

- omab doktorikraadi või sellega võrdsustatud kvalifikatsiooni;
- omab magistrikraadi või sellega võrdsustatud kvalifikatsiooni ning vähemalt viieaastast teadus- ja arendustegevuse kogemust magistritöö valdkonnas;
- omab magistrikraadi või sellega võrdsustatud kvalifikatsiooni ning on oma kutsealal tunnustatud asjatundja.

Hea tava on, et õppejõud, kelle poole on üliõpilane juhendamissooviga pöördunud, vastab üliõpilasele hiljemalt 5 tööpäeva jooksul. Üliõpilane kinnitab juhendajale valmisolekut kokkulepitud teemaga edasi tegeleda 5 tööpäeva jooksul. Kui üliõpilane ei ole valmisolekut kinnitanud, siis ei pea juhendaja tema kui juhendatavaga arvestama.

Juhendaja ja juhendatav lepivad enne projekti kinnitamist kokku töö koostamise ajakava. Juhendaja roll jõustub kui projekt on kinnitatud.

Juhendajal on õigus lõpetada üliõpilase juhendamine, kui üliõpilane ei pea kokkulepitud tähtaegadest kinni, rikub uurimistöö eetikanõudeid või eirab juhendajapoolseid soovitusi. Üliõpilasel on õigus juhendajat vahetada. Teema ja/või juhendaja vahetamine eeldab uue projekti esitamist. Kehtiva juhendamissuhte katkestamisest tuleb õppekava kuraatorit kirjalikult informeerida.

Üliõpilasel on õigus konsultatsioonidele magistritöö puhul 40 tunni ulatuses. Õppejõu poolne juhendamise/konsulterimise aeg hõlmab ka töö läbi lugemiseks kuluvat aega.

Töö lõppvariant (kõitmata / elektrooniline) tuleb esitada juhendajale vähemalt 1 nädal enne tööde esitamise tähtaega, et juhendajal oleks võimalik terviklik töö üle vaadata enne kaitsmisele lubamist - vastasel korral võib juhendaja mitte lubada tööd kaitsmisele. Juhendajal on õigus mitte lubada tööd kaitsmisele ka juhul kui töö ei vasta sisulistele ja/või vormistusnõuetele.



## UURIMISPROJEKTI, SEMINARI- JA MAGISTRITÖÖ KOOSTAMINE

Töö pealkiri peab kajastama töö sisu, sh alapealkirjade osas. Jälgida tuleks, et käsitletav materjal oleks jõukohane (töö oleks mahult ja keerukuselt teostatav).

### Uurimisprojekti struktuur

Uurimisprojekt on eeltöö seminaritöö kirjutamiseks.

Uurimisprojekti eesmärgiks on omandada uurimise planeerimiseks vajalikud algtõed.

Uurimisprojekti valmimise järel omab üliõpilane ettekujutust empiirilise uurimise protsessist ja probleemidest.

Uurimisprojekti sisuks on esialgne tutvumine valitud temaatikaga, probleemi formuleerimine, esmase ülevaate saamine teemakohasest teaduslikust kirjandusest, hüpoteeside püstitamine ja meetodi valik. Uurimisprojekti antakse ka hinnang projektile (enesekriitiline analüüs).

Uurimisprojekt koosneb järgmistest osadest:

1. Sisukord
2. Sissejuhatus. Uurimisprobleemi selge formuleering, põhimõistete määratlemine ja kirjeldamine. Põhjendada küsimuse olulisust, määratleda uurimuse eesmärk.
3. Teoreetiline taust. Antakse lühiülevaade olulistest teemakohasest käsitlusest ja uurimustest, viidates mõnedele varasematele uurimistöö eesmärgiga seonduvatele uurimistulemustele ja meetoditele. Teoreetiline taust peaks eelkõige tuginema originaalallikatele (so allikad, mida üliõpilane ise lugenud on). Vahendatud viiteid kasutatakse põhjendatud erijuhtudel, mille osas peab nõu üliõpilane juhendajaga. Orienteeruvalt 3-4 lk.
4. Empiiriline uurimus.
  - 4.1 Eesmärk ja hüpoteesid. Formuleerida eesmärk, uurimisküsimused ja/või hüpoteesid ning põhjendada, toetudes teoreetilisele taustale. Kui uurimismeetodi spetsiifika seda eeldab, määratleda sõltuvad ja sõltumatud muutujad. Orienteeruvalt 1 lk.
  - 4.2 Meetod.

4.2.1 Konkreetsete mõõtmisvahendite (testide, küsimustike, kodeerimiskategooriate jms) kirjeldus, mis on piisavalt avatud selleks, et hinnata hüpoteeside kontrollitavust. Välja peab olema toodud teksti või küsimustiku struktuur, reliaabluse näitajad, mõõtmisvahendite eestikeelsete versioonide olemasolu. Orienteeruvalt 1-2 lk.

4.2.2 Andmekogumine ja –töötlus. Planeeritava valimi kirjeldus, andmekogumise protseduuri kirjeldus. Peamiste andmetöötlusvõtete väljatoomine ja nende seostamine hüpoteesidega. Orienteeruvalt 1 lk.

5. Hinnang uurimisprojektile. Projekti nõrgad ja tugevad küljed (sh uuringu valiidsuse ja reliaabluse vaatepunktist). Orienteeruvalt 1-2 lk.
6. Kasutatud kirjandus. Töös kasutatud kirjandusallikad.
7. Lisad. Lisad on andmete ja abimaterjalide esitamiseks, mis on vajalikud töös käsitletud seisukohtade kinnitamiseks/illustreerimiseks, kuid oma mahu või sisu poolest hakkaksid teksti lugemist häirima. Lisadesse paigutatakse vajadusel suuremahulised skeemid, tabelid, joonised. Mõõdikute või instrumentide näidised. Iga lisa algab uuel lehelt.

### **Seminari- ja magistritöö struktuur**

Seminari- ja magistritöö on empiirilised uurimused. Empiirilise uurimuse eesmärgiks on kontrollida püstitatud hüpoteeside kehtivust ja saada vastused uurimisküsimustele toetudes originaalsele (autori poolt teostatud) uurimusele. Töö pealkiri peab kajastama töö sisu, sh alapealkirjade osas. Jälgida tuleks, et käsitletav materjal oleks jõukohane (töö oleks mahult ja keerukuselt teostatav)

Seminari- ja magistritöö struktuur (mis vastab tüüpilise uurimistöo läbiviimise põhietappidele):

1. Tiitelleht – Tiitellehe vormistamise näidis on toodud lisa C
2. Resümees – uurimuse eestikeelne lühikokkuvõte (teksti pikkus on 100-150 sõna), mis peegeldab korrektselt uurimuse eesmärke ja sisu. Resümees kommenteeritakse uurimuse tulemusi ilma sellele hinnangut andmata. Töös mittesisalduvat informatsiooni resümeesse ei lülitata.
3. *Abstract* – uurimuse ingliskeelne lühikokkuvõte (eestikeelse kokkuvõtte tõlge) koos pealkirja ja autori nimega (teksti pikkus 100-150 sõna).
4. Sisukord – soovitatavalt 1 lehel, välja tuuakse kolme esimese tasandi pealkirjad

5. Sissejuhatus - uuritava probleemi iseloomustus, selle uurimise olulisus ja uurimisküsimuste püstitamine, töö eesmärk. Tuuakse välja töö teoreetilised lähtekohad ning antud töö tähtsus varasemate uurimuste kontekstis.
6. Teoreetiline taust – antakse lühiülevaade olulistest teemakohastest käsitlustest ja uurimustest. Niipalju kui võimalik, peaks oma seisukohti toetama viidetega empiirilistele uuringutele. Teoreetilises ülevaates peaks eelkõige tuginema originaalallikatele. Vahendatud viiteid kasutatakse põhjendatud erijuhtudel, mille osas peab nõu üliõpilane juhendajaga.
7. Empiiriline uurimus:
  - a. Uurimuse eesmärk
  - b. Uurimisküsimused ja/või hüpoteesid – nende põhjendused koos viidetega varasematele uurimustele või teooriale
  - c. Meetod – kasutatud uurimismeetodi (sh. valimi, mõõtmisvahendi ja protseduuri) kirjeldus.
  - d. Tulemused – uurimustulemuste üldine kirjeldus (keskmised, standardhälbed, sagedusjaotused, reliaabluse näitajad, jms) ja tulemuste esitamine uurimisküsimuste ja/või hüpoteeside kaupa. Vajadusel esitatakse andmeid tabelite ja/või joonistena.
8. Arutelu – uurimuse tulemuste käsitlemine teoreetilise tausta ja varasemate uurimuste kontekstis, tulemuste usaldusväarsuse, piirangute ning olulisuse väljatoomine koos autoripoolsete seisukohtadega edasise uurimise võimaluste kohta. Hoiduda tuleks poleemikast, triviaalsustest, loosungitest.
9. Kokkuvõte – annab võimaluse lühidalt üldistada töös käsitletud materjali. Kokkuvõte on vajalik näiteks siis, kui on tegemist mitme katseseeriaga või uurimise etapiga ning iga katseseeria või etapi tulemustele järgneb arutelu.
10. Kasutatud kirjandus - loetelu kõigist töös viidatud materjalidest. Viidete arv sõltub teema ulatuslikkusest ja kirjandusallikate rohkusest selles valdkonnas. Tööd ei ole vaja viidetega üle koormata, oluline viidatud allikate sisuline läbitöötatus.
11. Lisad – kasutatud mõõtmisinstrument (kui on enda loodud originaalinstrument, siis esitatakse instrument täies mahus) või näide instrumendist (autoriõigusega kaitstud skaalade puhul), vajadusel mõõtmisinstrumendi kasutamise luba. Töö

mõistmiseks ja hindamiseks vajalikud täiendavad ja illustreerivad andmeanalüüsi tulemused (sh tabelid ja/või joonised, intervjuude tekstide näited, joonistused jms) Osad *Meetod*, *Tulemused* ja *Arutelu* järgnevad jooksvalt, ülejäänud töö koostisosad algavad uuel lehelt.

Kui töö tulemused võetakse kokku *Arutelus* ning *Kokkuvõtet* ei lisata, siis alustatakse ka *Arutelu* uuel lehelt.

### **Seminari- ja magistritöö taseme näitajad**

1. Töös püstitatud probleemi selgus ja põhjendatus. Eesmärgi selge sõnastus.
2. Töös kasutatud varasemate teoreetiliste ja empiiriliste uuringute ja statistilise materjali uudsus ja asjakohasus.
3. Autori omapoolne originaalne intellektuaalne panus.
4. Töö ülesehitus ja osade omavaheline seotus (sisu vastavus pealkirjadele, meetodi vastavus töö eesmärkidele, kokkuvõtte vastavus teema käsitlusele töös jne).
5. Teemale vastava psühholoogiaalase teaduskirjanduse ja teoreetilise käsitluse tundmine.
6. Teoreetilises ülevaates on tuginetud eelkõige teadusväljaannetele (teadusartiklid, artiklite kogumikud, monograafiad). Töös on kasutatud valdavalt originaallikaid - kaudne viide on õigustatud vaid juhul, kui originaal ei ole kättesaadav.
7. Uurimuse ülesehituse ja kasutatud meetodi valik – kas see võimaldab kontrollida hüpoteesi ning saada rahuldava reliaabluse ja valiidsusega tulemusi.
8. Valimi esinduslikkus – kas uuritud isikud esindavad kontingenti, kellele üldistatakse/ laiendatakse uurimuse tulemusi.

### **Andmeanalüüsi meetodid seminaritöodes**

Sõltuvalt töös püstitatud uurimisküsimusest valitakse sobiv statistilise analüüsi meetod. Kasutatavate parameetrite valimine peab olema kooskõlas valimi suurusega.

Valim - valimi suurus sõltub konkreetsest uurimisküsimusest, töö eesmärgist ja valimi iseärasustest.

Statistilised meetodid, mida seminaritöö autor peab valdama:

1. Sagedustabelite ja risttabelite analüüs (hii-ruut)
2. Keskmiste võrdlemine ja korrelatsioonanalüüs (nt t-test, ANOVA, *post-hoc* testid, Pearson, Spearman).

Vajadusel kasutatakse lisaks teisi meetodeid, mille põhimõtted peab üliõpilane endale selgeks tegema.

### **Statistilised meetodid, mida magistritöö autor peab valdama**

Statistilise andmestiku esitamisel tuleb silmas pidada järgnevat:

1. Töös kasutatud skaala ja testide osas tuleb esitada testi reliaablust kirjeldavad numbrilised väärtused.
2. Juhul kui tegemist on eesti keeles uue testi või skaala kasutamisega, tuleb esitada testi või skaalad väidete struktuuri analüüs.
3. Töös tuleb esitada testi või (ala) skaalade keskmised, standardhälbed, minimaalsed ja maksimaalsed väärtused ning alaskaalade omavahelised korrelatsioonid.
4. Andmetöötlus peab olema esitatud viisil, et oleks võimalik kontrollida järelduste argumenteerimist. Lisades või tekstis on vajalik esitada vastavad andmetöötluse statistikud, meetodi kirjeldus ja saadud tulemused, mis näitavad andmetöötlusmeetodi valdamist, sh andmetöötlusmeetodi kasutamise adekvaatsust.
5. Lisades või tekstis tuleb esitada kõikide analüüsis kasutatud küsimuste, väidete või skaalade ja alaskaalade keskmised, standardhälbed, minimaalsed ja maksimaalsed väärtused. Juhul kui on tegemist nominaalskaalal vastustega, siis vastuskategooriate jaotuse sagedused. Kvalitatiivsete andmete kategoriseerimise korral hindajate vahelist reliaablust kirjeldav näitaja (näiteks *Cohen'i Kappa*).
6. Juhul kui töödeldavas andmestikus on asendatud puuduvad vastused, siis tuleb esitada protseduuri kirjeldus, kuidas asendamine toimus.
7. Töös tuleb esitada kõikide statistikute juures vajalik informatsioon nende usaldusväarsuse hindamiseks, st statistiku väärtused, statistikust sõltuvalt vabadusastmed, usaldusnivoo ja statistiku arvutamisel kasutatud valimi või gruppide suurused.

8. Dispersioonanalüüsiga keskmiste võrdlemisel tuleb esitada F-statistik, *post hoc* keskmiste võrdlemise meetodi nimetus ja võrdluse tulemused.
9. Regressioonanalüüsi tulemused tuleb esitada tabelina, mis sisaldab B ja *beetade* väärtusi, t-statistikute väärtusi ja usaldusnivoo väärtusi. Regressioonanalüüsis tuleb esitada mitmese korrelatsioonikordaja väärtus ja F-statistik regressioonivõrrandi olulisuse kohta.
10. Klasteranalüüsi tulemustes tuleb esitada klastrite puu pilt, esitada rühmitamise meetod ja meetrika.
11. Faktoranalüüsi tulemustes tuleb esitada laadungite tabel(id), esitada omaväärtuste numbrilised väärtused ja omaväärtuste graafik(ud), kirjeldada komponentide eristamise meetodit ja telgede pööramise meetodit, esitada vajadusel faktorite omavaheliste korrelatsioonide tabel ning faktorite seletusjõud üldvariatiivsusest.
12. Kõik matemaatilised ja statistilised sümbolid (va kreeka tähed  $\alpha$ ,  $\beta$ ,  $\rho$ ,  $\chi$  jt) esitatakse tekstis, tabelites ja joonistes kaldkirjas (*M*, *SD*, *t*, *p*, *r* jne). Kreeka tähed ja ala- ning ülaindeksid kirjutatakse püstkirjas. Juhul kui esitatakse statistik koos väärtusega, siis vormistatakse see järgmiselt: sümbol-tühik-võrdusmärk-tühik-väärtus (näiteks  $M = 12.5$ ,  $SD = 1.12$  või näiteks  $t(154) = 5.43$ ,  $p < .001$ ). Kui arvvärtus on väiksem kui 1 (näiteks korrelatsioonid, olulisusnivood jms), siis 0 välja ei kirjutata, statistiku tähise ja võrdusmärgi järel kirjutatakse punkt, millele järgneb arvvärtuse kaks kuni kolm kohta pärast koma. Arvväärtuste puhul kasutatakse komakohtade eristamiseks läbivalt punkti.

### **Eetilised nõuded uurimistöole**

Magistritöodes tuleb järgida Ameerika Psühholoogia Assotsiatsiooni (APA) eetikanõudeid teaduspublikatsioonidele ([www.apa.org](http://www.apa.org)). Järgnevalt on ära toodud mõned olulisemad reeglid, mis otseselt puudutavad ka üliõpilastöid:

1. Lubamatu on kasutada teiste autorite andmeid, tekste ja tsitaate algallikale viitamata. Plagieerivaid töid ei võeta kaitsmisele. Kaitsmise käigus ilmnenuid plagiaadi puhul eemaldatakse töö kaitsmiselt. Ebaväärikaks käitumiseks ja üleastumiseks akadeemilistest tavadest loetakse oma nime all kellegi teise või oma varasema kirjaliku töö või selle osade esitamist ilma nõuetekohase akadeemilise viitamiseta

(plagiaat) (vt ka TLÜ ÕKE § 27 (lõputöö koostamine ja kaitsmine) lg 25; § 30 (eksmatrikuleerimine) lg 7).

2. Akadeemilisel üksusel on kohustus kontrollida üliõpilaste lõputöid plagiaadituvastussüsteemi URKUND abil ning teha tulemused teatavaks kaitsmiskomisjonile. Üliõpilasel on soovitatav kontrollida täiendavalt akadeemilistest tavadest kinnipidamist, kasutades selleks olemasolevaid programme (nt Kratt), et vajadusel korrigeerida viitamisvigu. Üliõpilastel soovitatakse kasutada tasuta kättesaadavaid viitamisprogramme, nt Mendeley.
3. Üliõpilane peab saatma oma lõpliku kirjaliku töö juhendajale hiljemalt 1 nädal enne töö esitamise tähtaega läbi plagiaadituvastussüsteemi URKUND. Selleks tuleb saata töö manusena juhendaja (TLÜ välise põhijuhendaja puhul TLÜ kaasjuhendaja või õppekava õppenõustaja) aadressile (...@analysis.urkund.com) URKUNDis. Juhendaja/õppenõustaja URKUND aadressi küsib üliõpilane juhendaja/õppenõustaja käest. Juhendaja või õppenõustaja, kellele on töö saadetud, saab koheselt ka raporti ning tal on õigus raportit jagada, sh töö autori või retsensendiga.
4. Mõne teise uurimuse raames kogutud andmete kasutamisel/analüüsimisel oma töös, peab olema luba andmete valdajalt.
5. Juhul kui mõõtmisvahendi autoriõigused ei kuulu magistritöö autorile, ei avaldata reeglina magistritöös mõõtmisvahendit magistritöös täies mahus. Autoriõigustega kaitstud mõõtmisvahendit ei kasuta üliõpilane ilma loata väljaspool lõputööks vajaliku uurimuse läbiviimist.
6. Uurimuses osalemine peab olema vabatahtlik, igal osaleval isikul on õigus mitte osaleda või katkestada osalemine. Vastavasisuline informatsioon peab olema ka uuritavatele kättesaadav, näiteks küsitluse sissejuhatavast tekstis (pöördumine esitada näitena lisas või informatsioonina protseduuri kirjelduses).
7. Uuritavate isikute isiklike andmete, fotode, videosalvestuste, joonistuste jm materjalide avaldamiseks peab olema vastava isiku või tema ametliku hooldaja kirjalik nõusolek.
8. Teadusuuringute eetika põhiseisukohad on leitavad Euroopa teadlaste eetikakoodeksist (kättesaadav LTI veebilehelt).
9. Vajadusel tuleb tööle taotleda eetikakomitee kooskõlastus (näit Tallinna Ülikooli Eetikakomitee, Tervise Arengu Instituudi eetika komitee vms) ning saadud luba lisada uurimistöö lisasse.

## UURIMISPROJEKTIDE, SEMINARI- JA MAGISTRITÖÖDE KAITSMINE JA HINDAMINE

Üliõpilastöid kaitstakse avalikel sessioonidel, mis toimuvad akadeemilises ja õppekava tähtaegade kalendris määratud aegade järgi kevadsemestri ja sügissemestri lõpus.

Lõputöö kaitsmine võib olla kinnine, kui lõputöö sisu avaldamine ei ole teistele isikutele kuuluvate autori varaliste õiguste, isikuandmete kaitset reguleerivate õigusaktide, riigi- või ärisaladuse või muu salastatud teabe tõttu võimalik. Kaitsmise kinniseks muutmiseks või lõputöö leviku piiramiseks tuleb üliõpilasel esitada kirjalik taotlus õppekorralduse eeskirjas sätestatud korras.

Uurimisprojekt, seminari- ja magistritöö peavad olema esitatud kahes eksemplaris psühholoogia eriala õppekavade akadeemilises kalendris määratud ajal, orienteeruvalt kümme kuni 15 päeva enne kaitsmissessiooni algust. Uurimisprojektid (2 eksemplari) esitatakse pehmete kiirkõitja kaante vahel, seminaritööd (2 eksemplari) esitatakse pehme kaanega vahakõites. Magistritöö (1 eksemplar) esitatakse nii kõvakaanelises kõites kui ka pdf-failina. Koos magistritööga tuleb elektrooniliselt esitada pdf-failina resümees eesti ja inglise keeles instituudi andmebaasis säilitamiseks. Töö tiitellehel peab olema juhendaja nõusolek (allkiri) kaitsmisele lubamise kohta. Töö registreeritakse ja antakse retsensentidele läbivaatamiseks. Retsensendid määratakse instituudi poolt. Uurimisprojekti ja seminaritöö sooritamiseks on vajalik ka ühe kaasüliõpilase töö retsenseerimine. Retsenseeritav töö koos arvustusega peab jõudma instituuti tagasi vähemalt 3 tööpäeva enne kaitsmist. Magistritööde kaitsmiseelne arutelu ja kaastudengite vastastikune retsenseerimine toimub Magistriseminari (PSP7030.LT) raames.

Töö esitlemine toimub avalikul kaitsmisel suulise ettekandena, mida on soovitatav illustreerida näitliku abimaterjaliga (nt PowerPoint'i slaidid, audiovisuaalsed jm vahendid). Uurimisprojektide ja seminaritööde ettekandeks koos küsimuste ja väitlusega on aega orienteeruvalt 15–20 min, magistritööde kaitsmisel orienteeruvalt 40–45 min. Tehniliste abivahendite vajalikkusest tuleks teavitada õppekava õppenõustaja ja –spetsialisti töö esitamisel.



Uurimisprojektid, seminari- ja magistritööd on hindelised. Töid hindab instituudi õppejõudude komisjon. Uurimisprojekti eest saadud hinne moodustab osahinde ainest Teadusliku uurimistöõ seminar (PSP6028.LT). Uurimisprojekte ja seminaritöid hinnatakse 100-pallisel skaalal.

Seminari- ja magistritöö ning nende kaitsmise hindamisel lähtutakse järgmistest põhimõtetest:

1. Töös püstitatud probleemi selgus ja põhjendatus. Eesmärgi selge sõnastatus.
2. Töös kajastuva nii teoreetilise kui statistilise informatsiooni uudsus ja aktuaalsus ning selle esituse adekvaatsus.
3. Autori omapoolne originaalne intellektuaalne panus.
4. Töö ülesehitus ja osade omavaheline seotus (sisu vastavus pealkirjale, meetodi vastavus töö eesmärkidele; kokkuvõtte vastavus teema käsitlusele töös jne).
5. Teemale vastava teaduskirjanduse kirjanduse ja teoreetiliste käsitluste tundmine.
6. Teoreetilises ülevaates on tuginetud eelkõige teadusväljaannetele (teadusartiklid, artiklite kogumikud, monograafiad). Töös on kasutatud valdavalt originaallikaid – kaudne viide õigustatud vaid juhul, kui originaal ei ole kättesaadav.
7. Töös kasutatud uurimismeetodite valdamine.
8. Uurimuse ülesehituse ja kasutatud meetodi valik – kas see võimaldab kontrollida hüpoteese ning saada rahuldava reliaabluse ja valiidsusega tulemusi.
9. Valimi esinduslikkus – kas uuritud isikud esindavad populatsiooni, kellele üldistatakse/laiendatakse uurimuse tulemusi. Järelduste sobivus valimiga.
10. Töö vormistuslik külg (vastavus organisatsioonikäitumise magistritööde vormistamise juhendile ja juhendis mittereguleeritud juhtudel APA-standardile).
11. Töö keeleline (grammatiline, ortograafiline ja terminoloogiline) tase.
12. Töö maht (kas töö pikkus on sisuliselt õigustatud, kas töö vastab nõutavale töötundide mahule).
13. Töös kirjeldatud seisukohtade esitamine ja argumenteerimine ning küsimustele vastamine avaliku kaitsmise käigus.

Hindamisel lähtutakse uurimus-, seminari- ja magistritöö mahust ning tööde tasemele esitatud nõuete erinevustest.

Uurimisprojekti, seminari- ja magistr töö retsensioonide koostamisel tuleks üldjoontes lähtuda eelpool toodud punktidest. Retsensioon peaks sisaldama kriitilist analüüsi ja üldist hinnangut uurimistöele.

Kirjalik retsensioon esitatakse töö kaitsmisel suuliselt, tuues välja põhiline. Lisaks esitab retsensent töö autorile mõned sisulised küsimused.

Nii uurimisprojekti, seminari- kui ka magistr töö hinnang kujuneb koondhinnana, kus arvestatakse kirjaliku töö taset, töö avalikku kaitsmist ja bakalaureuse taseme tööde puhul ka kaasüliõpilase töö retsenseerimisost.

## UURIMISPROJEKTI, SEMINARI- JA MAGISTRITÖÖ VORMISTAMINE

Uurimisprojekt, seminari- ja magistritöö vormistatakse teadusliku artikli stiilis. Enne töö vormistamist tuleb tutvuda psühholoogia eriala üliõpilastööde vormistamise juhendiga. Juhendis mittereguleeritud juhtudel tuleb lähtuda APA-standardist: vt APA publikatsioonide käsiraamat: <http://www.apastyle.org> (*Publication Manual of the American Psychological Association*).

### Lehekülje kujundus

Töö vormistamisel kasutatakse valget paberit formaadiga A4. Tekst trükitakse lehe ühele küljele reavahega 1,5. Tabelite pealkirjades, jooniste allkirjades, pikkade tsitaatide puhul ja viidetes (v.a. viidete vahel) on soovitatav kasutada reavahet 1,0. Trükikiri: Times New Roman, tähesuurus 12 punkti (k.a. pealkirjad). Lehe servadest jäetakse vähemalt 2,5 cm ülalt, alt ja paremalt, lehe vasakust servast on soovitatav jätta ruumi vähemalt 3 cm. Leheservad joondatakse rööpselt (*justify*). Iga lehekülje (v.a. tiitelleht) ülemise päise paremasse serva kirjutatakse töö pealkiri kursiivis maksimaalselt 50 tähekohta (vajadusel originaalpealkirja lühendada) ja lehekülje number (püstkirjas) nii, et pealkiri jääb 5 tühiku võrra lehekülje numbrist vasakule.

### Pealkirjad

Pealkirju kasutatakse kuni viiel erineval tasemel. Sisukorras tuuakse ära kolm esimest tasandit. Esimese ja teise tasandi pealkirjale järgneva teksti vahele jäetakse tühi rida, alates kolmanda tasandi pealkirjast tühja rida ei jäeta. Esimese tasandi pealkiri on suurte tähtedega rea keskel, teise tasandi pealkiri *bold*-is ja paikneb keskel, kolmanda tasandi pealkiri vasakus servas, neljanda tasandi pealkiri on vasakus servas ja kaldkirjas, viienda tasandi pealkiri on taandrega vasakust servast ja kaldkirjas. Vaata erinevate pealkirjade vormistamise näidist Lisa D.

## **Töö pikkus**

Uurimisprojekti pikkuseks (kaasa arvatud tiitelleht ja viited kirjandusele) on minimaalselt 15 000 kuni 25 000 täheruumi ilma lisadeta (u 10-12 lehekülge).

Seminaritöö pikkuseks (kaasa arvatud tiitelleht, resümees, ingliskeelne kokkuvõte ja viited kirjandusele) on 35 000 kuni 60 000 täheruumi ilma lisadeta (u 20-30 lehekülge). Teoreetilise ja empiirilise osa pikkus võiks olla enam-vähem võrdne.

Magistritöö pikkuseks (kaasa arvatud tiitelleht, resümees, ingliskeelne kokkuvõte ja viited kirjandusele) on 50 000 kuni 85 000 täheruumi ilma lisadeta (u 30-50 lehekülge). Teoreetilise ja empiirilise osa pikkus võiks olla enam-vähem võrdne.

## **Keel**

Töö kirjutatakse eesti keeles. Magistritöö puhul on võimalik taotleda inglise keelse töö kirjutamist juhul kui selleks on mõjuv põhjus (näiteks välismaalasest juhendaja puhul). Taotlus inglise keelse töö kirjutamiseks esitatakse koos magistritöö projektiga. Tööde kaitsmiseprotseduur toimub eesti keeles.

## **Stiil**

Teadusliku töö kirjutamisel tuleb kasutada akadeemilist stiili ja arvestada, et tekst oleks asjalik, kergesti mõistetav ning väljendused ühetähenduslikud. Hoiduda tuleks liigsest sõnavoolavusest ja tarbetutest kordustest. Ka teine äärmus – lakoonilisus mõtete edastamisel võib muuta teksti raskesti loetavaks.

Teaduslikus tekstis kasutatakse reeglina umbisikulist vormi (töös on uuritud ..., mõõtmiseks kasutati ...). Kui tuuakse esile oma isiklikku seisukohta või panust, kasutatakse mina-vormi. Kolmanda isiku vormis teksti („töö autor püstitas hüpoteesi...”) ei kasutata.

Soovitav on paluda kaasüliõpilasel või mõnel kolleegil töö enne esitamist läbi lugeda. Kirjutamise käigus muutub tekst liiga tuttavaks, mistõttu vasturääkivused, puudulikud seletused ning kirjavead võivad jääda märkamata.

### **Tabelid ja joonised**

Tabelid ja joonised nummerdatakse jooksvalt (eraldi) araabia numbritega ja paigutatakse teksti sisse õigesse kohta peale vastavat viidet tekstis. Tabelid varustatakse pealkirjaga (näiteks Tabel 1. *Töölt puudumise põhjused*) ja joonised allkirjaga (näiteks *Joonis 1. Allüksuste vahelised erinevused organisatsioonikultuuri tüüpide keskmistes näitajates*). Lisas asuvate tabelite ja jooniste juures kasutatakse vastava lisa tähist (A, B jne) ning sellele lisatakse tabeli või joonise järjekorranumber vastavas lisas.

Tabelite ja jooniste pealkirjad peavad olema lühikesed ja selged, samas peab see andma piisavalt infot, et tabeli või joonise sisu olema mõistetav ka ilma töö tekstiosa lugemiseta. Tabeli kõikidel veergudel peavad olema selle sisu tähistavad pealkirjad (tähisted). Samas veerus olevad numbrilised näitajad on alati sama komakohtade arvuga

Vaata jooniste ja tabelite vormistamise näidiseid Lisa E.

### **Lisad**

Lisad märgistatakse suurte tähtedega tähestiku järjekorras: Lisa A, Lisa B1, Lisa B2 jne. Kui lisa sisaldab tabeleid, nummerdatakse need vastavalt Tabel A1, Tabel A2 jne. Ka siis, kui on tegemist ühe ainsa lisaga, kasutatakse tabeli numbri ees tähte A, et eristada neid teksti sisse paigutatud tabelitest.

Lisade lehekülgi ei numereerita ning sisukorras märgitakse mis lehelt algavad lisad ning tuuakse ära lisade pealkirjad.

Töö osana (töö viimane, numereerimata lehekülg) esitab üliõpilane autorideklaratsiooni ja lihtlitsentsi, vorm on kättesaadav LTI veebilehel. Kuna autorideklaratsioon ja lihtlitsents ei ole otseselt töö osa, seda ka sisukorras välja ei tooda.

## Viitamine

### Ajakirja artikkel

Viidatakse põhimõttel: Autor (aasta). Pealkiri. *Ajakirja nimetus, köide, lk.*

Juhul kui iga köite (*volume*) iga väljaanne (*issue*) algab leheküljega 1, lisatakse ka väljaande number.

Kui DOI (*Digital Object Identifier*) on olemas, lisatakse ka see

Walburg, V. (2014). Burnout among high school students: A literature review. *Children and Youth Services Review, 42*, 28-33.

Diener, E., & Chan, M. Y. (2011). Happy people live longer: Subjective well-being contributes to health and longevity. *Applied Psychology: Health and Well-Being, 3*, 1–43. <https://doi.org/10.1111/j.1758-0854.2010.01045.x>

Jauk, E., Weigle, E., Lehmann, K., Benedek, M., & Neubauer, A. (2017). The Relationship between grandiose and vulnerable (hypersensitive) narcissism. *Frontiers in Psychology, 8*, 1-10. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.01600>

Kui artiklil on rohkem kui 7 autorit, tuuakse välja 6 esimest ja viimane autor. Vahepealne osa märgitakse punktiirjoonega

Kasabov, N., Scott, N. M., Tu, E., Marks, S., Sengupta, N., Capecci, E., ..... Yang, J. (2016). Evolving spatio-temporal data machines based on the NeuCube neuromorphic framework: Design methodology and selected applications. *Neural Networks, 78*, 1-14. <https://doi.org/10.1016/j.neunet.2015.09.011>.

### Artikkel elektroonilises ajakirjas

Viitele lisatakse e-ajakirjas oleva artikli veebilink

West, D., & Heath, D. (2009). Moving forward on digital inclusion: A framework for integrating research, policy and practice. *Journal of Social Intervention: Theory and Practice, 18*(2). Retrieved from: <http://www.journalsi.org/index.php/si/article/view/160>

Greenglass, E. R., Schwarzer, R., Taubert, S. (1999). *The Proactive Coping Inventory (PCI): A multidimensional research instrument*. [On-line publication]. Available at: <http://userpage.fu-berlin.de/~health/greenpci.htm>

### Publitseerimisel olev artikkel

Viitele lisatakse doi või artikli elektrooniline aadress.

Park, S. H., Lam, W. K., Hoskens, M. C. J., Uiga, L., Cooke, A. M., & Masters, R. S. W. (in press). Inhibitory control, conscious processing of movement and anxiety. *Psychology of Sport & Exercise*, 46. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2019.101587>

*Artikkel populaarteaduslikus ajakirjas*

Viidatakse põhimõttel: Autor (aasta, kuupäev). Pealkiri. *Ajakirja nimetus*, köide, lk.

Posner, M. I. (2008, October 29). Seeing the mind. *Science*, 762, 673-674.

**Artikkel ajalehes**

Viidatakse põhimõttel: Autor (aasta, kuupäev) Artikli pealkiri. *Ajalehe nimetus*, lk.

Elektronilise allika puhul lisada veebilink.

Money, L. (2008, December 19). A stitch in time. *The Age*, p. 24.

Ilma autorita artiklile viidatakse põhimõttel: Artikli pealkiri. (aasta, kuupäev) *Ajalehe nimetus*, lk. Elektronilise allika puhul lisada veebilink.

New drug appears to sharply cut risk of death from heart failure. (2003, July 15). *The Washington Post*, p. A12.

Tekstis viidata pealkirjaga. Pika pealkirja puhul kasutada lühendatud nimetust: ...("New drug," 2003).

**Raamatud ja brošüürid**

Viidatakse põhimõttel: Autor (aasta). *Pealkiri*. Ilmumise koht: Kirjastus

Byrne, B. M. (2001). *Structural equation modeling with AMOS*. Mahwah, NJ: Erlbaum.

Cone, J. D., & Foster, S. L. (1993). *Dissertations and theses from start to finish: Psychology and related fields*. Washington, DC: American Psychological Association.

Merriam-Webster's collegiate dictionary (10th ed.). (1993). *Springfield, MA: Merriam-Webster*.

Rosenthal, R. (1987). *Meta-analytic procedures for social research* (Rev. ed.). Newbury Park, CA: Sage.

Callaghan, S. J. (2018). *The mechanics of front leg loading during cricket fast bowling: Delivery variations, spell demands, and the effects of strength training* (Doctoral dissertation). Perth, WA: Edith Cowan University.

### Tõlgitud raamatud

Laplace, P.-S. (1951). *A philosophical essay on probabilities* (F. W. Truscott & F. L. Emory, tõlge.). New York: Dover. (Originaalteos publitseeritud 1814)

Tekstis: (Laplace, 1814/1951).

### Artikkel või peatükk kogumikus

Viidatakse põhimõttel: Autor (aasta). Artikli pealkiri. Kogumiku toimetaja, *Kogumiku pealkiri* (artikli lk-d). Ilmumise koht: Kirjastaja.

Coyle-Shapiro, J.A.M. & Parzefall, M. (2008). Psychological contracts. In Cooper C. L. & Barling, J., (Eds.), *The SAGE Handbook of Organizational Behavior* (pp.17-34). London, UK: Sage.

Eaton, W. W., Smith, C., Ybarra, M., Muntaner, C., & Tien, A. (2004). Center for Epidemiologic Studies Depression Scale: Review and revision (CESD and CESD-R). In M. E. Maruish (Ed.), *The use of psychological testing for treatment planning and outcomes assessment: Volume 3: Instruments for adults* (3<sup>rd</sup> ed., pp. 363–377). Mahwah: Lawrence Erlbaum.

Bergmann, P. G. (1993). Relativity. In *The new encyclopedia Britannica* (Vol. 26, pp. 501-508). Chicago: Encyclopedia Britannica.

Kui entsüklopeedia märksõnal ei ole autorit, siis algab viide märksõnaga, millele järgneb aasta.

### Publitseerimata uuringud

Viidatakse põhimõttel: Autor (aasta) *Pealkiri* (Materjali tüüp). Institutsiooni nimetus, Institutsiooni asukoht.

Elektroonilise allika puhul lisada veebilink.

Zarei, R. (2017). *Developing enhanced classification methods for ECG and EEG signals* (Unpublished doctoral dissertation). Victoria University, Melbourne, Australia.

Eestikeelsete ja Eesti ülikoolides kaitstud magistritöödele jt uurimusaruannete viitamisel ei märgita töö valmimise institutsioonile lisaks riiki.

Grinberg, I. (2017). *Kooliga seotud läbipõlemine ja selle seosed koolikoormuse ja õpetamisstiiliga gümnaasiumiõpilastel* (Magistritöö). Tallinna Ülikool, Tallinn.

Soodla, P., Kikas, E., & Mädamürk, K. (2018). *Põhikooli eesti keele lõpueksami taustauuringu tulemused* (Aruanne). Tallinna Ülikool, Tallinn.



### **Internetist pärinevad allikad**

Juhendeid internetist pärinevatele allikatele viitamiseks on võimalik leida APA kodulehelt ([www.apa.org](http://www.apa.org)) Kui sama materjal on olemas ka trükitud kujul, siis tuleb sellele viidata.

Põhimõtteliselt lähtutakse aga samadest juhistest kui publitseeritud materjalide puhul: autor, aasta või kuupäev, materjali nimetus, aadress.

Statistikaamet (2010). *Eesti pensionäride keskmine hõivatus tööga*. Viimati külastatud 02.09.2010, [www.stat.ee/hõivatus/pensionärid](http://www.stat.ee/hõivatus/pensionärid)

Psüühika – ja käitumishäirete klassifikatsioon RHK-10. (1993). Tartu, Tartu Ülikooli psühhiaatriakliinik (Originaalteos publitseeritud 1992). Viimati külastatud 11.11.2019, <https://www.kliinikum.ee/psyhhaatriakliinik/lisad/ravi/RHK/RHK10-FR17.htm>

Isikuandmete kaitse seadus. (2019). RT I, 04.01.2019, 11. Viimati külastatud 02.01.2019, <https://www.riigiteataja.ee/akt/104012019011>

### **Muud allikad**

Elektroonilisele kirjavahetusele viidatakse ainult äärmisel vajadusel kui isiklikule kommunikatsioonile.

Õppe- ja loengumaterjale reeglina teoreetiliste allikatena ei kasutata (sh kõrgkooli õpikud).

### **Viitamine tekstis**

Ühe ja kahe autoriga artikli puhul tuuakse tekstis viidates välja autori(te) perekonnanimed. Ülaltoodud näite puhul esimene viitamine tekstis: Kim ja de Dear (2013) leidsid, et töötajad hindavad füüsilise töökeskkonna kvaliteeti olenevalt töökeskkonna avatuse või suletuse ulatusest. Töötajad hindavad füüsilise töökeskkonna kvaliteeti olenevalt töökeskkonna avatuse või suletuse ulatusest (Kim & de Dear, 2013).

Kui artiklil on 3 - 5 autorit, siis esimesel viitamisel tuleb märkida kõik autorid, järgnevate viidete puhul märgitakse ainult esimene autor ja lisatakse "et al."

Jauk, Weigle, Lehmann, Benedek ja Neubauer (2017) leidsid, et ...

Järgmised viited samale tööle: Jauk ja tema kolleegid (2017) leidsid, et ...

Mitmed uurijad (näit Jauk et al., 2017) on leidnud, et ...

Kui artiklil on 6 või rohkem autorit, tuuakse tekstis juba esimesel korral välja esimese autori perekonnanimi ja lisatakse „ja teised“, „ ja tema kolleegid“ vms. Sulgudes oleva viites kasutatakse lühendit „et al.“ Juhul kui on kaks (või rohkem) rohkem kui 6 autoriga samal aastal ilmunud allikat, lühendatakse viide esimese autori järgi ning kasutatakse nii palju järgmiste autorite nimesid, et allikad oleks selgesti eristatavad.

### **Vahendatud viitamine**

Näiteks, kui Isen`i ja Means`i uurimust on tsiteeritud Ganzel`i töös, siis viidete loetelusse kirjutatakse nii see allikas, kust viide pärineb kui ka originaalallikas.

Töös kirjutatakse: Isen ja Means (2012, tsit. Ganzel, 2018 järgi).

Töö lõpus kirjanduse loetelus tähistatakse tärniga allika esimese autori perekonnanime ees need kirjandusallikad, mida ei ole otseselt loetud (antud juhul \*Isen, A., Means, C. (2012). Pealkiri jne ). Ilma tärnita kirjutatakse kasutatud allikate loetellu Ganzel`i 2018 aasta allika täisviide. Vahendatud viiteid tohib töös olla mitte rohkem kui 1/3 viidatavatest allikatest.

### **Otsesed tsitaadid**

Algallikast pärinev otsene tsitaat esitatakse jutumärkides ja viitesse lisatakse lehekülje number. Bandura (1994, p. 14) väitis, et ”tunnetatud võimekus viitab inimeste kalduvusele enda tegude üle järele mõelda ning oma käitumist vastavalt isiklikele eesmärkidele ja normidele reguleerida”.

Pikemad (kui 40 sõna) tsitaadid esitatakse eraldi lõiguna. Lõik algab uuel real taandreaaga (5 tühikut). Tsitaat lõpeb punktiga ja seejärel on viide.

### **Kasutatud kirjanduse loetelu**

Kasutatud kirjanduse loetelu algab uuel leheküljelt.

Kasutatud kirjanduse allikad esitatakse esimese autori nime järgi tähestikulises järjekorras, sh võetakse vajadusel arvesse ka järgnevad tähed.

Sama esimese (sh ainukese) autori puhul järjestatakse viited esmalt aastaarvu järgi, ühe autoriga allikas on enne mitme autoriga allikat. Sama esimese autoriga mitme autoriga allika puhul järjestatakse teise autori perekonnanime järgi jne.

Sama autori sama aasta allikaid tähistatakse eristavalt väiketähtedega (a, b jne). Näiteks tekstis: Mitmetes uurimustes (Adams, 2010a, 2010b) on välja toodud... . Kirjanduse loetelus esitatakse viited vastavalt väiketähtede tähestikulisele järjekorrale.

Kasutatud kirjanduse loetelus olevad allikad trükitakse lehe ühele küljele reavahega 1,0. Erinevate allikate vahel on lõiguvahe.

Viite esimene rida on joondatud vasakule, järgnevad read 5-7 tühiku võrra taandega.

Viited on sarnaselt ülejäänud tekstiga joondatud rööpselt (*justify*).

Kui allikal on 2-6 autorit, märgitakse "&" enne viimast autorit.

Sekundaarsed viited tähistatakse tärniga autori nime ees.

Näiteks:

\*Stone, P.J., & Luchetti, R. (1985). Your office is where you are. *Harvard Business Review*, 63, 102-107.

LISA A

UURIMISPROJEKT

Teadusliku uurimistöö seminar PSP6028

*Teema:* Põhikooli õpilaste etnilised stereotüüpsed hoiakud ja nende seosed väärtushinnangutega

*Üliõpilane:* Tiina Tamm / allkiri /

*Juhendaja:* prof. Kalle Kask / allkiri/

*Kuupäev:* 24. oktoober 2019

## LISA B

### SEMINARITÖÖ PROJEKT

Teema: Läbipõlemise seos tööga rahulolu ja töökoormusega

Töö koostaja: Riina Rebane

Juhendaja: Lekt Hugo Hunt

Töö eesmärk: Uurimuse eesmärgiks on leida läbipõlemise seoseid tööga rahulolu ning töökoormusega klienditeenindajate seas.

Sisu lühikirjeldus:

Läbipõlemise defineerimise kõige üldkasutatavam käsitlus on loodud Maslachi poolt, mille järgi nimetatakse läbipõlemist emotsionaalse kurnatuse, depersonalisatsiooni ja vähenenud isikliku saavutuse sündroomiks (Maslach & Schaufeli, 1993; tsit. Soares, Grossi & Sundin, 2007 järgi). Gross, Mead, Ford ja Klag (2000) on leidnud, et teenindajad puutuvad igapäevaselt kokku teiste inimeste probleemidega, aga nad pööravad üsna vähe tähelepanu oma enda probleemidele ja ei tunnista kergelt, et kannatavad stressi all.

Tööga rahulolu mõistetakse kui töötaja subjektiivset hinnangut töö teatud aspektidele, mida töötaja peab enda heaolule kasulikuks või kahjulikuks (Spector, 1997). Selline subjektiivne hinnang võib vastavalt töötingimustele muutuda (de Melo, Barbosa, & de Souza, 2011). Klienditeenindajatel on välja toodud mitmeid tööga kaasnevaid probleeme - vähene lõimumine rühma liikmete vahel, ületöö ja madal palk kuid siiski võivad klienditeenindajad olla tööga rahulolevad kui neile meeldib nende töö sisu meeldib (de Melo, Barbosa, & de Souza, 2011). Klienditeeninduses on pikad tööpäevad, mis võib vähendada töötajate rahulolu ning mõjutada vaimset tervist (Tyssen & Vaglum, 2002). Töökoormus peegeldab tööst tulenevad nõuded töötajale ning suurt koormust ja kõrgeid nõudeid peetakse oluliseks läbipõlemise eelduseks (Shirom, Nirel, & Vinokur, 2009).

Hüpoteesid:

1. Töö sisuga rahulolevatel klienditeenindajatel on läbipõlemine madalam.
2. Töö tingimustega vähem rahulolevatel klienditeenindajatel on läbipõlemine kõrgem.
3. Suurema töökoormusega klienditeenindajatel on läbipõlemine kõrgem.

Meetod:

*Instrument:*

Andmete kogumiseks kasutatakse kirjalikku küsitlust.

Läbipõlemise mõõtmiseks kasutatakse Kopenhaageni lõpepõlemise küsimustik (*Copenhagen Burnout Inventory, CBI*), mille koostasid 1999. aastal Borritz ja Kristensen (Kristensen, Borritz, Villadsen & Christensen, 2005). Küsimustiku on eesti keelde tõlkinud Sisin (2009) kes sai läbipõlemise alaskaalade reliaabluse näitajateks: tööga seotud läbipõlemine Cronbachi  $\alpha = .88$ , isiklik läbipõlemine Cronbachi  $\alpha = .82$  ning klientidega läbipõlemine Cronbachi  $\alpha = .83$ .

Tööga rahulolu mõõtmiseks kasutatakse Minnesota rahuloluküsimustiku lühiversiooni (*Minnesota Satisfaction Questionnaire*) (Weiss, Davis, England & Lofquist, 1967). Skaala koosneb 20 väitest. Küsimustiku eestikeelset versiooni kasutades on Maasik (2004), saanud reliaabluse näitajaks Cronbachi  $\alpha = .90$ .

Tajutud töökoormuse mõõtmiseks kasutati Caplan'i, Cobb'i, French'i, Harrisoni ja Pinneau (1980) poolt koostatud instrumenti. Skaala koosnes üheteistkümnest väitest, millele vastatakse Likerti tüüpi 5-pallisel skaalal. Caplan ja tema kolleegid (1980) said originaalversioonis instrumendi reliaablusnäitajaks Cronbach'i  $\alpha = .83$ . Eesti keeles on skaalat kasutanud Niglas (2015), kes sai reliaablusnäitajaks Cronbach'i  $\alpha = .84$ .

*Valim:*

Uurimuse valimisse kuulub umbkaudu 150 klienditeenindajat, kes töötavad erinevates klienditeenindussektorites.

Ajakava:

oktoober - november	Kirjanduse otsimine, teooria koostamine
detsember - jaanuar	Küsimustiku koostamine. Küsitluse läbiviimine
veebruar	Andmete sisestamine ja analüüs, tulemuste kirjeldamine
märts	Arutelu, resümees ja inglisekeelse kokkuvõtte kirjutamine
aprill	Töö käsikirja esitamine juhendajale, lõplik vormistamine ning esitamine instituuti

Kirjandus:

Caplan, R.D, Cobb, S., French, J.R.P., Harrison, R.V., & Pinneau, S.R. (1980). *Job demands and worker health. Main effects and occupational differences.*, Ann Arbor: Michigan, Institute for Social Research

- De Melo, M. B., Barbosa, M. A., De Souza, P. R. (2011). Job satisfaction of nursing staff integrative review. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 19, 1047-1055. <http://dx.doi.org/10.1590/S0104-11692011000400026>
- Gross, P. C., Mead, L. A., Ford, D. E., Klag, M. J. (2000). Physician, heal thyself? Regular source of care and use of preventive health services among physicians. *Archives of Internal Medicine*, 160, 3209-3214. <http://doi:10.1001/archinte.160.21.3209>
- Kristensen, T. S., Borritz, M., Villadsen, E., & Christensen, K. B. (2005). The Copenhagen burnout inventory: A new tool for the assessment of burnout. *Work & Stress*, 19, 192–207. <https://doi.org/10.1080/02678370500297720>
- Maasik, M. (2004). *Juhtimisstiilide seos kontrollikeskme ja tööga rahuloluga*. Avaldamata magistritöö, Tallinn: Tallinna Ülikool.
- \*Maslach, C., Schaufeli, W.B. (1993). Historical and conceptual development of burnout. In W.B. Schaufeli, C. Maslach, & T. Marek (Eds.), *Professional burnout: Recent developments in theory and research*. Washington, DC: Taylor & Francis.
- Niglas, E. (2015). *Tajutud töökoormus, töökorralduse paindlikkus ja ajajuhtimine ning nende seosed töötajate lahkumiskavatsusega*. Magistritöö. Tallinn: Tallinna Ülikool.
- Shirom, A., Nirel, N., Vinokur, A. D. (2009). Work hours and caseload as predictors of physician burnout: the mediating effects by perceived workload and by autonomy. *Applied Psychology: An International Review*, 59, 539-565. <https://doi.org/10.1111/j.1464-0597.2009.00411.x>
- Soares, J. J. F., Grossi, G., Sundin, Ö. (2007). Burnout among women: associations with demographic/socio-economic, work, life-style and health factors. *Archives of Women's Mental Health*, 10, 67-71. <https://doi:10.1007/s00737-007-0170-3>
- Spector, P. E. (1997). *Job satisfaction: Application, assessment, causes, and consequences*. London: Sage.
- Tyssen, R., Vaglum, P. (2002). *Mental health problems among young doctors: An updated review of prospective studies*. *Harvard Review of Psychiatry*, 10, 154–165. <http://dx.doi.org/10.1080/10673220216218>
- Weiss, D. J., Dawis, R. V., England, G.W., & Lofquist, L. H. (1967). *Manual for the Minnesota Satisfaction Questionnaire*. Minneapolis: Industrial Relations Center, University of Minnesota.

.....  
 Üliõpilase allkiri

.....  
 Juhendaja allkiri

Kuupäev:.....

LISA C

**Tallinna Ülikool**  
**Loodus- ja terviseteaduste instituut**  
**Psühholoogia eriala**

**Ees- ja perekonnanimi**

**TÖÖ PEALKIRI**

**Uurimisprojekt/ Seminaritöö/ Magistritöö**

**Juhendaja:** *ees- ja perenimi, akad. kraad*

**Kaitsmisele lubatud** *juhendaja allkiri*

**Tallinn 20...**



LISA D

EMPIIRILINE UURIMUS (1. tasand)

**Eesmärk ja hüpoteesid (2. tasand)**

**Meetod (2. tasand)**

**Valim (3. tasand)**

**Mõõtmisvahendid (3. tasand)**

*Tunnetatud võimekuse skaala (4. tasand)*

*Üldine tunnetatud võimekuse skaala (5. tasand)*

*Karjääriga seotud tunnetatud võimekuse skaala (5.tasand)*

*Akadeemilise tunnetatud võimekuse skaala (5.tasand)*

**Protseduur (3. tasand)**

**Tulemused (2. tasand)**

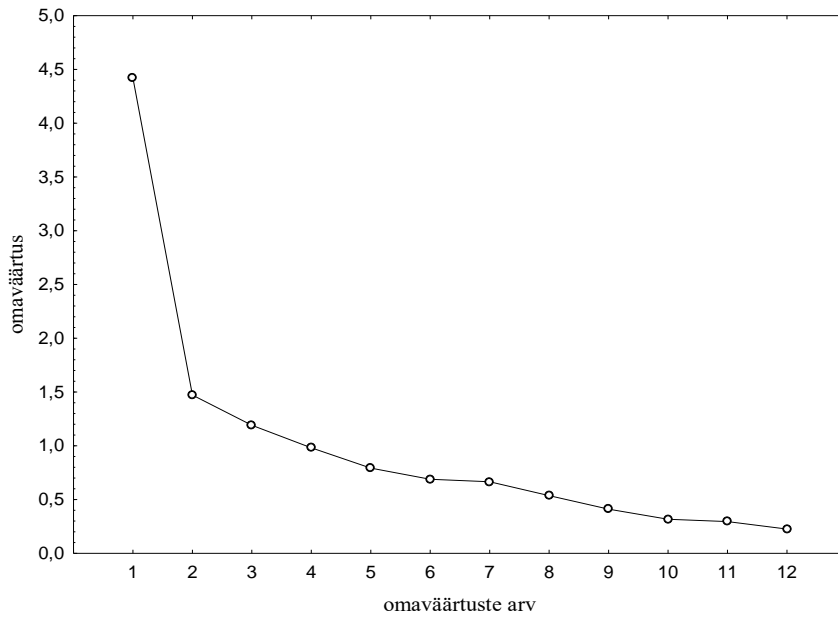
**Tunnetatud võimekus (3. tasand)**

*Üldine tunnetatud võimekus (4. tasand)*

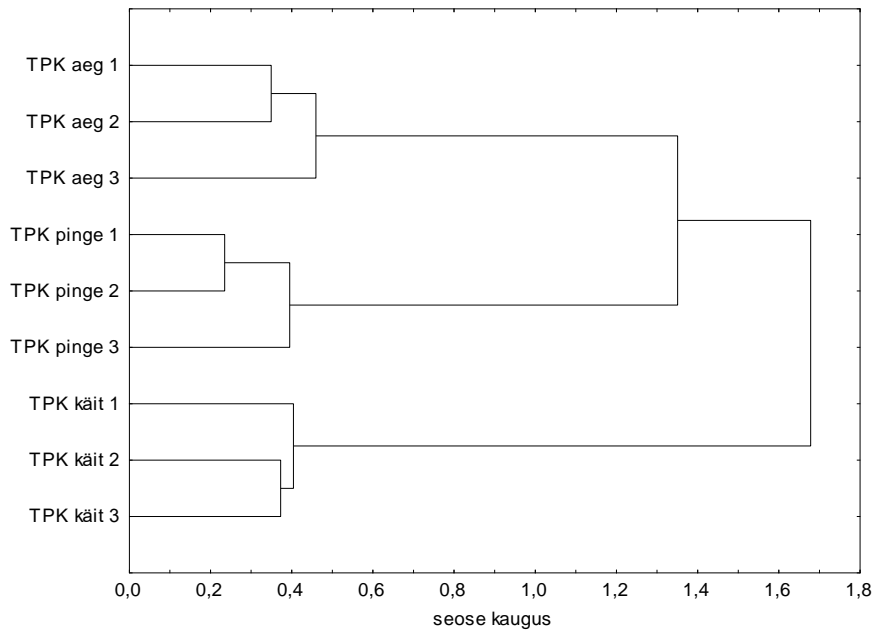
*Karjääriga seotud tunnetatud võimekus (4. tasand)*

*Akadeemilise tunnetatud võimekus (4. tasand)*

LISA E



Joonis E1. Töölase abistava käitumise skaala faktorite omaväärtuste graafik (*scree plot*)



Joonis E2. Töö ja pere vahelisi konflikti skaala väidete klasteranalüüs (Wardi meetod, Pearsoni korrelatsioonikordaja)

*Märkus.* TPK aeg – ajaga seotud konflikt; TPK pinge – pingega seotud konflikt; TPK käit – käitumisega seotud konflikt

Tabel E1

*Tööga rahulolu keskmised näitajad, standardhälve ja Cronbach'i alfa*

Tööga rahulolu	Keskmine	Standardhälve	Cronbach'i alfa
Üldine tööga rahulolu	2.33	0.48	.88
Väline rahulolu	2.57	0.49	.79
Sisemine rahulolu	2.11	0.50	.84

Tabel E2

*Juhtide läbipõlemise tase võrreldes klienditeenindajate läbipõlemise tasemega (t-test)*

	Juhid		Teenindajad		t	df	p
	M	SD	M	SD			
Isiklik läbipõlemine	2.93	0.75	3.04	0.79	-1.45	400	.149
Tööga seotud läbipõlemine	2.67	0.74	2.76	0.75	-1.28	398	.203
Klientidega seotud läbipõlemine	2.09	0.67	2.41	0.71	-4.66	399	.000

Tabel E3

*Subjektiiivse sooritusedukuse seosed isikutevahelise usalduse ja organisatsiooni-poolse toetuse tunnetamisega (Pearsoni korrelatsioonikordaja)*

	Subjektiiivne sooritusedukus	Organisatsiooni-poolne toetus	Usaldus kolleegide vastu
Subjektiiivne sooritusedukus	1.00		
Organisatsioonipoolne toetus	.24**	1.00	
Usaldus kolleegide vastu	.27**	.51***	1.00
Usaldus juhtkonna vastu	.23**	.63***	.50***

\*\* $p < .01$  \*\*\* $p < .001$