

Vanemlusprogrammi „Imelised aastad” (*Incredible Years*) esimese eelkooliealiste laste vanemate koolitustsükli tulemused

Ann Rajaver, sotsiaalministeeriumi laste ja perede osakonna projektijuht

Nelja ja poole kuu pikkuse koolituse (novembrist 2014 märtsini 2015) läbis kokku 59 lapsevanemat Tallinnas, Narvas ja Tapal. Vanemad täitsid enne koolitust ja selle järel ankeedi, hinnates erinevate käitumisviiside esinemist oma lapsel. Vanem märkis, kui tihti tema lapsel mingit häirivat käitumist esineb ning kas see on tema jaoks probleemiks. Tulemuste põhjal arvatati lapse käitumise ja vanema stressiga seotud punktisummad. Kui enne koolitust esines 55% vanematest lapse käitumisega olulisi probleeme, siis koolituse järel oli see näitaja 14%. Enne koolitust koges 45% vanematest stressi seoses oma lapse käitumisega. Koolituse järel oli see näitaja kahanenud 12%ni. Laste käitumisviiside esinemine, mis vanematel kõige enam probleeme põhjustasid, vähenes ka kõige rohkem.

Lisaks korraldati lapsevanematega fookusgrupi intervjuud, kus muuhulgas paluti neil oma sõnadega kirjeldada, milliseid muutusi on nad koolituse tulemusel endas ja oma lapses märganud. Vanemad töid välja fookusgruppides järgmised muutused.

Muutused lapses

- Ei ole enam lapse kapriise ja vingumist.
- Laps on rahulikum ja rõõmsam.
- Laps on iseseisvam.
- Koolis muutus käitumine paremaks ja kaklemist on vähem.
- Laps muutus avatumaks. On rohkem minuga koos, kallistab ja musitab.
- Lapsed on muutunud viisakaks, tähelepanelikuks. Nendega saab asju kokku leppida.
- Laps on hakanud ka ise ennast kiitma ja enda üle uhked olema.
- Hakkasid paremini aru saama, mida ma neilt soovin. Ja mina sain paremini aru nende käitumisest.

Muutused lapsevanemas

- Õppisin ise oma probleeme lahendama.
- Õppisin last kuulama ja kuulma.
- Vähenenud on lapse käsutamine. Enne domineerisin ja kamandasin palju.
- Suudan ennast kontrollida.
- Nüüd ei saa üldse aru, miks ma enne lapsega sellisel viisil rääkisin.
- Dialoog lapsega on palju parem. Oleme leidnud ühise keele.
- Olen ise rahulikum. Ei muretse nagu enne. Vähem asju häirivad. Ei hakka kohe karjuma.
- Pere on tasakaalukam, sest vanemad on palju rahulikumad.
- Oskan anda õiget tähelepanu – ei keskendu mitte halvale, vaid heale.
- Algselt püstitatud eesmärk (et laps läheks õigel ajal magama) ei tundunud pärast enam mingi probleem.
- Osutan mõlemale lapsele nüüd võrdselt tähelepanu.
- Mehe poolt tekkis toetus. Tunnen, et ei ole üksi, vaid oleme kahekesi laste kasvatamises.
- Mees hakkas lastega mängima ja rohkem suhtlema.
- Kasvas enesekindlus ja usk oma oskustesse vanemana.
- Muutsin suhtumist iseendasse.
- Poole pealt sain aru, et ei ole vaja muuta mitte last, vaid ennast.

Programmi pilootkoolituses komplekteeritakse lapsevanematest kokku 24 gruppi, neist 18 venekeelset ja 6 eestikeelset. Ühes lapsevanemate grupis saab osaleda kuni 14 vanemat. Sotsiaalministeerium katsetab vanemlusprogrammi „Imelised aastad” koostöös Tervise Arengu Instituudiga Euroopa Majanduspiirkonna toetuste programmi „Riskilapsed ja -noored” raames.