

Sekkumise nimetus: YAM

Kokkuvõtte koostaja: Kadi Kallavus

Kuupäev: 11.03.2022

Sekkumise soovitud mõju

Teaduslik tõendusmaterjal jm objektiivne informatsioon

Suitsiidikatsed

Ühes SEYLE klaster-juhuslikustatud kontrolluuringus, kuhu kaasati koolide õpilased kümnest Euroopa Liidu riigist, leiti, et 12 kuud pärast sekkumist raporteerisid YAMi sekkumiserühmas olevad õpilased oluliselt vähem esmaseid suitsiidikatseid kui kontrollrühma õpilased (vastavalt 0,7 ja 1,5%), esmaste suitsiidikatsete arv vähenes võrreldes kontrollrühmaga 50%. (1)

Sama uuringu andmete peal testiti kahte suitsiidikatsete ennustamise mudelit. Uuringu üks eesmärke oli hinnata sekkumise mõju suitsiidikatsete vähenemisele. Leiti, et YAMi sekkumine vähendas statistiliselt oluliselt korduvate suitsiidikatsete seost algses hindamises raporteeritud enesevigastamise ja suitsiidimõtete omavahelise seosega. See tähendab, et kui algses hindamises raporteeriti suitsiidimõtteid, siis see ei suurendanud enesevigastamise riski, mis on seotud korduvate suitsiidikatsetega. Lisaks leiti, et YAMi sekkumises osalemine vähendas riskikäitumise ja korduva suitsiidi seose tõenäosust 12 kuu möödudes programmi algusest. See tähendab, et kui YAM enne sekkumist raporteeris õpilane riskikäitumist/enesevigastamist, siis olles sekkumises osalenud, oli 12 kuu möödudes väiksem tõenäosus, et õpilane sooritab suitsiidikatsed. (2)

Suitsiidimõtted

Euroopa klaster-juhuslikustatud SEYLE uuringus (1) raporteerisid YAM sekkumiserühma õpilased 12 kuud pärast sekkumist oluliselt vähem tugevaid suitsiidimõtteid kui kontrollrühma õpilased (vastavalt 0,6 ja 1,4%). Austraalia uuringus (3) raporteerisid suitsiidimõtteid 51,6% algses hindamises küsitlusele vastanud õpilastest, 3. kuu järelhindamisel 38,6% ning 6. kuu järelhindamisel (39,9%) vastanutest. Suitsiidimõtete skooride muutus kahel ajaetapil oli võrreldes algses hindamises statistiliselt oluline ($p < 0,001$), kuid muutus ei olnud oluline 3. kuu ja 6. kuu võrdluses.

SEYLE uuringu andmete kasutati erinevate toimetulekustrateegiate ja suitsiidimõtete seose uurimiseks. Selgus, et toimetulekustrateegiad mängivad suitsiidimõtete osas olulist rolli. Leiti, et YAM toimib olenemata kasutatavatest toimetulekustrateegiatest. YAM on eriti tõhus õpilastele, kes ei kasuta piisavalt adaptiivseid toimetulekustrateegiaid, nagu LEARN ja HELP-SEEKING, või mittekohased (maladaptive) toimetulekustrateegiaid, nagu ARTS ja FIGHT. YAM-i sekkumise suur osa on sotsialiseerumine (koostöö, suhtlemine teiste õpilastega) ning see näib mängivat sekkumise mõju osas suurt rolli. (4)

Depressiooni raskusaste

Austraalia uuringus (3) leiti, et depressiooni raskusaste (depression severity) vähenes aja jooksul võrreldes algse hindamisega statistiliselt oluliselt ($p < 0,001$), kuid muutus ei olnud oluline 3. kuu ja 6. kuu võrdluses.

Sekkumise soovitud mõju

Teaduslik tõendusmaterjal jm objektiivne informatsioon

Abi otsimine ja abi otsimise kavatsus

Ühes Ameerikas läbi viidud uuringus leiti, et võrreldes algse hindamisega oli kolm kuud pärast sekkumist rohkem õpilasi otsinud abi depressiooni ja suitsiidimõtete puhul nii teistelt õpilastelt kui koolitöötajatelt. Kuigi abi otsimine suurenes, siis abi otsimise kavatsus, kui õpilasel peaks tekkima vaimse tervise probleem, ei suurenenud statistiliselt oluliselt. (5)

Austraalia uuringus (3) leiti, et õpilased raporteerisid 3. ja 6. kuu järelhindamises rohkem, et nad otsiks isiklike või emotsionaalsete probleemide tõttu abi võrreldes algse hindamisega enne sekkumist. Tulemus oli statistiliselt oluline ($p < 0,001$), kuid muutus ei olnud oluline 3. kuu ja 6. kuu võrdluses.

Teadmised vaimse tervise kohta

Ühes Ameerika Ühendriikide uuringus leiti, et nii üldised teadmised vaimse tervise kohta kui vaimse tervise kirjaoskus (teadmised, kust abi otsida ja vaimse tervise eneseteadlikkus) suurenesid 3. kuu küsitluse põhjal pärast YAMi sekkumist veidi, kuid statistiliselt oluliselt. (5)

Vaimse tervisega seotud stigmad

Ameerika Ühendriikide uuringus leiti, et vaimse tervisega seotud stigma vähenes mõlemas osariigis, kuigi kasutati erinevaid stigmaga seotud skaalasisid. (5)

Täiendav informatsioon ekspertidelt jt ülevaate koostajatelt

Ekspertid tõid välja, et SEYLE uuringu käigus osales YAM programmi testimises ka Eesti koolid (16 kooli) ning WE-STAY uuringu käigus samuti (koole oli rohkem, siin olid nii eesti kui vene koolid ning materjalid tõlgiti mõlemasse keelde). Eesti tulemusi pole eraldi avaldatud (ainult koos kõigi SEYLE uuringu riikidega ühises valimis), v.a. mõnes konverentsi ettekandes. Ehkki muutused suitsidaalsuses (vähenemine) ja subjektiivses heaolus (suurenemine) olid näha, piiras valimi väiksus järelduste tegemise võimalusi Eesti kohta. Kolleegid Karolinska Instituudist on öelnud, et YAM programmi mõju enesetappude vähenemisele ei saa kunagi testida, sest valim peaks olema tohtu (kõigist Rootsi selles vanuses lastest ei piisaks).

Ekspertid tõid esile, et esmane suitsiidikatse on siiski väga harv nähtus üldpopulatsioonis, seega tegelikult see 50-protsendiline vähenemine ei ole väga suur tõestus. Ehk siis enesetapakatse on kindlasti indikaator, aga ei ole ainus ja peamine uuringu efekti näitaja. Tuleb teha kaudseid järeldusi teiseste tulemusindikaatorite põhjal (muud vaimse tervise ja suhete näitajad): püsiärevus, meeleolulangus, eluga rahulolu jne.

Ekspertide arvates on suitsiidimõtete osakaaluga noori tavatult palju. Eestis teismelistel on suitsiidimõtete esinemine aasta jooksul kuskil 11 ja 30% vahel- ja meid peetakse üheks juhtivaks suitsiidiriigiks.

Ekspertid tõid välja, et Eesti noorte toimetulekustrateegiate kaardistamine on vajalik. Programm peaks pakkuma efektiivseid esmaseid eneseabivõtteid ebasoodsate elusündmustega toimetulekuks ja stressitaluvuse suurendamiseks. Eestis on olukord vaimse tervise toetamisega erinevates koolides piisavalt ebavõrdne. Eestis võib osutada probleemiks kohene abi kättesaadavus- tugipersonali, koolipsühholoogide nappus. Pisut kompenseerib seda veebi- ja telefoninõustamine, aga seda jääb reaalse abivajaduse puhul väheks.

Sekkumise eelisenähtu tõid välja, et sekkumine ei orienteeritud vaid suitsiidiennetusele, vaid vaimse tervise kirjaoskusele ja abi otsimisele laiemalt. Mõeldud on ka kogukonnas kättesaadava abi kontaktidele.

Sekkumise soovimatu mõju

Ühes teostatavuse uuringus (6) kirjeldati ebasoodsaid sündmusi (adverse events) ja nendega toimetulekut. Uuringuperioodi käigus toimus kolm sündmust: 1) õpilane teatas sekkumise läbiviijale, et ta lõigub ennast, 2) neli õpilast lahkusid sekkumise ajal, sest äsja oli koolis toimunud suitsiid ning õpilastel oli ebamugav sekkumises osaleda, 3) sekkumise läbiviijale teatati õpilase suitsiidikatsesest. Nimetatud sündmustest võib pidada teist sündmust selliseks, kus sekkumine tõi kaasa õpilaste ebamugavuse. Uuringus kirjeldati, et sekkumise läbiviija oli teadlik äsjasest suitsiidist ning õpilastel oli luba lahkuda, kui nad seda soovisid. Rõhutati, et need näited illustreerivad, kui oluline on enne sekkumist kõik aspektid läbi arutada, teha igaks olukorraks plaan ning et koolist oleks tugev toetus olemas.

Ameerika Ühendriikides tehtud teostatavuse uuringus käigus toimus kokku 18 ebasoodsat sündmust. Kaks õpilast olid häiritud sekkumisest, sest hiljuti oli teinud nende lähedane suitsiidi ning viis õpilast lahkusid, sest tundsid ennast ebamugavalt, kuid ei ole selgitatud, miks. (7)

Täiendav informatsioon ekspertidelt jt ülevaate koostajalt

Eksperdid tõid välja, et oluline on mõelda läbi eetilised küsimused. Ebasoodsad sündmused ei ole ainult kaaslaste enesetapp või -katse. Muidugi ei saa välistada, et sekkumine on trigger kellelegi, kel suitsiid varem mõtteist läbi käinud. Inimesed on erinevad – mõnele võib stiimulite esitamine/probleemide lahkamine ärritavalt mõjuda, mõni võib tunda, et pakutud lahendused ei ole piisavad jne. Äkki ta esineb mõnes rühmatöös-rollimängus lollisti ja saab negatiivset tagasisidet? Või jääb noor programmis osalemise tõttu hoopis millestki muust ilma (nt klassiekskursioonist, muuseumikülastusest, trennist, matemaatika õpiabist vms)

Suitsiidipreventsiooni programmides on alati väga oluline eetiline probleem läbi mõelda – safety plan nende jaoks, kes on haavatavad (suitsiidiohvri lähedased, ise akuutselt suitsiidsed vms). SEYLE projektis oli selleks täiesti eraldi meetodika, kuid see on vägagi ressursikulukas ning sisaldab koostööd lastepsühhiaatriga.

Sekkumise mõju tõendatuse aste -- sekkumise mõju hinnanud uuringute kvaliteet meid huvitavas (Eesti) kontekstis

Eksperdid tõid välja, et kontrollrühm peab olema wait-list-is. YAM sekkumist on Eestis rakendatud SEYLE ja WE-STAY projektide raames. Programmi läbiviijateks olid Moreno keskuse psühhoterapeudid ja psühhodraama väljaõppes olnud tulevased terapeudid. Sekkumisi tegid nad alati kahekesi koos.

Sekkumise mõju tõendatuse aste -- sekkumise mõju hinnanud uuringute kvaliteet meid huvitavas (Eesti) kontekstis

Sellesse ülevaatesse kaasati seitse uuringut. Üks oli klaster-juhuslikustatud kontrolluuring, kuhu oli kaasatud kümne Euroopa riigi seas ka Eesti õpilased (1). Kaks uuringut põhinesid nimetatud klaster-juhuslikustatud kontrolluuringu andmetel, st ei teinud ise eraldi sekkumist (2,4). Üks kontrollrühmata enne ja pärast sekkumist tehtud mõõtmistega uuring tehti Austraalia õpilaste seas (3) ning üks Ameerika Ühendriikide õpilaste seas (5).

Kaasati kaks Ameerika Ühendriikides tehtud teostatavuse ja vastuvõetavuse uuringut (6,7).

Kaasati üks kulutõhususe uuring (8).

Uuringute kvaliteet oli madal, mis oli peamiselt tingitud suurest väljalangejate osakaalust, valikulisest tulemuste raporteerimisest, uuringute disainist (eneseraporteeritud andmed, kontrollrühma puudumine).

Võib järeldada, et uuringute tulemused on ülekantavad Eestile, sest uuringud toimusid koolides, läbiviijad olid selleks eraldi koolitatud. Vaid üks teostatavuse uuring ei ole Eesti konteksti otse ülekantav, sest seal oli kasutatud sekkumise läbiviijatena Ameerika Ühendriikide maapiirkondades töötavaid nõunikke (*extension agents* 'e). (6)

Täiendav informatsioon ekspertidelt jt ülevaate koostajatelt

Ekspertidid tõid välja, et kontrollrühm peab olema wait-list-is. YAM sekkumist on Eestis rakendatud SEYLE ja WE-STAY projektide raames. Programmi läbiviijateks olid Moreno keskuse psühhoterapeudid ja psühhodraama väljaõppes olnud tulevased terapeudid. Sekkumisi tegid nad alati kahekesi koos.

Sekkumise sihtrühma (nende inimeste, kellele sekkumine on suunatud) eelistused ja väärtushinnangud

Õpilased raporteerisid, et olid YAMi sekkumisega rahul ja nõustusid, et soovitaks seda programmi teistele koolidele (7)

Ameerika Ühendriikide maapiirkonnas tehtud teostatavuse uuringus selgus, et üldiselt olid õpilased sekkumisega rahul ja soovitsid seda teiste koolide õpilastele. Valdav enamus õpilastest (89,1%) olid nõus, et vaimse tervise ja riskikäitumise programmis võiksid koolis toimuda. Vastanutest 70,3% olid YAMiga rahul ja 61,2% sooviks, et YAMi programm toimuks nende koolis uuesti. Teistele koolidele soovitsid seda 70,7% õpilastest. (6)

Täiendav informatsioon ekspertidelt jt ülevaate koostajatelt

Ekspertide arvates on oluline see, kuidas moodustatakse grupid, kus YAM läbi viiakse. Kui see ühik on klass, siis võivad segada väljakujunenud hierarhiad, suhted õpilaste vahel. Näiteks mõni ei julge/ei taha end väljendada jne. Muidugi on võimalik grupisiseid suhteid, grupidünaamikat muuta (mõju nivelleerida), aga see võtab oluliselt kauem kui sekkumine ajaliselt lubab.

Õpilastele see programm tõesti meeldis. Lisaks sisule on metoodika on huvitav ja haarav (rollimängud, dilemmakaardid). Aga üks meeldimise põhjus võis olla ka see, et said selle programmiga tegeleda koolitundide ajal (asemel).

Veel toodi välja, et Eesti koolid on vaimse tervise sekkumiste osas eriti praegu avatud ning ka õpilaste valmisolek osalemiseks võiks olla piisav. Ülevaatliku kirjelduse järgi tundub programmi ülesehitus ja sisu (kasutatavad meetodid) olla ka meie noorte eelistustele vastavad.

Sekkumise kasu-kaht - mis mille üles kaalub

Sekkumise kasu kaalub üle võimaliku kahju, milleks võib olla õpilaste ebamugavus, kui nad on tuttava inimese suitsiidiga kokku puutunud. Selleks puhuks on YAM sekkumisel konkreetsed võtted – kohe suunatakse kontaktisiku (nõustaja) poole, antakse abiorganisatsioonide info.

Täiendav informatsioon ekspertidelt jt ülevaate koostajatelt

Õpilase ebamugavus võib tulla ka teistest teguritest. Näiteks ei pruugi ta olla valmis end teistele avama, tahta grupis töötada, rollimänge mängida. Ekspertidid rõhutasid, et välja peab töötama nn safety plan-i näiteks juhtudeks, kui õpilane keeldub programmis osalemast või on haavatav. Siiski toodi välja, et programmiga peaks kaasnema kasu enamikule õpilastele.

Sekkumise läbiviimiseks vajaminevad ressursid

Sekkumine nõuab olulisel määral ressursse.

Juhendaja koolitus:

19 500 SEK+KM (u 1890 eur + km) osaleja kohta, lisaks reisi-, majutus- ja elamiskulud neljale koolitajale. Kursused korraldatakse kohapeal 14-18 osalejaga gruppidele.

Programmi materjalid:

50 SEK+KM (u 5 eur + km) YAM-is osaleva noore kohta + saatmiskulu. Mental Health in Mind International AB (MHiM) konsultatsioonitasud ja saidi külastus: 1500 SEK/tund (u 145 eur/tund). Aastas vajatakse konsultatsiooni ca 48 tundi kokku 72 000 SEK + KM/aastas (u 7000 eur/aastas). See konsultatsioon sisaldab tuge koos kohaliku YAM-i saidi loomise, juurutamise nõuanded, juhendajate värbamine, tõrkeotsing, koolituse jätkamine ja võimalik hindamiskonsultatsioon. Käimasoleva YAM-i jaoks arvestatakse üks vähemalt kahepäevane saidikülastus aastas, et tagada programmi läbiviimise täpsus (fidelity). Nende kohapealsete külastuste ajal kohtub MHiM saidi koordinaatori(te) ja juhendajatega ning külastab kohalikku YAM-i kooli.

Saidikülastuse konsultatsioonitasu: 7000 SEK (u 680 eur) päevas ühe koolitaja kohta (kokku 28000 SEK+KM (u 2700 eur + km). Kohalik sait vastutab kahe koolitaja reisi-, majutus- ja elamiskulude eest.

Tõlkimine ja kultuuriline kohandamine:

Kohaliku tõlke kulud, piloodiga seotud kulud ja konsultatsioonitasu.

Soovitavad töjõukulud juhendajatele:

Ligikaudu 12 tundi tasu YAM programmirühma kohta (5 tundi programmi läbiviimine + 7 tundi ettevalmistuseks, logistikaks ja aruandluseks). (9)

YAMi üks piirang on, et sekkumise läbiviijad (juhendajad) peavad olema eraldi treenitud ning ei tohi olla kooli töötajad; sekkumine vajab läbiviimise täpsuse hindamist (fidelity monitoring), mis suurendab kulusid ja toob kaasa logistilisi probleeme. (6)

Linnas on võimalik sekkumist odavalt teostada, sest sekkumise läbiviijad saavad käia mitmes koolis ning vahemaad ei ole niivõrd pikad. Kui kasutada vähem sekkumise läbiviijaid, siis nemad saavad rohkem kogemust ja oskused arenevad kiiremini. Maapiirkonnas on probleemiks logistika. Kui kasutada igas maapiirkonnas kohalikke inimesi, siis on vähem logistika probleeme, kuid läbiviijad ei saa palju kogemusi. Kui kasutada kindlaid läbiviijaid, kes sõidavad erinevates piirkondades, siis see suurendab nende inimeste kogemust, kuid toob kaasa ka reisimise kulusid. (7)

Mitmed koordinaatorid väljendasid muret ootamatute kulutuste pärast. Mainitud lisakulude hulka kuulusid ka suuremate maakoolide hindamismaterjalide kopeerimise kulud, YAMi plakatite lamineerimine, et need oleksid vastupidavamad, suupistete või maiuspalade kaasavõtmine, et julgustada klassis osalemist, ja koolidesse sõitmine. YAMi assistentide reisimine oli eriti keeruline, kuna nad võisid elada teises kogukonnas (töötasid osalise koormusega). Eelarvet kohandati, et maksta YAMi assistentidele kilometraaži põhjal kooli ja tagasi. (6)

Täiendav informatsioon ekspertidelt jt ülevaate koostajatelt

Ekspertid tõid välja, et tõlke ja printimise kulud võivad olla päris suured, sest juhendajatel on manuaalid ning õpilastele on 32-leheküljelised brošüürid, mille peab eestikeelde tõlkima ja printima. Pakuti välja, et veebimaterjalid (sh mobiilis kasutatavad) aitaks printimise kulusid kokku hoida. Broshüürid on nii kahekümnes sajand noorele inimesele.

Oluline on arvestada ka sihtrühma kuuluvate eesti keelt mitte (emakeelena) kõnelevate õpilastega. Nende vajadus ei ole mitte väiksem, pigem võib olla isegi suurem. Programmi veebilehel ei leidnud viidet, et programmi oleks vene keeles läbi viidud. Tõlke ja kohandamise kulud on kahekordsed, kui ka vene keele tahta programmi läbi viia. Kui tahetakse eestikeelset programmi läbi viia ka venekeelsetes koolides, peaks olema materjalid koostatud õpilaste keeletaset arvestades. Kindlasti tuleb arvestada, et lisaks programmi käivitamise kuludele on siin arvestatud püsikuludega (jätkuv konsultatsioon ning tasu iga osaleva õpilase eest).

Materjalid on Eesti-Rootsi vaimse tervise ja suitsidoloogia instituudi (ERSI) poolt eesti keelde ja vene keelde tõlgitud SEYLE ja WE-STAY projekti käigus. Ilmselt oleks need võimalik ERSI-lt saada, tingimused vajavad läbirääkimist. Materjale jagati nii prinditult (õpilastele) kui pdf vormis elektrooniliselt (lapsevanematele, õpetajatele). Sekkumise teeb kalliks koolitus programmi omanike poolt ning kõrged nõuded läbiviijatele (koolis viiakse läbi, aga õpetajad ei tohi seda rakendada, peab olema läbiviija väljastpoolt + assistent).

Eestis on vahemaad lühemad kui Ameerika Ühendriikides ning transpordile kuluvad summad on väiksemad. Vahemaade väiksust tuleb näha võimalusena läbiviijatel jõuda igasse Eesti piirkonda. Küll tuleb siis arvestada sellega, et programm nõuab korduvat koolis käimist, see tähendab, et läbiviija ajakulu on märkimisväärne (ressursikulu selle võrra suurem, nt käia Tallinnast Hiiumaale ühte tundi läbi viimas). Tavapäraselt on raskusi ka just venekeelsete piirkondadega. Samuti on praktiliseks takistuseks sageli ühistranspordi võimaluste piiratus väljaspool suurlinnasid, mistõttu võiks eelistada juhtimisõigust omavaid sekkujaid. USA-s see vist nii tavaline, et keegi seda eriti ei märgi.

Soovustava tegurina nimetati seda, et läbiviija võib olla ka kogemusega noorsootöötaja või sotsiaaltöötaja. Eestis, kus vaimse tervise spetsialistide pöud, on see suur võimalus kaasata teiste erialade esindajaid ennetustöösse. Positiivne, et nii läbiviijate koolitust kui ka konsultatsiooni on võimalik saada Eestile suhteliselt lähedalt.

Sekkumise kulutõhusus

Kulutõhususe analüüsi järgi on YAM kõige kulutõhusam sekkumine võrreldes teiste SEYLE uuringu sekkumistega (Question, Persuade, Refe (QPR) ja Screening by Professionals (ProfScreen)) ennetades nii suitsiidikatsed kui suitsiidimõtteid. (8)

Kas sekkumise tulemusena või selle käigus võib mingi osa sihtrühmast jääda ebavõrdsesse seisu?

Ameerika Ühendriikide kogemus on, et linnas olevates koolides on võimalik sekkumist teha odavamalt, sest sekkumise läbiviijad saavad käia mitmes koolis ning nemad saavad rohkem kogemust ja oskused arenevad kiiremini. Kui kindlad läbiviijad käivad ka maapiirkondades, siis on probleemiks logistika. Kui kasutada igas maapiirkonnas kohalikke inimesi, siis on vähem logistika probleeme, kuid läbiviijad ei saa palju kogemusi. (7)

Seega võivad jääda maapiirkondade koolid ebavõrdsesse seisu.

Täiendav informatsioon ekspertidelt jt ülevaate koostajatelt

Ekspertide arvestades soodustab Eesti väiksus seda, et läbiviijad jõuavad igale poole. Vahemaad ei ole pikad, mh läbiviija võib jõuda pärast sekkumist koju tagasi sõita, siis ei ole Eestis nii suuri logistilisi probleeme nagu Ameerika Ühendriikides. Venekeelse kogukonnaga peab sekkumise läbiviimisel arvestama.

Sekkumise vastuvõetavus (selle korraldamisega ja läbiviimisega seotud osapooltele)

Kõigis analüüsi kaasatud uuringutes järeldati, et YAM sekkumine on osapooltele vastuvõetav.

Lapsevanemate hinnang YAM sekkumisele oli hea, samuti vastasid õpetajad, direktorid jt koolitöötajad, et olid programmiga rahul (7).

Koolid, mis pakkusid sügisel YAMi, tundusid administratsiooni ja õpetajate entusiasmi koguvat ning nende nõusolekute ja lõpetajate osakaal oli suurem. Talve- ja kevadkuudel madalama nõusoleku määra üheks võimalikuks põhjuseks on jooksval õppeaastal toimunud tegevuste mitmekesisus, kus on vähem tähelepanu pööratud teatud programmidele, mis nõuavad vanemate nõusolekut ja õpilase nõusolekut. (6)

Täiendav informatsioon ekspertidelt jt ülevaate koostajatelt

Ekspertid tõid takistavate teguritena välja, et koolidel on palju igasuguseid programme käimas, mistõttu nad ei pruugi leida õppetööst vaba aega, mida YAM-i alla panna. Eelistatult koolis läbiviidava programmi puhul tuleb ka Eestis arvestada kooliaasta rütmiga (koolivaheajad,ksamiperiood jmt).

Ekspertid arvaseid, et üldiselt ollakse vaimse tervise toetamisest siiski huvitatud ja kool mitmes mõttes parim koht sekkumise toimumiskoha

Sekkumise teostatavus

Kõigis analüüsi kaasatud uuringutes järeldati, et YAM sekkumine on teostatav.

Ameerika Ühendriikide kahes osariigis (Montanas ja Texas) tehtud teostatavuse uuringus järeldati, koolide värbamine oli mõlemas osariigis teostatav, kusjuures suur osa koole nõustus esialgu osalema (13 kooli 16st ehk 81,3%) (7). Ka Ameerika Ühendriikide maapiirkondades oli sekkumine teostatav, nõusoleku andnud koolide osakaal oli 71% (6), Euroopa uuringus oli see 72% (1).

Montanas ja Texas erinesid õpilaste värbamismäärad, mis oli tõenäoliselt tingitud erinevatest stiimulitest: Montana, kus värbamismäär oli kõrgem (37% vs 17%), kasutas rahalisi stiimuleid, samas kui Texas pakkunud mitterahalisi stiimuleid. 93% uuringus osalemisega nõustunutest osales alguses hindamises, 84% osales 3. kuu järelhindamises. Texas osales suurem osa õpilastest mõlemas uuringuosas (96,8%), Montanas 78,6%. (7)

Ameerika maapiirkondades tehtud uuringus osalemise nõusoleku andnud õpilastest osalesid alguses hindamises 82,8% ja neist 66,8% osales kolme kuu pärast järelhindamises (6). Austraalia uuringus oli kaks järelhindamist (3. ja 6. kuul) ning kõigis etappides osales 36,5% õpilastest (3).

Üks teostatavuse mõõdik oli ka läbiviimise täpsus (fidelity), mida on kohustus YAM sekkumises hinnata. Uuringus leiti, et YAMi viidi läbi programmi sisu suhtes suure täpsusega, 90% ulatuses vastavalt protokollile. (7)

Üks aspekt, mis toodi välja Austraalia uuringus, oli et järelhindamise küsimuste täitmine oli oluliselt seotud küsitluse meetodiga – veebis täideti rohkem kui paberil (3).

Mõnel juhul oli raskusi sekkumise läbiviimise assistentide sobiva inimese leidmisega, kuna ametikoht oli osalise tööajaga ja ajutine (6).

Täiendav informatsioon ekspertidelt jt ülevaate koostajatelt

Ekspertid arvasid, et Eestis on koolide värbamine ja nõusolekute saamine pigem tõenäoliselt edukas.

Takistavateks teguriteks võib osutada kompetentsete ja püsivate programmi läbiviijate leidmine-hoidmine. Näen, et läbiviijalt eeldatakse tegelikult palju mitmekesiseid oskusi: teadmisi vaimsest tervisest, teadmisi noorte psühholoogiast ja toimimisest, nende motiveerimisest jne, oskust suhteid koordineerida, teadmisi sotsiaal-emotsionaalsest toimetulekust, teraapiaelementide tundmist jne jne, ja peale selle veel ka noortele atraktiivset isiksust. Peab olema väga hästi korraldatud ja läbimõeldud inimeste valik ja väljaõpe, sest oskamatult läbiviidud sekkumine võib olla potentsiaalselt ohtlik- nt tekitada kiusamissituatsioone, kiskuda lahti vanu haavu jne. Peab olema valmis tegelema ka kokkulappimisega. Tarvilik järeelseire ja jätkuva toe kättesaadavuse pakkumine

Eesti kogemus SEYLE ja WE-STAY projektist oli, et uuring on hästi vastu võetud koolides ning koolid koostöövalmid, kui teismelistele midagi sellist pakutakse. Siiski, olid ka mõned koolid, ei soovinud koolitunde selle peale raisata.

Allikad

Wasserman D, Hoven CW, Wasserman C, Wall M, Eisenberg R, Hadlaczky G, et al. School-based suicide prevention programmes: The SEYLE cluster-randomised, controlled trial. *The Lancet*. 2015 Apr 18;385(9977):1536–44.

Barzilay S, Apter A, Snir A, Carli V, Hoven CW, Sarchiapone M, et al. A longitudinal examination of the interpersonal theory of suicide and effects of school-based suicide prevention interventions in a multinational study of adolescents. 2019;

McGillivray L, Shand F, Calear AL, Batterham PJ, Rheinberger D, Chen NA, et al. The Youth Aware of Mental Health program in Australian Secondary Schools: 3- and 6-month outcomes. *International Journal of Mental Health Systems* [Internet]. 2021 Dec [cited 2022 Jan 15];15(1):79. Available from: </pmc/articles/PMC8529373/>

Kahn JP, Cohen RF, Tubiana A, Legrand K, Wasserman C, Carli V, et al. Influence of coping strategies on the efficacy of YAM (Youth Aware of Mental Health): a universal school-based suicide preventive program. *European child & adolescent psychiatry* [Internet]. 2020 Dec 1 [cited 2022 Jan 15];29(12):1671–81. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32025960/>

Lindow JC, Hughes JL, South C, Minhajuddin A, Gutierrez L, Bannister E, et al. The Youth Aware of Mental Health Intervention: Impact on Help Seeking, Mental Health Knowledge, and Stigma in U.S. Adolescents. *The Journal of adolescent health : official publication of the Society for Adolescent Medicine* [Internet]. 2020 Jul 1 [cited 2022 Jan 15];67(1):101–7. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32115325/>

Bailey SJ, Oosterhoff B, Lindow JC, Robecker T, Bryan B, Byerly MJ. Feasibility, acceptability, and fidelity: Extension agents teaching youth aware of mental health. *Journal of Rural Mental Health* [Internet]. 2021; Available from: <https://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=psyh&AN=2021-13046-001&site=ehost-live>

Lindow JC, Hughes JL, South C, Gutierrez L, Bannister E, Trivedi MH, et al. Feasibility and Acceptability of the Youth Aware of Mental Health (YAM) Intervention in US Adolescents. *Archives of suicide research : official journal of the International Academy for Suicide Research* [Internet]. 2020 Apr 2 [cited 2022 Jan 15];24(2):269. Available from: </pmc/articles/PMC6942243/>

Ahern S, Burke LA, McElroy B, Corcoran P, McMahon EM, Keeley H, et al. A cost-effectiveness analysis of school-based suicide prevention programmes. *European child & adolescent psychiatry* [Internet]. 2018 Oct 1 [cited 2022 Jan 15];27(10):1295–304. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29442231/>

Mental Health in Mind International AB. What is YAM? [cited 2022 Feb 6]; Available from: https://www.y-a-m.org/wp-content/uploads/2021/03/201126_ID2_Short-Implementation-Guide_A4.pdf