

Sotsiaaltöö

SOTSIAALTÖÖ JA SOTSIAALPOLIITIKA ERIALAAJAKIRI

Asutuste ja kohalike omavalitsuste
head kogemused

Mis viis lastekaitsetöötajaid
otsuseni ametist lahkuda?

Traumateadlik elulootöö
asenduskodu lastega

Dementsusega inimeste omastehooldajate
võimestamine tugigruppide abil

Mobiilne noorsootöö

Ajakiri Sotsiaaltöö aitab kaasa sotsiaalvaldkonna töötajate professionaalsele arengule ja silmaringi laiendamisele. Tervise Arengu Instituudi ja sotsiaalministeeriumi väljaantavast ajakirjast saab lugeda uurimistulemusi ja teoreetilisi ülevaateid sotsiaaltööst ning sotsiaalpoliitikast; kogemuslikke, nõuandvaid ja informatiivseid artikleid, mis on toeks kõigile, kes puutuvad kokku sotsiaaltöoga.

Sotsiaaltöö paberajakiri ilmub neli korda aastas: veebruaris, mais, septembris ja detsembris. Tiraaž on 1000 eksemplari. Ilmub 1997. aastast.

Loe artikleid veebis!

Artikleid saab lugeda ka Sotsiaaltöö veebilehel. Veebis on pidevalt uuenev sündmuste ja koolituste kalender.

Liitu uudiskirjaga!

Telli tasuta e-uudiskiri, mis sisaldab ajakirja ja valdkonna olulisemaid uudised, värskeid ülevaateid, veebiartikleid ja sündmusi.

Telli ajakiri!

Tellimuse saab vormistada ajakirja veebilehel.

Teeme koostööd!

Kaastöid ja koostööettepanekuid ootame toimetuse meiliaadressile ajakiri@tai.ee.

Uuri lisaks: www.tai.ee/sotsiaaltöö

Toimetuse kolleegium

Asgeir Falch-Eriksen, Mailiis Kaljula, Riina Kiik, Kadi Lauri, Maarja Kraisk-Leosk, Eike Käsi, Valter Parve, Riho Rahuoja, Hede Sinisaar, Judit Strömpl, Piret Tamme, Karmen Toros, Taimi Tulva, Meeli Tuubel.

Toimetus

Vastutav toimetaja Regina Lind

Toimetaja Kairiin Nuudi

Kaastoimetaja Helve Hennoste

Kontakt

Tervise Arengu Instituut, Hiiu 42, 11619 Tallinn

Tel 659 3931, e-post ajakiri@tai.ee

www.facebook.com/ajakiriSotsiaaltöö

Trükk: AS Spin Press



**Tervise
Arengu
Instituut**



SOTSIAALMINISTEERIUM

SISUKORD

Eessõna

Kairit Lindmäe.....2

Persoon

Imbi Ivask: „Laste usaldust on raske pälvida, aga sellest oleneb kõik.“

Kristina Traks3

Korraldus

Võlanõustamisteenuse arendamisest

Kaie Pukk8

Projekt

Kohila valla kogemus isikukeskse erihoolekande mudeli rakendamisel

Triin Voodla..... 13

Kommentaar

Merilin Niilop; Piret Pent-Miiling ja

Kaili Käesel-Maastik17

**Sotsiaaltranspordi ühise korraldus-
mudeli katsetamine Pärnumaal**

Andrus Kärpuk, Külliki Kübar.....18

Kommentaar

Priit Ruut, Tarmo Kurves 23

Töötukassa ja omavalitsuste

koostööprojekt – ühiselt jõuab kaugemale

Kati Madisson, Karin Kiis 24

Kommentaar

Ruth Maar ja Ere Vaidla; Evelin Ehasalu;

Marelle Erlenheim 27

Kogemus

**Käo Tugikeskus – inimnäoline
asutus Tallinnas**

Jane Langemets..... 30

Perepesa toetab laste ja perede heaolu

Kristel Patzig..... 36

**Kinnise lasteasutuse teenus Hiiumaa
sotsiaalkeskuse noortekodus**

Eve Voogla, Enelis Linnas 41

**Koduhooldus – lahendus riigile,
elanikule ja tööturule**

Ave Kütt..... 46

Sotsiaalpoliitika

Teenused ja majad ehk teenusmajad

Jüri Kõre.....52

Metoodika

Traumateadlik elulootöö

asendushooldusel kasvavate

laste identiteedi toetamiseks

Judit Strömpl 60

Mobiilne noorsootöö aitab jõuda

keerulistes oludes noorteni

Triin Mäger 70

Urimus

Dementsusega inimeste

omastehooldajate võimestamine

tugigruppide abil

Merle Varik..... 75

Mis viis otsuseni ametist lahkuda?

Lastekaitsetöötajate

kogemuslood

Kristiina Meinberg-Kadai..... 83

Mõtisklus

Ole iseenda terapeut!

Valter Parve..... 93

EESSÕNA

Üksteise abistamine on sama vana kui inimkond. Tänapäeval on osa abist süsteemne professionaalne tegevus, mida nimetame sotsiaaltööks. Välja on kujunenud erinevad abimeetmed, nii teenused kui ka toetused. Inimkond areneb, vajadused ja väärtused muutuvad ja sellega käsikäes muutub ka sotsiaaltöö. Viimase 30 aastaga on sotsiaalvaldkonnas toimunud väga suur areng, rõhk on hea tasemega ja inimese vajadustest lähtuvate teenuste kujundamisel.

Kriiside tõttu, mis on viimastel aastatel Eestit ja maailma tabanud, on muutumas ka arusaam sellest, mis tagab sotsiaaltöö kvaliteedi: on hakatud märkama sotsiaalvaldkonna töötajad, töö vahetat tegijat. Seda inimest, kelle tegevusest sõltub teiste heaolu, kes on nende toetaja ja hoidja.

Teisi aidata on väljastpoolt vaadetes justkui lihtne. Töö sotsiaalvaldkonnas aga valivad sageli väga empaatilised ja tundlikud inimesed, kellel on oht ise kiiresti läbi põleda. Seetõttu on oluline juba elukutse valikul endale selgeks teha, miks valitakse sotsiaaltöö, kas suurest soovist teisi aidata, päästa või olla kasulik toetades ja jõustades. Siin on oluline ja sisuline vahe. Sageli ei pea kaua vastu just need, kes soovivad teisi altruistlikult aidata. Tuleb teadvustada, et vastutus oma elu ja vajaduste eest lasub enamasti abi vajajal endal ning kõrvalt saame olla suunajaks ja toetada valikute tegemisel. Sotsiaaltöötaja on inimese kõrval kõige keerulisemates eluolukordades. See eeldab eriteadmisi ja -oskusi, kuid ka emotsionaalset seotust oma tööga ning võimet sellega toime tulla.

Muutuv ühiskond eeldab muudatusi ka tööandjalt, kelle ülesanne on märgata ja toetada töötajaid. Nii mõneski sotsiaalala asutustes aga puudub veel töötajate enesehoiu toetamise süsteem ja tugi on pigem juhuslik. Selle põhjus on, et töötaja toetusvajadust mõistetakse vähe. Aga näen, et ka see on muutumas.

Eesti Sotsiaaltöö Assotsiatsioon (ESTA) on hakanud arendama sotsiaalvaldkonna töötajate mentorlust, et paremini toetada nende enesehoiu ja arengut. Soovime luua sotsiaalala mentorite registri, mis koondab valdkonna eksperte, kes on läbinud baaskoolituse. Kogemuste ja teadmiste jagamine lubab praktikutel osutada kvaliteetsemat abi, mis on sotsiaalvaldkonna jätkusuutliku arengu alus.

ESTA ühendab sotsiaaltööd väärtustavad ja valdkonna arengu eest seisvaid inimesi kogu Eestis. Seda juba 18 aastat. Teeme koostööd ainulaadse erialaajakirjaga Sotsiaaltöö, kus kajastatakse valdkonna arengut ja kogemusi juba 25 aastat. Ajakiri on sotsiaalala töötaja tegevust toetav lugemisvara. Lugesed teiste kogemustest ja võimalustest, saame ise teadlikumaks, areneme ja teeme paremaid valikuid iseenda ning kliendi jaoks. Iseenda arengu kaudu mõjutame ka keskkonda enda ümber.

Sotsiaaltöö on selle töö tegija elustiil, missioon. Mis toetab sind, hea sotsiaalvaldkonna töötaja? Mida vajad sina?



Kairit Lindmäe

ESTA juhatuse esimees

Foto: erakogu



Kristina Traks
ajakirjanik

Imbi Ivask: „Laste usaldust on raske pälvida, aga sellest oleneb kõik.“

„Teeme kõik selleks, et lastel oleks siin võimalikult hea olla ja kui nad meie juurest lahkuvad, saavad nad oma eluga hakkama,“ võtab Siimusti lastekeskuse Metsatareke juht **Imbi Ivask** kokku oma töö missiooni. Tänavusel sotsiaaltööpäeval tunnustati Ivaskit aasta hoolekandējuhi tiitliga ja Metsatareke sai aasta sotsiaalvaldkonna asutuse tiitli.



Foto: Kristina Traks

Jõgeva külje all Siimusti lastekeskuses elab kolm peret, igas kasvab kuus last. Perekodu teenus ongi lastekeskuses peamine, kuid tegemisi on veelgi. Siin tegutseb ka nelja kohaga turvakodu, mis on ümbruskonnas ainuke ja mille kohtadele pretendeerivad ka lapsed kaugemalt. Samuti osutatakse kodust lastehoiuteenust sügava ja raske puudega lastele ning järelhooldusteenust neile, kes on juba suureks sirgunud ja tegemas samme iseseisvasse ellu.

Viimased neli aastat toimib Siimusti lastekeskuses perevanema-süsteem, mis tähendab, et igal perel on kaks-kolm vanemat, kes töötavad nädala kaupa. Varasema kasvatajate süsteemiga käis ühe päeva jooksul perest läbi mitu kasvatajat ja lastel ei tekkinud nendega nii tihedat sidet. Usalduslik side ja vastastikune usaldus aga on selles vallas kõige alus.

Siimusti lastekeskust on kaheksa aastat juhitud Imbi Ivask.

Avas algkooli ja pani selle ka ise kinni

Tal on tugev haridusjuhi taust, sest enne Siimustisse tulekut töötas ta Luua algkooli juhina. Naljatoonil ütleb, et on ilmselt Eestis ainuke koolijuht, kes on rajanud kooli nullist ja selle ise ka kinni pannud. Asutati ju Luua algkool 1992. aastal lapsevanemate initsiatiivil. „Kooli oli tulemas 11 last ja vanemad käisid tollase Luua metsanduskooli direktori Villu Reiljani jutul ning said kooli jaoks kasutusse hoone. Parematel aegadel õppis selles neljaklassilises koolis lausa 43 õpilast,“ meenutab Ivask. Temal oli koolijuhina alustades olematu juhtimiskogemus, töötanud oli ta vaid algklassiõpetajana, kuid oli täis julget pealehakkamist. Kõike tegi ta aastase lapse kõrvalt.

Julge samm oli hakata juhtima ka lastekeskust, kus töö on hoopis midagi muud kui algkoolis. Ivaskit aga on alati aidanud põhimõte, et ta ei põe viltu läinud asjade pärast ja on valmis proovima midagi uut. See omadus on väga oluline, kui töötad traumeeritud lastega.

Selles töös on vaja olla meeskonnamängija, peab julgema näidata oma emotsioone ja eelkõige olema inimene.

„Igaühel neist on kaasas oma nn seljakott ja igale lapsele tuleb läheneda väga individuaalselt. Ei ole teada, mis lapsega toimub, ega tulemustki ette tea.

Kõigi laste lugusid kahjuks ei õnnestu meil siin ümber kirjutada, aga neil, kes tulevad meie juurde nooremana ja veevad siin rohkem aega, on paremad

võimalused saada elus hästi toimetulevaks inimeseks,“ sõnab ta. „Püüame olla nagu tavaline kodu. Tõsi aga on, et meiegi peame valima, keda vastu võtame. Me ei saa võtta väga traumeeritud last, kes võib olla ohtlik siinsetele elanikele.“

Ivask nendib, et teismelistega on keeruline ja ega 15-aastast enam ümber kasvata. Tihti lõpetavadki need lapsed kinnises asutuses, kuid tuleb ette ka positiivseid erandeid. Ivask meenutab näiteks lugu ühe noormehega, kes 12–13-aastasena tegi lastekeskuses igasugu vempusid ja veetis aasta kinnises lasteasutuses. See aasta aga pani noormehele aru pähe. Ivask kiidab väga Maarjamaa hariduskollegiumi, kus suhtlemine noormehega ja kontakti hoidmine Siimusti lastekeskuse perevanematega oli väga toetav ning sellest tõesti tõusis kasu. „Noormees ei saanudki rajalt kõrvale kalduda ja ka ta ise ütles, et sellest aastast oli palju abi,“ sõnab Ivask.

Kohad lastekeskuses on pidevalt täis

Imbi Ivaski sõnul on kohad lastekeskuses pidevalt täis. „Vajadus asendushoolduse ja perekoduteenuse järele on suur. Omavalitsustele olen pidanud palju ära ütleva ja tean, et ka mujal on sama küsimus aktuaalne,“ räägib Ivask. „Riik küll propageerib hoolduspereteenust, kuid see eriti ei toimi. Hooldusperesid lihtsalt ei ole. Eesti inimene pole valmis võtma võõraid lapsi enda juurde elama. Väikesi veel, kuid teismelisi mitte.“

Miks on lastekeskustes kohad pidevalt täis? Varem kasvasid lastekodudes lapsed, kellel polnud vanemaid, tänapäeval on orbusid haruharva. Lastel on vanemad, kuid nad lihtsalt ei saa oma eluga hakkama ja sellepärast tekivad lastega probleemid. „Vanematel on oma lapsepõlvest pärit mured. Lapsed on tihti jäetud omapäi ja

võtavad endale vanemate eest vastutuse, püüavad jõustada oma vanemaid. Mingil hetkel läheb see vanker aga uppi, sest nad on ju lapsed,“ räägib Ivask. „Näiteks pere, kus kasvas viis last, kõige vanem, 14-aastane poiss oli teistele isa eest. Tema viis väiksemaid lasteaeda ja kui neid lasteaeda viia ei saanud, oli nendega kodus, küttis kodu, tegi süüa. Muidugi jäi õppimine unarusse. Lugu lõppes sellega, et kord pliidi alla tuld tehes oleksid poisid maja peaaegu maha põletanud. Alles siis reageerisid naabrid. Aga see lugu oli kestnud juba kümme aastat.“

Märka!

Jõuame siit sujuvalt väga valusa teema juurde. Kuidas saab üldse juhtuda, et keegi midagi aastate jooksul ei näe ega kuule? Ivask kehitab õlgu ja ütleb, et temalegi on see üsna arusaamatu. „Isegi kui naabri koer väga meeleheitlikult haugub, lähen vaatan, et äkki on midagi juhtunud ja abi vaja,“ sõnab ta. „Ju on aga meie olemus selline, et me naljalt naabri asjadesse ei sekku. Vaiksalt läheb küll paremaks, kuid eelarvamused on siiski väga tugevalt juurdunud. Näiteks eelarvamuslik suhtumine lastekaitseametnikesse, erikooli ja asenduskodusse. Need eelarvamused tulevad Nõukogude ajast, kuid tänapäeval on need asutused hoopis midagi muud kui toona.“

Ohumärk, mida naabrid võiksid tähele panna, on Ivaski sõnul see, et lapsed on kogu aeg, hommikust õhtuni õues. Nad võivad istuda näiteks bussipeatuses telefonis või hulkuda mööda linna, kuid nad ei lähe mingil põhjusel koju. Ohumärk on ka kõrvalkorterist kostev kisa, lärm ja lapse nutt. Mõnikord annavad esimese signaali õpetajad, kellel on kohustus hädas olevast lapsest teatada. Tuleb ka

ette, et teismelised otsivad ise abi, sest lapsi haritakse koolis nende õiguste ja abi saamise võimaluse kohta. „Tean päris paljusid lugusid, kui teismelised on ise lastekaitseesse või lasteabisse helistanud. Aga nad võivad helistada ka siis, kui ema sunnib neid tuba koristama või ei osteta neile piisavalt uhket telefoni. Ka meie praktikas on juhtum, kui politsei tõi lapse siia. Meie juures oli nii tore olla, sestap hakkas neiu sõbrannadele õpetama, mida tuleb teha, et ka siia saada.“

Ka täiesti tavalistele vanematele paneb Ivask südamele, et lastekaitset ei ole vaja karta, vaid pigem näha selles liitlast. „Ei ole nii, et kui lastekaitsega on tegemist, siis võetakse laps kohe ära,“ ütleb ta. „Pigem on lastekaitse koht, kuhu saab pöörduda, kui lapsega on probleem. Saab küsida nõu, osaleda mõnel koolitusel. Kui tekib tunne, et lapsega pole kontakti, näiteks ta aina istub arvutis kinnise ukse taga, siis oleks õige otsida abi, kas või õpetaja, koolipsühholoogi või eripedagoogiga nõu pidada.“

Mul on laste lood kogu aeg kaasas, seda tööd ei saa teha nii, et töövälisel ajal sellele üldse ei mõtle.

Kuulan Ivaski juttu ja pähe hiilib mõte, et tänapäeval on vist väga raske laps olla. „Mulle tundub ka mõnikord nii! Hämmastav, et tänapäeva lastel on kogu aeg igav. Nad tahavad olla vaid telefonis ja arvutis, aga kõik muu aeg on igav, ükskõik, mida neile välja pakkuda. Toast välja minemine on kui karistus ja kogu aeg peab olema sisustatud. Näiteks kui meil on matkale või teatrisse minek, siis sellele eelneb pöörane eeltöö, et lapsi üldse

sinna meelitada. Aga kui üritus läbi saab, on nad väga vaimustuses,” kirjeldab Ivask.

Ühtne meeskond

Ivask kiidab soojade sõnadega oma 13-liikmelist meeskonda. See on äge seltskond, kes üksteist inspireerib ja laeb. Teisiti ilmselt ei saakski, sest töö lastega on täis üllatusi: ükski päev ei sarnane siin teisega, see on kindel!

Töö lastega on täis üllatusi: ükski päev ei sarnane siin teisega, see on kindel!

Rakendatakse ka meetmeid läbipõlemise vastu. Näiteks korraldavad lastekeskuse töötajad isekeskis nii-öelda kaduneljäpäevi: saadakse kellegi juures kokku ja vabas vormis lastakse auru välja. „Räägime kõigest: tööst, isiklikust elust, kui tarvis, siis kirume. Seda on vaja teha, sest ei saa nii, et hoiad kõik enda sees,” ütleb Ivask. Samuti teeb tema meeskond mõnikord spontaanseid väljasõite, näiteks minnakse koos vaatama mõnd teatrietendust või võetakse lausa mõni pikem reis ette. Tänavu esimesel aprillil üllatas Ivask töökaaslasti kutsega sõita nädalavahetuseks Viini. Paljud pidasid seda aprillinaljaks, aga nii see sugugi polnud. Viinis käidigi seitsmese pundiga ära. Umbes samamoodi on lastekeskuse töötajad koos ka Türgis käinud.

Liidab ka mõni hea ja mõtlemapanev koolitus. Ivask on vaimustuses (tema enda sõnad!) MTÜ Igale Lapsele Pere koolitusest „Usalduslikel suhetel põhinev sekkumine“. „Sellist meetodit kasutavad miljööteraapilised kodud ja minu arvates on see suurepärane arusaam, kuidas leida tasakaal, märgata probleeme ja kuidas saab laste käitumist ümber kirjutada. Saime kogu meeskonnaga

neli päeva seda koolitust ja hakkame nii tegutsema. Laste usaldust on raske pälvida, kuid sellest oleneb kõik,” sõnab Ivask.

Oma meeskonna kiituseks ütleb Ivask veel, et nad kõik on suure empaatiavõimega ja ega teisiti saakski. „Meie perevanemal ei piisa, et ta on viis last suureks kasvatanud ja armastab väga lapsi. Vaja on olla meeskonnamängija, peab julgema näidata oma emotsioone ja eelkõige olema inimene.“

Ivask on juht, kelle telefon on oma töötajatele ja lastekeskuse kasvandikele avatud kogu aeg. „Mul on nangunii ju laste lood kogu aeg kaasas, seda tööd ei saa teha nii, et töövälisel ajal sellele üldse ei mõtle. Niisiis olengi pidevalt kättesaadav ja pean ütleva, et seda ei kasutata kurjasti ära,” sõnab Ivask.

Ehk vaid lauluproovi ajal võib juhtuda, et Ivaski telefon ei vasta (aga siis helistab ta hiljem ise tagasi). Nimelt on tema suur armastus koorilaul ja proovist Ivask juba naljalt ei puudu. Palamusel tegutsev segakoor Kuus Õuna on üks tore sõpruskond. „Meie segakoor on täies jõus ja isegi koroonaga ei ole teda räsitud. Laulsime koroonaga ajal kooriliikmete juures salaja,” muigab Ivask.

Suur tunnustus

Peame rääkima ka tunnustusest aasta sotsiaalasutus ja aasta sotsiaalasutuse juht. „Meie valdkonnas on see väga suur tunnustus. Konkureerisime ju suurte tegijatega: haiglatega, teraapiakeskuste, teiste perekodudega. Olime teistest nominentidest kõige väiksemad ja minu jaoks oli selline tunnustus täielik üllatus. Jalga lausa värises, kui auhinna järele läksin,” sõnab Ivask. „Ega ma täpselt ei tea, mida nad meie juures hindasid või miks meid valisid, sest teeme ju lihtsalt oma igapäevast tööd ja ega mina seda üksi tee – ikka koos oma tubli meeskonnaga, toetajate ja sponsorite abiga!“

KOMMENTAAR

Hooliv ja hea koostöövõimega juht

„Meil käinud väliskülalised on olnud lummatud Siimusti lastekeskuse tööst ja ühe delegatsiooni juht ütles lausa, et ta tuleks heameelega sellisesse asutusse perevanemaks. Imbi Ivask on väga emotsionaalne ja hooliv oma kaastöötajate, laste ning koostööpartnerite vastu,“ kiidab **Aime Meltsas**, Jõgeva vallavalitsuse sotsiaalosakonna juhataja.

Kui Jõgeva vallavalitsus esitas Siimusti lastekeskuse Metsatareke aasta sotsiaalvaldkonna asutuseks kandideerima, oli vaja tuua sisulisi näiteid töökultuuri arendamisest ja uuendustest. Järgneb kirjeldus kandidaadi esitamise vormilt:

„Ühe näitena toome välja eelmisel aastal Silvi peremajas tehtava suurepärase koostöö näite. Silvi peremajas elavad pereemad ja kuus last, kes perena remontisid oma elukeskkonda. Eriliseks tegi selle asjaolu, et remonti ei soovitud tegema tuua ühtegi ehitusfirmat, vaid sooviti kõik tööd teha koos lastega ise, kaasates ka asutuse majandusmeest. Tegemist oli tõelise perekonna meeskonnatööga, mis kõnetas ka sel perioodil meie valda külastanud Gruusia väliskülalisi, kes olid meie Siimusti lastekeskuse Metsatareke tööst lummatud. Lapsed valisid ise enda tuppa nii tapeete, põrandakattematerjale kui ka mööblit. Samal ajal juhendasid pereemad ka lapsi eelarve koostamisel selliste mitte just igapäevaste väljaminekute planeerimisel. Lapsed olid kaasatud nii remondiks vajalike asjade ostmisse poodides kui ka remonditegevusse.“

Meltsase sõnul on Imbi Ivaski koostöövõime ja avatud mõttelaad silma hakanud paljudele ettevõtetele ja eraisikutele, kes on soovinud panustada laste vaba aja tegevusse. Sõprade ja toetajate abil on Metsatareke hoovile rajatud tasakaaluliin, rannatennise- ja võrkpalliväljak, korda tehtud vana võrkpalliplats. Koguni üks maja, kus elab kaks peret, on ehitatud eratoetajate abil ja teise maja remondiks on Imbi Ivask samuti leidnud sponsorid. „Oskus leida vahendid ja võimalused on juhile väga oluline ja Imbi leiab alati võimalused,“ ütleb Meltsas. „Kiiduväärt on suhtumine, kui riigi vahendeid ei jätku või pole, saavad asjad ikkagi tehtud.“

Veel ütleb Meltsas, et Siimusti lastekeskuse juht on vallavalitsuse ja valla lastekaitseametnike väga hea koostööpartner. „Oleme uhked, et meie koostöö toimib hästi. Lastega on Imbil ja ka meie lastekaitse peaspetsialistil hea koostöö. Lapsed saavad helistada mõlemale. Meie suhtleme omavahel, seega saame last ka kõige paremini aidata,“ räägib Meltsas. „Usaldus ja konfidentsiaalsus on selles töös peamine. Kui need kriteeriumid on täitmata, ei teki lastega kontakti. Imbil aga on lastega väga hea kontakt. Tema telefon on nendele alati avatud.“

**Kaie Pukk***hoolekande osakonna nõunik, sotsiaalministeerium*

Võlanõustamisteenuse arendamisest

Võlanõustamisteenus on kohaliku omavalitsuse korraldatav kohustuslik teenus, mille eesmärk on parendada teenuse saaja majanduslikku olukorda. Sel aastal tehti sotsiaalhoolekande seaduses muudatus ja kohalikel omavalitsustel tuleb toimetulekutoetuse saajatest täitemenetlusvõlgnikele tagada võlanõustamisteenus.

Eestis on probleemiks suur võlgnike arv ja võlgade kogumaht. Võib arvata, et energiahindade ralli ja ebastabiilne majanduslik ning poliitiline olukord räsivad inimeste toimetulekuvõimet veelgi. Märtsi 2020 seisuga oli justiitsministeeriumilt saadud andmestikul põhineva analüüsi järgi (Sinisaar ja Kaldmäe 2021) kokku 87 095 isikut, kelle suhtes oli algatatud täitemenetlus. Aasta hiljem oli kohtutäiturite ja pankrotihaldurite koja andmetel täitemenetlus algatatud peaaegu 97 000 (96 625) isiku suhtes, kellel oli üle 507 000 võlgnevuse kokku summas 1,5 miljardit eurot.

Ootuspäraselt oli kõige suurem täitemenetlusvõlgnike¹ arv Harjumaal (24 605 inimest), järgnesid Ida-Virumaa (9600), Põlvamaa (6119)

ja Lääne-Virumaa (4107). Kui aga vaatame võlgnike osakaalu maakonna 20–64-aastastest elanikest (joonis 1), siis näeme, et see on kõige suurem Ida- ja Lääne-Virumaal ning Valgamaal.

Julianus Inkasso iga-aastasest Eesti eraisikute maksehäirete² ülevaatest selgub, et makseraskustesse sattunud inimeste arv on viimastel aastatel püsinud langustrendis: 2022. aasta märtsis oli vähemalt üks maksehäire 84 090-l, aasta varem 91 000 isikul. Seevastu on keskmine võlasumma aasta-aastalt aina suurem: tänavu oli see 3048 eurot ühe võlgniku kohta, eelmisel aastal ligi 2900 eurot. Kuigi eelmise aastaga võrreldes on ka viie või enama maksehäirega isikute arv vähenenud (2021. aastal 14 041, 2022. aastal 12 571 isikut), on siiski

¹ Täitemenetlusvõlgnikud – isikud, kelle suhtes on vähemalt ühel korral algatatud täitemenetlus võla sissenõudmiseks.

² Maksehäire on võlgnevus lepingupartneri ees. Selles ülevaates ei arvestatud maksehäiretena parkimistrahve ega prügiveo arveid, sest need ei näita otseselt maksevõimet.

enam kui pooltel võlglastel kaks või rohkem maksehäiret ning 15% võlglastel viis või enam maksehäiret. Väga hea ülevaate olukorrast annab Krediidituru uuring (Espenberg jt 2021).

Täpset võlgnike koguarvu on ilma täiendava uuringuta välja tuua keeruline. Võlgnikul, kelle suhtes on algatatud täitemenetlus, võib samal ajal olla ka võlgu, mida nõuavad sisse inkassoettevõtted. Samas on ka inimesi, kelle kõik võlad on täitemenetluses kohtutäituri käes või neid, kelle võlgu nõuavad sisse ainult inkassoettevõtted. Samuti tuleks arvesse võtta need, kes on sõlminud võlausaldajatega kokkuleppeid ning nende võlg ei ole veel inkassofirmasse ega kohtutäituri kätte jõudnud.

Kohtutäiturite ja pankrotihaldurite koja hinnangul võib praegu Eesti elanikest koguni 250 000 olla võlgades, kellest omakorda 123 000 on võlgadega tõsisemas hädas.

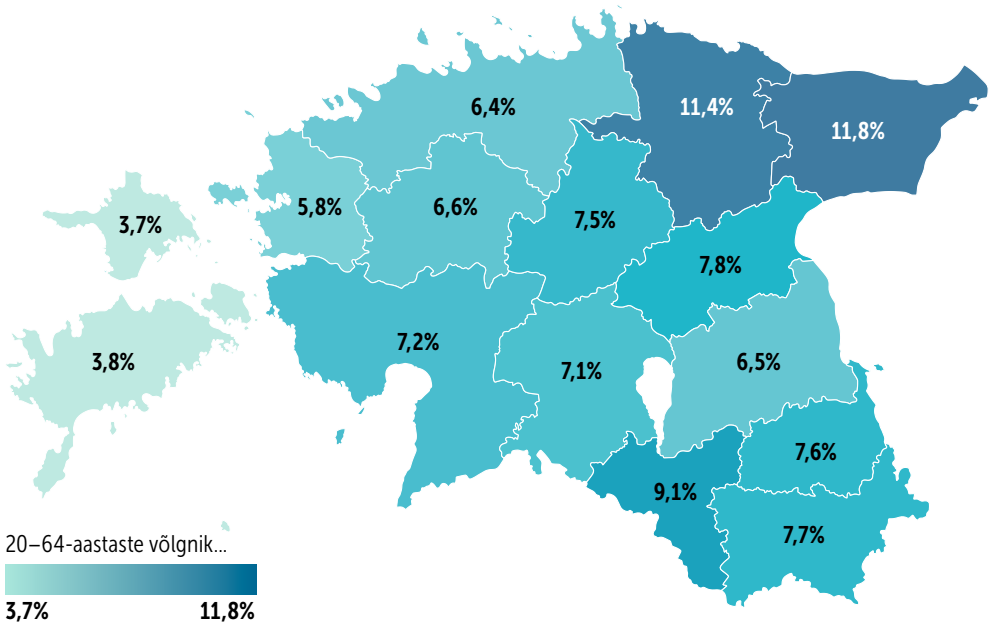
Võrdluseks kasutab aga samal ajal kohalike omavalitsuste korraldatavat

võlanõustamisteenust aastas umbes 2000 inimest.

Omavalitsuste ja töötukassa osutatav võlanõustamisteenus

Teenuse kättesaadavus kohalike omavalitsuste kaudu järjest paraneb: kui 2018. aastal osutati seda vaid 30 omavalitsuses, siis 2021. aastal juba 56-s. Kuid ikkagi 23 omavalitsust 79-st teenust ei korraldanud.

Võlanõustamisteenus on kohaliku omavalitsuse korraldatav kohustuslik teenus, mille eesmärk on parendada teenuse saaja majanduslikku olukorda. Teenuse alla kuulub nii preventiivne tegevus, mille eesmärk on probleemsete või potentsiaalselt probleemsete tarbimisharjumustega inimeste nõustamine võlgnevuste vältimiseks ja eelarve kontrolli alla saamiseks kui ka juba (tõsistes) majanduslikes raskustes inimeste abistamine (sh kohtutäituritega läbirääkimine, võlgade ümberkujundamine, kohtus esindamine jne).



Joonis 1. Täitemenetlusvõlgnike % maakonniti. Andmed seisuga 01.03.2020 (Sinisaar ja Kaldmäe 2021).

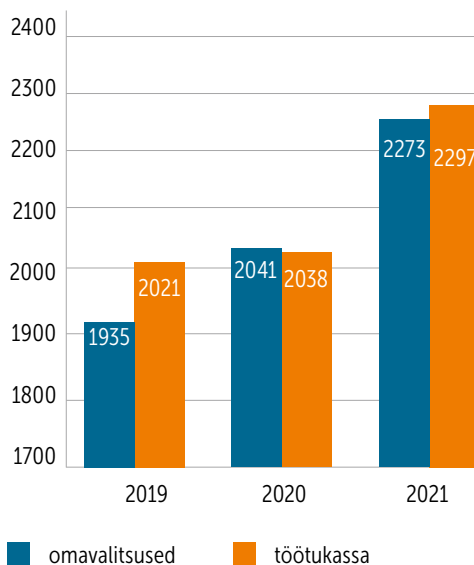
Ehk siis võlanõustaja juurde võib minna nii tõsisemate probleemide korral kui ka siis, kui pole veel võlgnevusi tekkinud, aga vaja on abi, et enda või pere rahaasjad üle vaadata.

Teenust saab osutada ka veebilahendusi silmast silma kohtumistega kombineerides.

Tasuta võlanõustamisteenust osutatakse registreeritud töötutele ning koondamisteaate saanud töötajatele ka töötukassa kaudu. Samuti saab võlanõustaja vastuvõtule pöörduda otse, suunamiseta, ja tasuda oma teenuse eest ise, kuid need pöördumised praegu veel võlanõustamise statistikas ei kajastu.

Joonis 2 annab ülevaate aastatel 2019–2021 kohalike omavalitsuste ja töötukassa korraldatud võlanõustamisteenust saanud isikute arvust.

Ainuüksi täitemenetluses olevate võlgnike arvu võlanõustamisteenust saanute arvuga võrreldes on näha, et väga paljud inimesed on jäänud abita.



Joonis 2. Võlanõustamisteenust saanud isikute arv, 2019–2021

Allikas: S-veeb ja töötukassa

Sel aastal tehti võlanõustamisteenusega seoses sotsiaalhoolekande seaduses muudatus ja kohalikel omavalitsustel tuleb toimetulekutoetuse saajatest täitemenetlusvõlgnikele tagada võlanõustamisteenus. Ka varem pidi KOV korraldama võlanõustamisteenust, aga nagu eespool märgitud, ei täida kõik seda kohustust. Töötukassa võlanõustamisteenus on mõeldud töötutele ega kata kõiki vajadusi. Võlanõustajad ja kohtutäiturid on välja toonud probleemi, et kohaliku omavalitsuse sotsiaaltöötajad nõustavad võlgnikke ise. Kui neil aga pole selleks eriettevalmistust, siis ületavad nad oma pädevuse piire ja võivad sellega teha kasu asemel hoopis kahju. Võlanõustajal peavad olema väga spetsiifilised teadmised nii sotsiaaltööst, nõustamisest kui ka juriidilistest küsimustest.

Võlgnike toetamise ja võlgade vähendamise töögrupp

Veel kaks aastat tagasi tegelesid ministriumid võlgnike ja võlaküsimustega pigem eraldi, kuid üha enam oleme leidnud mõttekaaslasi, et ühiselt probleem seljatada. Kompleksse probleemi saab lahendada vaid osaliste ühise pingutusega.

Teadsime mõningaid võlgnike ja võlgadega seotud probleeme, kuid puudus terviklik ülevaade ja tegevuskava või -plaan, mida koos ette võtta, et probleemi ennetada ja lahendada. Kevadel 2021 kohtusid esimest korda ministriumide ja organisatsioonide esindajad, kes moodustasid võlgnike toetamise ja võlgade vähendamise töögrupi. Sinna kuuluvad rahandusministeeriumi, haridus- ja teadusministeeriumi, justiitsministeeriumi, sotsiaalministeeriumi ja siseministeeriumi, kohtutäiturite- ja pankrotihaldurite koja, finantsinspektsiooni, tarbijakaitse ja tehnilise järelevalve ameti, töötukassa, võlanõustajate liidu, linnade ja valdade liidu ning politsei- ja piirivalveameti esindajad.

Esimese asjana tegime kindlaks võlgniku teekonna ja probleemid ning selgitasime välja

erinevas võlaetapis probleemide lahendamise võimalused.

Tasuta võlanõustamisteenust osutatakse abivajajale nii kohaliku omavalitsuse kui ka töötukassa kaudu.

Probleemid võiks jagada kolme rühma.

1. Inimeste vähenemine teadlikkuse, abi saamisel kui ka lepingutest aru saamisel. Perekondlik sõltuvus ja järjepidevus. Väga lihtne on saada kiirlaenu.
2. Võlgnik jõuab liiga hilja võlanõustamisteenusele. Võlanõustamisteenus sellisena ei toimi: võlglast ei taha oma probleemiga minna sotsiaallosakonda ja võlanõustamisteenus pole mõnes piirkonnas kättesaadav.
3. Kohtutäiturid ja inkassofirmad ei tee võlgnikega koostööd: võlgnikel on väga raske saada neilt kontakti ja vajalikku infot. Ka kohtutäituritel on omakorda raske saada võlgnikuga ühendust. Kohtutäiturite määratud võlgniku sissetuleku kinnipidamiste arvestamine on liigne töö ja lisakulu võlgniku tööandjatele, sotsiaalkindlustusametile ja töötukassale.

Oleme töörühmas seadnud eesmärgid, et:

- inimesed oleksid rahatargemad ja nende teadlikkus paraneks;
- väheneks makseraskustesse sattuvate leibkondade arv, võlgnike arv ja kohtu kaudu nõuete sissenõudmine;
- kvaliteetne võlanõustamisteenus oleks kättesaadav.

Töörühmas osalejad leidsid suure ühisosa, seega otsustati alustatud tegevust jätkata. Aasta 2021 lõpuks valmis valdkondade-üleline tegevuskava, kus igal ministeeriumil

või organisatsioonil on oma valdkonna tegevus, mille eest ta vastutab.


Võlanõustamisteenuse arendus

Sotsiaalministeeriumi tegevusteks võlgnikega seoses on:

- võlgnike toetamise ja võlgade vähendamise töögrupi vedamine, kohtumised toimuvad regulaarselt kord kvartalis, et üle vaadata, kuidas tegevusplaani täitmine on läinud ja leppida kokku, mida järgmiseks tehakse;
- võlanõustamisteenuse kvaliteedi ja kättesaadavuse parandamine.

Üks probleem on võlgnike jõudmine võlanõustamisteenusele liiga hilja, seetõttu osalesime 2021.–2022. aastal avalike teenuste arendusprogrammis ennetustegevuseks mõeldud rahanõustamise teenuse disainimisel. Töörühma kuulusid sotsiaalministeeriumist Kaie Pukk, rahandusministeeriumist Bret Klemm, tarbijakaitse ja tehnilise järelevalve ametist Mari-Liis Aas, töötukassast Anu Harjo, Tartu linnavalitsusest Inge Kool ja võlanõustaja Annika Kraak. Me läbisime põhjaliku disainimisprogrammi. Rahanõustamise teenuse arendamine veel käib ja otsime proaktiivseid lahendusi.

Sotsiaalministeeriumil on oluline osa võlanõustamisteenuse kvaliteedi ja kättesaadavuse parandamisel. Sellest aastast on muudetud võlanõustaja täienduskoolitus 230-tunniseks, et tagada neile paremad teadmised muutuvas võlaolukordadega toime tulemiseks. Koolituse üks osa on ka praktikas osalemine (50 tunni ulatuses) tegutseva võlanõustaja juures. Kutsekoda on uuendanud ka võlanõustaja kutsestandardit.

Oleme kogunud andmeid võlanõustamisteenuse osutajate ja teenuse korralduse kohta kohalikes omavalitsustes, et nüüd teenuseosutajad ja abivajajad kokku viia. Meie edasine tegevus on suunatud eelkõige võlanõustamisteenuse kättesaadavuse parandamisele. 

Viidatud allikad

- Espenberg, S., Pulk, K., ... Kõve, V.** (2021). *Krediidituru uuring*. Tatra Ülikooli rakendusuuringu keskus RAKE. https://skytte.ut.ee/sites/default/files/2022-04/Krediidituru%20uuring_l%C3%B5pparuanne_10.03.22_lisatud%20ISBN.pdf (02.09.2022).
- Julianus Inkasso.** (2022). *Statistika: eestlase keskmine võlasumma kasvab aasta-aastalt*. <https://julianus.ee/statistika-eestlase-keskmine-volasumma-kasvab-aasta-aastalt> (02.09.2022).
- Kutsekoda.** (2022). *Kutsestandardid: Võlanõustaja, tase 6*. www.kutseregister.ee/ctrl/et/Standardid/vaata/11025414?from=viimati_kinnitatud (02.09.2022).
- Sinisaar, H., Kaldmäe, L.** (2021). *Täitemenetluse võlgnike analüüsi kokkuvõte*. Sotsiaalministeerium. www.sm.ee/uudised-ja-pressiinfo/andmed/uuringud-ja-analuusid (02.09.2022).
- Võlanõustaja täienduskoolitus.** (2022). *Sotsiaalkaitseministri määrus*. Riigi Teataja I. 23.02.2022, 13.

**Triin Voodla***sotsiaaltöö spetsialist, Kohila vallavalitsus*

Kohila valla kogemus isikukeskse erihoolekande mudeli rakendamisel

Isikukeskse erihoolekande teenusmudeli projekt annab omavalitsusele võimaluse olla millegi uue loomise juures, selles kaasa teha ja kaasa rääkida. Toetus kujundatakse iga kliendi eripäradest ja vajadustest lähtudes, kaasata saab väga laia kliendirühma. Projekt motiveerib arendama teenuseid ning leidma uusi võimalusi kogukonnas.

Kohila liitus isikukeskse erihoolekande teenusmudeli (ISTE) projektiga esimeses taotlusvoorus 2019. aasta sügisel. Taotlesime esialgu maksimaalse arvu kohti ehk 50. Esimese kliendi hindamine toimus novembris 2019 ja esimesi teenusekomponente hakkasime pakkuma inimestele 2020. aasta jaanuaris. Oleme oma vallas töö üles ehitanud nii, et juhtumikorraldusega tegelevad sotsiaaltöö- ja lastekaitsespetsialist, baas- ja lisatoetust pakuvad erasektori teenuseosutajad.

Projektiga liitumiseks oli mitu põhjust. Esiteks nägime selles võimalust olla millegi uue loomise juures, selles realselt kaasa teha ning kaasa rääkida. Teenusemudel võimaldas korraldada tööd just nii, kuidas tundus meie praktika põhjal kõige õigem: toetus kujundatakse iga kliendi eripäradest ja vajadustest lähtudes, mitte ei sobitata klienti

olemasoleva kindlalt piiritletud teenusega. Teiseks jäi projekti kirjeldusest silma, et kaasata on võimalik väga laia klientide gruppi. Igapäevane töö omavalitsuses näitab, et psüühikahäiretega inimeste hulgas on üsna palju neid, kes justkui ei ole senini sobinud ühegi riigi või omavalituse teenuse kasutajaks, kuid kes vajavad igapäevase eluga toimetulekuks regulaarselt kõrvalabi ja tuge. Näiteks pikaajalise depressiooni või ärevushäiretega inimesed, keda siiani võib-olla polegi väga sotsiaaltöö klientideks peetud, kuid kellele oleks just väga oluline saada toetust ja tuge kodukandis sellisel moel, nagu on sel hetkel kõige rohkem vaja.

Kohila asub Tallinna lähedal ja pealinn on sageli olnud lähim koht, kus saab mitmesuguseid teenuseid, näiteks teraapiat. Ärevushäirega inimesele võib aga rongisõit Tallinna osutada ületamatuks takistuseks,

kuid koduvalla tervisekeskusesse terapeuti või tegevusjuhendajaga kohtuma minek on turvaline ja jõukohane.

Seega tundus projekt pakkuvat häid võimalusi, et arendada teenuseid ning leida uusi võimalusi kogukonnas.

Julgus kaasata erasektor

Peamine küsimus liitumistaotluse esitamise ajal oli, kust leida baas- ja lisatoetuse osutajad ja mis saab, kui neid ei leiagi. Vallavalitsusel ei ole ühtki allasutust, kus osutatakse erihoolekande- või sotsiaalteenuseid, seega jäi loota erasektorile. Uurisime vallas tegutseva erihoolekandevaldkonna MTÜ Kohila Turvakeskuse valmidust pakkuva projektis kirjeldatud teenusekomponente. Kui nad kinnitasid, et on huvitatud projektis osalemisest, siis oli veidi kindlam ka taotlus esitada. Samuti tundus hirmutav ja võõras kogu hankeprotsess.

Projekt pakub omavalitsusele võimaluse olla millegi uue loomise juures.

Võib öelda, et just ISTE-projekt ja selle käigus toimunud hanked andsid julgust mõelda sellele, et anda ka teiste sotsiaalteenuste osutamine üle erasektorile. ISTE-projekti positiivsele kogemusele tuginedes oleme hankinud näiteks koduteenuse täies mahus erasektorist ja ka see otsus on end õigustatud.

Keeruliseks osutus taotletud 50 koha täitmine ja see meil Kohilas ei õnnestunudki. Praegu on projektis 25 kohta, mis on enamasti täidetud. Võib öelda, et see klientide arv on väiksemale vallale mõistlik ja jõukohane nii klientide leidmise kui ka neile teenuse osutamise võimekuse mõttes. Mõne kliendi puhul on olnud keeruline

kujundada võrgustikuliikmete ühtne arusaam, millised on inimese jaoks reaalsed eesmärgid, mida saavutada projekti toel, ja mis on pigem mõne võrgustikuliikme soovid, kuidas ja mida inimene võiks teha. Sellistes olukordades on abiks olnud ausad ja avatud arutelud võrgustikus ning lähtekoht, et kõige keskmes on siiski klient, tema võimed, soovid, vajadused ja unistused.

Projekt on sotsiaaltöötajale toeks

Meilt on uuritud, kui suur lisakoormus on ISTE-projekt sotsiaaltöötajale ja kuidas sellega üldse tegeleda jõuab. Oma pea kolme aasta pikkuse kogemuse põhjal saan öelda, et otsene lisatöö seisneb vaid sotsiaalkindlustusametile igakuises teenusekomponentide andmekogu koostamises ja esitamis.

Klienditöö on suuresti sama nagu tavapärase igapäevane tegevus. ISTE-projektiga liitujad on nagunii sotsiaaltöötaja kliendid, kelle abivajadust on vaja hinnata ja neile sobivad teenused leida. Pigem on ISTE-projekt seda lihtsustanud, sest on selge ja mugav hindamisvahend. Tegevuskava koostamine ning komponentide planeerimine on juba baastoetuse osutaja ülesanne. Lisaks on ISTE baastoetuse osutaja kohapeal ning temaga on lihtne ja mugav suhelda. Seega on ISTE-projekt sotsiaaltöötajale igapäevatöö pigem igati toeks.

Meie vallas on oluline ISTE-projektiga liitumise kasutegur kohapeal teenuseid osutavate spetsialistide ringi märgatav laienemine. Näiteks oli projektiga alustades baastoetuse osutajal psühholoogilise nõustamise ja teraapia komponendi pakkuamiseks üks terapeut. Klientide vajadused ja eelistused on aga erinevad. Aja jooksul on terapeutide ring laienenud, tekkinud on uued koostöösuhted ja nüüd on võimalik juba valida terapeutide ja teraapiasuundade

EDULUGU

Depressiooni ja ärevushäirega kimpus olnud Jane (nimi muudetud), kellel on ka alkoholisõltuvus, liitus projektiga veidi pärast seda, kui tema abikaasa, kelle kanda oli olnud kogu kodune elu, ootamatult suri. Nende alaealised lapsed asusid elama vanaema juurde ja vanaema eestkostele, sest Jane ei suutnud võtta vastutust majapidamise ja laste eest.

Aja jooksul Janega tuttavaks saades selgus, et ta pole saanud kunagi positiivset tagasisidet, on olnud alati süüdi, süüdistatud kõiges. Tema vaade elule oli negatiivne, lootusetu, ta kahtles oma vajalikkuses. Jane suurimad takistused abi otsima minna olid joomatsükliid, mis tema sõnul aitasid ärevusega toime tulla, kuid kestsid pikalt ja neist oli raske välja tulla. Ta ei suutnud kodust lahkuda, veetis voodis pikali päevi.

Siiski oli ta nõus projektiga liituma. Algul oli tal keeruline kodust välja tulla, suhelda võõrastega, iseenda vajadusi väljendada ja nende eest seista. Tema suurim hirm oli teha midagi valesti, mitte vastata teiste ootustele, minna uuesti tagasi pärast seda, kui on joomatsükliid tõttu eemal olnud. Projektis ei saanud ta üheltki spetsialistilt negatiivset tagasisidet ja tema olukorda aktsepteeriti sellisena, nagu see sel hetkel oli, mistõttu hakkas tema usaldus suurenema. Ta hakkas käima ka terapeudi juures ja suutis aina rohkem ise joomatsükliid lõpetada.

MTÜ Kohila Turvakeskus osutab vallas ka koduteenust ja Jane kaasati koduteenuse osutamisesse. Ta käis koduhooldustöötajaga kaasas, tegi koduhoolduse toiminguid, algul juhendatult, praegu ka juba iseseisvalt. Praeguseks on Jane ametlikult koduteenuse osutaja juures tööol, olles samal ajal ka ISTE klient. Ta on hinnatud ja oodatud koduhooldustöötaja, siiski arvestatakse tema psüühika seisundiga ja sellega, et ta võib vahel eemale jääda. Sellistel juhtudel on aga kokkulepe, et töölt eemale jäämist ei rõhutata, kuid jälle kohale tulemise korral seda märgatakse ja tunnustatakse. Märgata on, et kojujäämised ja joomatsükliid on muutunud harvemaks ning lühemaks. Jane tuleb paremini toime nii iseendaga kui ka suhtlemisel oma laste ja lähedastega.

vahel. ISTE-klientidega Kohilas töötamist alustanud terapeudi juurde, kellega oma-valitsusel on tekkinud hea koostöö, saame suunata kliente ka oma-valitsuse rahastuse alusel.

Aastal 2019 oli hankes baas- ja lisatöötuse komponentide pakkuja üks MTÜ, kuid 2022. aastal oli neid juba kaks. Otsustasime sõlmida lepingud mõlema pakkujaga ja esialgne väike hirm, kuidas tulla toime konkurentidest ettevõtetega, on olnud asjatu. Mõlemal teenuseosutajal on oma selge suund ja sihtrühm, kellele nad ISTE teenusekomponente

korraldavad ja pakuvad. Tänu sellele on hoopis lihtsam leida kliendile tema vajadustele kõige paremini vastavad teenusekomponendid.

Suur tugi peredele

Oleme olnud keerulises olukorras, kui psüühikahäirega noor on jäänud koju vanema hoolde ja noore kodust välja lubamine on vanemale suur enesesületus. Sellisel juhul oleme saanud kasutada ISTE lähedaste toetamise komponenti.

Mõnel juhul on see olnud vanemale suureks abiks: ta on saanud näiteks terapeudi


toel teadlikumaks oma rollist ja vastutusest ning oma lapse vajadustest. Aga on ka juh-
tunud, et vanem on jäänud endale kindlaks,
soovib olla ainuvastutaja ja koostöö ISTE-
projektis pole jätkunud.

Meie vallas on oluline ISTE-
projektiga liitumise kasutegur
kohapeal teenuseid osutavate
spetsialistide ringi märgatav
laienemine.

Meie kogemuse põhjal on projekt olnud
suureks toeks peredele, kust lapsed on eral-
datud ja viibivad asendushooldusteenusel.
Projektiga on aja jooksul liitunud kliente,
kelle hooldusõigust on piiratud veidi varem
või ISTE-ga liitumise alguses. Sellistel juh-
tudel on arusaadavalt palju emotsioone ega
soovita omavalitsusega suhelda või koostööd
teha. Paaril kliendil on just ISTE baastoetuse
osutaja olnud turvaline ja neutraalne osaline,
kes on toetanud laste eraldamisega toimetu-
lekt ja oma emotsioonide väljendamist.

Oleme kokku leppinud, et ISTE kaudu
ei aita ükski spetsialist hooldusõigust

tagasi saada, KOV lastekaitse vastu „või-
delda“ vms, kuid vanemal on võimalik
saada tuge iseenda ja oma tunnetega ning
oma psüühikahäirega paremal toimetule-
kul. Näiteks on mõnel inimesel suur hirm
selle ees, kui keegi peaks uurima, kus tema
lapsed on või mis juhtus, et lapsed enam
kodus ei ole. ISTE teenuskomponentide
kaudu saab selliseid küsimusi arutada,
lahendusi otsida ja inimest toetada. Nii
on inimesed hakanud ka omavalitsusega
uuesti suhtlema.

ISTE-projektis osalemine on olnud
kasulik nii kohaliku omavalitsuse ja
kogukonna arengu kui ka klientide
vaates. Projekt on toonud kogukonda
uusi spetsialiste, tekitanud uue koos-
töövõrgustiku, mingis mõttes toonud
veelgi rohkem nähtavale ja aidanud lahti
mõttestada psüühikahäiretega inimeste
vajadusi. Kindlasti mõistetakse paremini
inimeste vajadusi, abi saab kiiremini ja
kohapeal ning just sellisena, nagu sel het-
kel vaja. ISTE põhiidee on meie jaoks lii-
kuda koos kliendiga tema tempos, tema
suutlikkust arvestades ja tunnustada iga
edusammu tema eesmärkide suunas. 

Sotsiaaltöö veebist saab lugeda ka Kose ja Tori valla kogemusi ISTE teenusmodeli
rakendamisel.

KOMMENTAAR

Merilin Niilop

MTÜ Kohila Turvakeskus juhataja

MTÜ Kohila Turvakeskus osutab baas- ja lisatoetust Kohila vallas jaanuarist 2020. Ühing liitus katseprojektiga 2019. aasta lõpus. Oleme pakkunud 2,5 aasta jooksul erinevaid teenusekomponente 34 kliendile ja nende lähedastele.

Projektis osalemise kogemus on turvakeskuse jaoks olnud väga silmiavardav, selle mõjul on ühing muutnud ja täiustanud arengusuundi ning mitmekesisitanud teenuste valikut, laiendanud sihtrühma ja meeskonda. Näiteks saime ISTE-projektist julgustust panna kokku rehabilitatsioonimeeskond ja alustada nii tööalase kui ka sotsiaalse rehabilitatsiooni teenuse osutamist eri sihtrühmadele, sealhulgas lastele. Oleme vallavalitsuse sotsiaalosakonnaga loonud spetsialistide, klientide ja nende pereliikmete toimiva võrgustikutöö.

Isikukeskne lähenemine loob võimaluse osutada teenust ka neile inimestele, kes võivad jääda tavapäraest erihoolekandeteenustest kõrvale. Individuaalne töö klientidega aitab toetada nende võimetekohast osalemist töö- ja ühiskonnaelus. Saame osutada inimeste vajadusi arvestavaid teenuseid. Teenused aitavad suurendada nende turvatunnet ja eneseteadlikkust ning see aitab neil paremini toime tulla ja ühiskonnaelus osaleda.

Piret Pent-Miiling ja Kaili Käesel-Maastik

MTÜ Masaan juhatusel liikmed

MTÜ Masaan osutab baas- ja lisatoetust Kohila vallas jaanuarist 2022. Näeme, et projekt on võimaldanud luua teenuseosutaja ja KOV-i hoopis teistsuguse usaldusliku sideme ja koostöö, kui see on varem olnud. Näiteks on omavalitsuse sotsiaaltöötaja tavaliselt kursis inimese elukäiguga ja saab aidata teenuseosutajal kujundada kliendiprofiili, kokku panna sobiva teenusepaketi ja vajaduse korral toetada teiste KOV-i korraldatud sotsiaalteenustega (näiteks sotsiaaltransport, toiduabi, võlanõustamine jms). Meil on ju ühine eesmärk aidata inimest ja toetada teda igapäevaeluga paremini hakkama saamisel.

Baastoetuse osutajana tuleb meil tähelepanu suunata kliendi individuaalsetele vajadustele ehk mõtestada lahti, millist abi meie inimesed päriselt vajavad. Teenusekomponente kombineerides saab toetada inimese kõiki eluvaldkondi, ilma et tal tekiks suuremat asjaajamist ja laveerimist erinevate teenuste ning nende osutajate vahel. Suurim pluss on tegevusjuhendaja, teenuse koordineerija, vaimset tervist toetavate spetsialistide ja KOV-i ehk kõigi spetsialistide koostöö ja ühine infoväli.

Oleme aru saanud, et eelkõige väiksemates maakondades võib tegevusjuhendaja olla sageli ainus inimene, kes klienti päriselt kuulab ja sünnipäevaks õnne soovib, kes oskab toetada tema iseseisvat toimetulekut nii, et näiteks taastuksid suhted pere ja naabritega ning elu saaks jätkuda harjumuspärasel keskkonnas. Projektis osalemise kogemus näitab, et peamiselt toetakse igapäevaelu, sotsiaalseid suhteid ja pakutakse psühholoogilist tuge. Need on valdkonnad, mis on vaja n-ö korda teha ja taastada.

Projekt on kindlasti oluline võimalus, mille kaudu saab oma piirkonna inimeste toimetulekut rohkem ja mitmekülgsemalt toetada.

**Andrus Kärpuk***juhataja, Pärnumaa Ühistranspordikeskus***Külliki Kübar***projektijuht*

Sotsiaaltranspordi ühise korraldusmudeli katsetamine Pärnumaal

Arendades sotsiaaltranspordi, arendame ühtlasi ka täiesti uut liiki nõudepõhist ühistranspordi. Erinevus on ainult klientide staatuses ning sõiduõigustes.

MTÜ Pärnumaa Ühistranspordikeskus (PÜTK) on asutatud 2014. aastal Pärnumaa ühistranspordi ühtseks korraldamiseks. PÜTK-i liikmed, kohalikud omavalitsused (KOV) ja riik, otsustasid 2018. aastal hakata koostöös sotsiaalministeeriumiga ellu viima katseprojekti „Sotsiaaltransporditeenuse korraldusmudelite testimine“. Projekti raames alustati ühtselt korraldatud sotsiaaltranspordi teenuse osutamist 1. juunil 2020. Algsete plaanide kohaselt kaks aastat kestma pidanud projekti kogumaksumus oli ligi kaks miljonit eurot, millest Euroopa Sotsiaalfondi toetus moodustab 85%.

Visioon

Tegemist oli tulevikku suunatud otsusega. Projekti kestust pikendati kohe oma kuluga veel ühe aasta võrra, et koguda andmeid ja kogemusi ka töötamise kohta

ilma rahalise toetuseta. Toetuse andmise tingimuste kohaselt on projekti eesmärk kujundada sotsiaaltransporditeenus, mis on lõimitud ühistranspordiga. Kohe alguses tegime selgeks, et sotsiaaltransport on sisuliselt nõudepõhine ühistransport. Selle arendamisest räägitakse aga aastast aastasse järjest rohkem. Muide, „sotsiaalne“ on teisiti öeldes „ühiskondlik“. Isegi keeleliselt on sotsiaaltransport ja ühiskondlik transport sünonüümid. Tegemist ei ole aga lihtsalt sõnamänguga, vaid sünergiale viitava tulevikuvõimalusega. Kahe samasuguse süsteemi asemel on mõistlik arendada üht universaalset. Arendades sotsiaaltranspordi, arendame ühtlasi ka täiesti uut liiki nõudepõhist ühistranspordi. Erinevus on ainult klientide staatuses ning sõiduõigustes. Meie loodud korralduslik, tarkvaraline ja materiaalne ressurss sobib mõlema ülesande

jaoks ühtemoodi, tagades efektiivse ning jätkusuutliku uue transpordivõrgustiku.

Toed

Sotsiaaltranspordi uut korraldusmudelit välja töötades pidime algusest peale tagama, et sel oleks kindel alus nii nüüd kui ka tulevikus. Ilmestamiseks toome paralleeli. Ilmselt on paljud kuulnud, et Maa ei ole lame. Mõelgem muistsete rahvaste elutarkusele, et Maa on poolkerakujuline ja toetub neljale elevantile. Elevantid omakorda seisavad suurel kilpkonnal, mis ujub piimameres.

Meie projektis on Maaks toimiv ja jätkusuutlik sotsiaaltransport. Neljaks elevantiks aga korraldamiskompetentsi järjepidevus, teenuse osutamiskindlus, sobiva varustusega ja ligipääsetavad sõidukid koos väljaõppinud juhtidega ning turvalisus.

Kilpkonnaks on teenuse mõistlik hind ning piimamereks KOV-ide, riigi ja klientide koostöö teenuse rahastamisel. Kõik need toed on omavahel mitte ainult

seotud, vaid ka läbi põimunud, täiendades üksteist.

Oleme Pärnumaal loonud kohalikke omavalitsusi hõlmava sotsiaaltranspordisüsteemi, mis teenindab ligi 2000 unikaalset klienti ja osutab teenust ligi miljon kilomeetrit aastas.

Kõik KOV-id on sõlminud PÜTK-iga halduslepingu, millega anti sotsiaaltranspordi korraldamine üle ühistranspordikeskusele. Halduslepingu osa on ühine hinnakiri klientidele.

Esimene elevant – kompetentsuse järjepidevus

Korraldamiskompetentsi järjepidevuse hoidmiseks asutasime PÜTK-i alluvuses tellimiskeskuse, mitte ei jätnud seda vedaja korraldada. See asub Pärnu bussijaama teisel korrusel. Tööl on 2,7 tellimuste vastuvõtjat-logistikut, kes kasutavad spetsiaalset arvutiprogrammi ja kõnekeskuse lahendust. Programm sisaldab kliendiandmebaasi, mida täidavad sotsiaaltöötajad, ülevaadet autode paiknemisest reaalajas,



Tellimiskeskus. Logistikud Signe Vihmoja, Juta Rubin ja projektijuht Külliki Kübar tööhoos. Foto: erakogu



Erisõiduk. Autojuhid Argo Mägi ja Andrei Ennok aitamas klienti Pärnu Haigla juures. Foto: erakogu

tellimuste vastuvõtmise, sidumise ja autojuhtidele edastamise mooduleid ning erinevas liigenduses aruandlust. Kõnekeskuse lahendus võimaldab hallata kõnejärjekorda ja vajaduse korral suunata kõned kodukontoritesse.

Teine elevant – teenuse osutamiskindlus

Teenuse osutamiskindlus on ülioluline, sest sellest võib äärmuslikel juhtudel sõltuda klientide elu ja tervis. Osutamiskindluse tagab piisav arv logistikuid, vajalike oskustega asendajad, võimetus vajaduse korral töötada kodukontorist. Suudame täita ka erakorralisi sõidutellimusi väljaspool tööaega. Oluline on eri tüüpi sõidukite piisav arv, nende läbimõeldud paiknemiskohad maakonnas. Sõidukid peavad saama hakkama ka väga halbade teeludega. Oluline on tagada, et oleksid tõstjad ratastooli või kandraami kasutavate klientide transportimiseks autoni ja sealt edasi. Tähtis on

tagada autojuhtide turvalisus nakkushaiguste leviku korral. Võime uhkusega öelda, et meie teenus toimus tõrgeteta kogu koroonapandeemia aja.

Teenuse ja kompetentsuse kvaliteedi hindamiseks oleme kogunud seireandmeid. Kuue kuu möödumisel esimesest sõidust oleme võtnud iga kliendiga ühendust ja selgitanud välja, kui võrd on paranenud tema toimetulek ning milline on tema rahulolu teenusega. Neile andmetele tuginedes võime öelda, et rahulolu on 98,7%.

Kolmas elevant – sõidukid ja nende juhid

Kasutusel on 11 viiekohalist mahtuniversaali. Need on piisavalt kõrged, et tagada mugav sisenemine-väljumine. Samuti on neil piisavalt suur pagasiruum, mis mahutab nii autode varustusse kuuluva käetoega lisaastme, sõitja pagasi kui ka vajaduse korral rulaatori, ratastooli või lastetooli.

Kasutusel on ka kuus tõstetud põhjakõrgusega nelikveolist väikebussi. Bussid on tagatõstukiga ja võimaldavad korraga teenindada kaht ratastoolis ning seitset bussiistmel istuvat klienti. Kaks sõidukit on hõlpsasti kohandatavad kanderaami transpordiks. Kõik erisõidukid on varustatud trepironijaga, kandetooliga, käetoega lisaastmega ning kokkupandava ratastooliga. Lisaks kanderaamile on kasutusel ka kandemadrats.

Kõigis 17 autos on liinibussidest tuntud ühiskaardil põhinevad kassaseadmed, validaator ning pangakaardi makseterminal. Iga sõitja sisenemine ja väljumine registreeritakse. Klient saab maksta sularahas, pangakaardiga, ühiskaardil oleva rahaga või tagantjärele esitatava arve alusel, osale klientidest on sõit tasuta.

Teenuse osutamiskindlus on ülioluline, sest sellest võib äärmuslikel juhtudel sõltuda klientide elu ja tervis.

Sotsiaaltranspordi autojuhid töötavad meid teenindavas vedajafirmas L&L. Tegemist on inimestega, kes oskavad ja naudivad oma tööd ning on pälvinud klientide usalduse ja tänu. Kohe projekti alguses korraldasime Soome kogenud praktiku Timo Sakari Heiniö juhendamisel autojuhtide põhjaliku koolituse. Praeguseks tunnevad juhid oma tööd peensusteni ja on alati valmis oma kogemusi uute kolleegidega jagama.

Juhtide tase on küllaltki ühtlane, mistõttu ei ole klientidele probleemiks, kui neid teenindab inimene, kellega nad varem kokku puutunud ei ole. Siiski leidub kliente, kes paluvad saata neile harjumuspäraseks saanud kindel juht.

Võimaluse korral püüame selle sooviga arvestada.

Neljas elevant – turvalisus

Turvalisus koosneb väga paljudest osadest, alates isikuandmete kaitsest ja lõpetades psüühiliste erivajadustega inimeste asjatundliku kohtlemisega.

Kõigil meie sõidukitel on äratundmiseks silt „Sotsiaalsõit“. Lisaks on erisõidukid ühtse kujundusega, mis on samasugune nagu liinibussidel.

Nakkushaiguste leviku takistamiseks on 11 sõiduautosse paigaldatud äravõetav vahesein, mis eraldab juhi klientidest.

Erisõidukites asuva lisavarustuse ja ratastoolid-kandetoolid-kanderaamid saab kõik nõuetekohaselt kinnitada.

Sõidutellimuste vastuvõtjatel on teada enamiku klientide füüsilised ja vaimsed iseärasused ning nendega arvestatakse. Vajadusel edastatakse see info ka autojuhile. Näiteks arvestame asjaoluga, kui teame, et klient ei ole nõus füüsiliselt toetuma teda abistavale inimesele, vaid ainult vastu seinu või sõidukit.

Kilpkonn – mõistlik hind

Teenuse hind peab olema mõistlik nii KOV-idele kui ka kliendile. Kohalikud omavalitsused peavad suutma sotsiaaltranspordi süsteemi üleval pidada. Klientide omaosalus (meie nimetame seda ühistranspordi eeskujul piletiks) peab olema üldjuhul selline, mis võimaldab neil vajalike sõitude eest tasuda, kuid hoiab ära tarbetud sõidud, see tähendab, et omaosalus peab olema kallim kui isikliku sõiduauto kasutamine.

Mõistliku kilomeetrihinna saavutasime vedaja leidmise hankel piisava konkurentsi ja üheselt mõistetavate hanketingimustega. Nägime, et kõige suurem takistus vedajate hankes osalemisel oleks olnud ratastooli ja kanderaamiga sõitu võimaldavate erisõidukite

nõue, eriti kui arvestada, et veoleping oli kõigest kolmeks aastaks. Selle takistuse ületamiseks hankisime need sõidukid ise ja andsime hanke võitnud vedajale AS-ile L&L rendile. Autosid remonditakse fikseeritud hinnaga täisteenuslepingu alusel ja kõigil autodel on kaskokindlustus. Need kulud olid hankepakumist tehes vedajale teada. Hinnapakumise kujundasime nii, et küsisime püsitasu suurust valmisoleku tagamiseks ning sellele lisaks eraldi kilomeetri hinda, mis sõltus ainult jooksvatest kuludest. Tasustame vedajale kogu läbisõidu kindlaks määratud nullpunktidest. Seega puudus vedajal vajadus eraldi prognoosida klientidega sõitude ja tühisõitude mahtu. Tegelike läbisõitude andmed saame GPS-i andmete alusel.

Teenuse hinda alandab ka see, et logistikud on tänu tulemustasule huvitatud erinevate tellimuste liitmisest üheks tööülesandeks. Kui autos sõidab mitu inimest korraga, on ka iga KOV-i kulud sedajaga väiksemad.

KOV-ide jaoks mõistlik hind saavutatakse ka autode seisuaegade vähendamisega. Kui näiteks auto toob inimese Lihulast Pärnusse arsti vastuvõtule ja tagasi sõidab mitu tundi hiljem, püüavad logistikud anda autole ooteajal kohapeal tööd.

Klientide hinnakiri näeb ette soodushinnaga sõidud nii mitu korda kvartalis, kui KOV on talle määranud. Ülejäänud sõidud saab klient teha tavahinnaga, mis on 2–3 korda soodushinnast kallim ja mille arv ei ole piiratud. Kui klient ei suuda omaosalust maksta, saab KOV tasuda selle tema eest 50 või 100 protsendi ulatuses.

Piimameri – koostöö teenuse rahastamisel

Sotsiaaltranspordi sõitude abikõlblikkuse periood lõppes 31. mail 2022. Sealt edasi on kõik Pärnumaa KOV-id näinud oma eelarvetes ette raha ühtselt korraldatud


sotsiaaltranspordi eest tasumiseks vastavalt teenuse tegelikule kasutamisele. Klientide makstud omaosalus laekub nende elukohajärgse KOV-i eelarve tuludesse ja aitab nõnda katta sõitude maksumust.

Tulevikus sooviksime kasutada kujunenud võrgustikku ka nõudepõhise ühistransporditeenuse osutamiseks nendes piirkondades, kus bussiliinivedu on ebapiisav. Ootuspärane on, et nõudepõhise transpordi klientide sõiduvõimaluse eest tasub riik. Siis oleks teenus kõigile odavam ega oleks vaja kaht eraldi süsteemi. Ühes autos võivad sõita nii sotsiaaltranspordi kui ka ühistranspordi kliendid.

Kasvamas on vajadus sõita maalt maakonnakeskusesse sinna koondunud teenuseid tarbima, mistõttu on järjest raskem üleüldse eristada sotsiaaltranspordi ja ühistranspordi klientide vajadusi.

Teiseks võiks olla maakondadel valida, kas avalikul liiniveol rakendada tasuta sõitu või kehtestada tööelastele piletihinnad, kuid jätta laekuv piletitulu osaliselt nõudepõhise ühis-/sotsiaaltranspordi toetuseks. Oleks ju õiglane, kui tööil käiv inimene sõidab bussis piletiga, teades, et kui ta vanaduses vajab sotsiaaltransporti, on ta selle eest töötamise ajal juba ette maksnud. Kui ta seda aga ei vaja, on ta eluloteriis võidumees ja võib endale lubada aidata väetimaid.

Tagasi tulevikku

Lisaks PÜTK-ile testisid Euroopa Sotsiaalfondi toetusel erinevaid sotsiaaltranspordi korraldusmudeleid ka Kagu ning Tartumaa ühistranspordikeskus ja Saaremaa vallavalitsus. Loodame, et nende projektide eeskujul sünnib uus ja õiglane kogu Eestit hõlmav sotsiaaltranspordi korraldusmudel koos kõige selle toimimiseks vajalikuga. Mudel, mis nagu kerakujuline Maa püsib orbiidil tänu loodusseadustele, mitte tänu tugeledele. 

KOMMENTAAR

Priit Ruut

Tori abivallavanem

Pärnumaal on lood ühistranspordiga väga head. Uuringutele tuginedes on rahulolu maakondliku ühistranspordi korraldusega Eesti parim. See näitab, et ühistransporti korraldab kogunud ja professionaalne meeskond. Pärnumaa omavalitsustena oleme väga tänulikud, et seesama meeskond on võtnud endale ülesande korraldada ka maakonna sotsiaaltranspordi.

Omavalitsusliidu sotsiaalkomisjonis oleme tõdenud, et tegu on ideaalse või vähemalt ideaalilähedaselt käivitunud teenusega. Omavalitsuste rahulolu kinnitab asjaolu, et pärast europrojektiga saadud toetusraha lõppemist ei tekkinud ühelgi omavalitsusel kõhklusi, kas teenuse rahastamist sellisel kujul jätkata või mitte. Leiti, et maakondlikult korraldatuna on teenus kõige efektiivsem ja optimaalsem.

Teenuse jätkamine samal tasemel tähendab omavalitsustele varasemaga võrreldes loomulikult olulist lisakulu, kuid sellega on arvestatud. Peamine eesmärk on teenuse sujuv toimimine ja klientide rahulolu.

Tarmo Kurves

hoolekandeteenuste ja toetuste poliitika juht, sotsiaalministeerium

Katseprojekt „Sotsiaaltranspordi korraldusmudelite testimine“ kutsuti ellu 2018. aastal, et suurendada kohalike omavalitsuste võimekust ja toetada nende koostööd ning selle kaudu parandada sotsiaalteenuste kättesaadavust ja kvaliteeti.

Katseprojekti käivitades soovisime aidata leida sotsiaaltransporditeenuse pakkumiseks parimaid lahendusi Eesti eri piirkondades, mis vabastaks kohaliku omavalitsuse sotsiaaltöötaja autojuhi kohustustest ja looks inimesele võimaluse saada oma vajadustele vastavat sotsiaaltranspordi. Muu hulgas tahtsime katsetada piirkonna ühistranspordiga lõimitud ja ühistranspordikeskuste koostöös ühtlaselt korraldatud sotsiaaltransporditeenuse osutamist.

Projekt viidi ellu viies piirkonnas, Kagu ja Tartu ÜTK projekti tegevused veel jätkuvad. Meil on kavas koondada eri piirkondade tulemused, neid analüüsida ja teha nende põhjal 2023. aastaks ettepanekud, milline võiks olla Eestis toimiv ja kõigile sobiv transporditeenuse korraldusmudel. Kaasame arutellu meie partneriteks olnud ühistranspordikeskuste, kohalike omavalitsuste esindusorganisatsioonide ning majandus- ja kommunikatsiooniministeeriumi ning transpordiameti esindajad.

Meie plaane toetab ka transpordi ja liikuvuse uus arengukava aastateks 2021–2035, mis näeb ette, et liikuvusteenused peavad olema heal tasemel nii linnas kui ka maapiirkondades ja valida tuleb nende korralduse kõige tõhusama viisi. Ühtselt ja nutikalt korraldatud transpordisüsteem, digivõimaluste kasutamine, nt nõudetransport, aitavad tasakaalustada Eesti arengut. Töötatakse selle nimel, et tekitada sotsiaal- ja tavatranspordi suurem sünergia, kasutada sõidukiparki ning teenuseid optimaalselt.

Sotsiaaltransporditeenuse korraldamise eest vastutab juba praegu kohalik omavalitsus. Katseprojekti ESF-i rahastuse lõppemine ei tohiks seega kuidagi takistada kohalikel omavalitsustel projekti käigus loodud uue teenusekorralduse jätkamist. Hea näide on Pärnumaa Ühistranspordikeskus, kes juba katseprojektiga alustades korraldas riigihanke nii, et Pärnumaa kohalikud omavalitsused jätkavad ESF-i rahastuse lõppedes teenuse rahastamist katseprojekti käigus kokkulepitud mudeli alusel. Meie hinnangul on kõigis viies piirkonnas, kus katseprojektiga uut teenusekorraldust on proovitud, astunud suur samm edasi.



Kati Madisson

Eesti Töötukassa, peaspetsialist-sisekoolitaja

Karin Kiis

Eesti Töötukassa, töökeskse nõustamise meetodik

Töötukassa ja omavalitsuste koostööprojekt – ühiselt jõuab kaugemale

Projektis keskenduti ühistele eesmärkidele, mida on võimalik saavutada teadlikult koostööd tehes. Projekti kõige väärtuslikumaks osaks võib pidada omavalitsuse sotsiaaltöötaja, töötukassa juhtumikorraldaja ja kliendi ühiseid kohtumisi.

Töötukassa põhieesmärk on aidata igal inimesel leida sobiv töö ka siis, kui ta on pikka aega töötanud või tööturult hoopis eemale jäänud. Inimestel võivad olla selleks erinevad põhjused alates töö otsimiseks või tegemiseks vajalike oskuste puudumisest ja lõpetades võla-, sõltuvusprobleemide või muude toimetulekuraskustega. Töötukassa pakutav abi ja teenused aitavad neid takistusi kõrvaldada või vähemalt leevendada, kuid alati sellest ei piisa. Töötukassa juhtumikorraldajate kogemus näitab, et tööle saamise ja töösuhte säilitamise väljavaade kahaneb oluliselt, kui inimesel on mured mitmes eluvaldkonnas korraga: terviseprobleemid, hoolduskoormus, turvalise elukoha või toetava võrgustiku puudumine, võlad või toetuste lõksu jäämine jne. Sellises olukorras vajab inimene tööga seotud abiga käsikäes sageli ka sotsiaalset tuge.

Inimesele tervikliku abi osutamiseks teevad meie juhtumikorraldajad koostööd kohalike omavalitsuste sotsiaaltöötajatega. Siiski on senises omavalitsusi kaasavas võrgustikutöös puudu jäänud teadlikust koostööst: tihtilugu me küll vahetame infot, kuid iga spetsialist toimetab kliendiga omaette.

Koostöömudeli loomise katseprojekt

Märtsist 2021 jaanuarini 2022 osalesid kuus omavalitsust (Pärnu, Viljandi, Paide ja Narva linn, Saue ja Hiiu vald) ning kuus töötukassa maakondlikku osakonda katseprojektis, mille eesmärk oli leida toimivad koostööviisid haavatavas olukorras tööotsijate sotsiaalsete probleemide lahendamiseks, toimetuleku ja töövalmiduse suurendamiseks ning

sobivate töövõimaluste leidmiseks ja tööl püsimise toetamiseks.

Katseprojekti toetati 91 klienti. Maakonniti oli sihtrühmade valik mõnevõrra erinev, kuid üldiselt olid katseprojekti keskmes

- pikaajalised toimetulekutoetuse saajad;
- terviseprobleemidega, sh psüühikahäirega ja sõltuvusega inimesed;
- toimetulekutoetust saavad pensioniootel inimesed, kelle töö leidmist raskendas terviseprobleem või hoolduskoormus;
- NEET-noored ehk 15–29-aastased noored, kes ei õpi, ei tööta ega osale ka väljaõppes või koolitusel;
- tööta lapsevanemad (peamiselt üksikvanemad).

Valdav osa (80%) projektis osalenud inimestest olid töötud olnud vähemalt aasta ja üle poole neist sama kaua ka töötuna arvel olnud. Üksnes veerand projekti klientidest olid töötuna arvel olnud kuni pool aastat.

Selleks et hoida koostööd jõukohasena ja osalised motiveerituna, räägiti igas maakonnas töötukassa ja omavalitsuste esindajate esimesel kohtumisel läbi, millise sihtrühmaga tegelemine on kummagi jaoks kõige olulisem ja millist tulemust loodetakse. Samuti lepitati kokku, kuidas toimub edasine töö klientidega (mida kumbki teeb ja milliseid teenuseid osutab).

Projekti kõige olulisem osa oli kliendist lähtuv koostöö, mille käigus otsiti ühiselt lahendusi inimeste tööle saamist takistavatele probleemidele, osutati töökeskset ja sotsiaalnoustamist, tehti võrgustikutööd ning korraldati tööturu- ja sotsiaalteenuseid. Püüti ära kasutada kõik koostöövõimalused, toimusid ka kolmepoolsed kohtumised, kus osalesid klient, töötukassa nõustaja ja omavalitsuse sotsiaaltöötaja.

Saue vallas osutasid töötukassa ja vald ühiselt kogukonnapõhise tööharjutuse teenust, mis hõlmas töötösingule suunatud grupitööd ja individuaalset kogemusnõustamist. Tööharjutuse tegevuste juhendamise ja kogemusnõustamise teenuse eest vastutas töötukassa, vald aga tagas ruumid ja vahendid tööharjutuseks ning korraldas nakkusohutuse testimise ja isikukaitsevahendid. Teenuse korraldamise ajal toimusid kord kuus võrgustikukohtumised, kus osalesid tööharjutuse juhendaja, kogemusnõustaja, töötukassa juhtumikorraldajad ja sotsiaaltöötajad.

Projekti kõige olulisem osa oli kliendist lähtuv koostöö, mille käigus otsiti ühiselt lahendusi tööle saamist takistavatele probleemidele.

Lisaks kliendist lähtuvalle koostööle toimusid igas maakonnas vähemalt kord kvartalis omavalitsuse ja töötukassa spetsialistide kohtumised, mille käigus anti ülevaade teadust ja vajaduse korral lahendati koostööga seotud probleeme. Järvamaal toimusid ka töötukassa juhtumikorraldajate ja sotsiaaltöötajate ühised kovisioonid.

Usaldus ja ühine tegutsemine ei sünni üleöö

Hea koostöö sünnib harva kohustusest, küll aga saab luua koostööd käivitavaid ja toetavaid tingimusi. Koostööd mõjutab väga palju osaliste valmisolek, mis kujuneb isiklike kogemuste kaudu ja järjepidevas suhtluses. Seda eesmärki teenisid töötukassa ja omavalitsuse esindajate regulaarsed kohtumised. Projekti alguses määrati kontaktisikud, kelle ülesanne oli selliseid kohtumisi korraldada ja seista selle eest, et

koostöö ka päriselt toimiks. Maakondlikel kohtumistel arutati üldist koostööd, kuhu on ühiste klientide abistamisega jõutud, millega osalised on rahul, milliseid muudatusi on vaja ning vajadusel lepiti kokku, kes on uued ühist abi vajavad kliendid.

Järvamaa kogemus näitas, et heade koostöösuhete loomist ja hoidmist toetavad ka ühised kovisioonid. Nii töötukassa juhtumikorraldajad kui ka sotsiaaltöötajad leidsid, et ühises arutelus jõutakse lahenduseni kiiremini ja üksteiselt on palju õppida. Ühiste kovisioonide kogemusest kasvas projekti lõpuseminaril välja mõte kaaluda ühiste koolituste korraldamist töötukassa ja omavalitsuse spetsialistidele.

Projekt näitas, kui oluline on kliendi ja koostööpartneri vajadustest aru saada ning avatud dialoog. Tänu projekti alguses korraldatud ühisele ja sellele järgnenud regulaarsetele kohtumistele tekkis parem kontakt, mis julgustas üksteisega ühendust võtma. Koostöö sujus paremini nendes maakondades, kus eelnevalt räägiti läbi osaliste üldine töökorraldus, sh lepiti kokku, millisele ajavahemikule võiks kohtumisi ja infovahetust planeerida. Ühiselt leiti, et kohtumise käigus saadud lisainfo töötukassa ja omavalitsuse teenuste kohta aitab klientide vaates paremaid lahendusi otsida.

Projekt näitas, kui oluline on kliendi ja koostööpartneri vajadustest aru saada ning avatud dialoog.

Pika aja jooksul kuhjunud probleemide lahendamise võtab aega ja lisaks objektiivsetele probleemidele tuleb sageli tegeleda inimese valmisolekuga muutuseks. Katseprojekti klientide hulgas oli sõltuvusega inimesi, kelle toetamisel tuleb paratamatult arvestada

tagasilanguse riskiga. Ka teiste klientide hulgas oli neid, kes ei olnud (veel) valmis oma olukorda muutma ning keda omavalitsuse ja töötukassa senisest suurem tähelepanu pigem heidutas. Seetõttu on oluline, et ühiselt abistamise hoos ei unustataks klienti kohe alguses kaasata. Projekti võis inimene jõuda nii töötukassa juhtumikorraldaja kui ka omavalitsuse sotsiaaltöötaja algatusel, kuid alati räägiti võrgustikupartneri kaasamine esmalt kliendiga läbi ja küsiti temalt nõusolekut.

Üksi saab kiiremini, ühiselt jõuab kaugemale

Inimeste ühine nõustamine võrgustikutöös, sh kolmepoolsed kohtumised, ei ole midagi uut, kuid siiski mitte igapäevane, eelkõige seetõttu, et spetsialistide valmisolek ja võimalus osaleda ühisel kohtumistel on erinev. Ka katseprojekti oli vahel keeruline ühildada töötukassa ja omavalitsuse spetsialisti töörütmi ning leida sobivaid arutelu-aegu, osa kohtumisi lükkus suvepuhkuste tõttu edasi. Ühiselt abistades tuleb paratamatult mõelda ka sellele, et ühe koostööpartneri eemaloleku korral ei jääks abi vajav inimene ootele.

Siiski prooviti peaaegu kõigis projektis osalenud maakondades kolmepoolseid kohtumisi. Osalejate hinnangul aitasid need luua parema pildi inimese tegelikust olukorrast, hoidsid osalisi ühises infoväljas ja võimaldasid kiiremini reageerida inimese olukorra või vajaduste muutustele. Samuti märgati, et need kinnistasid kliendis arusaama, et temal on oluline roll lahenduseni jõudmisel. See mõjus vähemalt osale klientidest võimestavalt ja julgustas neid võtma vastutust oma elu eest.

Projekti lõpuseminaril kõlas mitme osaleja suust mõte, et ühiselt abistamise eelis on erinevate spetsialistide teadmiste ja vahendite kasutamise võimalus nii olukorra analüüsimisel kui ka lahenduste otsimisel. Samuti saab jagada kliendi toetamisega seotud ülesandeid


osaliste pädevuse alusel ja sellega laiendada kliendi juurdepääsu abile.

Ka väikesed sammud viivad tulemusele lähemale

Praeguseks töötab katseprojekti käigus abistatud klientidest pisut alla viiendiku. Tuleb arvestada, et suur osa klientidest olid pikaajalised töötud, kelle tööle saamist mõjutavad püsiva loomuga probleemid (sõltuvus, vaimse tervise häire, hoolduskoormus) ja kelle valmisolek tööle minna on keskmisest väiksem. Paljud projektis osalenud spetsialistid leidsid, et mida keerulisem on inimese olukord ja mida kauem on ta tööturul eemal olnud, seda rohkem aega kulub tema tööle aitamiseks ka ühiselt regutsedes.

Klientide (töö)elus projekti toel toimunud edusammude kõrval ei tasu unustada ka ühises koostöös toimunud muutusi. Neist olulisim on see, et katseprojekti lõppemise järel jätkatakse arvele jäänud klientide toetamiseks koostööd projektis osalenud omavalitsustega ning vajadusel ja võimalusel laiendatakse ühiselt abistamist uutele klientidele. Projekti tulemusi ja selle alusel tehtud järeldusi esitleti ühisel seminaril, mis andis häid ideid ka teistele, projektist välja jäänud maakondade

huvilistele. Projekti kogemuse põhjal anti soovitusel, mis on toeks töötukassa nendele juhtumikorraldajatele, kes alles alustavad süsteemsemat koostööd omavalitsustega. Projekti tulemusi jagati ka linnade ja valdade liidu esindajaga ning arutati, milline peaks olema töötukassa ja omavalitsuse hea koostöö tava.

Kõigi murede lahendamiseks paraku heast koostööst ei piisa. Mõnikord jääb töötukassa ja omavalitsuste ühist abi vajavate klientide tulemuslik abistamine vajalike teenuste nappuse taha. Kõige sagedamini viitas katseprojekti kogemus ebapiisavale võimalusele saada psühhiaatrilist abi. Samuti tuleks toetada omavalitsuste võimekust pakkuda toetuste maksmise ja muude toimingute kõrval ka nõustamist ja teha võrgustikutööd. Projektis osalenud töid välja andmevahetusega seotud mured: oodatakse, et andmete kogumine ja vahetamine oleks korraldatud nii, et see koormaks võimalikult vähe klienti ja toetaks osaliste koostööd, sh võimaldaks ennetada abi vajavate inimeste vaateväljast kadumist ja hädavajaliku abita jäämist. Projekti kogemus näitas, et koos on kergem. Loodetavasti võimaldab koostöö jätkamine klientide ühise abistamise kõrval aidata kaasa ka muutustele riigi tasandil. 

KOMMENTAAR

Ruth Maar, Ere Vaidla

Töötukassa Hiiumaa osakonna juhtumikorraldaja

Tänu koostööprojektile sai selgeks, et kolmepoolsed kohtumised on tulemuslikud ja kindlasti ka edaspidi meie igapäevatöö osa. Kliendid on pärast kolmepoolseid kohtumisi enam valmis koostööks ja usaldavad rohkem nii juhtumikorraldajat kui ka sotsiaaltöötajat ning on valmis rohkem oma olukorrale otsa vaatama tänu pakutavale toele.

Töö sõltuvusprobleemidega inimestega on kindlasti keeruline ja pikaajaline. Selle kliendirühma puhul koostööprojekt veel olulisi tulemusi ei näidanud. Kõigi osaliste tihedam koostöö aga seda suuremas pildis kindlasti toetab. Tänu koostööprojektile on suhtlemine omavalitsusega intensiivsem ja suurem kasu kõigile osalistele.

Evelin Ehasalu*Paide linna sotsiaaltöötaja*

Linnavalitsus ja töötukassa tegid ka eelnevalt koostööd, kuid projekt muutis asutuste kontakti tihedamaks ja lõi eeldused põhjalikumaks koostööks ning klienditööks. Varem vahendati peamiselt teavet, kuid asutuste ühistegevus aitas luua inimese olukorrast ter-vikpildi ja leida üles tema tugevad küljed muutuste tegemiseks.

Koostöökohtumiste peamiseks õnnestumisteks pean seda, et kujunes asutuste ühis-arusaam, seati eesmärgid ja tehti kindlaks kohad, kus koostööd parandada. Saavutusi ja eesmäärke analüüsiiti sagedasti ning tagasisidestamine oli kiire. Muutused toimusid ka klienditöös: klienti vaadati tervikuna, mistõttu inimene innustus, temas tekkis soov olu-korda muuta, ta hakkas tegutsema ja tal tekkis endal edasise tegevuse plaan.

Klienditöö suurimaks mõjutajaks saab pidada kolmepoolseid kohtumisi, kus osalesid klient, juhtumikorraldaja ja sotsiaaltöö spetsialist. Kohtumisel lepiti kokku edasised sam-mud, leiti põhjus ja motivatsioon kodust väljumiseks ning saadi vajalik ravi, teenus või toetus. Inimesel tekkis seega arusaam oma tulevases töökohast ja ta muutus aktiivseks. Enamasti on sotsiaaltöö pikaajaline klient jäänud üksi, tal pole kellelegi toetuda ja ta pole väga motiveeritud elus muutusi tegema. Kolmepoolsed kohtumised tekitasid inimestes tunde, et ta on oluline, tema käekäik läheb kellelegi korda, tal on tugi ja teda kaasatakse tema jaoks oluliste lahenduste otsimisse.

Projekti ühe osana korraldati ühine kovisioon. Minule kui sotsiaaltöötajale oli selles osalemine esmakordne, mistõttu olen õnnelik, et töötukassa selle võimaluse välja pakkus. Töötades sotsiaaltöö kliendiga pikaajaliselt, lasub probleemi lahendamine sageli ühe ini-mese õlul, kaob kõrvalpilguga vaatamise oskus ja seega ka probleemile võimalik lahendus. Kovisioon tekitas grupi toetuse tunde ja aitas näha välja pakutud ideedes sobivaimad lahendusvariante, mis aitasid klienditöös edasi minna. Grupis reflekteerimine aitas luua uusi ideid, lahendusi ja taipamisi.

Asutuste koostöö õnnestus, sest keskenduti ühiste eesmärkide saavutamisele. Ühise töö käigus toimuma hakkavad muutused, isegi kui need on imepisikesed sammud, teevad kõige rohkem rõõmu.

Marelle Erlenheim*Saue Valla sotsiaalosalakonna juhataja*

Usun, et Saue vald ei ole ainuke, kus elab jätkupideva abivajadusega inimesi. Mõtlen siinkohal sotsiaaleluruumides toimetulekutoetusest elavaid tööealisi inimesi, kes on sageli ka pikaajalised töötud. Olulist rolli on nende inimeste elus mänginud ja mängib jätkuvalt alkohol. Nende iseseisva toimetulekuni viiv abistamine on väga raske, aga kui see õnnestub, on võita palju. Seega otsustasime koostöös töötukassaga võtta katseprojektis tähelepanu alla just need abi vajavad vallaelanikud. Vaatasime koos töötukassa juhtumi-korraldajate ja büroode juhtidega üle ühised kliendid, keda abistada, tegime abistamisel tihedat koostööd ja korraldasime sõltlastele suunatud tööharjutuse, mille kestel oli tagatud ka kogemusnõustamine. Taustal toimusid kolmepoolsed kohtumised ja tihe infovahetus.

Valisime väga keerulise sihtrühma, seega ei olnud inimesed alati valmis nii intensiiv-seks koostööks. Siiski loodan, et ühiselt harjutatud üksikjuhtumite lahendamine koos

töötukassaga jätkub ka tulevikus, sest selle tulemuslikkust hindan kõrgelt. Kindlasti peab sotsiaaltöö ja töötukassa abi olema seostatud protsess. Kohalik omavalitsus peab aitama inimestel saada dokumendid korda, vajalike arstide juures käia ja ravi läbida. Seejärel vastavalt inimese võimekusele tuleb pakkuda juurde töötukassa abiga tööturuteenuseid. Lisaks võib keerulise sihtrühma juures välja tuua, et ka siis, kui ootused tulemustele on tagasihoidlikud, võivad need mitte täituda, sest sõltuvushäiretega toimetulek tahab tugevat püsivat motivatsiooni ja kannatlikkust, aga mõlemat võib inimestel nappida.

Samuti tõi koostööprojekt uuesti esile omavalitsuste vajaduse näha abi vajava kliendi töövõimehindamise otsuse sisu ja piiranguid. Omavalitsusel on oluline teada, millised tegevuspiirangud inimesel on ja milline töö või tegevus võiks talle sobida ja jõukohane olla.

Koostööd ja selle viise mõjutas päris palju riigis kehtinud eriolukord. Kohtumised toimusid veebis, töötukassa kogemused klientidega suhtlemisel piirdusid telefonivestluste ja elektroonilise infovahetusega, tööharjutuse algust tuli korduvalt edasi lükata. Lõpuks koostöö laabus, kuid ilmnes asju, millel lahendust polnud või need ei toimunud hästi. Oli ka läbini positiivset. Tore oli näiteks, et harjutusel osalejad said vaksineeritud, mitu tegemist tahtvat tööd tehtud ja vähemalt üks koostööprojektis osalenu asus püsivale tööle.

Kinnitust sai tõsiasi, et plaanitu õnnestumises on peamised inimesed. Olen töötukassale väga tänulik, et meie inimeste juhendaja oli Tiiu Aavik ja kogemusnõustaja Kalle Hallik. Nad olid meile väga head koostööpartnerid ja harjutusel osalejate jaoks hinnatud toetajad. Muljetavaldav oli ka töötukassa professionaalsus, partneriga arvestamine ja koostööoskus. Kuigi koostööprojekt sai läbi, jätkub igapäevane suhtlus klientide abistamisel, lähtudes projekti kogemustest.



Jane Langemets
kvaliteedijuht

Käo Tugikeskus – inimnäoline asutus Tallinnas

Käo Tugikeskus on kogu rohkem kui 25 tegutsemisaasta jooksul olnud midagi enam, kui lihtsalt hoolekandeaasutus. See on turvaline ja sõbralik teenuseosutaja puuetega inimestele ning professionaalse meeskonna hinnatud tööandja.

Käo Tugikeskus on üks esimesi asutusi Tallinnas, kus hakati korraldama vajaduspõhiseid avahooldusteenuseid raske või sügava intellekti- ja liitpuudega lastele. Aastal 1994 kinnitati Tallinna linnavalitsuse määrusega Käo Tugikeskuse põhikiri, millega pandi asutusele alus. Algul Päevakeskus Käo nime kandnud asutuse rajamisele aitasid kaasa aktiivsed lapsevanemad, sotsiaalministeerium ning Tallinna sotsiaal- ja tervishoiuamet. Praegune nimi Käo Tugikeskus saadi 2017. aastal.

Kõige olulisemad ja suurima mõjuga koostööpartnerid on meie teenuse kasutajate vanemad.

Varem kaitseministeeriumile kuulunud laste-aiahoone Käo tn 53 kohandati puuetega laste vajadustele ja 1. septembril 1996 võeti tollasesse päevakeskusesse vastu esimesed sügava ja liitpuudega lapsed, kellega töötamiseks avahoolduses varasemad kogemused

puudusid. Keskuse esimene direktor Merike Melsas oli ametis üle 20 aasta. Täna on meie nüüd juba kolme üksusega tugikeskuse juht Marina Runno, kes on oma inimnäolise juhtimisstiili ja väärtustega panustanud asutuse arengusse alates 2019. aastast.

Teenused lastele ja täiskasvanutele

Praegu tegutseb Käo tänaval meie laste-keskus. Samas majas on lastele loodud ka võimalus omandada kvaliteetne ning võimete kohane põhiharidus: alates 2011. aastast tegutseb seal MTÜ Inimeselt Inimesele Käo Põhikool hariduslike erivajadustega lastele, kellele nõustamiskomisjon on soovitanud õpetust põhikooli lihtsustatud riikliku õppekava alusel toimetuleku- või hooldusõppes. Õppida saab õppemaksuta. Kooli nimekirjas on 38 õpilast. Käo Tugikeskus toetab hariduse omandamist laste päevahoiuteenusega. Lisaväärtusena pakume lastele tuge sotsiaalse rehabilitatsiooni teenustega.

Aastal 2004 avati Käo Tugikeskuse Pae keskus ja 2012. aastal Maleva keskus, kus täiskasvanutele on loodud tingimused saada riiklikku igapäevaelu toetamise teenust ja sotsiaalse rehabilitatsiooni teenuseid (teenustele saamiseks tuleb teha taotlus sotsiaalkindlustusametile). Erinevaid teenuseid saab praegu 75 täiskasvanut.

Käo Tugikeskuse põhimõte on alati olnud, et lapsed ja täiskasvanud saaksid vajaduspõhiseid teenuseid ühest turvalisest kohast nii, et nende vanematel on võimalik samal ajal töötada või muid asjatoimetusi teha. Tugikeskuses on ligipääsetav ja turvaline keskkond, kus lapsed saavad omandada põhiharidust ja kasutada linna rahastatavat laste päevahoiuteenust ning riiklike sotsiaalse rehabilitatsiooni teenuseid. Täisealiseks saades on võimalik saada riiklikke erihoolekande- ja sotsiaalse rehabilitatsiooni teenuseid. Vanemad ei pea leidma päeva keskel aega ega korraldama sõiduvõimalust, et viia pere liiget teistele

teenustele. Vajaduse korral saab kasutada Tallinna linna tasuta sotsiaaltranspordi, mis toob inimese kodu juurest tugikeskusesse ja õhtul viib koju.

Töökorraldus on kõikjal sarnane

Kõigis kolmes tugikeskuse üksuses tegutseme sarnase töökorralduse alusel. Lapsed ja täiskasvanud teenusekasutajad on jagatud kuueliikmelistesse kodurühmadesse. Igas rühmas toimetab vahetustega kolm tegevusjuhendajat.

Alates 2018. aastast osutatakse Käo Tugikeskuses igapäevaelu toetamise teenust päeva- ja nädalahoiuteenusena, mis võimaldab teenust kasutada kuni 23 ööpäeva kuus. Majutusruumides tegutsevad öhtuse ja öise aja tegevust korraldavad tegevusjuhendajad. See paindlik teenus sobib meie teenusekasutajatele, sest annab võimaluse harjutada vanemateta olemist uues keskkonnas.

Tugikeskuses on vajalik tugi nii lastele kui ka täisealistele teenusekasutajatele: kooli



õpetajad, tugispetsialistid ja terapeudid-spetsialistid. Oleme algusest peale järginud põhimõtet, et kvaliteetse teenuse saame tagada ainult piisava hulga spetsialistidega ja selles järeleandmisi teha ei saa.

Kõige olulisemad ja suurima mõjuga koostööpartnerid on meie teenuse kasutajate vanemad. Peame oluliseks nendega koostöösidemetel loomist ja hoidmist ning vahetame iga päev infot. Olulised kokkupuutepunktid on iga-aastased individuaalsed arengu-koostöövestlused ja ühisüritused, kuhu pereliikmed on väga oodatud. Vanemad on oodatud ka tugikeskuse sisekoolitustele. Aastas korra korraldame vanemate rühma kohtumisi, kus on samuti info ning kogemuste jagamise võimalus. Tugikeskuse rehabilitatsioonimeeskonnas on vanemate kogemusnõustaja, kes saab tuge pakkuda toimetulekul oma lapse või juba nooruki erivajadustega.

Käo tugikeskuse põhimõte on alati olnud, et lapsed ja täiskasvanud saaksid vajaduspõhiseid teenuseid ühest turvalisest kohast.

Igapäevase töö korraldamisel on koostöö teenuse kasutajate vanematega hindamatu. Kui planeerime tegevust, siis on väga oluline, et oleme võtnud aega põhjalikult tundma õppida lapsi ja täiskasvanuid, kes meie teenust kasutavad, ning nende peresid. Oluline info tuleb pere liikmetelt, mis on teenusekasutaja eripärad, eelistused ja vajadused. Väärtustame koostööd, mis toetab inimest sellisena, kus ta päriselt oma arengus on. Näiteks oskab tugikeskuse muusikalise tegevuse juhendaja märgata meie noorte hulgas neid, kes soovivad end väljendada klaverimängu kaudu, erilise

rütmipilliga või mõnel muul põneval viisil. Oluline on märgata, mis paneb inimese silmad särama.

Rõõmustavat ja erakordset tuleb tihti ette

Tugikeskuse tegevus tulenebki konkreetsest inimesest, mitte sellest, mis me ise arvame, et talle meeldida võiks. Näiteks oleme märganud, kui palju rõõmu teeb meie noortele tandemjalgrattaga sõitmine. Meie sihtgrupi inimesed eriti ei saa mujalt sellist kogemust, mis on tavalistel inimestel igapäevane. Peame oluliseks oma töös küll rutiini, mis pakub turvatunnet, kuid samuti on tähtis minna vahel mugavustsoonist välja ja korraldada midagi erilist. Rõõmustavaid ja erakordseid sündmusi juhtub meil tihti.

Lastekeskuses toimib kooli nõukogu, kus osalevad vanemate esindajad ja täiskasvanute keskustes vanemate või eestkostjate esinduskogu. Selle kaudu on sügava puudega inimeste ja nende perede muresid või väljakutseid tõstatatud ühiskonnas ka laiemalt.

Turvaline koht väljaspool kodu on väga oluline, et meie teenuse kasutajad saaksid võimaluse oma sotsiaalseid, igapäeva- ja kommunikatsioonioskusi arendada ning rakendada, olla koos eakaaslastega mõnuses kodusarnases keskkonnas, kus on võimalus suhelda ja koos midagi toredat ette võtta. Teame, et see aeg, mis teenuse kasutaja meie tugikeskuses veedab, on väga suur osa tema elust. Meil on neid, kes on tugikeskusega seotud juba üle 20 aasta.

Tajume vastutust, et tugikeskuses veedetud ajal oleks tähendus meie teenuse kasutajatele. Oma tegevusega ja olemasoluga saame kindlasti mõjutada oma laste ja täiskasvanud teenusekasutajate elukvaliteeti. Teame, et väljaspool tugikeskust ei ole kõigil meie lastel ja täiskasvanutel palju



sõpru või tegevusvõimalusi, reise, seiklusi. Meie tegevusel on tähendus ja see on meie vastutus.

Meie meeskond

Tugikeskuse oluline väärtus on meie meeskond. Tugikeskuse asutamisest alates on olnud meie eesmärk tagada keskkond, mis toetab erivajadusega laste ja täiskasvanute igakülgset arengut. Asutuses ei ole kõige tähtsamad kallid vahendid, vaid see, kuidas olemasolevaid võimalusi kasutatakse. Sarnaselt meie teenusekasutajatega veedavad viljakaima aja päevast tugikeskuses meie töötajad. Tähtis on säilitada tunne, et tööl on tähendus ja tegevus on inspireeriv. Vastutajatena on meil endil võimalus luua tegevusi ja emotsioone, mis elu rikastavad.

Aastatega on tugikeskuse juurde moodustunud professionaalne, heas mõttes ambitsioonikas ja ühthoidev meeskond, kes viib aktiivselt tugikeskuse visiooni ellu ja loob valdkonna arenguks võimalused.

Meeskonnaliikmete hea energia on väga oluline. Kord aastas on tugikeskuse üksustes üritused, kus tegevusjuhendajad ja terapeutid esitlevad oma häid kogemusi, räägivad eduelamustest ja igapäevatööst, mis võivad inspireerida kolleege. Oluline on teiste tööd tunnustada ja uute eesmärkide seadmisel kõigi osaliste koostöö. Heade praktikate jagamise päeva mõte on muutuse tegemine positiivsuse levitamise ja oma töö eduelamuste jagamise kaudu.

Tajume vastutust, et tugikeskuses veedetud ajal oleks tähendus meie teenusekasutajatele.

Käo Tugikeskus on olnud kindlasti valdkonna spetsialistide kasvulava. Meie asutusest pärit spetsialistid jagavad kogemusi kogu Eestis. Oleme moodustanud koolitusmeeskonna, kes tegutseb aktiivse alternatiivkommunikatsiooni ja eripedagoogika

valdkonna koolitajana alates 2013. aastast koostöös MTÜ-ga Inimeselt Inimesele. Alternatiivkommunikatsiooni arendamine innovaatiliste meetodite rakendamise kaudu on meie südameasi olnud juba tugikeskuse asutamisest alates, sest suhtlemine on inimese põhiõigus. Algul järgisime väliseksperptide nõuandeid tugikeskuses, aga järk-järgult hakkasime jagama oma kogemusi väljapoole. Regulaarselt peavad meie asutuse spetsialistid loenguid Tartu ja Tallinna ülikoolis ning Tallinna Tervishoiu Kõrgkoolis. Peame oluliseks inspireerida ja julgustada meie sihtrühma inimestega töötama.

Sageli algabki töötaja karjäär tugikeskuses praktikandi või asendusteenistujana, pärast sõlmitakse juba tööleping ja jäädakse tugikeskusega pikkadeks aastateks.

Väljakutsed ja arendusvõimalused

Käo Tugikeskus on üks väheseid asutusi Eestis, kus teenuseid saavad nii lapsed kui ka täiskasvanud. Tugikeskus on olemas 7–18-aastastele ja täiskasvanutele ning nende peredele kuni vanemad suudavad toime tulla pereliikme hooldamisega. Täiskasvanud teenusekasutajate vanemad on tugikeskuses pakutavat igapäevaelu toetamise teenust päeva- ja nädalahoiuuna eesmärgistanud just kodunt lahti laskmise harjutamisena, mis võimaldab ka vanematel harjuda uue olukorraga, et nende täisealine laps ööbib väljaspool kodu. Kui tugikeskus saab pakkuda päeva- ja nädalahoiu teenust selle kõige õigemal tähenduses kodurühmades, siis annab see võimaluse tagada sujuv üleminek ühelt teenuselt teisele. Teenusel olles pakutakse tuge, kui on vaja minna üle ööpäevaringsele erihoolekandeteenusele. On selge, et eriti Tallinna lähedal on puudu kohti, kus meie tugikeskuse teenustelt lahkuvad noored saaksid elama asuda ja mis

oleks edaspidi nende oma kodu. Oleme saanud vanematelt tagasisidet, et nad ootavad turvalist kogu ööpäev tegutsevat asutuskodu, mis võiks olla nende praeguse kodu lähedal. Siis säiliks side vanematekoduga, võimalusel ka teiste sugulastega. Lisaks on Eestis ööpäevaringsele erihoolekandeteenusele endiselt pikad järjekorrad, sest kohtadest on puudus.

Oleme algusest peale järginud põhimõtet, et kvaliteetse teenuse saame tagada ainult piisava hulga spetsialistidega ja selles järeleandmisi teha ei saa.

Teenusekasutajate vanematega suheldes teeb meie muret riiklike teenuste rahastajate suhtumine teenusekasutajate vajadustesse. Kui kehtivad nõuded ei võta arvesse kõigi teenusekasutajate eripära, siis see tähendab, et neid tuleks muuta. Oleme aktiivsed osalejad Erihoolekandeteenuste Pakkujate Liidus, et anda oma panus meie teenusekasutajate vajadustele paremini vastavate erihoolekandeteenuste väljatöötamise ja arendamise.

Meie teenusekasutajad ei ole klassikalise sotsiaalse rehabilitatsiooni teenuse või igapäevaelu toetamise teenuse kasutajad. Need on standardteenused, mille hulgast tehakse valik, kui teenusele soovijatele suunamisotsuseid väljastatakse. Raske või sügava liitpuudega inimesele, kelle iseseisva toimetuleku väljavaated on ahtad, on valikud üsna väikesed. Tugikeskuses saame näiteks pakkuda täiskasvanutele igapäevaelu toetamise teenust, mis on maksimaalselt 23 päeva kuus. Riigi rahastus aga ei kata täielikult igapäevaelu toetamise teenuse haldus- ega personalikulu.

Sotsiaalse rehabilitatsiooni teenuse osutamisel on oluline esitada teenuse rahastajatele

aruandeid, milline on osutatud teenuse nähtav mõju ja tulemus. Aga kui räägime meie asutuse sihtgrupist, siis kahjuks on nähtavat ja kiiret arengut üsna võimatu esitleda või välja tuua. Tugikeskuse aastatepikkuse rehabilitatsiooniteenuste osutamise kogemuse põhjalt võib siiski kindlalt väita, et meie sihtgrupile on väga oluline ka regulaarne ning pikaajaline osalemine. Just nii tagatakse iga teenusekasutaja võimete maksimaalne väljaarendamine ja omandatud oskuste säilitamine. Rahastajate ootused ja meie võimalused ei lähe seetõttu kokku. Soovime, et teenused oleksid veel isikukesksemad ja paindlikumad ning arvestaks meie teenuse kasutajate vajadusi. Samuti on oluline, et asutusel on piisavalt vahendeid teenust kvaliteetselt osutada.

Keskkond ja ligipääsetavus


Aeg-ajalt tundub, et töö ligipääsetava ja nüüdisaegse keskkonna tagamise nimel ei lõppe kunagi. Tallinna linna asutusena teeme tihedat koostööd Tallinna sotsiaal- ja tervishoiuametiga, Tallinna linnavaarametiga, Tallinna linna planeerimiseametiga jt valdkonnaga seotud koostööpartneritega. Siiani on tugikeskuse kasutuses olnud hooned vajanud palju hoolt ja kohandusi. Oleme võtnud oma südameasjaks luua ligipääsetava ja nüüdisaegne keskkonnad, mis oleks Eestis eeskujuks ning arvestaks kõigi inimeste vajadusi.

Käo Tugikeskuse Maleva keskus asutati endise Tallinna lastekodu Kopli keskuse amortiseerunud majja, mis oli vaja enne renoveerida, et luua teenuse osutamise tingimused. Rekonstrueerimine toimus

2019. a novembrist kuni 2020. a oktoobrini linnavalitsuse raha toel. Tulevikus on kavas Maleva keskuse õueala asjakohaselt sisustada, mis mitmekesistab tegevusi värskes õhus.

Käo Tugikeskuse Pae keskus asub Lasnamäel ja tegutseb vanas, nüüdseks amortiseerunud lasteaiahoones. See oma 1985. aasta arhitektuurse lahendusega takistab erivajadusega teenusekasutajatele isikukesksete teenuste osutamist ega ole turvaline. Ruumilahendused ei võimalda kujundada moodsate abivahendite kasutamiseks terviklahendusi (näiteks paigaldada ruume ühendavaid laesiinidega tõstukeid). Tallinna linna 2022. aasta eelarves on Pae uue keskuse projekteerimiseks planeeritud 300 000 eurot ja eelarvestrateegiaga aastateks 2022–2025 ehituse kogumaksumuseks viis miljonit eurot. Uus hoone tagab tingimused nüüdisaegse, ligipääsetava ja teenusekasutajate vajadustele vastava keskkonna loomiseks. Ajakohased ja loogilise ülesehitusega arhitektuurilahendused võimaldavad meil luua terviklahendusi. Pae keskkuses rajati eelmisel aastal atraktiivne õueala, mis on kujundatud, arvestades ka uue hoone ehitamise võimalust.

Lastekeskuses on valmis nüüdisaegse ja ligipääsetava saali juurdeehituse projekt. Selle elluviimine annab omakorda palju uusi tegutsemisvõimalusi.

Eestis on praegu mitu kriisi, millega tuleb tegeleda, kuid erivajadustega inimestega töötades ei või me lubada inimlikkuse kriisi tekkimist ega inimliku näo kaotamist. Selle ärahoidmiseks peame tugikeskuses hästi teadma, kelle jaoks ja mida teeme ning mida vajame oma tegevuseks. 

Rohkem infot Käo Tugikeskuse tegevuse kohta www.kaokeskus.ee ja ela meile kaasa www.facebook.com/kaokeskus.ee

**Kristel Patzig***kommunikatsioonijuht, Lapse Heaolu Arengukeskus*

Perepesa toetab laste ja perede heaolu

Lapse heaolu on tugeva ja terve ühiskonna alus. Iga kogukond soovib, et tema lapsed oleksid terved ja õnnelikud. Lapse heaolu tagamine on esmalt iga lapsevanema ülesanne, kuid seda soodustava ja toetava keskkonna loomiseks on vaja ühiskonna ühist panust.

Perepesa on kogukondlik ennetus- ja peretöökeskus, mis toetab laste ja perede heaolu süsteemse ennetustöö ja varajase märkamisega. Eestis tegutseb kolm Perepesa: Türi vallas, Põltsamaa vallas ning Viljandi linnas ja vallas. Sügisel alustavad uued pesad tegevust Elvas ja Tartus ning järgmistel aastatel on kavas veelgi laiendada.

Perepesa mudeli on välja töötanud SA Lapse Heaolu Arengukeskus, mis sündis soovist leida lahendus ühiskondlikule väljakutsele. „Laste ja noorte vaimse tervise probleemid on teinud muret juba aastaid,“ selgitab arengukeskuse üks algataja ja tegevjuht Maarja Oviir-Neivelt. „Heade kaasamõtlejate abiga jõudsime järeltulele, et tagajärgedega tegelemise asemel on vaja keskenduda perede ja laste probleemide ennetamisele ning vajakajäämistele võimalikult varajasele märkamisele. Seejärel tuleb peredele pakkuda tõhusat, koordineeritud ja läbimõeldud tuge.“

Nii sündis rahvusvahelisele kogemusele toetuv, kuid Eesti oludele kohandatud kogukondliku ennetus- ja peretöökeskuse mudel, mis on puuduolev lüli, et viia kokku pere ja vajalik toetus. Sotsiaaltöö ajakirja 2019. aasta kolmandas numbris ilmus äsja ukсед avanud Perepesade tutvustus. Nüüdseks on väljakutseid pakkunud katseprojekt edukalt lõppenud ja alates 2022. aasta jaanuarist on Lapse Heaolu Arengukeskus sotsiaalministeeriumi strateegiline partner taotlusvooru „Peresõbralik ja lasterikas Eesti“ tegevuste elluviimisel.

Tõhusa ennetustöö alustalad

Perepesade tegevus on teadlikult riigi, kohaliku omavalitsuse ja erasektori koostööle üles ehitatud. Samuti on väga oluline tõhustada laste ja peredega tegelevate kohalike organisatsioonide ning spetsialistide koostööd ennetuses. Mudel on kooskõlas riiklike arengusuundadega ja annab kohalikele

omavalitsusele tõhusaks ennetustöökst tööriistakasti.

Perepesa tegevus lähtub asjaolust, et lapse heaolu mõjutavad kõige rohkem vanemlikud oskused, pere- ja keskkondlikud tegurid ning lapse arenguvajaduste toetamine (Department of Health 2000). Uuringud on näidanud, et tõhusaim aeg tuge pakkuda on juba enne lapse sündi ja lapse esimestel eluaastatel (Jeong jt 2020). Seetõttu on Perepesa teenused suunatud peredele lapseootusest kuni lapse kooliminekueni.

Perepesa tegutsemine põhineb neljal alustalal:

- universaalne ennetus;
- ühe ukse põhimõte;
- teadus- ja tõenduspõhised sekkumised;
- valdkonnaülene koostöö.

Perepesa koondab teavet ja tõhusaid teenuseid ning programme. Eesmärk on, et lapseootel

ja lastega pered saavad teenused kätte koordineeritult ning võimalikult ühest kohast, kodu lähedalt. Perede terviklikul toetamisel on keskne omavalitsuse kõigi spetsialistide ja organisatsioonide koostöö, kelle ülesanne on tagada laste ja perede heaolu.

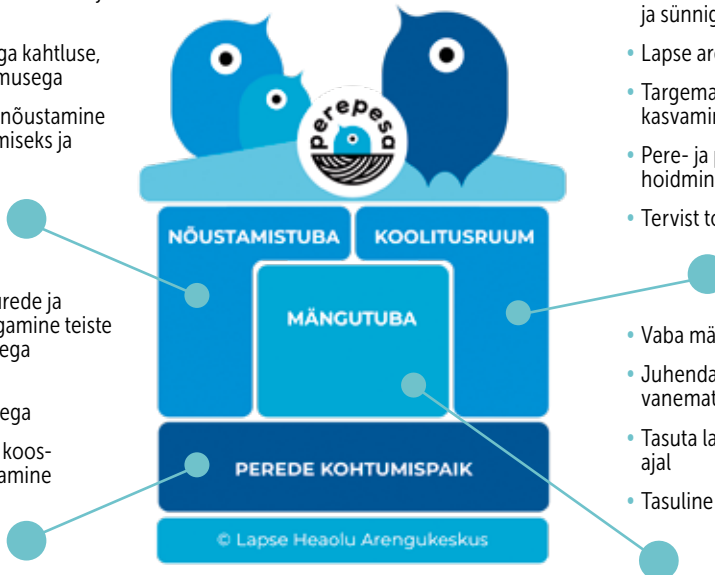
Lastele ja lapsevanematele suunatud universaalse ennetuse tõenduspõhiste sekkumistega saab vähendada suure riskiga olukordi ja ära hoida pikaajalist riskikäitumist (Richter jt 2017).

Mida Perepesas tehakse?

Perepesas on laste mängutuba, kus saab lihtsalt mängida ja kogeda vaheldust kodusse keskkonnale. Kui lapsevanem osaleb Perepesa koolitusel, nõustamisel vm, saab sel ajal jätta lapse mängutoa juhendaja hoole alla tasuta lapsehoidu. Mängutoas toimub ka juhendatud tegevus lastele ja vanematele ning on tasuta lühiajaline lapsehoid.

- Vaimse tervise hoidmine ja toetamine
- Pöördumine iga kahtluse, mure või küsimusega
- Individuaalne nõustamine lapse kasvatamiseks ja toetamiseks

- Rõõmude, murede ja kogemuste jagamine teiste lapsevanematega
- Tutvumine infomaterjalidega
- Kogukondlike kooskäimiste algatamine



- Kohanemine lapseootuse ja sünniga
- Lapse arengu toetamine
- Targemaks lapsevanemaks kasvamine
- Pere- ja paarisuhete hoidmine
- Tervist toetavad valikud
- Vaba mänguaeg
- Juhendatud tegevus lastele ja vanematele
- Tasuta lapsehoid teenuste ajal
- Tasuline lühiajaline lapsehoid

Joonis. Pesatäis soojust, mõistmist ja koos toimetamist kõigile peredele

Vanemad saavad küsida nõu spetsialistidelt, osaleda juturingides ja koolitustel seoses lapse arengu ning lapsevanemaks ja partneriks olemisega. Perepesade tähelepanu keskmes on lapseootuse ja lapse sünniga kohanemine, lapse arengu toetamine tema eluetappidel, targemaks lapsevanemaks kasvamine, pere- ja paarisuhete loomine ning hoidmine ja tervist toetavate valikute tegemine.

Väga oluline on vaimse tervise tähtsustamine ja toetamine. Perepesa psühholoogilise nõustaja juurde saab pöörduda iga kahtluse, mure või küsimusega. Spetsialist aitab leida viise, kuidas hoida enda ja oma pere vaimset tervist.

Lapse Heaolu Arengukeskus on ala asjatundjaid kaasav riigi tunnustatud eraalgatus, mis pakub mõjusaid lahendusi lastele ja peredele suunatud ennetustöös.

Perepesa tegevuse üks eesmärke on normaliseerida abi küsimine. Kõigil tuleb ette olukordi, kui oma teadmised või jõud otsa saavad ja vaja on toetust, ärakuulamist või nõuannet. Kui lapsevanem oskab abi küsida, on see suur samm oma lapse ja pere heaolu suurendamisel.

Perepesa on peredele turvaline ja hubane kogukonnakeskus, seal saab niisama aega veeta ja abi saamine ei ole sildistav. See on kogukonna perede kohtumispaik, kus saab jagada rõõme, muresid ja kogemusi ning pered harjuvad seal käima ka siis, kui probleeme ei ole. Väga teretulnud on kogukondlikud algatused ja kooskäimised.

Katseprojekti tulemused olid edukad

Perepesade terviklahenduse testimise kaheaastane projekt algas 2019. aasta oktoobris. Projekt oli võimalik algatada tänu Viljandi linna, Põltsamaa ja Türi valla julgusele

mõttega kaasa tulla: avada keskused peredele ja proovida, kuidas mudel kogukonnas toimib. Nendel omavalitsustel oli (ja on siiani) tahe pakkuda peredele võimalust suurendada toimetulekuoskusi enne probleemide tekkimist.

Katseprojekti tulemuste hindamiseks korraldati 2022. aasta alguses vanemlusuuring ja tagasisideuuring koostööpartnerite hulgas.

Vanemlusuuringusse kaasati Viljandi, Türi ja Põltsamaa kuni 8-aastaste laste vanemad. Kutse osalemiseks edastati lasteaedade infosüsteemide kaudu, Perepesas kohapeal ja Perepesa meediakanalites.

Enamik (92%) vanemlusuuringule vastanutest teadis Perepesast ja ligi pooled (48%) olid seda külastanud.

Perepesade koostööpartnerid ja kohalikud omavalitsused hindasid projekti tegevust hindegas 8,3 (kümnepunktiskaalal). Keskuse toimivust hindasid ka Perepesade meeskonnad ja nende hinnangute keskmiseks kujunes 3,2 punkti neljast.

Projekti jooksul osutati Perepesades 12 teenust, mille kohta koguti tagasisidet ja statistikat. Teenuseid kasutati 8773 korda. Vanemad hindasid Perepesa teenuseid keskmiselt 9,6 punktiga kümnest.

Perepesade teenused olid järgmised:

- avatud mängutuba;
- juhendatud tegevus lastele ja vanematele;
- koolitused-juturingid;
- pere lahendusringi meetod laiendatud perede võimestamiseks;
- perekool lapseootel peredele;
- PREP-suhtlemise alusoskuste koolitus;
- psühholoogiline nõustamine;
- toitumisenõustamine;
- tugigrupid;
- vanemlusprogramm „Imelised aastad“;
- ämmaemanda universaalne koduviisiit;
- kaheaastase lapse kõne ja arengu toetamine.

Tagasisideuuringute alusel hinnati kõige olulisemateks teenusteks koolitused-juturingid, psühholoogiline nõustamine, juhendatud tegevus, avatud mängutuba ja ämmaemanda universaalne koduviisit.

Kohalikud pered on leidnud tee Perepesadesse ja hindavad kõrgelt võimalust saada teadmisi, tuge ning abi kodu lähedal. Tagasiside põhjal soodustas teenustele jõudmist avatud mängutuba ja perelt perele leviv info, soovitaja oli sageli teine vanem, kes oli keskust külasthanud.

Katseprojekti alguses määrati Perepesa tulemuslikkuse näitajad ja nende sihttasemed koostöös Lapse Heaolu Arengukeskuse nõukogu, Heateo sihtasutuse ja Perepesade juhtidega.

Täielikult saavutati seitsmest tulemusnäitajast nelja eesmärk: ligi pooled kohaliku omavalitsuse lapsevanemad kasutasid Perepesa teenuseid; ooteaeg psühholoogi juurde pääsemiseks oli keskmiselt kümme päeva; ämmaemanda tegid universaalse koduviisi poolte oma piirkonnas sündinud vastsündinute juurde ja rahulolu Perepesa teenusega oli maksimumilähedane (9,6 punkti kümnest).

Perepesa igasse omavalitsusse

Perepesade katseprojekti kokkuvõtval seminaril mõtestati tehtud tööd koos riigi ja kohalike omavalitsuste esindajatega ning Perepesade meeskondadega. Arutati tulevikuplaane, kuidas ennetustööga suurendada laste ja perede heaolu.

Mudelit on olnud võimalik rakendada tänu Perepesade meeskondadele, kes praktikutena seisis väljakutsetega edukalt silmitsi. Põltsamaa Perepesa juhataja Mariin Sirk märkis, et keskuse käivitamisel on tundmatuid muutujaid olnud väga palju, kuid need ongi uuenduste võlu ja valu. „Tahtsime näha tulemusi nüüd ja kohe, aga ennetustöö ei ole

koht, kus näeme kiireid tulemusi.“ Algusest peale mudeli juurutamise juures olnud Sirk näeb mudeli keskse kohana Perekooli loenguid, mille kaudu lapsevanemad Perepesast teada saavad. Hiljem tulevad nad ka mängutuppa ja siis on neil juba tuttav koht, kuhu küsimuste ja muredega pöörduda.

Perepesa eesmärk on võimestada lapsevanemaid, pakkuda neile õigeaegset, asjakohast ja professionaalset tuge laste kasvatamisel ning pere- ja paarisuhete loomisel ja hoidmisel.

Sotsiaalkaitseminister Signe Riisalo ütles seminari lõpukõnes, et Perepesad on väga hästi kokku sidunud inimeste vajadused, kogukonna võimalused, kohaliku omavalitsuse tahte ja riigi poliitikakujunduse. Oviir-Neivelti sõnul oli koostööpartnerite kohtumine väga väärtuslik, sest koostöö-sildade loomine tagab kvaliteedi ja annab jõudu edasi minna, et valdkonnaüleses ennetustöös veel paremini ühte jalga käia.

Tegevusmudeli kaheaastase testperioodi järeldusi võetakse arvesse Perepesade tegevuse edasiarendamisel. Sel sügisel liituvad võrgustikuga Elva vald ja Tartu linn. Kavas on 2024. aasta lõpuks jõuda kümne toimiva ennetus- ja peretöökeskuseni ning tulevikus võiks Eesti igas omavalitsusüksuses olla oma Perepesa.

Ämmaemandate korduvate koduviiside projekt

Paralleelselt Perepesade tegevusmudeli rakendamise testib ja arendab Lapse Heaolu Arengukeskus uusi teenuseid, mis võiksid olla tõhusad ennetustöö vahendid. Koos Eesti ämmaemandate ühinguga viiakse aastail 2021–2023 ellu projekt „Ämmaemanda

koduvisiidid esimestel eluaastatel“, mille algatas sotsiaalministeerium Norra toetusel.

Projekti eesmärk on välja töötada tegevusmudel lapseootel ja lapse saanud pere heaolu mõjutavate riskide hindamiseks ja maandamiseks ämmaemanda korduvate sünnitusjärgsete koduvisiitide kaudu koostöös kohalike omavalitsuste ja tervishoiuasutustega eri Eesti piirkondades.


Tänavu 27. aprillil lõpetasid 21 ämmaemandat mitmekülgse koolitusprogrammi ja alustasid sünnitusjärgseid koduvisiite, et olla toeks äsja lapse saanud peredele. „Koduvisiidid aitavad peredel kiiremini kohaneda lapse sünniga kaasneva elumuutusega ja pere saab kohe teha tervist ning heaolu soodustavaid valikuid,“ selgitab projekti olemust Lapse Heaolu Arengukeskuse juhataste liige ja projektijuht Tiina Tõemets. Ta lisab, et ämmaemand saab kaasata teisi spetsialiste, kes on perele toeks keerulisemate küsimuste lahendamisel.

Ämmaemandate koolitusprogramm andis koduvisiidi tegevusmudeli ja riskiohus pere toetustekonna ülevaate, lisaks olulisi teadmisi positiivse vanemluse toetamisest psüühikahäireteni sünnilähedasel ajal. Ämmaemandad õppisid kasutama Edinburghi depressiooni skaalat (EPDS) ja Calgary sõelumisvahendit pere riskide hindamiseks.

Koolitatud ämmaemandad katsetavad tegevusmudelit oma teeninduspiirkondades Tartus, Valgas, Võrus, Rakveres, Türil, Viljandis, Ida-Virumaal, Harjumaal ja Saaremaal. Seejärel analüüsib projekt meeskond koos ekspertidega tegevusmudelit: kas tegevus oli tõhus ja mida on vaja teha mudeli laiemaks kasutusele võtmiseks. Augustis 2023 valmib ämmaemandate koduvisiitide tegevusmudeli Eestis rakendamise sobivuse kohta lõpparuanne.

Usume perede võimekusse

Eesti rahvaarv on väike ja seda olulisem on pakkuda igale lapsele ning perele tuge. „Usume, et igal perel ja pereliikmel on sisemine võimekus olukordadega hakkama saada,“ on Oviir-Neivelt veendunud. Perepasa roll on peresid julgustada ja toetada, pakkuda neile mõistmist ning pädevat infot, osutada asjakohaseid teenuseid, kujundada kogukondlik keskkond, kus pered saavad ka üksteisele toeks olla.

Mõjus ennetustöö on investering tulevikku, süsteemsus aitab vähendada kulutusi tagajärgedega tegelemisel. Perepasa koostöös kohaliku omavalitsuse ja arengukeskusega saab peredele tuge pakkuda ja nende heaolu suurendada. 

Viidatud allikad

- Department of Health. The Stationery Office.** (2000). *Framework for the Assessment of Children in Need and their Families*. <https://webarchive.nationalarchives.gov.uk/ukgwa/20030801134943/http://www.doh.gov.uk:80/SCG/cin.htm> (09.08.2022).
- Jeong, J., Franchett, E., Yousafzai, A. K.** (2020). *World Health Organization Recommendations on Caregiving Interventions to Support Early Child Development in the First Three Years of Life: Report of the systematic review of evidence*. Department of Global Health and Population. Harvard T.H. Chan School of Public Health. https://cdn.who.int/media/docs/default-source/mca-documents/child/eecd/sr_caregiving_interventions_eecd_jeong_final_05mar2020_rev.pdf?sfvrsn=5d74c5ac_7/&Status=Master (29.07.2022).
- Richter, L. M., Daelmans, B., Lombardi, J., Heymann, J., ... Darmstadt, G. L.** (2017). Investing in the foundation of sustainable development: Pathways to scale up for early childhood development. *Lancet*. 389, 103–118. www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5880532 (29.07.2022).

**Eve Voogla***Hiiumaa sotsiaalkeskuse noortekodu meeskonna juht***Enelis Linnas***Sotsiaalkindlustusameti kinnise lasteasutuse teenuse juht*

Kinnise lasteasutuse teenus Hiiumaa sotsiaalkeskuse noortekodus

Kaks aastat tagasi avatud noortekodu kogemus kinnitab, et usk noortes, nende järjepidev toetamine ja õigete toetusmeetmete kavandamine nii noorele kui ka tema lähedastele võib muuta nii mõnegi noore elu ja käitumist.

Kinnise lasteasutuse teenus (KLAT) on abi-meede, millega saab toetada noort, kes oma käitumisega seab ohtu iseenda või teised enda ümber. Eesmärk on pakkuda suure abivajaduse ja riskikäitumisega noorele ajutist turvalist ja arendavat keskkonda ning parandada tema toimetulekuvõimet.

Eestis osutavad kinnise lasteasutuse teenust Maarjamaa hariduskolleeegium, Tallinna laste turvakeskus, Rakvere Lille kodu ja 2020. aasta augustis avatud Hiiumaa sotsiaalkeskuse noortekodu.

Vahel arvatakse ekslikult, et Hiiumaa sotsiaalkeskuse noortekodu on avatud ustega ravi- või teraapiakodu, kuid see on siiski kinnine lasteasutus, kuhu noore saab suunata vaid kohtuotsusega. Noortekodus on kohti kuni kuuele 12–18-aastasele lapsele. Oma keerulise eluloo ja raske kogemuspagasi tõttu vajavad need lapsed tugevdatud toetust

toimevõimekuse suurendamisel, sh ajutist liikumisvabaduse piiramist, et vähendada tõsise riskikäitumise jätkumist või võimendumist. Hiiumaale kinnise lasteasutuse teenusele saabuvad peamiselt noored, kelle käitumine ohustab eeskätt neid endid.

Teenuse sisu

Hiiumaa sotsiaalkeskuse noortekodu loomisel võeti eeskujuks miljööteraapilised põhimõtted. Noore käitumise väljakutsete ja igapäevavaraskustega toimetulekul lähtutakse sellistest põhimõtetest nagu kaasamine, toetamine, kaitsmine, tunnustamine ja struktureeritus. Miljööteraapilised põhimõtted on justkui noortekodu selgroog – need määravad, kuidas suhtutakse nooresse, planeeritakse tegevusi ja teraapiaid, arvestatakse noorte endi soovidega, kujundatakse noortekodu füüsilist keskkonda jms.



Hiiumaa sotsiaalkeskuse noortekodu. Foto: erakogu

Oluline on ka töötaja töö iseendaga, meeskond kui miljööteraapiline kooslus ja noortekodu kui muutuste kujundamise keskkond, mis on võimalikult sarnane tava-keskkonnaga. Ka teised KLAT-i osutavad asutused lähtuvad aina enam miljööteraapilistest põhimõtetest ja traumast taastumise mudelist.

Lähtutakse sellistest põhimõtetest nagu kaasamine, toetamine, kaitsmine, tunnustamine ja struktureeritus.

Kui noor saabub teenusele, seisab Hiiumaale jõudes ees veel tunnike autosõitu, käänuline tee looduskaunile Kõpu poolsaarele metsade vahele, eemale linnakärast ja -melust. Noortekodu asub Kõpu õppekompleksi endise õpilaskodu ruumides, kõrval on ka sotsiaalkeskuse pansionaat ja Hiiumaa Vabakool. Üleaedsed on JES Pihla inspiratsioonitalu, mille suvised kontserdid ja etendused

ilmestavad aeg-ajalt ka noortekodu õhtuid, kui noored aiatööst väsinuna murul istudes muusikat nautida saavad. Naabritel ja kohalikel on noortekodu laste arengus eriline osa, sest nemad on lastele eeskujuks ja aitavad luua hädavajalikku normaalsuse tunnet. Tähtis on, et lastele ei jääks tunnet, nagu oleks nad siia „kinni istuma“ või karistust kandma saadetud, vaid et see on võimalus pühendada aasta oma elust vaimse tervise parandamisele.

Päev algab noortekodus ühise hommikusöögi valmistamise ja hommikuringiga, kus räägitakse läbi päeva tegevus. Koolipäeval lähevad noored bussiga seejärel kooli. Neil, kel sel päeval kooli ei ole, algab kodune õppimine ja kodused tegemised. Koduste kohustuste hulgas on teraapias osalemine, aga ka pesu pesemine, koristamine ja muu argipäeva toimetulekuoskusi arendav tegevus. Noored vastutavad söögikordade valmistamise ja nädalamenüü koostamise eest. Pärast lõunat ootavad ees õueaeg, koolitööde tegemine, arvuti- ja telefoniaeg, õhtune ühis-tegevus ja õhturing. Noortekodu elu käib

kindla päevakava ja kodukorra alusel, mis loob lastele rutiini ja ettearvatavuse tunde. Iganädalastel noorte koosolekutel saavad nad kaasa rääkida ühistegevuse kavandamisel ja jagada muresid või teha ettepanekuid. Nädala individuaalne tegevus planeeritakse alati lapse ja sotsiaalpedagoogi koostöös üks-kaks nädalat ette. Kui noored saavad ise oma elu puudutavate otsuste tegemise protsessis osaleda (tegevuste planeerimine, vaba aja sisustamine), kasvab nende autonoomia tunnetus ning tegevustes, mille nad on ise valinud, on nad osavõtlikumad ning võtavad selle järgimise eest suurema vastutuse.

Sammhaaval suurendatakse noore otsustus- ja liikumisvabadust, andes talle võimaluse harjutada kokkulepetest kinnipidamist ja vastutuse võtmist. Kui noore toimetulek võimaldab, saab ta osaleda huvitegevuses ka väljaspool noortekodu, näiteks käia kooli lähedal tennis või kohalikus noortemajas sõpradega aega veetmas. Mõnel juhul on õnnestunud noorele leida ajutine töötas, näiteks heakorratööd naabrite juures, ettekandjana kohvikus või Hiiumaa sotsiaalkeskuse teises tegevuskohas abilisena.

Väga tähtis on hakata kohe saabumisest koos noore, tema pere ja nende ümber olevate spetsialistidega kavandama lapse koju naasmist ning luua sild lapse ja kogukonna vahel.

Noored on välja toonud, et Hiiumaal pole just palju lõbustusi või üritusi, aga on aed, mets ja meri: seenelkäigud, matkamine, meres ujumine ja kalastamine. Hooajalised aiatöölemmikud on muruniitmine ja lumelükkamine. Noored on rääkinud, et mõned

tuttavad pole Hiiumaa KLAT-i soovinud just sellepärast, et siin pole mõtet ära joosta. Pole midagi teha ega jõua kuhugi.

Noortekodu põhimeeskonnas on kasvatajad ja sotsiaalpedagoogid, koostööpartneritena osutavad teenuseid psühholoog ja terapeutid (loovterapeut, MDFT¹-terapeut, kogemusnõustaja jt). Iga noorega tegeletakse individuaalselt ja talle koostatud tegevusplaani on alati isemoodi: teenuste ja toetuse komplekt lähtub just tema vajadustest, võimalustest ja arenguvaldkondadest. Eesmärk on luua turvaline ja ettearvatav keskkond, anda täiskasvanute eeskujuga ja toe ning teraapiate abil noorele uus tasakaal, et tal tekiks endal huvi oma arenguteekonda panustada, mis omakorda aitaks tal teenuselt lahkudes elada oma elu ja tervist kahjustamata.

Koostöö lapse võrgustikuga

Suur roll on koostööl lapse võrgustikuga, eelkõige pere ja lähedastega, kes vajavad samuti tuge, nõustamist ja tunnet, et neid ei ole murega üksi jäetud. Noortekodus on eraldi külalisruumid, et külla tulnud lähedastel ja spetsialistidel oleks võimalik ööbima jääda ning osaleda lastega koos nii igapäevategevuses kui ka teraapias. Võimalust on peamiselt kasutanud laste lähisugulased, kes pärast MDFT-teraapias osalemist või vestlust sotsiaalpedagoogiga on veetnud ülejäänud nädalavahetuse noortekodu päevakava kaasa tehes, sh lastega koos meisterdades, kooki küpsetades ja ka aiamaad kaevates. Tagasiside on olnud positiivne, lähedaste sõnul on olnud värskendav näha lapsi noortekodu keskkonnas toimetamas, samuti töötajatega tuttavaks saada.

Väga tähtis on hakata kohe saabumisest koos noore, tema pere ja nende ümber olevate

¹ Mitmedimensiooniline pereteraapia.

spetsialistidega kavandama lapse koju naasmist ning luua sild lapse ja kogukonna vahel.

Selleks aga on vaja võrgustikupartnerite (nt lastekaitse, kool, politsei, noorsootöötaja) eestvedamist, järjekindlust, koostööd, aktiivset kaasamõtlemist ja planeerimist. Võrgustikuliikmed peavad jääma lapse toetamise planeerimisel võrdseteks osalisteks. Ühiselt koostatud plaan, kuidas lapse asutusest lahkumist ja sellele järgnevat elu ette valmistada, tagab, et laps ei peaks teenusele naasma. Vastutame ühiselt, et leida lapsele ja tema lähedastele vajalikud sekkumised ning kindlustada nende jätkumine ka teenuselt lahkudes. Ka lapse kodukool võib vajada abi eelnevalt tekkinud pingete ja konfliktide maandamisel. Häid tulemusi on siinkohal andnud taastava õiguse praktikad. KLAT ei ole koht, kuhu laps „ära suunatakse“, vaid tema teenusel olemise ajal peavad kindlasti toimuma muutused ka lapse kodus ja kogukonnas, sh tema võrgustikus. Noore asutusest lahkumise järel jääb noortekodu veel paariks kuuks teda ja tema võrgustikku toetama.

Igale lapsele sobiv hariduslik lahendus

Noortekodul ei ole palgal õpetajaid, noored jätkavad haridusteed tavakoolis. Koostöös Hiiumaa valla haridusosakonnaga leitakse teenusel oleku ajaks õppimisvõimalus igale noorele olenevalt sellest, mis tasemele ta on jõudnud. Peamine koostööpartner on Lauka põhikool 20 kilomeetri kaugusel. See on väike maakool, kus pole palju õpilasi, klassid on väikesed ja kogukonnatunne pakub KLAT-i lastele tuge ning toetust. Noortel, kellel on põhiharidus juba omandatud, on võimalus otsida sobiv eriala Suuremõisa ametikoolist või astuda Hiiumaa gümnaasiumi mittetatsionaarsesse õppesse. Esialgu käib noor koolis koos noortekodu töötajaga,

kes täidab tema jaoks sel ajal tugi- või usaldusisiku rolli. Kui esimene kooliärevus on möödas ja klassikaaslaste ning õpetajatega tuttavaks saadud, käib noor koolis iseisemiselt, kui tema toimevõime seda lubab. Sellist mudelit toetab ka Põhjamaade praktika: kuigi noored on suunatud kinnisesse lasteasutusse, säilib tavakoolis käies side ühiskonnaga. Lõpuks peab noor nii või naa ühiskonnas toime tulema.

Suurt rõõmu pakub see, kui on märgata arengut: noorega tegelemine ja tema toetamine kannab vilja ning ta on omandanud uusi oskusi.

Sellise haridusmudeli väljakutseks haridustee jätkamisel on osutunud kõik see, mis on seotud hariduslike erivajadustega laste õppe eritoe- ja pearahakasutamisega. Lapsed saavad teenusele kogu aasta jooksul, aga kooliõpilaste nimekirjad peavad olema esitatud novembris, sestap vajame kohalikel omavalitsustelt mõistvat suhtumist, koostööd ja paindlikkust, et leida igale lapsele sobiv lahendus. Sotsiaalkindlustusamet arendab koos ministeeriumidega ühist haridusmudelit, et lapse hariduse omandamise võimalused bürokraatiasse ei takerduks.

Veel üks väljakutse, mida partneritega lahendada, on psühhiaatrilise abi kättesaadavus ja ravimireseptide õigeaegne väljastamine. Kogemus näitab, et noortekodu asukoht kaugel Hiiumaal ei olegi suur takistus, hästi toimivad ka veebikonsultatsioonid ja -kohtumised raviarstide ning vaimse tervise õdedega. Keeruline aga on siis, kui nad suure koormuse tõttu ei jõua õigel ajal retsepti välja kirjutada või kui lapsel polegi varem raviarsti olnud. KLAT kestab üldjuhul aasta ja lastepsühhiaatrite teenuse järjekorrad on



Ave Kütt
turundusjuht, Estkeer OÜ

Koduhooldus – lahendus riigile, elanikule ja tööturule

Oma kogemuste põhjal näeme, et ühiskond on tasapisi, kuid ettevaatlikult vabamaks muutumas ja koduteenused on üha populaarsemad. Selles valdkonnas on vaja teavitustööd, rahastust ja töötajaid.

Eesti riik on suunanud tähelepanu hooldusküsimuste lahendamisele, et vältida hoolitsuskriisi¹ tulevikus. Ühelt poolt on eesmärk vabastada omasteholdajad ülejõu käivast hoolduskoormusest ja võimaldada neil tööturule naasta, teiselt poolt tuleb anda kõrvalabi vajavale inimesele võimalus elada kauem oma kodus.

Eesti ühiskond on noor ega ole nii avatud, et mõista, nagu võiks koduteenused olla sama loomulikud kui näiteks kiirabi kutsumine hädaolukorras.

On juurdunud arusaam, et oma kodus ja perekonnaga peame ise hakkama saama. Näiteks 10–20 aastat tagasi poleks paljud ette kujutanud, et keegi teine tuleb kodu koristama. Hooldusvajadusega inimese jaoks oli toona pigem kaks varianti: olla kodus omaste hooldada või hooldekodu.

Kuigi veel praegugi jääb koduteenuste kasutamine oluliselt alla tegelikule

vajadusele, võime oma kogemuse põhjal kinnitada, et olukord on muutumas.

Tartumaal 2018. aastast tegutsev ettevõtte Estkeer OÜ on asutatud ajendatuna ennekõike tegevjuhi Sander Sassi isiklikust kogemusest erivajadusega lapse ja eaka pereliikme hooldamisel. Ettevõtjana oli raske ühildada tööd ja hooldamiskohustusi. Nišš sellisel kujul oli ühiskonnas täitmata, seega tuli mõte luua lahendus nii endale kui ka teistele, samas olukorras olevatele inimestele.

Selline mudel, kus pööratakse tähelepanu nii kliendi, teenuse tellija kui ka töötaja huvidele, on kindlasti teedrajav. See pole olnud kerge, ilma toetava kollektiivi ja positiivse suhtumiseta poleks me nii kaugel, et artikkel kirjutada. Kuid pikk maa on veel käia, sest harime põldu teenuste ja süsteemi korraldamiseks, mida tulevikus ise vajame.

Kui tegevust alustasime, oli meil üks hooldustöötaja. Üsna pea sai selgeks, et peame

¹ Loe lähemalt www.sm.ee/hoolitsuskriis

abikäsi juurde otsima. Nüüdseks on meid üheksa ja laiendame tegevust veelgi. Teenuse maht on suurenenud erinevate tegurite koosmõjul: teadlikkuse paranemine, tegelik vajadus, hooldekodukohtade nappus ja kõrge hind, inimeste soov pakkuda lähedasele väärilist elu, abivajaja soov olla kodus jpm. Pered on avatuma mõtteviisiga ning kaalutakse erinevaid võimalusi, mis on kättesaadavad ja otstarbekad. Nii ei pea kulutama aega ega vahendeid, et tegeleda probleemidega, millele on lahendus olemas.

Mitmekülgne teenus

Estkeeri eesmärk on lahendada omastehooldaja igapäevaelumured hügieenitoimingutest transpordini. Piltlikult öeldes võtame üle kõik hooldatavaga seotud argikohustused, et lähedane saaks teha oma tööd takistuste või pausideta, puhata ja akusid laadida. Argimurede vähendamine maandab nii üksikisiku kui ka perekonna pingeid. See annab omastehooldajale võimaluse naasta tööellu ja käia isegi puhkusel. Erivajadustega lastele osutatav teenus vähendab nende sõltuvust vanematest ja aitab kaasa iseseisvumisele, harjutades täiskasvanueas vajalikke teenuseid ise tellima ja kasutama.

Estkeeril puuduvad kindlad teenusepaketid, sest iga inimese vajadused on erinevad. Teenuse osutamise aja, sageduse ja sisu lepime kokku kohapeal. Teenused, mis ei ole seotud otseselt isikuhooldusega, näiteks kodu kohandamine, sise- ja välikoristus, tellib tavaliselt klient ise. Isikuhooldust või toetavaid teenuseid tellib kliendi lähedane või ka kohalik omavalitsus. Kohalikud omavalitsused on tellinud meie teenuseid enamasti erijuhul, kui neil puudub võimalus ise teenust osutada. Näiteks koroonaja ajal, kui haiguse tõttu oli tööjõuprobleeme, telliti teenust selle jätkamiseks meilt. Kohalikult

omavalitsuselt on inimesed saanud kaasrahastust või toetust teenuse ostuks, kuid pigem on see olnud projektipõhine või mõeldud erivajadustega lastele. Eakate hoolduse eest tasub enamasti ikkagi lähedane.

Asutushooldusega võrreldes on kodune hooldusteenus kindlasti isikukesksem ja mahust olenevalt enamasti ka odavam. Näiteks meie tüüpkliendil, kes üldjuhul tuleb oma eluga kodus toime, vajab vähest kõrvalabi ja kasutab teenust üks või kaks korda päevas ning viis päeva nädalas, tuleb see odavam kui hooldekodu. Hind on sellest, kui palju hooldekordi tellitakse ja kui kaugel meie keskusest asutakse. Hooldekodu kohatasu on kindlaks määratud ja seal pole võimalik kulusid optimeerida. Hooldekodu on otstarbekas siis, kui vaja on järelevalvet 12–24 tundi, mis meil on pigem olnud harvad juhud.

Asutushooldusega võrreldes on kodune hooldusteenus kindlasti isikukesksem ja mahust olenevalt enamasti ka odavam.

Arvatakse, et voodihaige koht ei saa olla kodus. Meil on praegu neli sellist klienti, kellel on funktsionaalne hooldusvoodi, mida saab abivahendikeskusest osta või laenutada riikliku soodustusega. Seega on võimalik täielikult voodihaigena elada ka kodus. Meie teenus ei ole jäik ja tellija tasub vaid osutatud teenuste eest. Teenust saab muuta inimese terviseseisundi alusel. Näiteks kui tervis paraneb, siis teenuse maht väheneb. Ootamatu õnnetuse tagajärjel tekkinud hooldusvajadus on kindlasti alguses suurem, aja möödudes inimene taastub, harjub ja õpib uue olukorraga toime tulema. Teenuse võib ka katkestada ja seda vajadusel uuesti alustada.

Kodust hooldusteenust ei saa osutada, kui inimene on agressiivne, ohtlik endale ja teistele või kui tema tervislik seisund nii raske, et ta vajab ööpäevaringset järelevalvet. Meie praktikas on ööpäevane järelevalve ette tulnud, kuid rasketel haigetel ei ole see otstarbekas. Teenuse eesmärk on pikendada kodus elatud aega, parandada elukvaliteeti ja tagada heaolu.

Tegevusaastate jooksul oleme näinud valupunkte, kus meie ühiskonnas ja süsteemis on puudujäägid. Hooldussüsteem on olnud kaua tähelepanuta ja alarahastatud. Toetuste taotlemine on keeruline, vaeviline ning pakutavate teenuste kättesaadavus ja sisu sageli pinnapealne või ei lähtu isikust ega hõlma kogu abivajadust. Projektid pole jätkusuutlikud ja inimesed, kes nende toel on abi saanud, võivad pärast projekti lõppu langeda samasse olukorda, kust alustati. Toetuste kasutamise või projektide korral kulub liiga palju tähelepanu paberimajandusele.

Negatiivsed kogemused nii teenuse saamisel, taotlemisel kui ka ametnikega suhtlemisel on üks põhjus, miks inimesed hoolekandeteenuseid ei kasuta või neist loobuvad. Nõnda jäädakse omastehooldajaks või, kellel rahaliselt võimalik, tellitakse teenuseid erasektorist.

Meie jaoks on hooldus rohkem kui teenus, seetõttu oleme teinud mitmesuguseid täiendusi.

Mis on lahendus? Mõistame, et riik ei saagi raha pimesi kõigile jagada. Taotlema, hindama ja tõestama peab, kuid see ei pea olema kõigile osalistele nii keeruline, et toetuseni jõuavad ainult järjekindlad, häälekad ja tugevad. Tulevikuks on vaja kindlat tegevuskava,

kuidas võimaldada kõigile nende vajaduste ja taskukohane hooldus.

Kui inimesed usaldavad meid, erasektori koduteenuseosutajaid, siis miks ei võiks ka riik seda teha? Leiame, et hooldusküsimustes tuleks kohalikul omavalitsustel teha koostööd teenust juba osutavate ettevõtetega, kes pakuvad kliendile tasulist teenust. Väheneb kohaliku omavalitsuse sotsiaalosakonna töömaht ja pinge hooldustöötajate tegevuse koordineerimisel ning murede lahendamisel. Teenust osutavatel asutustel on juba pädevad töötajad, kogemus ja isikukesksed lahendused. Nemad saavad hinnata teenuste vajadust, lisaks võib anda oma hinnangu ka perearst või kohalik sotsiaaltöötaja ja inimene saaks selle põhjal vastava toetuse teenuste kasutamiseks riigilt. Kui teenus on kvaliteetne ja selle osutaja tugev, siis julgeb ka riik seda kasutada. Kui riik teenust kasutab, julgeb ettevõtte ja valdkond laieneda, areneda ning töökohti luua.

Tasub mõelda, mis siis saab, kui ...

Rahulolematuse üks põhjus peale keeruka süsteemi on inimeste emotsionaalne tugevus ja toimetulek. Kui hooldusvajadus tekib ootamatult, siis kaasneb tugev šokk, millega tekitavad erinevad tunded kurbusest teadmatuseeni. Seetõttu soovitame inimestel, kellel on eakad vanemad, varakult mõelda „Mis siis saab, kui?“ ja kaaluda oma võimalusi. Kindlasti tasub arutada võimalusi ka peres, et mõista kõigi asjaosaliste seisukohta ja valmisolekut panustada. Inimesed, kes on aastaid lähedast hooldanud, on kurnatud ja lõksus: enamasti puudub tasuliste teenuste ostmiseks raha, nad on ühiskonnaelust eraldunud ja tööelust maha jäänud.

Estkeeris oleme võtnud suuna, et reageerida meieni jõudnud abivajadusele kohe ning maandada eos pinged. Tänu sellele oleme



Estkeeri autod. Foto: erakogu

saanud positiivset tagasisidet ning ka kohalikud omavalitsused on meie tegevust tunnustanud. Oleme varustanud oma töötajad Estkeeri autode ja esmatarvilike vahenditega. Anname nõu kohapeal vajalike abivahendite ja kodu kohandamise kohta, pakume lahendusi ning koostame esmase hooldusplaani. Pikaajaseid omastehooldajaid tuleb ka psühholoogiliselt nõustada, et nad oleksid emotsionaalselt valmis hooldatavast lahti laskma.

Meie jaoks on hooldus rohkem kui teenus, seetõttu oleme teinud mitmesuguseid täiendusi. Hooldusteenusele saabujatele pakume koduõe tasuta tervisekontrolli, mis annab ülevaate kliendi terviseseisundist teenusega alustamise hetkel. See info on oluline hooldajale, kliendile ja perearstile. Tervisekontrolli andmed kajastuvad ka kliendi digiloos ja vajadusel teeme koostööd pere- või raviaarstiga.

Oma kliendijuhtumi põhjal võtsime kasutusele ukseksidid, millel Estkeeri kontaktnumber, kuhu vajadusel helistada saab. Juhtum oli meie praktikas esmakordne. Klient oli üksinda

olles kukkunud ja inimene välisukse taga, kes kuulis appihüüdu, helistas kiirabisse, sealt uuesti päästetamisse, et metalluksest sisse pääseda. Olukord oleks olnud teistsugune, kui abipakkuja oleks teadnud meile helistada, sest meie pääsime oma klientide juurde sisse. Tervet lugu saab lugeda meie kodulehe www.estkeer.ee blogist, kus kirjutame kliendijuhtumitest edaspidigi, sest nii saavad meie kogemustest õppida ka teised.

Töö planeerimiseks ja hõlbustamiseks oleme võtnud kasutusele programmid, mille kaudu kohe infot edastada. Info kiire liikumine on inimestega seotud teenuste osutamisel ülioluline, seetõttu tuleb tööd koordineerida oma keskuse ehk klienditeeninduse kaudu. Meie klienditeenindus nõustab nii asutuse teenuste osas kui ka asjaajamisel, alustades kohaliku omavalitsuse teenuste taotlemisest kuni lähedase surma korral matuseasjade korraldamiseni. Teenuste arendamine jätkub ja üsna pea on hooldusteenusele tulemas uued võimalused ja laiendused.

Selles valdkonnas on koostöö väga oluline. Oleme osalenud mitmes koostööprojektiis, praegu on käimas psüühilise erivajadusega inimeste iseseisva elu ja toimetuleku suunamiseks ning toetamiseks projekt ISTE, milles osaleme Tartu linna partnerina. Koostööd oleme teinud Tartu linnavalitsusega ja Kambja, Elva ning Tartu vallavalitsusega.

Hea töötaja tagab hea teenuse

Heade töötajateta ei ole võimalik teenust osutada. Selles valdkonnas on asutusest hoolimata hooldustöötajat raske leida: ametikohta ei peeta piisavalt mainekaks või tasuvaks, töö on stressirohke või kehaliselt liiga raske ja põhjuseid on veelgi. Tegelikult on hooldaja nii meie asutuses, haiglas kui ka hooldekodus üks tähtsamatest süsteemi kandvatest alustaladest. Kodushooldaja on palju rohkem kui ainult kindlate hooldustoimingute tegija, ta on usaldusisik, kaaslane ja tervisehoidja. Ta oskab märgata muutusi või probleeme ja neile ka tähelepanu juhtida, kui inimene võib-olla ise neid ei märka või ei pea tähtsaks.

Kodushooldaja tööpäev ei ole kindlasti rutiinne, raamides või liinitöö, sest kliendid on erinevad. Selle töö plussid on paindlikkus ja võimalus ka kõik oma vajalikud käigud ära planeerida. Suurte asutustega võrreldes on meie meeskonnamudel töötajatele suunatud, nad saavad kaasa rääkida, nende häält kuulatakse, ettepanekuid arvestatakse ja neid kaasatakse teenuste arendamisse. Peale tööriietuse ja ametiauto võimaldamise on ka tasu töö vääriline. Suhtlus on kollektiivis vahetu, avatud ja toetav, sest päevad on tahes-tahtmata tempokad.

Koolitatud töötajad on asutusele suur väärtus. Kui inimene soovib, suuname ta õppima ja sobitame töögraafikuid õppimist arvestades. Meie eesmärk on mitmekülgsede oskustega töötajad. Abivahendite koolitusi teevad abivahendikeskused, kes tutvustavad oma tooteid ja

kuidas neid kasutada. Sellest aastast pakume ka ise koolidele hooldaja praktikakohti, mis annab õppijale hea ülevaate alast ja ka võimaluse meie juures tööle asuda.

Hooldajatöö ei sobi siiski kõigile, sest eeldab sobivaid isikuomadusi. Kodushooldaja on pigem missioonitundega inimene, kellel on sisemine ja siiras soov teisi aidata. Kindlasti on ta avatud, paindlik ja kohusetundlik. Ta on iseseisev ja isetegutseja, olles ka täisväärtuslik meeskonnaliige, armastab liikuvat eluviisi. Ta mõistab, et inimeste või kodudega võivad kaasnevad erinevad lõhnad ja inimestega töötamisel on oluline igas olukorras säilitada rahu ning viisakus. Kõige olulisem on, et ta ei võta teiste elusaatust ega emotsioone hinge. Sunniviisil seda tööd teha ei saa, sest vastasjuhul põleb töötaja varem või hiljem ise läbi ning tekivad probleemid tööl ja kodus. Teenuseid osutatakse kliendi kodus, seega ei sobi sellele töökohale kindlasti inimene, kes on omakasupüüdlilik, kellel on ebaterved kombad või kes on kriminaalkorras karistatud.

Kodushooldaja on palju rohkem kui ainult kindlate hooldustoimingute tegija, ta on usaldusisik, kaaslane ja tervisehoidja.

Estkeeri klientide stabiilne keskmine arv on 30–40. Klientide seas on esimene abivajadus hügieenitoimingute tegemine, sellele järgnevad söögi valmistamine ja transport. Kindlasti ei saa tähelepanuta jätta, et meie eakatel klientidel on suur emotsionaalne vajadus kellegagi suhelda ja oma muredest rääkida. Meil on kliente, kes tellivad teenuse ainuüksi turvatunde saamiseks, ilma et nad vajaks põhjalikumaid hooldustoiminguid. Sellisel juhul on töö koduhooldusel pigem


kergem kui näiteks hooldushaiglas või hooldekodus, sest vajadused võivad piirduda ka jalutuskäigu, söögitegemise ja kodu koristamisega.

Töökogemus Skandinaavia hooldussüsteemis

Meil on hea võimalus tuua võrdluseks meie töötaja Kaija isiklik töökogemus Skandinaavia koduhoolduse süsteemist. Vahetult enne Estkeeri tööle asumist töötas ta kaks aastat Rootsis. Kaija leiab, et Rootsis on abi küsimine ja osutamine väga loomulik ja arusaadav ning riik toetab seda. Hooldusvajadusest annab inimene kohalikele omavalitsusele teada, tema vajadused tehakse kindlaks, kaasatakse ka perearst. Inimene valib endale teenuse osutaja ja teenus saab riigi rahastuse. Abivajadus ei pea olema suur, piisab ka sellest, kui vajatakse abi toidu tegemisel või poes käimisel.

Konkurents on Rootsis väga suur, sest koos nõudlusega on suurenenud ka teenuseosutajate arv. Teenuseosutajaid on mitu korda

rohkem kui Eestis. Nii nagu Estkeeris, juhib asjaomases asutuses hooldaja tööd kordinaator, kelle juurde koondub kogu info, tema juhib ka tööd. Hooldustöötajad teevad tihedat koostööd meditsiinikeskustega ja annavad kliendi tervise muutumisest ning vajadustest teada, olles oluline lüli inimese ja meditsiiniteenuste vahel.

Üldiselt on Eesti meditsiinisüsteem Rootsiga võrreldes patsiendikeskem ja kättesaadavam, kuid õdede ja hooldustöötajate koostööd on vaja arendada. On olnud kogemus, et pereõde või kliendile eraldi määratud koduõde ei võta hooldaja tähelepanekuid arvesse või ei tule kutsumise korral kodukülastusele, ometigi on inimese tervis ja heaolu meie mõlema eesmärk. Eestis on ühiskond kinnine, abi küsimine ja kasutamine tekitab piinlikkust, see ei lähe meie, eestlaste iseloomuga kokku. Kaks peamist probleemi Eestis on inimeste teadlikkus ja rahastamine. Inimesed ei kujuta ette, mis on koduhooldus ja kuidas seda kasutada. 

Teenused ja majad ehk teenusmajad



Jüri Kõre

Põlva vallavalitsuse sotsiaalosakonna juhataja

KOKKUVÕTE

Rohkem kui kümnendi jooksul on Eesti hoolekandes olnud päevakorras pikaajalise hoolduse süsteemi ümberkorraldamine.

Suures plaanis tuleb lahendada kaks ülesannet: moderniseerida süsteemi administreerimine ja rahastamine. Oluline on mitte unustada ka erialast, sotsiaaltöö korraldamise aspekti. Selle artikli tähelepanu keskmes on eakate kodanike eluase ja sotsiaalteenused, nende kahe võimalik kombinatsioon.

Astmeline teenuste süsteem sisaldab erinevaid võimalusi: kodu koos koduhooldusteenusega; kohandatud eluaset minimaalse abiga (toetatud elamist); teenusega eluaset (teenusmaja); üld- ja erihooldekodu või ka õendus-hoolduskeskust.

Artiklis võetakse vaatluse alla eakate teenusmajade kui eluaseme-, hooldus- ja tervishoiu-teenuste integreeritud osutamise mudeli kasuks rääkivad argumendid nagu ka takistused, mis tuleks ületada, et seda Eestis laialdaselt rakendada.

MÄRKSÕNAD

Pikaajaline hooldus, astmeline eluaseme- ja sotsiaalteenuste süsteem, teenusmaja, teiste riikide kogemus

Olen oma artiklis „Deinstitutionaliseerimine Eesti hoolekandes – väline sundus või sisemine kaalutus?“ (2018) refereerinud kõiki tolele ajaks tehtud mahukamaid Eesti pikaajalise hoolduse süsteemi (järgnevalt PHS) käsitlevaid uuringuid. Maailmapanga 2017. aasta analüüsis välja pakutud mudeli põhjal peeti võimalikuks luua kasvavat hooldusvajadust rahuldav süsteem 2030. aastaks. Arenguseire Keskuse 2021. aasta lõpus valminud aru-

ande pealkiri „Pikaajalise hoolduse tulevik. Arengusuundumused aastani 2035“ häälestab lugeja 2017. aasta töös välja pakutud tärnini edasi lükkama. Miks? Kas põhjuseks on ikkagi reformi nõrk kontseptuaalne alus, ühiskondliku kokkuleppe puudumine sotsiaalpoliitika investeerimise otstarbekuse suhtes või ebapiisav poliitiline tahe?

Vastust leida ei ole keeruline. Senini on uuringute mõju rakenduslikele dokumentidele

(strateegiad, arengukavad, tegevuskavad jms) olnud minimaalne või lausa olematu.

Pikaajalise hoolduse kontseptsioon – teenusmajade projekti raamistik

Peab küsima, miks ja kellele mõnikord kopsakaid summasid maksnud analüüsid on olnud vajalikud. Et uuringud ise (või vähemalt osa neist) pole olnud liialt kergetalulised, seda tõestab viimasena viidatud Arenguseire Keskuse aruanne. Metaanalüüsina (varasemate uuringute töötlusena) tuuakse välja aspekte, mis ametlikes seisukohtades ei kajastu. Viimaste all mõeldakse siinjuures sotsiaalministeeriumi pakutud PHS-i kui korraldava süsteemi võimalikke alternatiivseid arenguteid (Kupper ja Tarum ja 2019). Meenutame neid kolme alternatiivi:

- 1) põhijoontes praegune, erihoolekandeteenuste osas pisut korrigeeritud süsteem (lihtsamad erihoolekandeteenused antud KOV-i korraldada);
- 2) (hooldus)kindlustuse kaudu rahastatud ja korraldatud süsteem;
- 3) riiklikult (näiteks sotsiaalkindlustusameti kaudu) rahastatud ja korraldatud süsteem.

Siinkohal on tegemist ühe kombineeritud (tsentraliseeritud ja detsentraliseeritud korralduse kombinatsioon) ja kahe tsentraliseeritud mudeliga.

Arenguseire Keskus (Uusküla 2021) eristab PHS-i juures selgelt kaht probleemiringi: süsteemi korraldus ja rahastus. Mudeleid esitletakse tavapärasest atraktiivsemate nimetustega. Need on üsna tabavad, sestap refereerin neid kommentaarideta:

- 1) hoolduskindlustuse mudel (keskne korraldus, riiklik rahastus);
- 2) elustiilimudel (keskne korraldus, erarahastus);

- 3) KOV-i kogukonna sünergia mudel (kohalik korraldus, riiklik rahastus);
- 4) turumajanduslik mudel (kohalik korraldus, erarahastus).

Mis annab aluse väita, et teooria ja praktika (analüüsid ja hoolekannet muutvad ettevõtmised) omavahel ei haaku? Esiteks kas või mudelite viimane näide. Loetelu ei kajastu kuigivõrd praeguseks juurutamisel olevates ettevõtmistes.

Erihoolekandes soovitakse pakkuda väiksema toetusvajadusega klientidele KOV-i korraldatavaid teenuseid (ISTE-projekt), ööpäevaringses hoolduses aga KOV-i rolli teenuse korralduses muutmata jättes juurutada segarahastust (teenusesaaja, KOV-i ja riiklik rahastus). Mõlema korral on tegu KOV-i kogukonna sünergia mudeli olulise modifikatsiooniga.

Peab küsima, miks ja kellele mõnikord kopsakaid summasid maksnud analüüsid on olnud vajalikud.

Sama väite eri mõtteruumide teooriast ja praktikast saame tuua, kui kaalume PHS-i loomiseks seni tehtut. Aastal 2021, tutvustades heaolu arengukava 2016–2023 alusel PHS-i arendamiseks astunud samme, tõi Maarja Kraiss-Leosk välja järgmised projektid ja tegevused: 1) hoolduskoormusega inimeste toetamiseks luuakse neile suunatud veebileht; 2) viiakse ellu sotsiaal- ja tervishoiuvaldkondade integratsiooniprojekt. Selle eesmärk on toetada valdkondade lõimimist uute, inimesekesksete kliendi- või patsienditeekondade väljatöötamisega, võimestada kohalikke omavalitsusi hoolekandeteenuste arendamisel ja pakkumisel, aga ka luua terviklik ning rakendatav dementsuse teekond ja insuldi teekond; 3) jätkatakse

isikukeskse erihoolekande teenusmudeli (ISTE) katseprojektiga, mille raames suurendatakse KOV-i vastutust erihoolekandeteenuste korralduses ja viimasena ses loetelus 4) kogutakse andmeid sotsiaaltöö valdkonna tööjõu ja oskuste vajaduse kohta ning valmib prognoosi- ja seiresüsteemi OSKA raport (Krais-Leosk 2021).

PHS-i arendamist jätkati ka 2022. aastal. Mais jõustusid sotsiaalhoolekande seaduse ja teiste seaduste muudatused (Mets 2022): sõnastati pikaajalise hoolduse mõiste, vabastati teise astme alanejad ja ülanejad sugulased ülalpidamiskohustusest ning kohustati omavalitsusi välja selgitama ka abi vajava isiku hooldaja toetusvajadus. Valmis ka järgmiste seadusemuudatuste paketi väljatöötamiskavatsus, ning algatati arutelu hoolitsuskriisi teemal. Mõttekoda Praxis on aga hakanud uurima teiste riikide pikaajalise hoolduse teenuseid osutava tööjõu tagamise praktikaid.

Allakirjutanu ei ole kõigi nende ettevõtmistega kursis, eriti napp on teadmine mastaapse kõlaga sotsiaal- ja tervishoiu valdkondade integratsiooni kavade kohta. Juhul kui tegu on ühe ammu päevakorras olnud ettevõtmisega, hoolduskoordinaatori ametikoha loomisega, siis ei saa seda pidada ülemäära ambitsioonikaks projektiks. Siiski ei saa juba tehtut ja kavandatud alahinnata, mis sest et tegu on üksikute sammudega ja mõiste „pikaajalise hoolduse süsteem“ kontekstis napib eelkõige sõnaga „süsteem“ seostatavaid ettevõtmisi. Erandlikult põhineb probleemide süsteemsel käsitlusel just vanemaaliste teenusmajade kontseptsioon.

Teenusmaja. Kellele ja milleks?

Arusaam kümnenditetagusest Eesti hoolekande korraldusest on valdavalt must-valge. Ühelt poolt eakate ja puuetega inimeste (kompensatsioonita ja mitteprofessionaalne) hooldus kodus perekonnaliikmete poolt, teiselt poolt perekonnata abivajajatele koht madala

standartiga ööpäevaringses institutsioonis. Pilt võis olla enam-vähem selline kuni 1970. aastateni. Tegelikult hakkasid nimetatud kümnendil professionaalset koduhooldusteenust osutama hooldekodude alluvuses töötavad patronaaziõed. See ettevõtmine algas Tartu ja Pärnu rajoonis. Perekonnaliiget hooldavatele pensionäridele hakati 1980. aastatel maksma lisapensioni, s.t, et loodi omastehooldust toetav süsteem. Tõsi, tööealise omastehooldaja tegevus jäi endiselt vabatahtlikuks.

Mõiste „pikaajalise hoolduse süsteem“ kontekstis napib eelkõige sõnaga süsteem seostatavaid ettevõtmisi.

Sama kümnendi lõpus valmisid Tallinnas Lasnamäel töö- ja sõjaveteranidele mõeldud, kohapeal sotsiaal- ja tervishoiuteenuste osutamise võimekusega, üürimajad. Arusaadavalt oli nende majade ehitamise peamine argument sotsialismiaja defitsiitseima kauba, eluaseme, kindlustamine nimetatud gruppidele. Kuid võime öelda, et teenusmaja kontseptsioon oli loodud. Elanike jaoks kohapeal korraldatavate teenuste loetelu ei erinenud oluliselt 2021. aasta jaanuaris Tallinnas Maleva tänavas käiku läinud ja pealinna munitsipaalpoliitikute sõnul esimeseks Eesti teenusmajaks tituleeritud 80 korteriga üürimajas pakutavast. Tutvustades sotsiaalministeeriumi vastavat kontseptsiooni, nimetab Tarmo Kurves (2021) teenusmajaks ka Võhma kogukonnasotsiaalimaja ja Saaremaa sotsiaalüürielamut. Samal põhimõttel tegutsevaid maju leiab ka Imaverest, Türiilt ja mujalt (Iva 2021).

Mis argumendid räägivad teenusmajade kui eluaseme-, hooldus- ja tervishoiuteenuste integreeritud osutamise mudeli kasuks?

1. Niisama, nagu kolm kümnendit tagasi, on Eestis eluruumide nappus. 2021. aasta

- rahvaloenduse andmetel oli Eestis 175 690 asustamata eluruumi. Kuid turul ei pakuta neid väljajäätamiseks või ei suuda eluaseme vajajad neid üürida. Sotsiaalministeeriumi andmetel kasutas 2020. aastal 15 815 isikut kohaliku omavalitsuse osutatavat eluruumi tagamise teenust, seda vajas 2017. aasta hinnangu kohaselt märksa rohkem isikuid, 22 451.
2. Meie hajaasustus muudab koduhooldus-teenuse osutamise aja- ja rahamahukaks. See teenustekorralduse muutmise kaitseks esitatud argument tundub lähtuvat hoolekandesüsteemi, mitte kliendi, huvist. Kuid probleemi tuleb käsitleda koos muude teguritega (tervishoiu- ja ühistranspordi teenuse vajadus, elamistingimused jms). Vähetähtis pole, et sotsiaalteenustest on suurim vajaduse ja pakkumise lõhe just koduhooldus-teenuse osas. Sotsiaalministeeriumi arvutuse kohaselt oli 2017. aastal teenusevajadus 20 017 inimesel, teenusesaajaid oli 2020. aastal 7274.
 3. Hajaasustus mõjutab ka inimeste kontakte. Vastates küsimusele eakate heaolu kõige enam mõjutavate asjaolude kohta, on sotsiaaltöötajate tavaline vastus üksindus. Statistikaameti 2015. aasta andmete alusel elas 50–55-aastastest Eesti elanikest 69 protsendil kõige lähedasem suhtluspartner temaga samas leibkonnas või samas majas, 85–89-aastaste vanuserühmast oli ainult 45 protsendil isikutest seltsi ja vaimse toe pakkuja niisama lähedal.
 4. Eakate keskmisest halvemad elamistingimused. Tunnistame, et viimase kümne aasta jooksul on eakate eluase muutunud märkimisväärselt mugavamaks. Statistikaameti andmetel olid 2010. aastal head või väga head elamistingimused 63 protsendil Eesti leibkondadel, kuid pensionäride leibkondadest napilt pooltel (53%). Aastal 2020 olid samad protsendid 76 ja 68.
 5. Ligipääsetavuse probleemid on keerukad ja lahendused olukorra parandamiseks kulukad. Ligipääsetavuse rakkerühma „Elukondliku kinnisvara lõpparuanne“ (Ilomets 2021) aruanne nimetab eakatel või liikumispuudega isikutel, lapsevankriga liikuvate vanematel jt probleemide teel või tänavalt maja territooriumile liikumisel, elamusse pääsemisel, eluruumi pääsemisel, eluruumis liikumisel. Ühe universaalse lahendusena nähakse elamutesse liftide ehitust või lifti kasutuse parandamist. Rühma ettepanekute hulgas on asjakohaste katseprojektide elluviimine. Meediast on läbi käinud ka pessimistlikke arvamusi, et võimalikud lahendused käivad kodanikele, ühistutele, omavalitsustele ja riigile rahaliselt üle jõu.
 6. Innovatsiooni vajadus sotsiaalteenuste osutamisel. Teatud teenuste korral on olemas erasektori lahendused (toidu, sh valmistoidu kojuvedu, turvateenused, nt häirenupp jm). Üksikud eraldi elavad eakad ei kasuta neid aga kuigi sageli ja (võib-olla põhjendamatult) loodetakse, et koos elades on võimalik toetavate teenuste osutamisega seotud aja ja rahakulu vähendada. Teenusmajade tegevuse kogemus on ka kogukondliku, üksteist toetava elulaadi väljakujunemine, mis on oluline kallimate professionaalsete teenuste asendamisel vastastikuse abiga.

Teiste riikide kogemus

Eakatele pakutavate eluaseme- ja sotsiaalteenuste ning nende kombinatsioonide loetelu on riigiti pikem või lühem, lihtsam või keerukam. Euroopas on üsna loogiline, et sotsiaalhoolekandes ja -kindlustuses tegutsejad peaksid tundma ja võimalusel järgima Põhjamaade kogemust. Näiteks on poolakad Rootsi eeskujul püüdnud üles ehitada astmelist eluaseme- ja sotsiaalteenuste

süsteemi: kodu koos koduhooldusteenusega, kohandatud eluase minimaalse abiga (toetatud elamine), teenusega eluase (teenusmaja), hooldekodu. Hierarhilise süsteemi tipus on spetsialiseeritud hooldekodu dementsusega, erihooldust vajavatele kaaskodanikele (Lewicka 2015). Uuringu autor tunnistab, et kõnealust kontseptsiooni on Poolas keeruleline ellu viia, sest sotsiaalteenuste eest vastutavatel omavalitsustel pole selleks raha.

Miks Rootsisis on toimunud areng astmelist treppi meenutava süsteemi suunas? Ilmneb, et oluline põhjus on kasvavas mahus sotsiaalteenuste rahastamise vajadus. Ühelt poolt kulukate hooldekodude majandamine, teiselt poolt teenuse vajajate arvu ja teenuse keerukuse suurenemine ning üha kulukam koduhooldusteenus. Tavaeluruumis elamisele järgnev seniorkorter (ingl *senior living*), mida pakutakse nooremale vanuserühmale (55–75 aastat) on vaid väikeste erinevustega tavaeluruumidest: seal on suurem vannituba, kus saab toimetada ka tugiraami või ratastooliga, pakuta ukseavad, lihtsam köögisisustus, mis vähendab teatud kulusid jne.

Teenusmajade ja turvalise elamise teenuse osutamine välisriikides ulatub kümnendite taha, 1980. aastate lõppu.

Erinevus võib olla teenustes, mida osutatakse munitsipaalüürikorterite ja omandis olevate korterite elanikele. Vanusepiir sellisesse eluruumi asumiseks on üsna madal, seega eeldatakse üksteist toetava kogukonna teket ja toimimist. Teenused, mis on majas kättesaadavad, on pigem heaolu-, mitte hooldusteenused (võimla, bassein, raamatukogu, toitlustusasutus jms). Turvatud

elamise (ingl *secure living*) teenuse saamiseks on vanusepiir kõrgem (vähemalt 70 aastat) ja maja teenuste loetelu on pikem. Koduhooldus (vahel ka õendushoodus) teenus, ühisruumide kasutamise võimalus ja korraldatud ühistegevus, külaliskorter, saun, toitlustus jms (Edström ja Gustafsson 2011). Mõlema eluasemevormi ühine joon on see, et maja elanikud on eakad (s.t lastest või lastelastest eraldi elavad üksikud inimesed või paardid). See erineb mõnevõrra Põhjamaade üldisest segaühiskonna loomisele suunatud poliitikast.

Mõnikord püütakse neid eluasemeid rajada ühte ja samasse naabruskonda, et elanikud näeksid tuleviku hoolduse välja-vaadet (toetatud elamine kõrvuti turvatud elamisega või naabritena turvatud elamise teenuse maja ja hooldekodu). Teenusmajade ja turvalise elamise teenuse osutamine välisriikides ulatub kümnendite taha, 1980. aastate lõppu ja paljud meie sotsiaaltöötajad on selle kogemusega juba tuttavad.

Kas just innovaativsemalt, aga võiks öelda, et süsteemsemalt korraldatakse sarnaseid teenuseid USA-s. Seniorkorterite (ingl *senior apartment*) edasiarendusena on ameeriklased loonud nn jätkuhooldusega kogukonnad või eluplaani kogukonnad (ingl *continuing care retirement communities (CCRC)* või *life plan communities*) Need pakuvad ühes asumis või linnakus mitut erinevat elamisvõimalust ja hooldustaset, luues nii eluaseme ja hooldusgarantii kogu jätkuavaks eluks.

Kuigi juba mõningase ajalooaga, ei ole seniorkorterid Euroopas väga paljude elukoht. Dantuma (2019) teeb oma uuringu (haaratud Holland, Belgia, Poola, Suurbritannia, Tšehhi Vabariik, Prantsusmaa, Saksamaa, Hispaania, Austria, Rumeenia, Itaalia) põhjal järelduse, et 55-aastastest ja vanematest eurooplastest elab umbkaudu 7%

spetsiaalselt sellele vanuserühmale ehitatud elamutes. See protsent on suurim Hollandis ja Belgias, riikides, mis kulutavad kõige heldemalt pikaajalise hoolduse süsteemi ülalpidamiseks. Kolmandik eakatest (küsitleti vähemalt 65-aastaseid isikuid) on valmis elama senioreluasemel või on nõus, et seda teeksid nende vanemad.

Teenusmajade tegevuse kogemus on ka kogukondliku, üksteist toetava elulaadi väljakujunemine, mis on oluline kallimate professionaalsete teenuste asendamisel vastastikuse abiga.

Kritiseerida võib uuringu jah- ja ei-vastuste osa küsimusele „Kas teie või teie vanemad on valmis kolima keskselt korraldatud hooldusega elamusesse?“. Kolmes riigis on see plussmärgiga (Hollandis 22%, Hispaanias 13% ja Saksamaal 11%),

see tähendab, et tegemist on soositud elamis- ja hoolekandevormiga. Ühes riigis (Austria) on jah-ei-vastuseid ühepalju. Kuues riigis pole senioreluase ülemäära soositud (Belgias –6%, Itaalias ja Suurbritannias –15%, Tšehhi Vabariigis –22%, Prantsusmaal ja Rumeenias –29%). Kui mitte pöörata tähelepanu mõne riigi raskesti seletatavale kohale selles pingereas (Belgia ja Suurbritannia), siis on senior-korter jäänud poolehoiuta perekonda ja (perekonnas või perekonna poolt) eakate hooldamist kõrgelt hindavatel rahvustel. Uuringu autor on välja arvutanud analüüsitud riikide hoolduse (sh senioreluaseme pakkumise) võimekuse. Jätame aga selle arvutuse tulemused kõrvale, sest senioreluaseme võimaluste indeks (ingl *senior housing opportunity index*) on arvutatud ka Eesti kohta (European Senior Housing 2019). Indeksi arvutamise alus on demograafiliste andmete, leibkondade tulude, elamistingimusi

Tabel. Senioreluaseme võimaluste indeks (maksimumpunktide arv 100)

>60 punkti	55–59 punkti	50–54 punkti	45–49 punkti	<44 punkti
Saksamaa 69,2	Suurbritannia 59,9	Austria 52,2	Rootsi 49,1	Slovakkia 43,4
Prantsusmaa 66,5	Itaalia 59,5	Luksemburg 51,3	Taani 48,2	Läti 43,1
	Poola 56,6	Holland 51,0	Belgia 48,2	Eesti 42,5
			Norra 47,7	Leedu 39,7
			Island 47,4	
			Tšehhi 46,7	
			Ungari 46,6	
			Soome 46,0	
			Portugal 45,5	
			Kreeka 45,3	

Allikas: European Senior Housing (2019)

ja pensionikorraldust iseloomustavad näitajad.

Millest tabel (lk 57) räägib? Sellest, et eakate teenusmajade projekti elluviimine on Balti riikides ja Slovakkias peaaegu kaks korda keerulisem, kui Saksamaal ja Prantsusmaal. Aga kui see mudel on olemuselt efektiivne sotsiaalhoolekande korraldamise viis, siis samavõrra on see siin tõhusam vana Euroopaga võrreldes.


Kokkuvõte ja järeldused

1. Eestis (sh omavalitsuspoliitikute hulgas) on üsna tugevalt kinnistunud hoiak, et eluaseme eest hoolitsevad kodanikud ja turg. Seda kinnitab tõsiasi, et Euroopa Liidu lõppeva rahastusperioodi elamufondi arendamise investeeringutoetuse abil oli kavas ehitada või rekonstrueerida ainult 25 elamut. Aga munitsipaaltasandil on tavaline kurta, et laenuturg ei toimi. Kuidas saab väita, et las probleeme lahendab eluasemeturg, kui pole laenuturgu? Teenusmajade temaatikat põhjalikult tundev Tarmo Kurves (2021) on siiski optimistlik omavalitsuste projektiga liitumise suhtes. Omavalitsustele saadetud sotsiaalministeeriumi asjakohasele ankeedile tuli 12 juhul vastus, et kehtivas arengukavas on vanemaealiste teenusmaja rajamine juba ette nähtud (ankeedile 12 vastajast üks oli ka allakirjutanu). Tegelikult on olukord mõnevõrra keerulisem. Valga valla teenusmaja prognoositud maksumusest 85% pidi katma KredExi investeeringutoetus. Nüüdseks on poliitiliste eesmärkide muutumise tõttu toetusest loobutud ja 2021.–2027. aasta ERF-i meetme „Pikaajalise hoolduse ja tervishoiu infrastruktuuri arendamine“ märksa

madalama toetuse määra (70%) tõttu lähikümnenäil sellist maja kõnealuses omavalitsuses tõenäoliselt ei ehitata.

2. Käsitlesin artiklis eelkõige seeniorimajade küsimust. Eeskujuks olevates Põhjamaades on seeniorimajade või korterite kõrval ka puude alusel kujundatud majad või korterid (pimedatele ja vaegnägijatele, kurtidele ja viipekeeles kasutajatele, ülekaalulistele või suuremõõtmelisi abivahendeid kasutavatele isikutele), noortele, peredele jne. Kitsalt piiritletud vajadusest lähtuvate teenusüksuste loomine on Eestis eri põhjustel keeruline. Seega on tõenäoline, et mõned nende rühmade esindajatest „kohtuvad“ meie vanemaealiste teenusmajas. Universaalse disaini põhimõtet järgides ei tohiks maja olla sellise segasummasuvila kavandamisel takistuseks. Küsitav on aga, kas ühte teenusmaja tunnusjooneks olewat elementi, kogukonda, õnnestub niimoodi luua.
3. Suurimaks takistuseks saavad teenusmajadele selle elaniku endise ja uue eluaseme omandi küsimused. Omandiinstinkt on nii tugevalt tunginud eelkõige eakamate kodanike verre, et sellest loobuda on raske. Eaka kinnisvaral hoiavad teravalt silma peal pärijad, hooldajad ... Kuigi poliitiliselt on kombeks hoolduse hilinemise (eaka ööpäevaringse hoolduse vajaduse) korral viia jutt hoolduskohustusega pereliikmete maksevõimetusele, on mõnikord hoopis kurja juur eaka kinnisvara. Eelnevalt läbi mängimata seda, kas ja milline oleks eri gruppide suhe vanemaealiste teenusmaja eluruumiga, võib projektis ette näha ootamatuid keerulisi olukordi. Kas munitsipaalüüripinnalt teenusmaja

koliva isiku õigused on samad kui omandis olnud korteri või maja omavalitsusele kinkinud isikul, või on selles erisusi? Sarnaseid küsimusi

võib esitada erinevast vaatenurgast ja erineva täpsusega, kuid vähemalt sotsiaaltöötajad jäävad praegu neile vastamisel hätta. 

Viidatud allikad

- Dantuma, E.** (2019). *Elderly care and housing demand in the EU. Golden opportunityies, but mind the cultural gap.* ING Bank N.V. Economics Department.
- Edström, A., Gustafsson, M.** (2011). *Elderly Living in Sweden. Present solutions and future trends.* KTH Architecture and the Built Environment, Stockholm, Thesis no 89, Master of Science
- European Senior Housing* (2019). Savills Research Report Savills. European Senior Housing. September 2019
- Sotsiaalministeerium** (2016). *Heaolu arengukava 2016–2023.*
www.sm.ee > heaolu-arengukava-2016-2023
- Ilomets, S.** (2021) Ligipäasetavuse rakkerühma elukondliku kinnisvara lõpparuanne.
- Iva, K.** (2021). Eakad on Türi vallas kogukonna väärtuslik ja hoitud osa. *Sotsiaaltöö*, 1
- Krais-Leosk, M.** (2021). Tegevustest pikaajalise hoolduse vallas. *Sotsiaaltöö*, 3
- Kupper, K., Tarum, H.** (2019). Pikaajalise hoolduse süsteemi tuleb Eestis muuta. *Sotsiaaltöö*, 4.
- Kurves, T.** (2021). Vanemaaliste teenusmaja kontseptsiooni lühitutvustus. *Sotsiaaltöö*, 3.
- Kõre, J.** (2018). Deinstitutionaliseerimine Eesti hoolekandes – väline sundus või sisemine kaalutus? Akadeemia
- Lewicka, B.** (2015). Senior Housing in Swedwn – Organisation of the System and Conclusions for Poland, *Swiat Nieruchomosci. World of Real Estate Journal*, 94/2015
- Mets, K.** (2022). Sotsiaalhoolekande seaduse ja teiste seaduste muutmise seadus toob uuendusi. *Sotsiaaltöö* 2
- Mõttekoda Praxis** (2022). Analüüsi „Pikaajalise hoolduse teenuseid osutava tööjõu tagamise praktikad“ tutvustus. www.praxis.ee/tood/pikaajalise-hoolduse-teenuseid-osutava-toojou-tagamise-praktikad.
- Uusküla, L.** (2021) Pikaajalise hoolduse tulevik Arengusuundumused aastani 2035 Arenguseire Keskus. Raport. https://arenguseire.ee/wp-content/uploads/2021/11/2021_pikaajalise-hoolduse-tulevik_raport_veeb-3.pdf.

Traumateadlik elulootöö asendushooldusel kasvavate laste identiteedi toetamiseks



Judit Strömpl, PhD

sotsiaaltöö uuringute kaasprofessor, Tartu Ülikool

KOKKUVÖTE

Artikkel tutvustab traumateadliku elulootöö metoodika kasutamise võimalusi Eestis asendushooldusel kasvavate laste identiteedi toetamiseks.

Tartu Ülikooli osalusuringu¹ kahes esimeses etapis tutvustati seda asendushooldusel kasvavatele lastele ja nende vahetutele hooldajatele, seejärel kohandati ning testiti. Praegu kavandatakse uuringu kolmandat etappi.

Artikkel avab kolme teemat: asendushooldusel kasvava lapse identiteedi teadliku ja sihikindla toetamise vajadus ning võimalikkus; trauma mõju lapse arengule ja vajadus seda teada lapse hooldamisel; traumateadliku elulootöö põhimõtted, mis on asendushooldusel laste ja nende vahetute hooldajate toetamise üks abistav metoodika lapse arendamisel.

Õppides traumateadliku elulootöö rakendamise rahvusvahelistest kogemustest ja selle testimisest osalusuringu käigus, võib väita, et elulootöö võib oluliselt parandada Eesti asendushoolduse kvaliteeti.

MÄRKSÖNAD

Asendushooldus, identiteet, traumateadlik elulootöö, elulooraamat, osalusuring

Eesti asendushoolduse viimaste aastate areng

Vaadates Eesti asendushoolduse käekäiku teiste riikide taustal, on viimaste aastate suundumused lootustandvad: iga aastaga väheneb perest eraldatud laste arv ja üle kolmandiku lastest naaseb sünniperre (Sarv jt 2021). See

lubab oletada, et peredele laste kasvatamisel pakutav abi on tõhus. Positiivne on ka see, et enamik lastest, kes ei saa kasvada sünniperes, elab perepõhisel asendushooldusel, kus laps saab kogeda loomulikke peresuhteid. Neist üle poole on eestkosteperedes, kellest suure osa moodustavad sugulased (Leosk 2021).

¹ Uuring on teostatud ETAG PRG 700 osana.

Sel juhul ei ole side sünnivanematega lõplikult katkenud, mis on lapse identiteedi kujunemisel tähtis mõjutegur. Siiski on aastate jooksul vähenenud hooldusperede arv, kuigi just hoolduspere on maailmas hinnatud parimaks asendushoolduse vormiks eeskätt hoolduse parema kvaliteedi tõttu. Hooldusvanem on eriettevalmistusega, ennast pidevalt täiendav teenuseosutaja, kes jagab vastutust lapse eest kohaliku omavalitsuse, lapse seadusliku eestkostjaga. Eestkostepere ja lapsendaja vastutavad seevastu ise tervenisti lapse eest ning peavad raskuste korral ise abi otsima.

Positiivne on ka, et viimaste aastatega on vähenenud asutuses kasvavate laste arv. Traditsiooniliste asenduskodude elukorraldus on oluliselt muutunud, osa neist on üle läinud perekodu süsteemile, mis pigem sarnanevad SOS-lastekülaga: kuni kuus last elavad väikestes peremajades ja nende eest hoolitsevad perevanemad.

Ka traditsioonilise asenduskodu (endine lastekodu) elukorraldus on muutunud lapsesõbralikumaks, lapsed elavad väiksemates rühmades (kuni kuus last). Õed-vennad elavad koos, v.a juhul, kui see võib kahjustada nende endi heaolu. Siiski ei võimalda asutuses elamine lastel persuhteid kogeda. Et seda puudust korvata, otsitakse vabatahtlikke tugiperesid, kes on valmis asenduskodulapsi enda koju võtma nädalavahetustel, pühadeks ja koolivaheajaks. Mõni tugipere hakkabki edaspidi lapsele hoolduspereks, mis pakub lapsele head võimalust liikuda perre, keda ta juba tunneb.

Eelpool öeldut kokku võttes tuleb tunnustada Eesti asendushoolduse pingutusi muutuda järjest perepõhisemaks. Muudatused aga on pigem formaalsed, näiteks eeldatakse, et kui suunata laps perre või peremudeliga asutusse, siis sellest piisab. Loodetakse, et pered ise leiavad lapse kasvatamisel õiged lahendused. Õnneks juhtubki sageli nii, et

abivalmid kasuvanemad ja asutuste töötajad leiavad intuiitiivselt õiged vahendid laste kasvatamiseks, kuid loota juhusele ei ole eriti jätkusuutlik.

Oluline puudus on endiselt, et piisava toetuse ja teadmisteta heasüdamlikud ning abivalmis hooldajad suhtuvad lapsesse pigem kui hoolduse objekti, vähe arendatakse sihikindlalt lapse subjektsust ja autonoomiat. Last objektina käsitleda on hooldajale palju mugavam, sest siis ei pea vastama keerulistele küsimustele ega selgitama lapse sisemisi vastuolusid. Kuid neid ebamugavusi vältides pidurdatakse lapse teadlikkuse arengut, mida on vaja tema ainulaadse identiteedi arenguks.

Lapse hooldus peab muutuma sihikindlalt traumateadlikuks, lapse eneseusu ja enesehinnangu tõstmisele suunatuks.

Segase identiteediga inimesest, kellel puudub adekvaatne minapilt, kes ise eirab oma mineviku, elab ainult hetkes, mis kohe kaob ka mälust, sest puudub harjumus elusündmusi mõtestada, ei saa areneda ka iseseisev ja vastutustundlik toimija. Lastel puuduvad sageli vastused neile kõige tähtsamatele küsimustele, näiteks miks ta elab asenduskodus või hooldusperes, miks juhtus temaga see, mis juhtus, kes otsustas teda perest eraldada ja mille alusel otsus tehti. Lapsel on raske väljendada oma tundeid või mõtteid, mis on selgelt arengutrauma tagajärg. Tal on raske seletada, mida ta vajab ja isegi mida ta tahab, ta ei tea, miks ta teeb seda, mida ta teeb, miks on nii agressiivne jne. Lastekaitseaduse (LasteKS) § 21, punkt 2 ütleb, et laps tuleb ära kuulata ja tema arvamust arvesse võtta, kuid arengutraumaga lapsel on raske oma arvamust selgelt väljendada, eriti juhul, kui puudub võimalus iga päev harjutada oma elus toimuva

sõnastamist. Selleks omakorda on tal vaja arusaadavalt edastatud infot ja võimalust harjutada oma elusündmuste mõtestamist – läbirääkimist (Perry ja Winfrey 2022; Siegel ja Bryson 2016), mida ta saab teha ainult siis, kui tal on hooldajatega usalduslik suhe. Lapse hooldus peab muutuma sihikindlalt traumateadlikuks, lapse enesuse ja enesehinnangu tõstmisele suunatuks. Seda protsessi toetab traumateadlik elulootöö.

Identiteet ja elulootöö

Eesti keele seletava ja õigekeelsussõnaraamatu järgi on identiteet „teadmine endast sotsiaalseis olukordades ja suhetes; eneseteadvus“, „enesetaju, identsus“. Wikeedia täpsustab: „Isikusamasus ehk isikuline identiteet on identiteedi osa, mis kajastab konkreetseks sünnipäraseks isikuks olemist ehk ühe kindla isiku järjepidevat iseendaks olemist. See on konkreetse isikuandmete komplekti lahutamatu kuulumine konkreetse füüsilise keha juurde“ ning „omaduste hulk, mis teevad objekti unikaalseks võrreldes teiste objektidega ...“

Definitsioonides märgitakse individuaalse identiteedi kõrval ka kollektiivset identiteeti, kuuluvust väiksematesse või suurematesse rühmadesse. Inimese individuaalne ja kollektiivne identiteet on omavahel tihedalt seotud. Tähtis on identiteedi määratlemisel meeles pidada, et **identiteet kujuneb suhetes**. Suhete roll on tähtis seetõttu, et üksteisega suheldes verbaliseerime oma tõlgendusi ennast ja oma elu sündmustest ehk jutustame lugusid ennast teistele ja kuulame nende lugusid ennast. Nii areneb narratiivne mälu (Perry ja Winfrey 2022; Siegel ja Bryson 2016; Van der Kolk 2020), mis tähendab, et inimene on võimeline mäletama vaid seda, mis on keele kaudu väljendatud ehk jutustatud. Sellega seletatakse ka inimese esimesi mälestusi, mis ulatuvad aega, kui laps hakkab rääkima. Jerom

Bruneri (1987/2004) arvates ongi inimesed need narratiivid, milles nende elusündmused on jutustatud – me oleme see, mida me enda kohta mäletame.

Kuid identiteedi seisukohalt on tähtsad ka need sündmused, mis toimuvad inimese esimestel kuudel ja aastatel, kui narratiivne mälu veel ei tööta. Need mälestused jäävad kehasse ja inimene vajab infot ka selle kohta, mis juhtus siis, et mõista arusaamatuid pilte ja tundeid, mis tal aeg-ajalt tekivad (Maté 2021; Perry ja Winfrey 2022; Van der Kolk 2020).

Lapsele on tema sünniperere esimene loomulik keskkond, kus hakkab kujunema tema identiteet. Ta saab üpris kiiresti aru, mis on tema koht peres ja suhetes pereliikmetega areneb eneseteadvus samm-sammult. Iga päev saab ta teada midagi ümbritsevast maailmast ja iseendast. Ta teab, kelle poole ja kuidas peab ta pöörduma, kui tahab mõnd oma vajadust rahuldada. Peale selle saab laps oma pere ja iseenda lugude osaliseks. Lugude kaudu, mida jutustatakse korduvalt, saab laps teada, missugused on tema perre kuuluvad inimesed, kellega ta ennast samastab, ja milline ta ise on ja oli väikesena. Need lood saavad teda terve elu. Sünniperes üles kasvanud inimene saab oma identiteedi vundamenti automaatselt, erilise jõupingutuseta. Lasteaia ja hiljem koolis saab laps ennast võrrelda teiste laste ja nende peredega ning nõnda veelgi täpsemat teavet nii iseennast kui ka oma perest üldisemalt. Samal ajal areneb kollektiivne identiteet – mina ja mu pere koolikaaslastega võrdluses ja siis ka kooliperere laiemas kontekstis. (Lugude rollist identiteedi konstrueerimisel täpsemalt vt veel Habermas ja Bluck 2000; McAdams 1996; McLean 2005; Nelson ja Fivush 2004).

Lapsed, kes mingil põhjusel ei saa kasvada sünniperes, eriti need, kes eraldati perest väga noorena, jäävad sellest kõigest ilma. Hea, kui laps saab kasvada armastavas kasuperes, sest kasuvanemad saavad asendada mitte ainult

sünnivanemaid, vaid ka pere- ja lapsepõlvelukusid. See, kuidas laps mõtestab olukorda, kus kasu vanemate kõrval on ka sünnivanemad, oleneb paljustki tema võrgustikust, kuhu peale kasu vanemate kuuluvad ka spetsialistid, õpetajad, lasteaija- ja klassikaaslased koos oma peredega.

Kui laps kasvab asenduskodus, siis on tema identiteedi kujunemise toetamine kasvatajate ja perevanemate ülesanne ning lausa kohustus. Vaja on väga suurt kompetentsust, julgust ja vastutust, et vastata küsimustele lapse mineviku kohta, mis on sageli seotud emotsionaalselt raskete teemadega.

Traumateadlik hooldaja mõistab, et lapse väljakutsuva, agressiivse, ebaadekvaatse käitumise põhjused on seotud läbielatud traumaga.

Lapse mineviku dramaatiliste sündmuste ja valgete laikudega tegelemine ei ole sugugi kerge ülesanne. Sellepärast eelistati kaua aega käsitleda asenduskodusse saabuvat last n-ö puhta lehena, kelle elu algas sel hetkel, kui ta asenduskodu uksest sisse astus (Sindi 2016; Sindi ja Strömpl 2019). Kuid see ei ole hea käsitlus, sest probleemide ignoreerimine kahjustab lapse mitmekülgset arengut ja lapsed tahavad teada, mis juhtus (Besson 2007; McGill jt 2018; Rose 2017, Staines, Selwyn 2020).

Et lapsest kasvaks eneseteadlik inimene ja tal areneks terviklik ning positiivne identiteet, on tal palju vaja suhelda usaldusväärse täiskasvanuga, kes aitab mõtestada lapse olukorda ja elusündmusi, mis on hädavajalikud tema identiteedi arenguks ja milleks neil on sarnaselt teiste lastega seadusega antud õigus (vt ÜRO lapse õiguste konventsioon, art 8 ja art 29) (Besson 2007). Tähtis on ka see, et sellist infot annavad need täiskasvanud, kes lapsega iga päev suhtlevad.

Lapse vahetutel hooldajatel aga on vaja adekvaatset, lapsesõbralikus keeles koostatud ja last säästvat teavet, mille peaks saama koos asendushooldusele saabuva lapsega. Praegu tuleb asenduskodusse suunatud lapsega parimal juhul kaasa kohtuotsus ja juhtumiplaan, mis on koostatud keerulises juriidilises keeles ja kus faktid võivad olla esitatud last mitte säästvalt. Igal juhul pole need dokumendid ette nähtud lastele tutvustamiseks. Paljud kasu vanemad ei teagi, et on olemas juhtumiplaan. Isegi kui sellised dokumendid saabuvad, pole asenduskodu töötajal ega kasu vanemal aega ega oskusi, et „tõlkida“ keeruline juriidiline keel lapsele arusaadavaks. Segadust tekitab ka andmekaitse seadus, mis keelab edastada eriti delikaatseid andmeid asutuse töötajatele ja kasu vanematele. Nõnda jääb tühimik lapse sündimise, sünnipere ja eraldamise põhjuste ning käigu küsimustes. Kuid lapsel on õigus sellele teabele, sest need on **tema elu andmed** ja ilma nendeta ei saa rääkida identiteedi adekvaatsest kujunemisest.

Eespool öeldut arvestades tuleb asendushooldusel kasvavate laste identiteedi toetamisele senisest palju rohkem ja süsteemsemalt tähelepanu pöörata ning selleks kasutusele võtta olemasolevaid vahendeid ja rakendada sobivaid meetodeid.

Üks selline meetod on elulootöö, mida paljudes Eestiga sarnastes liberaalse lastekaitsepoliitikaga riikides (nt Suurbritannia, USA, Austraalia, Kanada) kasutatakse alates 1960. aastatest lastekaitstes kohustuslikult (sellest täpsemalt vt Backhaus 1984; Cook-Cottone ja Beck 2007; Rees 2009; Rose ja Philpot 2005; Willis ja Holland 2009). Algul piirduti lapsele elulooraamatu koostamisega, mis tähendas, et lapse eraldamisel perest ja asendushooldusele suunamisel koostas juhtumiga tegelev lastekaitsetöötaja lapsele elulooraamatu, milles olid kirjas faktid ja andmed lapse sünnipere ning juhtumi

kohta. See elulooraamat liigub koos lapsega ja iga asutus või hoolduspere täiendab seda.

Elulooraamatu **lapsele** kogutud andmed on ka praegu elulootöö metoodika üks osa. Aja jooksul aga leiti, et ei piisa lihtsalt andmete kogumisest, et need kunagi hiljem, näiteks lapse täisealiseks saamisel talle näidata, sest inimese identiteet kujuneb pidevalt ja ta vajab midagi rohkemat kui lihtsalt fakte oma elu kohta. Ta vajab teadliku toetust nii mineviku kui ka oleviku sündmuste mõtestamisel. Samal ajal aju-uuringute ja lapsepõlves kogutud traumaatiliste sündmuste mõju uurimise käigus tekkinud teadmuse tulemusena hakkas arenema uus suund: traumateadlik elulootöö. Richard Rose (2012 ja 2017) nimetab seda elulootöö teraapiaks traumakogemusega lastele. Esiteks keskenduvad elulootöö selle suuna esindajad lapse abistamisel eelkõige lapse ja vahetu(te) hooldaja(te) usalduslike suhete arendamisele; teiseks lapse enda teadlikkuse, enesehinnangu ja eneseusu tõstmisele ning kolmandaks lapse argielu sündmuste märkamise ja mõtestamise harjutamisele. Enne traumateadliku elulootöö tutvustamist on tähtis selgitada, mis on trauma ja mida tähendab traumateadlik hooldus.

Trauma mõiste ja traumateadlik elulootöö

Perest eraldatud lapsed on traumakogemusega. Seda tuleb meeles pidada, kui soovime aidata neil trauma tagajärgedest terveneda. „Trauma on sündmus, sündmuste seeria või tingimuste kompleks, mida indiviid kogeb psühholoogiliselt või emotsionaalselt kahjuliku või eluohtlikuna ja millel on jätkuv kahjulik mõju tema toimimisele ning vaimsele, füüsilisele, sotsiaalsele, emotsionaalsele ja spirituaalsele heaolule“ (SAMHSA). Põhiline traumaatilise kogemuse mõju on intersubjektiivsete suhete rikkumine. Asendushooldusel kasvavad lapsed on kogenud kõige raskemat

traumat: inimesed, kelle ülesanne oli neid kaitsta igasuguste ohtude eest, seadsid ise neile usaldatud lapsi ohtu. Sellega rikkusid nad lapse arengu kõige tähtsamat tingimust: turvalist vajaduste rahuldamist, mille käigus tekib lapse ja ümbritseva maailma usalduslik suhe. Siinjuures tuleb kohe märkida, et väärkohtlevad, hooletud vanemad on sageli olnud samuti väärkohtlemise ohvrid või ei suuda nad mõnel muul põhjusel, näiteks sõltuvus- või muu haiguste tõttu, lapse eest adekvaatselt hoolitseda.

Kui lapse vajadused jäävad esimese eluaasta jooksul järjepidevalt rahuldamata, siis ei anna ta neist enam märku ja kaotab nendega sideme (vt nt Herman 1997; Maté 2021; Perry 2009, 2017, 2022; van der Kolk 2020). Kahjustada saab põhiline ellujäämisinstinkt. Hooletusse jäetud ja väärkoheldud lapse aju areneb teismoodi kui armastavat hoolt kogeva lapse aju (vt nt Perry 2006, 2009, 2022; Rose 2012; Siegel ja Bryson 2016; Van der Kolk 2020; 2005). Inimesed, kes kannavad hoolt traumakogemusega laste eest, peavad teadma trauma võimalikke tagajärgi ja kuidas need väljenduvad lapse käitumises. Nad peavad teadma, et arengutraumaga lapsed vajavad teistsugust reageerimist käitumisele. Traumateadlik hooldaja mõistab, et lapse väljakutsuva, agressiivse, ebaadekvaatse käitumise põhjused on seotud läbielatud traumaga, ning reageerib sellisele käitumisele rahulikult ja mõistvalt. Ta teab ka, et kui laps on liiga hea, liiga alluv ja kui ta püüab olla ümbruskonnale igati meelepärane, võib see olla trauma mõju ning ka sellega tuleb midagi ette võtta, sest ka niisugune käitumine võib kahjustada lapse autonoomia arengut.

Traumateadliku hoolduse esimene ülesanne on toetada lapsel usalduse tekkimist maailma vastu, aidata luua usaldusväärne side oma emotsioonide ja teiste inimestega. See kindlasti ei tähenda, et lapsega peaks alustama vestlusi sellest, mis temaga on juhtunud, kuid

traumateadlik hooldaja peab olema valmis lapse küsimustele vastama lapsesõbralikult ja last säästvalt. Laps peab selle töö käigus muutama eneseteadlikumaks, tal peab tugevnema eneseusk ja tal peab arenema iseenda ning oma elu sündmuste mõtestamise harjumus: ta peab märkama, mis temaga juhtub, sõnastama ja tõlgendama neid sündmusi, sest sellega ta arendab oma narratiivset mälu, mis ongi identiteedi kujunemise alustala.

Traumateadlik elulootöö (Boots 2022, Rose 2012, 2017, Wrench ja Neilor 2013) koosneb laias laastus kahest osast. Üks osa on pühendatud sünnivanemate hoolitsusest ilma jäänud laste kohta käivate andmete ja sünnipere lugude kogumisele, kui lastekaitsetöötaja ei ole neid edastanud. Eespool oli juba juttu elulooraamatu sellest osast, mis koostatakse lapsele. Eestis oleks selle töö tegija KOV-i lastekaitsetöötaja, kes niikuinii peab koostama lapse juhtumiplaani ja kelle käes on kõige rohkem andmeid lapse juhtumi ning lapse sünnipere kohta. Nendes riikides, kus elulootöö on lastekaitsetöö kohustuslik osa, saavad lastekaitsetöötajad selleks erivaljaõppe ja neid nimetatakse elulootöö spetsialistideks.

Elulooraamatusse kogutud info aitab lapse vahetul hooldajal mõista lapse üleelamisi ja ära hoida tema taasohvristamist, vältides olukordi, mis võivad lapsele meenutada minevikutraumasid. Teisest küljest aitab lapse kohta kogutud teave hooldajal täita valgeid laike lapse eluloos ning vastata lapse küsimustele tema mineviku ja sünnipere kohta.

Elulooraamatu teise osa täidab laps ise koos hooldajaga. Elulooraamatu selle osa täitmine võimaldab lapse ja tema vahetu hooldaja meeldivat suhtlemist lapsele olulistest küsimustest väljaspool argiritiini. Selle juurde kuuluvad mängulised harjutused või tegevus, millel on kolm põhilist osa: 1) lapse ja hooldaja usalduslike suhete tekkimiseks tingimuste loomine; 2) lapse eneseteadlikkuse, enesuse ja

enesehinnangu tõstmine; 3) argielus toimuva märkamine ja mõtestamise harjutamine koos lapsega.

Tegevus ja harjutused on koondatud allpool nimetatud teemade alla. Kõigepealt tegeletakse turvalisuse kujundamisega, sh selgitatakse välja lapse jaoks turvalised kohad ja asjad ning usaldusväärsed inimesed (nt mäng „Turvalisuse saared“, lk 66).

Hooldaja ülesanne on kuulata last ja aidata tal väljendada oma tundeid seoses turvalisusega. Väga oluline on, et täiskasvanu jagaks ka oma kogemust, näiteks kus meeldis talle viibida siis, kui tema veel väike oli. Ühtsustunnet võib tekitada näiteks pisiasi, kui selgub, et nii laps kui ka tema hooldaja lapsena tundis ennast eriti kaitstuna söögilaua all mängides. Sellistele pisiasjadele tuleb tähelepanu pöörata, sest just nendes väljendub ja areneb usalduslik suhe.

Traumateadliku hoolduse esimene ülesanne on toetada lapsel usalduse tekkimist maailma vastu, aidata luua usaldusväärne side oma emotsioonide ja teiste inimestega.

Järgmine oluline tegevus on emotsionaalse kirjaoskuse arendamine (vt mängu kirjeldust lk 66). Sageli pööratakse probleemse käitumisega noorte juures tähelepanu kehvale suhtlemisoskusele, mille taga võib olla oma tunnete väljendamise ja teiste äratundmise puudulikus. Sellepärast on hea suhtlemisoskuse arendamisel äärmiselt tähtis tunnete määratlemine, väljendamine, äratundmine ja aktsepteerimine.

Traumakogemusega lastel võib olla palju probleeme, kuid neil on ka palju positiivset potentsiaali, mida tuleb märgata ja toetada. Mitmesugune tegevus ja harjutused on suunatud säilenõtkuse arendamisele ja

NÄIDE

Mäng „Turvalisuse saared“

Lapsel palutakse joonistada kolm saart, mis on paigutatud lähemale ja kaugemale. Üks neist on lapse enda saar, kus ta võib endale meelepärase elukeskkonna kujundada. Sinna võtab ta kaasa asjad, mis tähendavad talle kaitstust. Need võivad olla igasugused elutud objektid või elusolendid, näiteks loomad. Kui elukeskkond on kujundatud, siis järgmise sammuna võtab ta oma saarele need inimesed, keda ta kõige rohkem usaldab ja kes teda kaitsevad. Teisele saarele saab laps joonistada neid asju ja inimesi, keda ta peab lähedasteks, aga kelles ta ei ole nii väga kindel. Kolmanda saare elanikud on need asjad ja inimesed, kellega laps hea meelega tihedalt ei suhtleks.

Sel ajal kui laps joonistab ja paigutab asju ning inimesi, toimub lapse ja hooldaja vestlus, mis tegelikult on selle tegevuse kõige olulisem osa. Laps seletab, mida tema jaoks tähendab turvalisus ja missugust kaitstust ta vajab; mida tähendab tema jaoks usaldus teiste inimeste vastu ning mida tema arvates peavad inimesed tegema selleks, et neid saaks nimetada usaldusväärseteks.

Kui saared on kujundatud, siis võib mõelda, kas laps sooviks, et nende saarte vahel toimuks liiklus. Ta võib joonistada merele paate või ehitada silla saarte vahele, seejuures palutakse selgitada, mis tingimustes liiklus saarte vahel võib toimuda.

See harjutus võimaldab väga paljusid aktuaalseid turvatundega seotud teemasid läbi töötada ja alati on võimalik mõne aja pärast sama pildi juurde tagasi tulla ning seda korrigeerida muutuste järgi.

Mäng „Tunnete kirjaoskuse arendamine“

Võib mängida rohkemate osalejatega. Kõik osalejad saavad sedelid, millele igaüks kirjutab ise nii palju tundeid, kui oskab. Siis volditakse sedelid kokku ja paigutatakse kübarasse. Neid segatakse ja tõmmatakse järjest välja. Igaüks, kelle kätte satub sedel mõne tundega, peab seda teistele näitama ning teised peavad ära arvama, mis sõna on sedelil. Seejuures avaneb suurepärase võimalus rääkida tunnetest, jutustada lugusid sellest, kes millal või kus tundis neid tundeid ja miks on tunded meile olulised. Kuidas nn halvad tunded, näiteks hirm, tegelikult võivad inimest kaitsta ja miks ei saa ennast pidevalt ainult rõõmsana tunda. Selle mängu juures on täiskasvanutel tähtis jälgida laste suhteid ja neid läbi arutada.

enesehinnangu tõstmisele. Lapse adekvaatset minapilti kujundatakse iga päev siis, kui reageerime, anname tagasisidet lapse tegudele, kiidame ja korrigeerime neid. Rõhk peab olema positiivse minapildi kujundamisel ja toetamisel. (Siegel ja Bryson 2016).

Elulootöö pakub võimalust keskenduda koos lapsega selle heale, mis teda iseloomustab, alustades mänguga „Kelle moodi ma olen“ ja jätkates loetelude koostamisega sellest, mille

üle laps võib olla uhke, mis tal eriti hästi õnnestub, milles ta on tugev, mille kohta saab öelda, et ta on kangelane. Niisuguse tegevuse juures saab kasutada käelist tegevust (joonistamine ja fotode tegemine, ajakirjaväljalõiked kollaažiks jms).

Huvitav, et lastele positiivset tagasisidet anda ei olegi nii lihtne, kui esmapilgul tundub. Traumakogemusega lastel on väga madal enesehinnang, mis väljendub ka selles, et nad

ei usu, nagu võiks neis olla midagi positiivset. Seda süvendab paraku ka traditsiooniline pedagoogika, mis keskendub eelkõige puuduste korrigeerimisele, mitte tugevate külgede märkamisele. Lapsed sageli nimelt teevadki pahandusi, et saada kinnitust, kui halvad nad on. Lapse põhjuse ta kiitmine aga ka ei toimi, lapsed taipavad kohe, et see on võlts. Tähtis on märgata pisikesi edusamme ja tunnustada lapsi nende eest. Neid edusamme leida on iga armastava hooldaja kohustus.

Identiteedi kujundamisel on tähtis ka see, kuidas laps oma elu sündmusi märkab ja mõtestab. Selles tegevuses on lapsele eeskujuks tema hooldajad ja teised täiskasvanud. Eeskuju tähendab väikeste argieluliste juhtumite märkamist ja nendest jutustamist. Kui laps kogeb, et täiskasvanud ise jutustavad lugusid oma elust, siis hakkab ka laps seda tegema. Erinevad autorid soovivad kasutada muinasjutte koos muinasjuttegelastega, kellele juhtuvad põnevad seiklused ja kes reageerivad nendele juhtumitele. Tüüpilise muinasjutu keskmes on mõne keelu rikkumine, mis omakorda viib tegelase keerulisesse olukorda, mille ta peab lahendama. Need tegelased õpetavad lastele erineva tegutsemise, sh pahategude võimalikke tagajärgi, aga ka tagajärgede lahendamise võimalusi.

Traumateadliku elulootöö rakendamine Eesti asendushoolduses

Senini on Eestis elulootöö meetodit kasutatud väga vähe ja see pole olnud süsteemne. MTÜ Oma Pere korraldab asendushoolduse töötajaid ja kasuvanemaid toetavad seminare, MTÜ Igale Lapsele Pere aga koolitusi traumateadlikkusest, sh läbisid MTÜ liikmed usalduslikel suhetel põhineva sekkumise koolitajate koolituse. Tervise Arengu Instituudi (TAI) korraldatavatel asendushoolduse töötajate,

hooldusperede ja lastekaitse spetsialistide koolitustel tutvustatakse nii traumateadliku hoolduse kui ka laste identiteedi toetamise võimalusi, kuid selle meetodeid üksikasjalikult ei õpetata. TAI tellimusel ilmus hiljuti aruanne, mis annab ülevaate traumateadliku asendushoolduse olukorrast Eestis koos võimalike koolitusprogrammide analüüsi ja lähiriikide kogemustega (Sindi, Strömpl ja Lust 2022). TAI kavatseb korraldada traumateadliku elulootöö koolituse kasuvanematele.

Minu esimesed kogemused selle sekkumisviisiga algasid 2018. aastal seoses Ingrid Sindi (2021) doktoritöö ning Ave Alliksaar-Tamme (2020) magistratöö juhendamise. Sügisest 2020 alustasin osalusuuringu esimest etappi. Alust on oletada, et kõik perest eraldatud lapsed elasid üle traumad nii enne eraldamist, eraldamise käigus kui ka asendushooldusega kohanemise ajal, seega võtsime meie uuringus aluseks Richard Rose'i arendatud meetoodika.

Osalusuuring viiakse ellu koostöös MTÜ Oma Pere, sotsiaalkindlusustusameti, vabatahtlike asutuste ja kasuvanematega. Uuringu esimeses etapis kohtuti teismelistega (12–16-aastased), kes olid nõus meetodit proovima ja osalesid kohtumistel individuaalselt või koos vahetu hooldajaga. Tegime elulootöö harjutusi ja tegutsesime koos.

Metoodika järgi peavad kohtumised toimuma kahe nädala järel vähemalt kaheksa korda ja kestma tund aega. Kahjuks ei õnnestunud pandeemia ajal kohtumisi graafikus hoida ja mõne lapsega katkes kontakt ajutiselt või lõplikult. Osa lastega toimus töö nende kasuvanemate või hooldajate kaudu. Veebikohtumisel tutvustasin kõigepealt harjutusi ja tegevust, arutasime need läbi, seejärel palusin, et hooldajad teeksid harjutusi lapsega individuaalselt, paneks kirja oma märkused ja hindaksid tegevuse mõju lapsele ning nende omavahelistele suhetele. Seejärel toimus järgmine veebiarutelu, kus

hooldajad tutvustasid harjutuste tegemise üksikasju. Nad saatsid ka oma kirjalikud märkmed.

Põhiline tagasiside oli, et tegevus pakkus meeldivat koosviibimist ja võimaldas keskenduda samal ajal lapsele olulistele teemadele. Kasuvanemad ja hooldajad ütlesid, et nad said olulisi teadmisi lapse kohta, mida ilma selle tegevuseta oleks neil raske saada. Samuti teavitasid kasuvanemad ja hooldajad, et nad märkasid nende ja ka laste suhete paranemist isegi siis, kui mõni harjutus tõi välja varjatud konflikte: kasuvanemad pidasid positiivseks võimalust neid olukordi läbi arutada ja lahendada.


Uuringu teises etapis valmis elulooraamatu meetodi juhendmaterjal, mis ilmus 2022. a suvel. Praegu testitakse elulooraamatut vabatahtlike laste ja nende vahetute hooldajate abil ning valmistatakse ette Tervise Arengu Instituudi traumateadlikku koolitust kasuvanematele.

Osalusuuringu kolmandas etapis on kavas teha veebiküsitlus lastekaitsetöötajate hulgas, et uurida nende valmisolekut täiendada oma

oskusi lapsesõbraliku juhtumiplaani koostamisel, millest üks osa võiks olla lapse elu andmete dokumenteerimine last säästvalt (sellest vt täpsemalt elulooraamatu osade tutvustamise juures). Kevadsemestrist 2023 pakub TÜ mikrokraadi lastega töötavatele spetsialistidele. Mikrokraad sisaldab ka ainet „Terapeutilised suunad sotsiaaltöös“, mille raames keskendutakse traumateadliku elulootöö meetodi ning miljööteraapia tutvustamisele.

Kokkuvõte

Esimesed kogemused traumateadliku elulootöö rakendamisest lubavad hinnata seda kui suhteliselt lihtsat kuid tõhusat meetodit. See on abiks asendushoolduse töötajatele ja kasuvanematele, et parandada suhteid hoolealustega, muuta töö meeldivamaks ning lapse areng tõhusamaks, parandades ühtlasi asendushoolduse kvaliteeti.

Kellel on huvi selle meetodiga sügavamalt tutvuda, jälgige TAI koolituste reklaami ja tulge mikrokraadi omandama Tartu Ülikooli. 

Viidatud allikad

- Alliksaar-Tamm, A.** (2020). *Kasupere vanemate kogemused lapse identiteedi kujunemise toetamisel elulootöö meetodi abil* [magistritöö]. Tartu Ülikool.
- Backhaus, K.** (1984). Life Books: Tool for Working with Children in Placement. *Social Work*, 29(6), 551–554.
- Besson, S.** (2007). Enforcing the child's right to know her origins: Contrasting the Convention on the Rights of the Child and the European Convention on Human Rights. *International Journal of Law, Policy and the Family*, 21, 137–159. doi:10.1093/lawfam/
- Bruner, J.** (1987/2004) Life as narrative. *Social Research*, 71(3), 691–710.
- Cook-Cottone, C., Beck, M.** (2007). A model for life story work: facilitating the construction of personal narrative for foster children. *Child and Adolescent Mental Health*, 12(4), 193–195.
- Habermas, T., Bluck, S.** (2000). Getting a life: The emergence of the life story in adolescence. *Psychological Bulletin*, 126, 748–769.
- Herman, J.** (1997). *Trauma and Recovery. The Aftermath of Violence – from Domestic Abuse to Political Terror*. New York: Basic Books.
- Leosk, N.** (2021). *Eestkoste laste eestkostjate narratiivides* [magistritöö]. Tartu Ülikool.
- Maté, G.** (2012/2021). *Kui keha ütleb ei. Varjatud stressi hind*. Tallinn: Tänapäev.

- McAdams, D.** (1996). Personality, Modernity, and the Storied Self. A Contemporary Framework to Study Persons. *Psychological Inquiry*, 7(4), 295–321.
- McGill, L., Coman, W., McWhirter, J., O'Sullivan, C.** (2018). Social workers' experiences of using the narrative model to talk to children about why they are in care and other sensitive issues. *Adoption and Fostering*, 42(1), 49–57. doi:10.1177/0308575917751999
- McLean, K.** (2005). Late adolescent identity development: Narrative meaning making and memory telling. *Developmental Psychology*, 41, 683–691.
- Nelson, K., Fivush, R.** (2004). The emergence of autobiographical memory: A special cultural developmental theory. *Psychological Review*, 111, 468–511.
- Perry B. D.** (2009). Examining Child Maltreatment Through a Neurodevelopmental Lens: Clinical Applications of the Neurosequential Model of Therapeutics. *Journal of Loss and Trauma*, 14, 240–255.
- Perry, B.D. Winfrey, O.** (2021/2022). *Mis sinuga juhtus? Vestlused traumast, sellega toimetulekust ja tervenemisest*. Tallinn: Helios.
- Rees, J.** (2009). *Life Story Books for Adopted Children: A family friendly approach*. London: Jessica Kingsley Publishers.
- Rose, R. Philpot, T.** (2005). *The Child's Own Story: Life story work with traumatized children*. London: Jessica Kingsley Publishers. Substance Abuse and Mental Health Services Administration. (2014). *SAMHSA's Concept of Trauma and Guidance for a Trauma-Informed Approach*. Rockville, MD: Substance Abuse and Mental Health Services Administration.
- Sarv, M., Kasvandik, L., Müürsoo, A., Olm, A., Raag, L-L., Tammur, A.** (2021). Laps ja pere. Teoses D. Kutsar (toim.) *Lapsed Eesti ühiskonnas* (21–46). Tallinn: Õiguskantselri Kantselei.
- Siegel, D. J., Bryson, T. P.** (2012/2016). *Lapse ajukeskne kasvatus. 12 murrangulist strateegiat, kuidas aidata lapse mõistusel areneda*. Tallinn: Tänapäev.
- Sindi, I., Strömpl, J.** (2019). „Who Am I and Where Am I From?“ Substitute Residential Home Children's Insights into Their Lives and Individual Identities. *Child & Youth Services*, 40(2), 120–139, doi:10.1080/0145935X.2019.1591272
- Sindi, I.** (2016). Changing discourses and changing institutional child substitute care: New terms and processes toward family-like and family-based care. *Child Care in Practice*, 22(1), 50–63. doi:10.1080/13575279.2015.1054785
- Sindi, I.** (2021). *Discursive Practices of Child Institutional Substitute Care. Experience from an Ethnographic Research in SOS Children Village Estonia*. Tallinn: Tallinn University.
- Sindi, I., Strömpl, J., Lust, M.** (2022). *Traumateadlik asendushooldus. Kirjanduse, Koolitusprogrammide ning laste otseste hooldajate kogemuste uuringu aruanne*. Tallinn: Tervise Arengu Instituut.
- Staines, J., Selwyn, J.** (2020). “I wish someone would explain why I am in care”: The impact of children and young people's lack of understanding of why they are in out-of-home care on their well-being and felt security. *Child ja Family Social Work*, 25(S1), 97–106. doi:10.1111/cfs.12721
- van der Kolk, B.** (2005). Developmental trauma disorder: Towards a rational diagnosis for chronically traumatized children. *Psychiatrics Annals* 35(5), 401–408.
- van der Kolk, B.** (2020). *Keba peab arvet: aju, vaim ja keha traumast paranemisel*. Tallinn: Tänapäev.
- Willis, R., Holland, S.** (2009). Life story work: reflections on the experience by looked after young people. *Adoption & Fostering* 33(4), 44–52.



Triin Mäger, TÕ SOTSIAALTEADUSTE MA (cum laude)

*Pärnu Noortegarantii tugisüsteemi juhtumikorraldaja
Pärnu MoNo mobiilse noorsootöö koordinaator*

Mobiilne noorsootöö aitab jõuda keerulistes oludes noorteni

Sõna „mobiilne“ tähendab liikuv. Seega igasugune noorsootöö, mida tehakse väljaspool noorsootöösutusi ehk mille käigus liigutakse väljaspool füüsilise noortekeskuse piire, liigitub mobiilse noorsootöö (MoNo) alla.

Üks teoreetiline selgitus, mis aitab paremini aru saada MoNo ulatusliku mõiste sisust ja meetodi sügavusest, kõlab järgmiselt: „MoNo on sotsiaalpedagoogiline kontseptsioon, mis on noorte tõrjutust ennetava suunitlusega, keskendub noorte heaolule, on orienteeritud noorte nõustamisele ja toetamisele ning sisaldab avatud noorsootöö ja sotsiaaltöö elemente.“ (Ristikivi ja Johanson 2012)

Saksa professori Walther Spechti 1970. aastatel loodud unikaalses ja originaalses mudelis jaguneb MoNo neljaks omavahel põimunud ja võrdväärselt oluliseks meetodiks: tänavatöö, individuaaltöö, grupitöö ja kogukonnatöö (Johanson 2011). Eestis rakendatakse (piirkonniti) MoNo erinevaid vorme ja meetodeid, arvestades kohalike võimalusi, vajadusi ja sihtrühmi. Üks tuntum on tänavatöö, mis tähendab, et noorsootöötajad lähevad noorte kogunemiskohtadesse, et luua nendega usalduslik kontakt, teavitada noori noorsootöö

võimalustest ja kutsuda neist osa saama või pakkuda linnaruumis vaba aja tegevust.

Ajalooliselt kujunes MoNo välja vastureaktsioonina noorsoo kuritegevusele ja noorte grupikogunemistele, sest klassikaline noorsootöö noortekeskustes (ehk avatud noorsootöö) ei suutnud kõnealuste noorteni jõuda ega nendega kontakti saavutada (Ristikivi ja Johanson 2012). MoNo saab toimuda avalikus linnaruumis, internetis, koolis, kaubanduskeskustes ja mujal, kus on noored. MoNo keskendub noorte sotsiaalsete oskuste arendamisele, koostööle nii noore kui ka kogukonnaga ja aitab ennetada noorte (korduvaid) õigusrikkumisi (Vallsalu 2013).

MoNo rakendaja võib olla ametinimetusel nii mobiilne noorsootöötaja, tänava(noorsoo) töötaja, noortegarantii tugisüsteemi juhtumikorraldaja, avatud noortekeskuse noorsootöötaja kui ka mõni muu laste ja noortega töötav spetsialist. MoNo eeldab spetsialistilt

valmisolekut töötada eri (kultuuri)tausta ja käitumuslike eripäradega inimestega, õhtuti, nädalavahetustel ja iga ilmaga. Lisaks noorsoo- või sotsiaaltöö alusoskustele on vaja eritevalmistust, et tulla toime ettearvamatutes olukordades ja väljakutsutavalt käituvate või passiivsete noortega. Kasuks tuleb võrgustiku- ja individuaaltöö (juhtumikorraldus, motiveeriv intervjuerimine), taastava õiguse põhimõtetest lähtumise ja endale teadliku psühhohügieeni tagamise oskus.

Peamiselt keskendub MoNo tööle keerulistes oludes noortega (Specht 2012). Näiteks noored, kellel võib olla alkoholi- ja narkosõltuvus või muid vaimse tervise probleeme ja häireid (nt ärevus, depressioon, meeleluuhäired) või noorukid, kes on kogenud hoole- tust jätmist, vägivalda või muid traumasid ja kriise. MoNo rakendamine aitab jõuda ka nende noorteni, kes on NEET-oludes või NEET-riskis ehk kes ei õpi ega tööta või kelle puhul esineb oht, et nad võivad koolist või tööturult välja langeda.

MoNo Pärnus

Pärnu MoNo kutsuti ellu, kuna selle järele tekkis vajadus. Alustasime tegevust 2019. aastal, kui avatud noortekeskuse noorsootöötajad, k.a mina, otsustasid, et Pärnu linnaruumi on noorte jaoks vaja usaldusväärseid täiskasvanuid, kes oskavad luua ja hoida nendega kontakti, et ennetada ja leevendada sotsiaalseid probleeme. Samal aastal avati Pärnus uus bussijaam, kus noortekamp pidevalt vandaalitseb, selle aastanumbri sisse jääb ka linnaruumis toimunud fataalse tagajärgena traagiline juhtum, kui ühe teismelise vägivaldsetsemise tõttu teine noor hiljem suri. Võrgustiku liikmed leidsid, et midagi tuleb teha varasemast sootuks teisiti ja Pärnus MoNo-ga alustamine on selle üks väljund. Teenust rahastab Pärnu linnavalitsus ja me kuulume MTÜ Pärnumaa Noorsootöö Keskuse koosseisu.

Pärnu MoNo eesmärk on arendada noorte sotsiaalseid oskusi (mitteformaalne õpe), luua noortega usalduslik kontakt ja seda hoida ning nõnda noori toetada, motiveerida ja suunata, vajaduse korral juhatada ka teiste teenuste ning abistajateni. Pärnu MoNo on toonud noorsootöö lähemale suuremale hulgale noortele, parem on noorteinfo ja noorsootöö tegevusvõimaluste kättesaadavus noorte kogunemiskohtades, mis on lisaväärtus noortekeskustes pakutavale.

Mobiilset noorsootööd saab teha avalikus linnaruumis, internetis, koolis, kaubanduskeskustes ja mujal, kus on noored.

Suvel 2022 kaitses Pärnu MoNo mobiilne noorsootöötaja Marten Penu edukalt oma lõputööd „Pärnu mobiilse noorsootöö roll noorte heaolu tagamisel“. Politsei ja linnavalitsuse eksperdid, kes uurimuses osalesid, leiavad, et MoNo noorsootöötajad on olulised võrgustikuliikmed, kes on noorte ja täiskasvanute ning teiste spetsialistide ühendlüli, kelle tegevus kiirendab info liikumist ja edendab noortele suunatud info jõudmist nendeni. Pärnu noortegarantii tugisüsteemi juhtumikorraldajad (üks neist olen mina) rakendavad samuti tänavatöömeetodit ja see aitab kontakti luua noortega, kelleni muude kanalite (e-post, telefon, sotsiaalmeedia) kaudu ei pruugi jõuda.

Penu (2022) uurimuses, mille keskmeks oli lapse heaolu kolmnurk, osalenud teismelised leidsid, et MoNo noorsootöötajad on mõningate noorte jaoks ainukesed usaldusväärsed täiskasvanud, kes on hinnanguvabad, oskavad kuulata ja suhelda eri vanuses noorukitega, anda vajadusel soovitusi noore eluolu parandamiseks, aidata jõuda abini (nt psühholoog, karjäärinõustaja,

lastekaitse spetsialist), tekitavad turvatunnet, ennetavad kaklusi tänavatel (on konfliktivahendajad), vajaduse korral sekkuvad, kui ei järgita ühiskonnannorme, ning aitavad noortel seista oma õiguste eest. Noortele vastajatele on oluline MoNo noorsootöötaja tunnustus ja arutelud teemadel, millest paljude täiskasvanutega rääkida on ebameeldiv või hirmutav, nt seksuaalsus, suitsidiaalsed mõtted ning uimastite tarvitamine ja teised õigusrikkumistega seotud küsimused. Noored tahavad MoNo noorsootöötajatega praegusest rohkem individuaalselt suhelda ja tunnevad, et noorsootöötajad on nende poolt ka siis, kui nad nende tegusid heaks ei kiida, nt õigusrikkumised (Penu 2022).

Võrgustikutöö

Lisaks noorte jõustamisele ja nende edusammudele kaasaelamisele ning noortelt tulnud tänusõnadele ja tunnustusele teeb mulle ja minu tiimi liikmetele rõõmu, et meil on koostööpartnerid, kellega on ühised eesmärgid ja väärtused, ning kes mõistavad MoNo teenuse vajalikkust. Peamiselt teeme Pärnus koostööd noortekeskuste noorsootöötajatega, piirkonnapolitseinikega, laste- ja noorte vaimse tervise keskuse juhtumikorraldajatega, tugikeskuse personaliga, töötukassa karjääri(info)spetsialistide ning linnavalitsuse huvihariduse ja noorsootöö peaspetsialisti ning lastekaitse spetsialistide ja teiste sotsiaal- ning haridusvaldkonna esindajatega, vajadusel ka lapsevanemate või teiste täiskasvanutega, kes lapse elus osalevad. Koostööd teeme ka mõningate teiste MoNo rakendajatega Eestis ja TÜ Pärnu kolledži, sotsiaalkindlustusameti, HARNO ning haridus- ja teadusministeeriumi esindajatega. Olulisim koostööpartner aga on noor inimene ise. Anname noortele võimaluse kaasa rääkida meie töö kavandamisel.

Edendamist vajaks aga koostöö koolide ja noorteorganisatsioonidega.

Üheskoos teiste spetsialistidega saame juhtumipõhise võrgustikutöö kaudu pakuda noortele mitmekülgselt tuge ja korraldada ning algatada noorte vajadustest lähtuvaid (kogukonna)üritusi, näiteks tegime ettepaneku alustada betoonist *skatepark*'i ehitamist (vt Mutso 2020), algatasime suitsiidiennetuspäeval vaimse tervise hoidmise ja väärtustamise kampaania.

Väärtustame asjaajamises läbipaistvust. Noorte toetamisel on esikohal nende heaolu ja tervis. Noorukid teavad, et teeme teiste spetsialistidega koostööd ja lähtume lastekaitse eadusest, mistõttu edastame esimesel võimalusel KOV-ile info abi vajavatest ja hädaohus lastest. Vahel ei ole see noortele meeldinud ja osa neist tõlgendavad info edastamist reetmisena. Siiski ei karda me usaldusliku kontakti katkemist, sest oskame professionaalidena noortele selgitada, miks meie valikud on noorte endi jaoks vajalikud ja eluliselt tähtsad. Praktika kinnitab, et mõistev suhtumine noorte muredesse ja neist teavitamine ning noore kaasamine eakohaste ja arusaadavaate selgituste abil, mis põhjendavad, miks ma seda noore heaks teen, hoopis tugevdavad usaldust.

Mobiilsed noorsootöötajad on mõningate noorte jaoks ainukesed usaldusväärsed täiskasvanud, kes on hinnanguvabad, oskavad kuulata ja nendega suhelda.

Vahel aga ei ole koostöö väga sujuv. Mõnikord ei toimi kommunikatsioon või on see liiga aeglane, mistõttu võivad noored kannatada ja tunda end oma mures ükski.

Kurvaks teeb, et kodukohas võivad puududa teenused, mida nii meie kui ka noored ise peavad vajalikuks, või on teenuste saamise järjekorrad pikad, mistõttu noorte probleemid süvenevad.

Mure noorte pärast

Tunneme oma meeskonnas ka muret noorte vaimse tervise ja harjumuste pärast. Noored jätvad vahel kambaviisi koolikohustuse täitmata, ei hooli enda ega lähedaste tervisest, näiteks vigastavad ennast või teisi, satuvad ohtlikesse olukordadesse (kihutavad autoga, tarvitavad narkootikume jne) ja harrastavad kriminaalset eluviisi. Tundub, et uimasteid on noortel lihtne kätte saada ja leidub täiskasvanuid, kes noori ära kasutavad.

Pärnu MoNo tiim aga tahab lahendusi leida ja kahjusid vähendada. Koos võrgustikuliikmetega jõustame noori, et nad astuks vastu grupi survele. Pakume noortele uimastite tarvitamisele alternatiivset vaba aja tegevust, olles seejuures oma hoiakute ja käitumisega neile eeskujudeks. Pühak ei ole meist keegi, ent linnaruumis meiega suhtlevatel noortel (sh täisealistel) palume meie juuresolekul mitte tarvitada alkoholi, tubakat ega selle alternatiive (e-sigaret, nikotiinipadjad jms), et näitlikustada tervislikku eluviisi kui ka meie tiimi üht väärtust. Lisaks püüame leida mooduseid, kuidas tänavanoortele nende jaoks huvitavalt ja kättesaadavalt pakkuda seksuaalharidust.

Jätkusuutlikkus


Tajume, et nõudlus MoNo teenuse järele on suurem, kui saame praeguste võimalustega pakkuda. Seega mõtleme ka oma tiimis kvaliteetse MoNo teenuse jätkusuutlikkuse üle Pärnus.

Võib öelda, et meie võimekus ületab võimalusi ehk meil on mõtteid rohkem kui töökoormusest lähtuvalt suudame ellu viia (meil on

täistöökoormus jaotatud viiele meeskonnaliikmele). Selleks et jaksaks nii jätkata, hindame ümber eesmärgid ja püüame vahendeid otstarbekalt kasutada, nii et oleksime hoitud läbipõlemise ja liigse tööstressi eest.

Praegu koostatakse riiklikku mobiilse noorsootöö kontseptsiooni ja arendatakse kogu Eestit hõlmavat mobiilsete noorsootöötajate võrgustikku. Meil on au osaleda mõlemas koosloomelises protsessis. Mõlema üks eesmärk on kokku koguda Eesti MoNo kogemused ja ühtlustada terminoloogiat. Saame mõttekaaslastega arutada, kuidas leida MoNo rakendamise vahendeid, toetada spetsialiste pädevuse omandamisel ja tutvustada MoNo-teenust laiemale üldsusele. Unistame, et MoNo rakendajatel oleks Eestis oma organisatsioon, mis annaks nõu (sh töönoostamine), koolitaks ja tegeleks ka arendustööga. See kõik aitaks ühtlustada MoNo kvaliteeti Eestis ja toetaks alustavaid spetsialiste.

Mõistev suhtumine noorte muredesse ja neist teavitamine ning noore kaasamine eakohaste ja arusaadavaate selgituste abil tugevdavad usaldust.

Neile, kes tahavad kodukohas MoNo-ga alustada, soovime esmalt uurida teiste piirkondade kogemusi, sõnastada probleem ehk mõelda, miks ja kellele on teenust vaja, mis küsimuse see lahendab ja kuidas seda teha: milliseid meetodeid rakendada, millest lähtuda, mis vahendeid on vaja (aeg, raha, inimesed). Kasulik on uurida kirjallike allikaid. MoNo-ga alustamisest saab täiendavalt lugeda 2021. aastal ilmunud „Mobiilse noorsootöö ja avatud noorsootöö ühisosade kontseptsioonist“ (Reile ja Mäger 2021). 

Viidatud allikad

- Johanson, A.** (2011). *Mobiilne noorsootöö kui erinoorsootöö meetod: Selle rakendamise vajalikkus ja võimalikkus töös riskinoortega Eestis Tallinna näitel* [magistritöö]. Tallinna Ülikool. www.yumpu.com/xx/document/read/15469411/mobiilne-noorsootoo-kuierinoorsootoo-meetod-ruacrew (29.08.2022).
- Mutso, L.** (2020). Ekstreemspordihuvilised soovivad kodulinna betoonist rulaparki. *Pärnu Postimees*, 28. august. <https://parnu.postimees.ee/7048676/ekstreemspordihuvilised-soovivad-kodulinna-betoonist-rulaparki> (29.08.2022).
- Penu, M.** (2022). *Pärnu mobiilse noorsootöö roll noorte heaolu tagamisel* [lõputöö]. Tartu Ülikooli Pärnu kolledž. https://dspace.ut.ee/bitstream/handle/10062/82557/penu_marten.pdf (29.08.2022).
- Reile, A., Mäger, T.** (2021). *Mobiilse noorsootöö ja avatud noorsootöö ühisosade kontseptsioon*. <https://vabaajakeskus.ee/wp-content/uploads/2021/03/MoNo-ja-avatud-osa-kontseptsioon-VALMIS-16.02.21.pdf> (29.08.2022).
- Ristikivi, L., Johanson, A.** (koost.) (2012). *Mobiilne noorsootöö. Abiraamat mobiilse noorsootöö teostajale*. Eesti Avatud Noortekeskuste ühendus. www.ank.ee/avaleht/images/dokumendid/projektid/monoabiraamat.pdf (29.08.2022).
- Specht, W.** (2012). Eessõna. Teoses L. Ristikivi, A. Johanson (koost.), *Mobiilne noorsootöö. Abiraamat mobiilse noorsootöö teostajale* (4–5). Eesti Avatud Noortekeskuste Ühendus.
- Vallsalu, T.** (2013). *Mobiilse noorsootöö erinevused Eestis MoNo rakendajate arvamustes erinevate aastate lõikes* [lõputöö]. Tartu Ülikooli Viljandi Kultuuriakadeemia. http://dspace.ut.ee/bitstream/handle/10062/31938/vallsalu_triin_2013.pdf (29.08.2022).

Dementsusega inimeste omastehooldajate võimestamine tugigruppide abil



Merle Varik, PhD

*kaasprofessor, Tartu Tervishoiu Kõrgkool
MTÜ Elu Dementsusega liige*

KOKKUVÕTE

Lähedased, kes on omastehooldaja rollis, kogevad hooldusprotsessis füüsilisi, vaimseid, sotsiaalseid ja materiaalseid raskusi, mis sageli mõjuvad negatiivselt peresuhtetele, hooldaja healole ning tervisele. Dementsusega lähedase eest hoolitsedes ollakse sageli silmitsi keeruliste olukordadega, sest puudub varasem teave dementsussündroomi kohta või ka teadmised, kuidas tagada lähedasele parim toetus ja hooldus. Üks võimalus pakkuda omastehooldajatele teadmisi haigusest, infot ja oskusi hoolduse paremaks korraldamiseks ning emotsionaalset toetust, on tugigrupid, mis on laialdaselt levinud kogu maailmas.

Eestis alustas süsteemset dementsusega inimeste ja nende lähedaste huvikaitset 2016. aastal asutatud MTÜ Elu Dementsusega. Doktoritöö¹ raames korraldati osalustegevusuuring ning kutsuti ellu MTÜ Elu Dementsusega vabatahtlike juhitud tugigrupid dementsusega inimeste lähedastele. Uuringusse kaasatud dementsusega inimeste lähedased mõtestasid omastehooldaja rolli. Samuti koguti uuringu eri etappides teadmisi vastastikmõjus tugigruppide juhtide, kaasuurijate ja omastehooldajatega. Intervjuud sotsiaaltöötajate ja poliitikakujundajatega peegeldasid spetsialistide ning otsustustasandi inimeste kogemusi ja arusaamu, kuidas tugigrupid aitavad kaasa võimestamisele nii indiviidi, kogukonna kui ka poliitilisel tasandil.

MÄRKSONAD

Dementsusega inimeste lähedased, omastehooldus, tugigrupid, psühhohariduslik toetus, võimestamine

¹ Tallinna Ülikooli ühiskonnateaduste instituudis 22. veebruaril 2022 kaitstud doktoritöö „Empowering Informal Caregivers of People with Dementia Through Support Groups: A Participatory Action Research Study“ („Dementsusega inimeste omastehooldajate võimestamine tugigruppide abil – osalustegevusuuring“), juhendajad Marju Medar ja Kai Saks.

MIS ON DEMENTSUS?

Dementsus on sündroom, mis koondab erinevaid sümptomeid ehk haigustunnuseid. Progresseeruvatest haigustest esineb dementsusega inimestel kõige sagedamini Alzheimeri tõbe, mis moodustab 60–80% juhtudest, järgneb vaskulaarne dementsus (20–30%), Lewy kehakeste dementsus (10–20%), frontotemporaalne dementsus (5–10%) jm. Kõige suurem dementsuse riskitegur on vanus, kuigi dementsus ei kuulu loomuliku vananemise juurde – tegemist on haigusega, mille esinemissagedus suureneb vanemas eas.

Haiguse algetapis ilmneb inimestel sageli mälu halvenemine, reaktsioonikiiruse aeglustumine, meeleolu langus ja ärevus, kuid inimene saab igapäevaelu toimingutega hakkama ning seetõttu ei märka tihti ka lähedased haiguse varajasi tunnuseid. Seejärel haigusilmingud süvenevad, näiteks halvenevad otsustusvõime, arusaamine ja tähelepanu, samuti võivad tekkida probleemid tuttavas keskkonnas orienteerumisega ning väheneda võimekus tulla toime igapäevaelu tegevusega (sh toidu valmistamine, söömine, hügieenitoimingud jne). Võivad esineda uue teabe ja sündmuste unustamine ning suhtlusega seotud probleemid, unehäired, ärevus, depressioon ja meelepetted ning suureneb vajadus abistamise, juhendamise ja pikaajalise hoolduse järele. (Arvanitakis jt 2019; Boltz ja Galvin 2016; Dubois jt 2016).

Dementsus on väljakutse igale riigile ja on muutumas 21. sajandil rahvatervishoiu prioriteediks. Euroopas prognoositakse, et 2050. aastaks on dementsusega inimesi 3,06%, aastal 2018 oli neid 1,74%. Rahvusvaheline organisatsioon Alzheimer Europe on välja toonud, et nii nagu Euroopas, on ka Eestis suundumus dementsusega inimeste arvu suurenemisele ning 2050. aastaks prognoositakse selleks arvuks 35 394 (Alzheimer Europe 2020).

Dementsusega inimese lähedane kui peamine abistaja

Mitmes riigis korraldatud uuringute andmete kohaselt hooldatakse kodus ligikaudu 75% dementsussündroomiga inimestest. Kodus hooldamisel on ka mitmeid positiivseid külgi, kuid arvukates uuringutes on rõhutatud dementsusega lähedase eest hoolitsemise stressirohket olemust ja sellega kaasnevat suurt hoolduskoormust. Kogetakse füüsilisi, vaimseid, sotsiaalseid ja materiaalseid raskusi, mis sageli mõjuvad negatiivselt peresuhtele, hooldaja healolele ja tervisele ning võib

tekkida olukord, et on vaja töökoormust vähendada või töökohast loobuda (Karg jt 2018; Maust jt 2017; McCabe jt 2016). Tekib vajadus nii rahalise toetuse kui ka sobivate sotsiaalteenuste järele, mis aitaksid leevendada hoolduskoormust ja kohaneda omastehooldaja rolliga. Omastehooldajad on rõhutanud, et nende jaoks on tähtis saada teavet, nõuandeid ja soovitusi, kuidas hooldada ning toetada dementsusega lähedast (Tang jt 2018; Wiegelmannel jt 2021).

Üks võimalus pakkuda omastehooldajatele psühhosotsiaalset toetust, teavet, teadmisi haigusest ja oskusi hoolduse paremaks korraldamiseks, on tugigrupid, mis on laialdaselt levinud kogu maailmas. Tugigrupid on erineva formaadiga: sagedamad näited rahvusvahelisest praktikast on isiklikul kogemusel põhinevad või spetsialistide juhitud rühmad. Samuti on erinevusi selles, kas grupp on avatud kõigile osalejatele või on suletud liikmelisusega; piiramatult või kindla toimumiskordade arvuga; struktureeritud ülesehitusega, tuginedes välja töötatud kavale või käsitletakse

teemasid vajaduspõhiselt; grupi kohtumised võivad toimuda silmast silma, virtuaalselt või kombineeritult. Kirjanduse andmetel aitavad dementsusega inimeste omastehooldajate tugigrupid kohaneda hooldaja rolliga, saada emotsionaalset tuge ja mõistmist ning teavet ja oskusi, mis võimestavad osalejaid. (Drebing 2016; Tang jt 2018; Watson ja Meddings 2019).

Võimestamine

Minu uurimistöo teoreetilise raamistiku üks keskseid mõisteid on võimestamine, mis on ka sotsiaaltöö üks eesmärkidest (Dubois ja Miley 2014, Lee 2013). Võimestamine võib olla suunatud nii mikro-, meso- kui ka makrotasandile ja saab öelda, et see on vastastikmõjuline protsess, mis toimub üksikisiku ja keskkonna vahel. Indiviidi tasandil hõlmab see näiteks inimese toimetulekut, pädevust ja enesehinnangut, mis aitavad teha eesmärgipäraseid valikuid ja põhjendatud otsuseid ning saavutada kontrolli olukorra üle.

Mitmes riigis korraldatud uuringute andmete kohaselt hooldatakse kodus ligikaudu 75% dementsussündroomiga inimestest.

Kogukonna võimestamine hõlmab kodanikuaktiivsuse suurendamist, organisatsioonide ja kogukonna arengut soodustamist ning annab neile tugevama hääle, kaalukama autoriteedi ning suurema tegutsemis- ja otsustusvõime. (Albuquerque jt 2017; Cavalieri ja Almeida 2018; Miley jt 2013). Näiteks on mittetulundusühingutel ja patsientide esindusorganisatsioonidel tähtis osa nii üksikisikute kui ka kogukonna seisukohtade esitamisel, teabe jagamisel, vajadustele vastavate sekkumiste kavandamisel.

Poliitilisel tasandil hõlmab võimestamine kodanikele juurdepääsu loomist teenustele ja

teabele, samuti olemasolevate või potentsiaalsete probleemide tuvastamist, kutsudes esile sotsiaalseid muutusi ja mõjutades sotsiaalpoliitikat (Cavalieri ja Almeida 2018).

Uuringu eesmärk ja meetodika

Doktoritöö eesmärk oli arendada välja dementsusega inimeste lähedaste vajadustest lähtuv sobiv tugigrupi formaat, panna tööle tugigrupid Eestis ning seejärel koguda andmeid selle kohta, kuidas need tugigrupid toetavad üksikisikute, kogukondade ja poliitilisel tasandil kogu ühiskonna võimestamist.

Tegemist oli kvalitatiivse uurimusega, mille raames toimus osalustegevusuuring. Osalustegevusuuring on olemuselt koostööpõhine, dialoogiline ja proaktiivne sekkumine (Kidd ja Kral 2005), kus grupidünaamika ning uute teadmiste loomisega kutsutakse esile sotsiaalsed muutused ja iseloomulik on süstemaatiline, dünaamiline ning tsükliline käsitlus (Bradbury jt 2019; Chevalier ja Buckles 2019; McIntyre 2008).

Osalustegevusuuring kestis 32 kuud, 2016. aasta oktoobrist kuni 2019. aasta maini. Ettevalmistusetapil (oktoobris 2016) toimusid arutelud MTÜ Elu Dementsusega liikmete ja omastehooldajatega.

Seejärel korraldati süvaintervjuud dementsusega inimeste lähedastega nende kogemuste, vajaduste ja ootuste väljaselgitamiseks (veebuar–aprill 2016), et narratiivide analüüsi tulemusena mõista omastehooldust kui nähtust Eesti kontekstis ning teha kindlaks arenguvajadused. Järgnes tugigruppide ellukutsumine (esimene tugigrupp alustas aprillis 2016), tugigrupijuhitide ühise arusaama ja koostöö kujundamine ning tegevus tugigruppide jätkusuutlikkuse saavutamiseks. Uuringu kestel olin erinevates rollides: uurija, MTÜ liige ja üks Tartu tugigrupi juhtidest. Aasta pärast osalustegevusuuringut (aprill–mai 2020) intervjueriti sotsiaaltöötajaid ja poliitikakujundajaid, et saada tagasisidet

ja arvamus omastehoolduse, tugigruppide ning nende võimalike mõjude ja seotud ideede kohta. Osalusuuringu kestel koguti eri meetoditega mitmesuguseid andmeid: näiteks süvaintervjuid (n = 16) ja poolstruktureeritud intervjuud omastehooldajate (n = 3), poliitikakujundajate (n = 5) ja ka sotsiaaltöö valdkonna spetsilistidega (n = 4); koguti tugigrupi juhtide kirjalikke refleksioone (n = 77) ja nende tagasisidet tugigruppide eestvedamise kohta (n = 14). Nähtuse paremaks mõistmiseks tehti ka vaatlused tugigruppides ja need tähelepanekud aitasid mõista uuritavat nähtust ning planeerida arendustegevust. Tugigruppides osalevate omastehooldajate taustast ja hoolduskogemusest andis ülevaate omastehooldajate (n = 62) struktureeritud ankeetküsitlus. Uuringu esimeses pooles koguti tugigrupis osalejatelt ka tagasisidet poolstruktureeritud ankeetidega (n = 102), samuti uuringu lõppemisel (n = 32). Uuring viidi ellu MTÜ Elu Dementsusega tegevuse raames, seega olid planeerimis- ja analüüsiprotsessis olulisel kohal uuringu juhtrühm, mis moodustus peamiselt MTÜ liikmetest, ning tugigrupijuhid. Tugigrupijuhid olid omastehooldajate hääle kuuldavaks tegemisel vahendaja rollis ja kajastasid nende soovitusi ning kogemusi kirjalikes refleksioonides. Seetõttu saab uuringu autoritest rääkida meie-vormis.

Tähtis on pakkuda dementsusega inimestele ja pereliikmetele psühhoemotsionaalset tuge ning koolitusi.

Andmete kogumine ja analüüsimine oli minu kui vastutava uurija eestvedada. Uuringu raames kaitses ka magistritöö Tallinna Ülikooli üliõpilane Katrin Merila, kelle intervjuu tulemusi sotsiaalvaldkonna nelja spetsialisti ja kolme omastehooldajaga kasutasin oma uuringus. Andmete analüüsimisel oli valdavalt kasutusel

temaatiline analüüs; struktureeritud küsimustega kogutud andmete kirjeldamisel kasutati kirjeldavat statistikat, peamiselt sagedustabeleid. Pean rõhutama, et süsteemne andmehaldus oli nii suure andmekogumi jaoks äärmiselt tähtis, lisaks tegin uuringu kestel vaatluspäevikusse välimärkmeid ja pidasin reflekstiivset uurijapäevikut, samuti oli analüüsiprotsessis abiks mõistekaartide koostamine.

Peamised tulemused ja järeldused

Omastehooldajate ootused ja vajadused

Doktoritöö tulemustest selgub, et omastehooldajad kogesid vajaliku teabe ja nõustamise puudumist oma lähedasel haiguse diagnoosimise järel, näiteks kuidas haigus edasi kulgeb, missugused muutused on lähedase igapäeva-toimingutes ootamas, kust saada vajaduse korral tuge ja nõuandeid ning kuidas tagada lähedase heaolu.

Suurimat hoolduskoormust kogeti hoolidaja rolli sattumise alguses ja olukord oli stressirohke, eriti kui puudus varasem hoolduskogemus. Seetõttu kogeti üksijätust ning lootusetusetunnet ning rõhutati, et hooldust ja töötamist on keeruline ühitada. Sellele vaatamata eelistati hoolitseda lähedase eest kodus nii kaua kui võimalik. Seejuures vajati kodus hooldamist toetavaid teenuseid, sh infotehnoloogilisi abivahendeid, intervallhoolduse teenust, päevahoidu, samuti nõustamist, emotsionaalset tuge ja asjakohaseid soovitusi. Näiteks töid omastehooldajad välja, et päevakeskus, mis osutas teenust dementsusega inimestele, võimaldas neil jätkata oma tööelu või saada aega enda jaoks. Kuigi päevakeskuste kättesaadavus oli piirkonniti erinev, olid seda teenust saanud intervjueeritavad väga tänulikud kohalikule omavalitsusele, kes oli sellise võimaluse loonud.

Olles omastehooldaja rollis, tunnetati vastutust ja ka teised pereliikmed pöördusid

selgituste saamiseks just nende poole. Näiteks tuli avada haiguse olemust ja seda, miks inimene käitub teistmoodi kui varem. Samal ajal oli omastehoolajatele tähtis, et pereliikmed pakuksid ka neile tuge ja aitaksid hoolduskoormust leevendada. Omastehoolajatele on tähtis naabrite, teenuseosutajate, spetsialistide ja kogukonna liikmete mõistev hoiak dementsusega inimeste vastu. Soovin siinkohal jagada ühe tütre kogemust: „*Tajun, et ei osata suhelda dementsusega inimesega ning siis on lihtsam teda eirata, et justkui oleks ta läbipaistev ... selle asemel, et teda suunata ja abistada, kaasata vestlusesse või lihtsalt kas või naeratada talle.*“

Dementsust mõistvat kogukonda on aga võimalik arendada väikeste, kuid oluliste samumudega, keskendudes inimeste teadlikkuse suurendamisele. Seetõttu vajavad koolitusi ka näiteks politseinikud, müüjad, pangatöötajad, bussijuhid jt, et suureneks nende teadlikkus ning oskused dementsusega inimestega suhtlemiseks ja nende toetamiseks.

Tugigrupi formaat ja põhimõtted

Uuringu raames alustati regulaarselt toimuvate tugigruppidega. Saab öelda, et need on vajalikud ja jätkusuutlikud, sest aastatel 2017–2019 asutati MTÜ Elu Dementsusega eestvedamisel kogu Eestis 17 tugigruppi ning praeguseks on nende arv jõudnud 30-ni. Hõlmatud on Eesti kõik piirkonnad.

Osalusuuringus korraldati 81 tugigrupi kohtumist. Omastehoolajate privaatsust austades, ei kogunud me grupis osalemise kohta isikustatud andmeid. Tugigrupi juhid märkisid oma refleksioonides, mitu omastehoolajat iga kord osales ja mitu neist osales esimest korda. Tugigruppides osalejate koguarv oli 574.

Tugigrupid olid avatud ja kõigil dementsusega inimeste lähedastel oli võimalus osaleda

rühmas selle toimumise päeval. Tugigrupp oli olemuselt psühhoharidusliku ülesehitusega ehk keskenduti nii info ja oskusteabe vahendamisele kui ka emotsionaalsele toetusele. Lähtuti grupi liikmete vajadustest, sh küsimustest ning teistega jagatud lugudes esile tõusnud teemadest. Vajaduse korral kutsuti järgmisele kohtumisele spetsialist, nt kohaliku omavalitsuse sotsiaaltöötaja, jurist, neuroloog või psühholoog. Küllastati ka asutusi, nt dementsusega inimeste päevakeskust ja hooldekodu, kus oli hea võimalus küsimusi esitada ning saada ülevaade osutavast teenusest. Uuringu põhjal sõnastati soovitusel Eesti oludes sobiva omastehoolajate tugigrupi formaadi kohta.

- Tugigrupis võiks osaleda 3–15 inimest, et kogemuste jagamine ja oma emotsioonide reflekteerimine ei toimuks kiirustades ning grupikaaslased saaksid anda soovitusi.²
- Tugigrupi juht on vahendaja rollis, andes võimaluse kuulata iga osaleja lugu ja küsimusi, samuti on tema ülesanne toetada, tunnustada ning julgustada osalejaid.
- On soovitatav, et tugigrupijuht oleks sama grupi eestvedaja pikema aja jooksul, sest siis näeb ta osalejate edusamme ja kogeb ka grupi arengut, mis on tähtis tema enda pädevuse edenemiseks.
- Selleks et grupitöö toimiks ja osaleja saaks oma küsimusele vastuse, peaks tugigrupi juhil olema dementsusega lähedase hooldamise kogemus, tervishoiu, sotsiaaltöötaja või psühholoogi taust.
- Algaja tugigrupijuht võiks esmalt olla kaastugigrupi juht või osaleda tugigrupis, mille eestvedaja on juba kogenenud grupijuht.

Uuringu lõpul alustati COVID-19 tõttu tugigruppide korraldamist veebi kaudu, need

² Varem korraldatud uurimustes on pakutud, et sobivaim on 6–10 liiget ühes rühmas (Chien jt 2011, Tang jt 2000).

toimusid ka üleriigiliselt. Kogemuse põhjal võin öelda, et veebi kaudu või kombineeritult koos käivad tugigrupid võiksid olla üks võimalus nendele lähedastele, kellel on keeruline pärast tööpäeva kohale tulla või leida inimest, kes oleks sel ajal dementsuse lähedasega. Siiski on omaette väärtus olla samas ruumis koos ja vastastik koosmõju, mida toetab mitte-verbaalne suhtlus.

Sõnastati ka MTÜ Elu Dementsusega tugigrupi juhi ja osalejate kümme põhimõtet (Varik jt 2018).

1. Pean kinni konfidentsiaalsusest ja eetikast (grupis räägitu jääb ainult gruppi).
2. Panustan usaldusliku ja avatud õhkkonna loomisse.
3. Kõik saavad rääkida, kõik saavad kuulatud.
4. Nii palju kui on inimesi, nii palju on ka erinevaid kogemusi. Kuulan kritiseerimata.
5. Abistan ja toetan teisi oma kogemuste jagamise kaudu.
6. Kuulan rääkijat teda katkestamata.
7. Mul on võimalus rääkida ja õigus vaikida.
8. Tunded on lubatud, pisarad on lubatud, naer läbi pisarate on oodatud.
9. Keskendun positiivsetele ja energiat andvatele hetkedele, mis annavad elujõudu.
10. Tugigrupi juht toetab grupiliikmeid ja liikmed eestvedajat.

Tugigrupi jätkusuutlikkuse eeldused

Uuringus tulid tugigrupid kokku juhtide vabatahtliku töö tulemusena. Selleks leiti aega põhitöö või omastehoolduse kõrvalt. Tuleb arvestada, et tugigrupi juhi jõuvarud võivad otsa saada ja tekkida vajadus mingiks ajaks taanduda, näiteks lähedase hoolduskoormuse suurenemisel või leina ajal. Seepärast on väga tähtis selle organisatsiooni tugitegevus, kelle egiidi all tegutsetakse, näiteks ühised seminarid, motivatsiooni- või tänuüritused. Tähtsal kohal on tugigrupi juhtide kogemuste

jagamine ja valdkonnapõhised koolitused. Jätkusuutlikkust arvestades on samuti tähtis, et organisatsioonil oleks stabiilne lisarahastus, et tagada võimalikud rendi-, teabematerjalide printimise, trüki- või kohvilauakulud. Vabaühendused on olulised partnerid nii kohalikele omavalitsustele kui ka riigile.

Vaatamata aktiivsele teabe jagamisele, kurtisid tugigruppi tulnud uued inimesed vahel, et neil ei olnud varem infot või oleks sellist võimalust vaja olnud juba mõni aeg tagasi. Selleks et teave tugigruppide kohta jõuaks sihtrühmani, tuleb teha koostööd kohalike omavalitsuste sotsiaaltöötajate, perearstikeskuste ja tervishoiuasutustega ning nende kaudu infot levitada.

Ilmnes, et väiksemates kohtades oli tugigruppides osalemine tagasihoidlikum, mille põhjus võib olla see, et inimesed on harjunud ise oma muredega toime tulema. Maapiirkondade elanikud ei saanud tugigrupis osaleda ühistranspordi sõiduaegade sobimatuse tõttu. Seetõttu tuleks kaaluda omastehooldajatele sotsiaaltranspordi kasutamise võimalust näiteks tugigruppi sõitmiseks.

Tugigrupi võimestav mõju

Tugigruppide töö psühhohariduslik ülesehitus pakub osalejatele emotsionaalset tuge ja mõistmist, aitab kohaneda hooldaja rolliga, loob sotsiaalset võrgustikku ja kuuluvustunnet, parandab omastehooldajate pädevust, sh saadakse teavet ning oskusi, ja annab juurde enesekindlust, mis ongi omastehooldajate võimestamine.

Samuti oli tugigrupi juhtidel tähtis osa sotsiaalsete muutuste esilekutsumisel ja MTÜ Elu Dementsusega ning Dementsuse Kompetentsikeskuse tegevusele ning hindamatu on MTÜ panus tugigruppide olemasolule. Tugigruppides keskenduti peale murede ka hooldusprotsessi positiivsetele külgedele,

mis on tähtsad stressiga toimetulekuks. Lugude jagamisel on ka vabastav mõju. Samuti aitab tugigruppides osalemine kaasa kodanikuaktiivsuse ja -julguse kasvule ning liikumine üksikisikult kollektiivsele tegevusele toob huvirühmade hääle jõulisemalt esile. Näiteks jagasid lähedased oma kogemuslugusid konverentsidel, koolitustel ja meedias ning osalesid avalikel aruteludel. Kogukonna ja poliitilisel tasandil võimestamine hõlmabki üksikisikute ja kogukondade koostoimet, mis mõjutab sotsiaalseid muutusi.

Uuringus intervjueritud poliitikakujundajad rõhutasid usaldusväärse teabe tähtsust, samuti kohalike omavalitsuste osa teenuste arendamisel ja omastehooldajate toetamisel ning kodanikuaktiivsuse olulisust. Eespool nimetatud aspektid aitavad kaasa dementsust mõistva kogukonna arengule ning mõjuvad julgustavalt ja motiveerivalt ka teistele huvirühmadele, andes rohkem teavet teenuseosutajatele jne.


Ettepanekud ja poliitikasoovitused

Selleks et dementsuse teemaatikale keskendutaks süsteemselt ja eesmärgipäraselt, peaks Eestis olema dementsusega toimetuleku strateegia ja selle rakenduskava. Alzheimer Europe rõhutab, et endiselt on erinevused Lääne- ja Ida-Euroopa riikide vahel selles, kuidas kujundatakse ning rakendatakse dementsuse küsimustega seotud poliitikat. Arendusvaldkondadena on nimetatud näiteks strateegilist tegevust dementsuse ennetamiseks ja riskide vähendamiseks, dementsuse diagnoosimise parendamiseks, professionaalsete töötajate koolitamiseks, sekkumisteks, sh teadlikkuse parandamine, dementsusega inimeste ja nende lähedaste kaasatus ühiskonna ellu ning meetmed pikaajalise hoolduskoormuse

leevendamiseks (Barbarino jt 2021; Pickett jt 2018; Livingstone jt 2020).

Eelnevad aspektid loovad fooni dementsust mõistva kogukonna arenguks. See hõlmab ka mõttemaailma muutust, kus haiguse asemel keskendutakse inimesele ja toetatakse tema heaolu, võimaldades tema kaasamist ühiskonda ning kogukonda. Esmase arusaama saamiseks dementsusest ja dementsusega inimeste toetamisest soovitatakse huvilistel liituda Dementsuse Sõprade liikumisega (<https://dementsus.ee/dementsuse-sobrad/>). Valdkonnas töötavatel inimestel peavad olema teadmised ja oskused dementsusega inimestele inimkeskse ning asjakohase toe ja hoolduse võimaldamiseks.

Dementsust mõistvat kogukonda on võimalik arendada väikeste, kuid oluliste sammudega, keskendudes inimeste teadlikkuse suurendamisele.

Seetõttu peab neid küsimusi käsitlema kõrg- ja kutsehariduse õppekavades lisaks teemakohastele täienduskoolitustele juba töötavatele spetsialistidele. Samuti on tähtis jälgida haiguse dünaamikat. Selleks võiksid olla kõigis suuremates tervisekeskuses või haiglates mälukliinikud või -kabinetid, kus töötab erialadevaheline meeskond ja kus oleks ka hoolduskoordinaator, kes tegeleb juhtumikorralduse põhimõttel koostöös kohalike omavalitsuste sotsiaaltöötajatega. Tähtis on pakkuda dementsusega inimestele ja pereliikmetele pikaajalise hoolduse osutamiseks toetavaid tugiteenuseid (näiteks erinevad koduteenused, palliatiivne ravi, infotehnoloogilised abivahendid, päevakeskused jne) ning psühhoemotsionaalset tuge ja koolitusi. 

Viidatud allikad

- Albuquerque, C. P., Santos, C. C., Almeida, H.** (2017). Assessing 'empowerment' as social development: Goal and process. *European Journal of Social Work*, 20(1), 88–100.
- Alzheimer Europe.** (2020). *Dementia in Europe yearbook 2019. Estimating the prevalence of dementia in Europe*. Alzheimer Europe.
- Arvanitakis, Z., Shah, R. C., Bennett, D. A.** (2019). Diagnosis and Management of Dementia: Review. *JAMA*, 322(16), 1589–1599.
- Barbarino, P., Lynch, C., Watchman, K., Dabas, L. ... Alzheimer's Disease International.** (2021). *From Plan to Impact IV. Progress towards targets of the WHO Global action plan on dementia*. London: Alzheimer's Disease International.
- Boltz, M., Galvin, J. E.** (toim). (2016). *Dementia Care. An Evidence-Based Approach*. Switzerland: Springer.
- Bradbury, H., Waddell, S., O'Brien, K., Apgar, M. ... Fazey, I.** (2019). A call to Action Research for Transformations: The times demand it. *Action Research*, 17(1), 3–10.
- Cavaliere, I. C., Almeida, H. N.** (2018). Power, empowerment and social participation – The building of a conceptual model. *European Journal of Social Science Education and Research*, 5, 174–185.
- Chevalier, J. M., Buckles, D. J.** (2019). *Participatory action research. Theory and methods for engaged inquiry*. Routledge.
- Drebing, C.** (2016). *Leading Peer Support and Self-Help Groups: A Pocket Resource for Peer Specialists and Support Groups*. Alderson Press, LLC.
- Dubois, B., Miley, K. K.** (2014). *Social work: An empowering profession (8th ed.)*. Pearson.
- Dubois, B., Padovani, A., Scheltens, P., Rossi, A., Dell'Agnello, G.** (2016). Timely Diagnosis for Alzheimer's Disease: A Literature Review on Benefits and Challenges. *Journal of Alzheimer's Disease*, 49(3), 617–631.
- Karg, N., Graessel, E., Randzio, O., Pendergrass, A.** (2018). Dementia as a predictor of carerelated quality of life in informal caregivers: a cross-sectional study to investigate differences in health-related outcomes between dementia and non-dementia caregivers. *BMC Geriatrics*, 18(1), 189.
- Kidd, S. A., Kral, M. J.** (2005). Practicing Participatory Action Research. *Journal of Counseling Psychology*, 52(2), 187–195.
- Lee, J. A.** (2013). *The empowerment approach to social work practice*. NY: Columbia University Press.
- Livingstone, G., Huntley, J., Sommerlad, A., Ames, D. ... Mukadam, N.** (2020). Dementia prevention, intervention, and care: 2020 report of the Lancet Commission. *The Lancet*, 396(10248), 413–446.
- Maust, D. T., Kales, H. C., McCammon, R. J., Blow, F. C. ... Langa, K. M.** (2017). Distress associated with dementia-related psychosis and agitation in relation to healthcare utilization and costs. *American Journal of Geriatric Psychiatry*, 25, 1074–82.
- McCabe, M., You, E., Tatangelo G.** (2016). Hearing their voice: a systematic review of dementia family caregivers' needs. *Gerontologist*, 56, e70–e88.
- McIntyre, A.** (2008). *Qualitative research methods: Participatory action research*. Sagekemmis.
- Miley, K., O'Melia, M., Dubois, B.** (2013). *Generalist social work practice: An empowering approach (7th ed.)*. Boston, MA: Pearson/Allyn & Bacon.
- Pickett, J., Bird, C., Ballard, C., Banerjee, S. ... Walton, C.** (2018). A roadmap to advance dementia research in prevention, diagnosis, intervention, and care by 2025. *International Journal of Geriatric Psychiatry*, 33(7), 900–906.
- Tang, S-H., Chio, O-I., Chang, L-H., Mao, H-F. ... Hwang, J-P.** (2018). Caregiver active participation in psychoeducational intervention improved caregiving skills and competency. *Geriatrics & Gerontology International*, 18(5), 750–757.
- Watson, E., Meddings, S.** (2019). *Peer support in mental health*. Springer.
- Wiegelmann, H., Speller, S., Verhaert, L. M., Schirra-Weirich, L., Wolf-Ostermann, K.** (2021). Psychosocial interventions to support the mental health of informal caregivers of persons living with dementia – a systematic literature review. *BMC Geriatrics*, 21(94), 1–17.

Mis viis otsuseni ametist lahkuda? Lastekaitsetöötajate kogemuslood



Kristiina Meinberg-Kadai, MA

KOKKUVÖTE

Lastekaitsetöötaja tegevusele ja töötingimustele on vaja pöörata palju suuremat tähelepanu, kui seda praegu teadvustatakse. Erialane ettevalmistus ja igapäevatööd toetavad koolitused on selles ametis kindlasti olulised. Unustada aga ei saa, et lastekaitsetöötaja vajab oma tegevuses ja õpitud oskuste rakendamiseks igakülgset tuge juhilt ja meeskonnalt.

Kogemuslugudel põhineva uurimuse¹ tegemisel jagasid kogemusi ja mõtteid avatud intervjuudes kuus praeguseks töölt lahkunud lastekaitsetöötajat. Andmete tõlgendamiseks kasutati narratiivianalüüsi meetodit.

Intervjuude analüüsi põhjal sai selgeks, et iga kogemus oli unikaalne, kuid oli ka sarnaseid asjaolusid, mis tõukasid ametikohta vahetama. Oluliste teemadena tõusid esile juhi ebapiisav toetus, ülemäärane vastutus ning tervist ja eraelu puutumatus kahjustanud töötingimused.

MÄRKSONAD

Lastekaitsetöötaja, tööalane tugi, tööheaolu, sotsiaaltöö juhtimine, narratiivuurimus

Lastekaitsetöötaja heaolust ja sisemisest rahulolust oleneb tema motivatsioon õppida vigadest, olla avatud meelela ning kehtestada piire töö ja eraelu vahel, mis võivad emotsionaalsete juhtumitega tegelemisel hajuda. See omakorda viib selleni, et eraelus tegeletakse tööga ja tekib tunne, nagu koosneks kogu elu juhtumitest, mida tuleb lahendada. Pidev surve võib tuua äratundmise, et ratas veereb

minuga arvestamata, sest nii on kogu aeg olnud. Nii tekivad mõtted, kuidas sellest olukorrast pääseda. Mida saaks ennetavalt teha, et asi nii kaugele ei jõuaks?

Erialainimeste seas on levinud uskumus, et kui sa ei tunne ennast tööd tehes hästi, siis tuleb see töö keerulisest olemusest. Uuringud aga kinnitavad (Anderso 2000; Boyas jt 2011; Cabiati jt 2020; Chung ja Choo 2019; Ficher

¹ Tartu Ülikooli ühiskonnateaduste instituudis 2022. aastal kaitstud magistritöö, juhendaja Marju Selg.

2009; Frost jt 2018; Gibbs 2009; Goddard ja Hunt 2011; Healy jt 2009; McFadden 2018; McFadden jt 2015; McFadden jt 2017) töökeskkonna ja professionaalse juhtimise suurt mõju sellele, kuidas tööülesannetega hakkama saadakse.

Kohalikul omavalitsusel ja sotsiaalvaldkonna juhil on uute töötajate värbamise kõrval kohustus vähendada kaadrivoolavust ehk hoida töötajaid. Selleks tuleb luua igakülgeid arengu- ja karjäärivõimalusi. Seda ei ole vaja ainult töötajale, vaid see mõjutab otseselt sotsiaaltöö kvaliteeti (IFSW 2012, 7–12).

Kogemuslugudel põhineva uurimuse käigus jagasid kogemusi ja mõtteid nüüdseks töölt lahkunud lastekaitsetöötajad. Uurimuse eesmärk oli nende lugusid uurides teha kindlaks, mis viis ametist lahkumiseni.

Uurimuse korraldus

Püstitati neli uurimisküsimust: 1) millised olid ametist lahkunud lastekaitsetöötajate arvates töökorraldus ja suhted nende endises töökollektiivis; 2) millist tööga seotud toetust nad said; 3) mis sai kaalukeeleks lahkumise otsuse langetamisel; 4) mida tõi kaasa ametist lahkumine?

Kogemusi uuriti avatud intervjuu meetodil. Gibbs (2009) ütleb, et vestlus avatud intervjuu vormis pakub juurdepääsu lugudele, mille jutustamise käigus konstrueerivad osalejad lastekaitse töötamise maailma ja kogemusi, samuti annab see võimaluse sündmusi tagantjärele uurida.

Intervjuueritavate leidmiseks kasutasin kursusekaaslaste, juhendaja ja isiklikke kontakte. Alguses soovisin kaasata rohkem inimesi, kuid mõned keeldusid, pidades kogemust liiga valusaks, et seda uuesti meenutada. Seega osales uurimuses kuus endist lastekaitsetöötajat, kes olid töötanud Eesti eri piirkondades. Nende karjääri pikkus oli kuus kuud kuni 15 aastat. Kõigil oli enne lastekaitsetöötaja

ametikohale asumist varasem kokkupuude sotsiaaltöoga, kuid vaid ühel varasem lastekaitsetöö kogemus.

Intervjuud toimusid 2020. aasta septembrist märtsini 2021. Kolme intervjueeritavaga kohtusin vahetult, kolmega viirusest tingitud piirangute tõttu Skype'i vahendusel.

Uurimuses osalejate sõnul ei valmistanud õpingud neid piisavalt ette lastekaitsetöök.

Andmete tõlgendamiseks kasutasin narratiivi-analüüsi meetodit (Strömpl jt 2012, 48–50). Lugude esitamine aitas ametist lahkunud töötajatel mõtestada oma kogemust ja kuidas see mõjutas nende edasist karjäärivalikut, aga ka seda, mis aitas neid taastumisel.

Töölt lahkunud lastekaitsetöötajate lugude kuulamine ja analüüsimine oli minu jaoks põnev, kuid ka emotsionaalselt väsitav. Mõjutas ka isiklik varasem töötamine lastekaitsetöötajana. Objektiivsuse säilitamiseks tuletasin endale pidevalt meelde küsimusi, millele lugudest vastuseid otsin; tegelesin palju mõtestamise, kirjutamise ja lugemisega ning vahetasin mõtteid juhendajaga.

Lugude analüüsi põhjal sai selgeks, et iga kogemus oli unikaalne, kuid oli ka sarnaseid asjaolusid, mis tõukasid lastekaitsetöötajat ametist lahkuma.

Uurimistulemused on esitatud teemade kaupa, millest intervjueeritavad rääkisid. Teemad on esitatud ajalisel järjestuses: kandideerimine ametikohale, kogemused ametis olemise ajal, otsus lahkuda ning lahkumise ja taastumise kogemused.

Kandideerimine lastekaitsetöötajaks ja ootused oma tööle

Uurimuses osalejate sõnul ei valmistanud õpingud neid piisavalt ette lastekaitsetöök:

teoreetilised teadmised ja tegelik olukord ei läinud alati kokku. Ühelt poolt aitasid õpingud mõista laste õigusi ja tunda ära olukordi, kus tuleb reageerida, teiselt poolt ei andnud piisavat enesekindlust, et erialaseid seisukohti selgitada ja nende kohaselt tegutseda.

Üks intervjuueritav meenutas, et siis, kui tema kandideeris, oli sellele kohale palju tahtjaid, mis oli märk ametikoha olulisusest. Teist julgustas sotsiaaltööjuht, öeldes, et oli temas märgatud ametile sobivaid oskusi ja isikuomadusi.

Inimestele kinnitati, et alustavatele töötajatele tagatakse igakülgne abi ja toetus, väljaõpe ja nüüdisaegsed töötingimused. Üks intervjuueritav meenutas, kuidas ta pelgas lastekaitsetöoga kaasnenud vastutust, kuid juhendamiste ja toetuse lubadus vähendas hirmu oma ebapiisavate oskuste pärast. Ta uskus, et pakutud võimaluste toel suudab õppida ja areneda.

Värbamise käigus lubati ka kindlat koormust ja tegevuspiirkonda, mis jättis mulje, et töökorraldus on paigas. Oluline oli ka võimalus panustada millessegi olulisse – lastekaitseüksuse loomisesse.

Loomulikult olid ametisse asuvaltel lastekaitsetöötajatel ka isiklikud motiivid, näiteks soov teha erialast tööd ja saada erialakogemus.

Kõik intervjuueritavad teadsid, et lastekaitsetöötajana ametisse asumisel tuleb kahe aasta möödudes taotleda sotsiaaltöötaja kutset spetsialiseerumisega lastekaitsele. Oldi valmis osalema koolitustel ja oskusi täiendama. Sellest võib järeldada, et kõik olid siis valmis karjäärile pühenduma kauemaks kui kaheks aastaks.

Tegelik olukord: töömuredega üksi

Kuigi tööle asuti suurte ootustega, leidis suur osa uurimuses osalejaid, et ei saanud sotsiaaltööjuhtidelt sellist abi, nagu oleksid lootnud. Alustavad töötajad pidid ise tegevuse käigus kujundama ametinõuetele toetudes ametirolli.

Neil tuli õppida rääkima, mida ja miks nad teevad. Kõik vajalik tuli ise õppida, suhelda kolleegidega teistest kohalikest omavalitsustest, küsida juhtumite lahendamiseks nõu ja tuge väljastpoolt asutust. Kasutati ära oma teadmised ja kontaktid.

Osalejad rääkisid oma kogemustele tagasi vaadates, et tundsid ennast üksi ega saanud juhilt praktilist abi juhtumite lahendamisel. L1: *No, et asjaga tegeleme. /.. / Helista sinna ja küsi, et järsku siis. /.. / Jah, seda ma tundsin küll, et tahaks nendest teemadest, nagu nendest juhtumistest rohkem arutada. Kuhugipoole pöörduda. L2: /.. / et nii hakkas siis töö ja sain ma aru, et siin olles on lastekaitse täiesti üksinda, iseendaga. Osakond on olemas, aga see on sinust eemal. See on olemas füüsiliselt, aga ma sealt abi, ei mingit küsimusi või mingit praktilist asja, noh, ei saagi.*

Värbamise käigus lubati kindlat koormust ja tegevuspiirkonda, mis jättis mulje, et töökorraldus on paigas.

Üldiselt ei paku omavalitsused lastekaitsetöötajatele väljaõpet töökohal, mis toetaks sisseelamist. Ühe lastekaitsetöötaja sõnul muutis ametirolliga kohanemist raskemaks tema juht, kes oli öelnud korduvalt, et pole valmis juhirolli täitma. L6: *Raske oli sellega, et juht tunnistas kogu aeg, et ei ole juhitüüpi väga, kuna samamoodi võttis selle pakkumise vastu. /.. / toetuda ka seal nii-öelda jubile või et oleks hea juhtimine, tugi, seda nagu selles asutuses ei ole väga, et see on nagu see nõrk koht. Juhi lohutavad sõnad, et oled tubli, ilma tegeliku toeta, avaldasid hoopis vastu pidist mõju.*

Puudust tunti ka aruteludest, mis toetaksid otsuste tegemisel. L1: *Ma sain aru, et teistel kõigil olid ka omad tööd /.. /, aga seda*

omavahelist arutelu või juhtumite lahkamist oleks tahtnud nagu rohkem.

Peredega töötamisel tajuti vastutust, mida oleks tahtnud teistega jagada. L3: *Tegelikult ma ootasin seda, et vastutuse jagamine oleks. Et keegi rohkem oleks ütelnud et, jah, sul on õigus. Ja kui mina olen ainus, kes sellesse otsusesse oma mõtte pannud, siis tollel hetkel minu mõte esindabki seda omavalitsust. Mis on praegu mõeldes päris kummuline.*

Kahjuks oli ühel lastekaitsetöötajal kogemus sotsiaaltöojuhi kiuslikust, ebaeetilistest ja seadusega vastuolus käitumisest, ta pidi lausa nuputama, kuidas järjekordne tööpäev üle elada. L5: *Minu töö oli puhtalt terrori all, ma pidin kogu aeg tõestama, miks ma midagi teen ja kogu aeg ähvardas, manipuleeris.*

Kuigi tööle asuti suurte ootustega, leidis suur osa uurimuses osalejaid, et ei saanud sotsiaaltöojuhtidelt sellist abi, nagu oleksid lootnud.

Uurimuses osalenutel oli ka positiivseid kogemusi, kui juht tundis huvi, innustas õppima, aitas kaasa probleemide lahendamisele ja suhtles avatult, julgustas kasutama enesehoiuvõimalusi ning tõmbama piire töö ja eraelu vahele. Toetava juhi käe all oli energiat jätkata päevatöö kõrval õpinguid ja omandada kutse. Üks vastaja kirjeldas, et juhi loodud harmooniline keskkond ja kõigi meeskonnaliikmete usaldus aitas tööd teha nii efektiivselt, et pärast tööaega ei pidanud ta tegelema tööasjadega. Töö ja eraelu piir oli selgelt paigas. L5: *Selle uue juhiga selles mõttes, oli hästi mõistlik oli ta. Ta oli tõesti nagu hästi toetav, ükskõik, midagi on, siis kohe arutasime läbi, hoopis teine suhtumine. Mine õpi seda, mine käi sellel koolitusel, et kuule, ma leidsin praegu nii hea asja, mine käi seal ära. Et tema pigem nagu saatis oma*

töötajaid välja sellest keskkonnast, et käige, õppige ja minge tuulutage ennast, minge vaa-dake, mis mujal toimub.

Suhteid töökaaslastega kirjeldati üldiselt positiivsetena, kuid nenditi, et igauks tegi oma asja ja meeskonnas meie-tunnet ei tekkinud, või arenesid üksikute meeskonnaliikmete vahel toetavad suhted, mis aga ei hoidnud ära negatiivseid mõtteid. Kogeti, et isegi kui kolleegiga sai oma muredest rääkida, tekkis äratundmine, et too on sarnases olukorras ega saa aidata. L2: *Teatud kolleegidega me leidsime üksteist ja toetasime üksteist, aga sellest jäi väheks, sest me põhimõtteliselt nagu veeretamise kuuma kartulit. Temal on omad probleemid ja minul omad probleemid /.../ aga see ei vii ju kuskile.*

Vajakajäämisi oli ka võrgustikutöö meetodil juhtumite lahendamiseks vajalikus asutusevälises koostöös. L6: *Sest võib-olla on väga tugevaid omavalitsusi, aga ma tundsin oma töös tegelikult ka seda et, see tugivõrgustik ümber on hästi nõrk. /.../ Ma kogu aeg tundsin nagu seda, et kohaliku omavalitsuse lastekaitse on peksupoiss. Et, kui nemad paar korda sõrmega viibutavad või enam ei viitsinud pingutada, siis see, kes peab vastutama, nagunii kõik ära tegema, on lastekaitse. Et see on see koht, kuhu saab kõike lükata.*

Räägiti ka sellest, kuidas koostööpartnerid aitasid ja osakondade koostöö viis lahendus-tele. L2: *Väga kiired, sellised abivalmid ja isegi võib-olla nendega sain ma mingeid teemasid rohkem jagada kui asutuse sees.*

Töökorraldus ja -keskkond

Töökorraldusest rääkides meenusid lastekaitsetöötajad, et tööprotsess oli ebaselge ja tuli ette olukordi, mida tajuti üllatava järelekontrollina. Asja muutis raskemaks see, kui töötaja tundis, et peab täitma liiga palju rolle. L2: *Aga lõppkokkuvõttes, kui sinu murede mull või see lumepall kasvab siis... Kui tuleb*

päevakorda pastaka ostmine, vot siis ajab närvi küll. Kes ma siis olen siin, kas ma olen lastekaitse, ma ei tea, haldustöötaja? /.../ vastutaja? Või olen jurist ja psühholoog, vahepeal? Noh nagu liiga palju ülesandeid.

Meeskonna ja lastekaitsetööd ei kujundatud ühtselt, töökohal ei selgitatud põhimõtteid, mis tekitas tunde, et vastutus kõige eest on neil, lastekaitsetöötajatel, mitte kohalikul omavalitsusel üldisemalt. Kvaliteetset klientitööd takistas kolleegide lõputu asendamine ja kogemus, et tööajapiiri ei ole. Muist tööülesandeid tuli täita oma vaba aja arvelt, suur osa kirjatööst tehti kodus.

Raskete, avalikku huvi äratanud juhtumitega kokku puutudes tajuti, et lastekaitsetöötaja on jäetud meediaga suhtlemisel kaitseta, mis oli eriti keeruline, kui töötati kodukohas, kus elavad ka sõbrad ja tuttavad. L2: *Ja kuna meil ei olnud täidetud kõik lastekaitse kohad, siis tekkisid need lüngad, kus sa asendasid. /.../ lõpmatu asendus oli. /.../. Ja, kui ma nüüd tulen tagasi, siis see lumepall on kolm korda suurem ja see jääb ainult minu teha ja minu otsustada ja minu vastutada. Millal ma leian selle aja? /.../ Ja see tähendab magamata ööd, pikad öhtud, perega mingit vaba aega ei ole. Sul mõtted on koguaeg ainult selles arvutis ja seal ja kõik, mitte midagi muud! L3: Ja kui keegi sulle ikkagi kogu aeg helistab ja ütleb et „Mure. Mure. Mure“. Siis ega sa ei saa teise asjaga väga korralikult tegeleda. Teised asjad jäid longu. Ja eesotsas jäin ma ise longu. Et mul ei olnud iseenda jaoks nagu absoluutselt aega.*

Lastekaitsetöötajad kurtsid, et klientitööks kohandatud kabinetid olid ebameeldivad ruumid, kus oli liiga külm või liiga palav ja klientitööd segas läbikäidav kabinet. Võrdlus kohaliku omavalitsuse teiste osakondade paremate võimalustega

tekitas tunde, et sotsiaalvaldkond ei ole kohaliku omavalitsuse jaoks esmane, mis omakorda tekitas alaväärsustunde. Osakondadel puudusid ka koostöökohad, mis vähendas soovi osaleda vallavalitsuse ühisüritustel ega julgustanud suhtlemist teiste valdkondade spetsialistidega. L2: *See asutus on täiesti remontimata või osa kaupa remonditud ja sa kujutad ette, ma lihtsalt kirjeldan: üks tiib, kus istub juhtkond ja peaspetsialistid, on täiesti renoveeritud ja kõik on tehtud niimoodi, et täitsa korralik, ilus, hele valge, moodne /.../ ja siis on see ülejäänud koridor, kus on meie toad, lastekaitse /.../, kus laed kukuvad, on kole vaadata, minu toas kuskilt sajab lihtsalt paneelide vahelt liiva.*

Klientitööks kohandatud kabinetid olid ebameeldivad ruumid, kus oli liiga külm või liiga palav või segas klientitööd läbikäidav kabinet.

Töötajad tundsid, et nende ettepanekuid olukorra parandamiseks ei võetud tõsiselt. Nad olid rääkinud juhtidele klientitöö privaatsemaks muutmise ja delikaatsete isikuandmete hoidmise vajadusest, tööruumidest ja vahenditest, kuid lahenduseni ei jõutud. Kuigi nad olid kinnitanud, et ei saa teha tööd, kui võimalusi ei ole, vastati ettepanekutele tihti, et nende elluviimiseks ei ole raha. L6: *See näitabki seda, et, kuidas nagu väärtustatakse, üks ole. Jälle, et raha ei ole, samal ajal arhitektid teisel korrusel vahetasid põrandakatteid, üks ole, kolisid ühest kabinetist teise. /.../ Luba siis mulle need paganama töövahendidki /.../ see käis närvidele küll. L2: Ma olen seda juhtkonnale ka öelnud. Küll väga läbi lilled*

maininud, kui on olnud arenguvestlused või muud vestlused /.../ et nagu juba ka füüsiliselt saad aru, paneb paika, kes on kes.

Koolitused ja tööõustamine

Mitu korda toodi välja, et koolitustel käimine pakkus tänuväärse võimaluse kohtuda teiste lastekaitsetöötajatega ja kogemusi jagada. L1: *Noh ma käisin nendel koolitustel, mis TAI korraldas /.../ ja seal oli vahva (naerab). Olla seal samasuguste hullude keskel (naerab) ja üle Eesti. /.../ Ja tõdeda seda, et mingil määral sa ei ole üksi. Aga noh, paljud olid ka sellises seisundis nagu mina, et nagu sarnases olekus. /.../ Ja no üldse keskkonnast välja võib-olla natukene värskendada ennast. L6: *Esimesel poolaastal ma käisin väga palju koolitustel. Olid sellised moodulkoolitused, ka seal said lastekaitsetöötajatega tuttavaks. Jumalast tore, kui sul üle Eesti on ka neid võrgustikke ja kõik, et sa ei ole üksi, saab pöörduda.**

Ka supervisioon võimaldas oma muredest rääkida või tõdeda, et kõigil on halb. Huvitaval kombel ei avaldanud koolitused ega supervisioon mõju vastajate soovile jõuda kutse omandamiseni. Ükski neist ei kirjeldanud koolitusi ja tööõustamist kui enesearengut, pigem nähti neis toetuse saamise ja kuuluvustunde kogemise võimalust. Märgiti ka, et supervisioon on kohustuslik abimeede, mis on jällegi riigi poolt, sellal, kui kohalik omavalitsus ise tööga seotud toetust ei paku. L2: *Meil SKA poolt oli vist üks kord kvartalis see grupisupervisioon, noh sellest jäi väheks. Et sellest oli hea, et see üldse oli, aga see on jällegi riigi poolt. Kohalik omavalitsus ise ei panustanud sinna, /.../ kui tööandja. L6: *Supervisioon, ühe korra jõudsin käia, aga see jäi koroona tõttu pooleli. /.../ Ja ütleme nii, et see töö on nii intensiivne, et leida see aeg ja minna, et siis jälle, pagan, sa maksad sellist lõivu pärast.**

Kovisiooni eelduseks peeti usaldust osalejate vahel. Samuti märgiti, et see on

juhtumipõhine ega lahenda probleeme töökeskkonnas. Siiski oli ühel lastekaitsetöötajal kogemus, kuidas ta selle käigus mõistis oma käitumist, mis aitas kaasa juhtumi lahendamisele. L1: *Ma isegi ühte juhtumit tõstatasin ja sain ka vastuse seal. Noh seal saingi nagu, ta peegeldas mulle endale tagasi, kus ma olen valesti [teinud] või selles suhtes nagu, et sain oma käitumisest selle peegelduse tagasi. /.../ Ja kusjuures seda ma ka hiljem kasutasin selle pere puhul ja see andis sellise tulemuse, nagu ma soovisin.*

Poliitika mõju sotsiaaltööle

Vastajad olid tundnud, et kohaliku omavalitsuse poliitika mõjutab sotsiaaltööd, aga ka, et valdkonna eest vastutavatel poliitikutel pole pahatihti asjaomast pädevust. Ka sotsiaaltöö juhi ametikoht on sageli poliitiline, mis tähendab, et valdkonna juhil võib olla raske seista sotsiaaltöö väärtuste ja eetiliste tõekspidamiste ning töö kvaliteedi eest, kui sellega kaasneb hirm töökohast ilma jääda. L3: *Sellepärast, et omavalitsus oli nii väike ja tõesti ma tundsin seda, et poliitika mõjutab sotsiaaltööd. /.../ Täpselt oligi see et, kui oli vaja jälle /.../ tegeleda tõsiste asjadega, et siis olid kõik nagu kuidas ma ütlen, et see on ametnike töö ja kõike sibukest. L4: *Aga kogu see traagika selle juures oli siis, et mis lõppes mingi aja pärast meie juhi töölt lahkumise. Et ta ka ei pidanud lihtsalt sellele vastu. See on niigi nagu närvesööv see sotsiaalvaldkond. Eks oli ülevalt poolt ka võib-olla, et ei olnud ta nii populaarne seal poliitiliste tegelaste silmis, võib-olla ei olnud kuskile erakonda kuuluv. L5: *Tänase seisuga on see kõik poliitiline sellepärast, mitte keegi ei julgegi midagi öelda, midagi teha, sest nad kardavad töökohast ilma jääda.***

Otsus lahkuda ametist

Otsus ametist lahkuda ei sündinud kiiresti ja kohe. Esimesed märgid ja mõtted töökoha vahetamisest olid seotud terviseprobleemide

tekkimisega. Kogeti töövõime vähenemist, peavalu ja süvenesid muserdavad mõtted. L1: *Siis mul hakkasid tervisehädad ka. Mul hakkasid tohutud peavalud, mis kestsid mul kaks-kolm päeva ja siis ma mõtlesin ja mõtlesin ja arutlesin siis ... ma arvasin, et ma pigem loobun. /.../ ma ärkasin juba hommikul peavaluga. L2: Noh eelnev oli see meeletu tööstress ja kustutamine, kustutamine ja kustutamine. /.../ Sellele eelnes üks juhtum. /.../Ma olin emotsionaalselt nii laastatud. Ma tulin, ma ei tahtnud midagi, mul pea valutas, mul oli väga paha olla. Ja ma mõtlesin, et issand jumal.*

Ükski osaleja ei kirjeldanud koolitusi ja töönõustamist kui enesearengut, pigem nähti neis toetuse saamise ja kuuluvustunde kogemise võimalust.

Saadi aru, et terviseprobleemide põhjused võivad olla tööga seotud pingetes. Taastamiseks otsiti ise abi või aitas perearst. Mitte kordagi ei olnud märkajaks, abistajaks või abi saamisele suunajaks kohaliku omavalitsuse sotsiaaltööjuht või töökeskkonna eest vastutav spetsialist. Lõplik otsus ametist lahkuda sündis mitte ainult tervislikel põhjustel: inimestel oli tunne, et piirid töö ja eraelu vahel on kadunud ja nad enam ei jaksa. L3: *Kogu aeg elad selle töö sees. /.../ Ma lihtsalt enam ei jõua, ma ei taha. /.../ Ja tegelikult ma ise arvan, et üks põhjus, miks ma üldse tahtsin sealt omavalitsusest ära tulla, oli see, et see oli liiga minu kodu. /.../ ma tundsin, et ma olen ikka täitsa õiges kohas, kuni selle hetkeni, kui asjad läksid nagu isiklikuks, kui sind hakati nagu isiklikult ründama.*

Ühel vastajal oli viimane tõuge juhi käitumine, teised ei suutnud enam taluda, et nendega ei arvestata. L4: *Peale sellist käitumist ausalt öeldes, kui tehakse see nii öelda sooduspakett, et järsku tahad ära minna, taban küll,*

taban küll. L5: Siis mul löi tuluke pähe, et ma ei taha enam jätkata seda, et ma pean kogu aeg hakkama tõestama, et kas ma teen ja miks ma teen. Et ma ei taha seda tagakiusamist. L6: Ma lõpuks ei tahtnud lihtsalt selles asustuses olla. Sest sa ei tundnud, et sind väärtustatakse. Sinu probleemid, neid ei võeta tõsiselt.

Töölt lahkumine ja taastumine

Ametist lahkumise otsust kolleegid alati ei mõistnud, kuigi ühte vastajat oli tema juht julguse eest isegi kiitnud. Teisel süvendas aga kolleegide reaktsioon tunnet, et temast ei hoolitud. L2: *Siin ei olnud mitte midagi, ise põlesid nagu pirn ja ise tead, kuidas hakkama saad ja käi, kus tahad. Et sa oled nagu läbitöötatud materjal, süsteemist välja, ise tegele endaga. Et neid toetavaid sõnu ja kaastundlikke pilke ma sain, aga osaliselt mulle tundus, et osa ei suhtunud (ei öeldud) sellesse tõsiselt.*

Töölt lahkumise järel tuli eeskätt tegeleda oma füüsilise ja vaimse tervise taastamisega, milleks oldi sunnitud kasutama psühholoogi, psühhiaatri või perearsti abi. Lisaks ütlesid osalejad, et oli vaja puhkust, mis kestis kahest kuust kuni poole aastani, mille käigus mõtestati saadud kogemusi ja arutleti selle üle oma pere ning sõprade abiga. L1: *Siis töötukassa saatis mind, noh võtsin ennast arvele ja siis ka ütlesin, et tundub, et ma olen läbi põlenud ja saatsid mind psühholoogi juurde. L2: Ma täitsa läksin endast välja ja perearst vaatas mind, oli ehmunud ja ta ütleski, et nii, ole nüüd kodus. /.../ et jah paar kuud täiesti puhkasin, lülitasin ennast välja ja olingi maal.*

Üks töötaja tunnistas, et pidi veel kaua kannatama meediärünnakute tõttu tekkinud ärevuse pärast, mis vallandus iga kord, kui ta juhtumiga seotud klienti juhuslikult kohtas.

Palju tuli tegeleda eneseanalüüsiga, oma kogemuste ja uskumuste ümbermõtestamisega. L4: *See tõi mulle isiklikus elus kaasa kõike positiivset. Vaata, ma ütlesin enne ka, et ma ise hindan, et ma tegelikult selle aja jooksul heleda leegiga põlesin läbi. Et see oligi täpselt see, et mingid hetked lihtsalt ... et ma ennast võib-olla kõrvalt ei näinud /.../. Aga minule mõjus hästi sealt töölt ära tulemine. Mul jäi iseenda jaoks aega, ma sain nii-öelda natukene aega maha võtta, aga ainult natukene aega. L1: Suutsin ainult kolm kuud kodus olla, kui ma hakkasin uusi väljakutseid otsima. Ainukene, mis ma kahetsen, et ma oleksin pidanud olema julgem ja ise teistpidi käituma /.../ tegelikult ma tajusin, et ma saaks sellega hakkama, aga mingeid asju on juurde vaja, tegelikult mulle meeldis see töö.*

Töölt lahkumise järel tuli eeskätt tegeleda oma füüsilise ja vaimse tervise taastamisega, milleks oldi sunnitud kasutama psühholoogi, psühhiaatri või perearsti abi.

Juhtunu mõjutas usaldust sotsiaaltöö juhtide ja kohalike omavalitsuse kui tööandja vastu ja ka kõigi uurimuses osalenute edaspidiseid tööga seotud valikuid. Oli ka neid, kes pidasid võimalikuks jätkata lastekaitset, kui sellega kaasneb asjakohane tugi. L4: *Et võib-olla seal kohalikus omavalitsuses nii käibki see, minul enne puudus kohaliku omavalitsuse praktika ja ausalt öeldes, ma nägin seda väga lähedalt ja rohkem ma seda nii lähedalt näha ei tahagi. L6: Kui praegu keegi pakuks, siis, siis ma ei läheks veel sellepärast, et pubkaks jalga veidi sellest tööst. Et oleneb kõik nagu omavalitsusest, et ma praegu nagu tunnen,*

et ma olen väga rahul selle ametikohaga, kus ma olen. Et, kuidagi saan nagu rahulikumalt tööd teha ja ma tunnen nagu, et me oleme nagu, kuidagi meeskond, tugi on parem. Saan alati otse juhi poole pöörduda, alati on aega kuidagi, nagu hoitakse, et see kokkukuuluvustunne kõik, et ma ei vahetaks praeguse seisuga küll ära. Lastekaitsetöö vastu pole mul midagi.

Tähelepanu vajavad valdkonnad

Lastekaitsetöötajate lugudele tuginedes toon välja mõned valdkonnad, mis vajavad senisest rohkem tähelepanu.

1. Lastekaitsetöö on väga spetsiifiline ja vajab seetõttu sotsiaaltöö õppekavades suuremat tähelepanu. Õpingud annavad üldised teadmised sotsiaaltööst, kuid kogemuslugudest selgus, et alustavatel lastekaitsetöötajatel ei olnud ettekujutust, mida see töö kujutab. Nad pidid töö käigus kujundama oskusi ja omandama juriidilisi teadmisi, mis on seotud pere ja lapse ellu sekkumisega, põhjuste ja tagajärgede selgitamisega lapsevanematele (analüüsioskus) ning keerulises olukorras koostööle keskendumisega (koostööoskus). Lastekaitsetöö on ennetav, toetav ja sekkuv, seega annab lastekaitsetöö sisulisem käsitlemine õppekavas parema ülevaate inimsuhetel põhinevast koostööst ning lapse fookuses hoidmisest.

2. Sotsiaaltööjuhid vajavad asjaomaseid oskusi, teadmisi, väljaõpet, et tagada oma töötajate tööheaolu. Abiks oleks, kui ka sotsiaaltööjuhile kehtestatakse ametinõuded ja kutse omandamise tähtaeg ametisse asumise hetkest. Lastekaitsetöötajad tunnetasid, et on üksinda, ilma sotsiaaltööjuhtide toe ja abita. Üksi jäämine tuli lugudes tugevalt esile raskete otsuste tegemisel, näiteks

lapse eraldamine perekonnast ja arutelude puudumine selliste otsuste langetamiseks. Üksindustunne algas juba katseajal. Lugudes ei olnud viiteid sellele, et katseaja edukat läbimist oleks üldse hinnatud või pakutud juhendamist. Oskused, teadmised ja praktiline kogemus on sotsiaaltööhile töötajate juhendamisel olulised, sest aitavad täita lastekaitsetöötajate vajadust praktilise sotsiaaltöö korraldamise ja juhtimise järele.


3. Tervise Arengu Instituut või muu pädev riigiasutus peaks korraldama sotsiaal- ja lastekaitsetöötajate toetamise, meeskonna juhtimise ning sotsiaaltöö korraldamise koolitusi sotsiaaltööjuhtidele. Kogemuslugudest selgus, et juhtidel jäi puudu oskustest ja teadmistest, kuidas jagada infot töö kohta, anda töötajale tagasisidet, selgitada ja luua inimese võimetele vastav töökorraldus ja tööprotsess või siduda meeskond tervikuks. Juhi rolli teadvustatakse ja sisustakse erinevalt, sageli ei nähta ennast töökorralduse, tööprotsesside või töötingimuste parendamise eestvedajatena.

4. Sotsiaalkindlustusamet võiks pakkuda sotsiaaltööjuhtidele meeskonna töönoustamist töökeskkonnas. Kogemuslugudest tuli välja, et supervisiooni on vaja, aga tihti ei rakendata seda töökeskkonna probleemide,

murede ja tähelepanekute lahendamiseks. Meeskonna töönoustamine aitaks luua kolleegide ühtehoidmist ja suurendaks juhtide teadlikkust meeskonna hoidjana.

Lõpetuseks

Peaaegu väga oluliseks, et tööheaolust ja oma vaimse tervise hoidmisest on hakatud järjest rohkem rääkima. Püüdsin oma uurimusega täita tühimikku, mille jätab Smeetoni ja O'Connori (2019, 14) sõnul asjaolu, et sotsiaaltöötajate vaimse tervise probleemide uurimisse kaasatakse üksnes neid, kes veel töötavad, kuid mitte neid, kes on probleemide tõttu ametist lahkunud.

Nagu ma uurimust kavandades eeldasin, olid minuga lugu jaganud, ametist lahkunud lastekaitsetöötajad läbi elanud ehk raskemaidki olukordi, võrreldes nendega, kes peavad võimalikuks töökohal jätkata. Olen uurimuses osalejatele nende avameelsuse eest tänulik. Loodetavasti aitavad uurimuse tulemused tõsta suurema tähelepanu alla sotsiaaltöötajate töökeskkonda ja toetamist eelkõige kollektiivis ning minu töö annab ideid sotsiaaltöö juhtimise parandamiseks kohalikes omavalitsustes. Võib-olla aitab see mõnel lugejal ka ohumärke varakult märgata ning julgemini enda ja kolleegide vajaduste eest seista. 

Viidatud allikad

- Anderson, G. D.** (2000). Coping strategies and burnout among veteran child protection workers. *Child Abuse and Neglect*, 24(6), 839–848. doi:10.1016/s0145-2134(00)00143-5
- Boyas, H., Wind L. H., Kang, S.–Y.** (2011). Exploring the relationship between employment-based social capital, job stress, burnout, and intent to leave among child protection workers: An age-based path analysis model. *Children and Youth Services Review*, 34(1), 50–62. https://cscsproject.weebly.com/uploads/1/3/7/1/1371292/boyas_wind_and_kang_2012_full_article.pdf (29.08.2022).
- Cabiati, E., Raineri, M. L., Folgheraiter, F.** (2020). Risk and protective factors among child protection social workers: a quantitative study. *European Journal of Social Work*, 23(2), 353–366. doi:10.1080/13691457.2018.1540972
- Chung, Y., Choo, H.** (2019). A structural path to job satisfaction, burnout, and intent to leave among child protection workers: A South Korean Study. *Children and Youth Services Review*, 100, 304–312.

- Fisher, E. A.** (2009). Motivation and Leadership in Social Work Management: A Review of Theories and Related Studies. *Administration in Social Work*, 33(4), 347–367. doi:10.1080/03643100902769160
- Frost, L., Hojer, S., Campanini, A., Sicora, A., Kullburg, K.** (2018). Why do they stay? A study of resilient child protection workers in three European countries. *European Journal of Social Work*, 21(4), 485–497. doi:10.1080/13691457.2017.129149
- Gibbs, J.** (2009). Changing the cultural story in child protection: learning from the insider's experience. *Child & Family Social Work*. Journal compilation. Doi:10.1111/j.1365-2206.2008.00595.x
- Goddard, C., Hunt, S.** (2011). The complexities of caring for child protection workers: the contexts of practice and supervision. *Journal of Social Work Practice* 25(4), 413–432. doi:10.1080/02650533.2011.626644
- Healy, K., Meagher, G., Cullin, J.** (2009). Retaining Novices to Become Expert Child Protection Practitioners: Creating Career Pathways in Direct Practice. *British Journal of Social Work*, 39, 299–317.
- IFSW.** (2012). *Effective and ethical working environments for social work: The responsibilities of employers of social workers*. www.ifsw.org/effective-and-ethicalworking-environments-for-social-work-theresponsibilities-of-employers-of-social-workers-2 (10.07.2021).
- McFadden, P.** (2018). Two sides of one coin? Relationships build resilience or contribute to burnout in child protection social work: Shared perspectives from Leavers and Stayers in Northern Ireland. *International Social Work*, 63(2). doi: 10.1177/0020872818788393
- McFadden, P., Campell, A., Taylor, B.** (2015). Resilience and Burnout in Child Protection Social Work: Individual and Organisational Themes from a Systematic Literature Review. *British Journal of Social Work*, 45(5). doi:10.1093/bjsw/bct210
- McFadden, P., Mallett, P., Leiter, M.** (2017). Extending the two-process model of burnout in child protection workers: The role of resilience in mediating burnout via organizational factors of control, values, fairness, reward, workload, and community relationships. *Stress and Health*, 34(1), 72–83. doi:10.1002/smi.2763
- Smeeton, J., O'Connor, P.** (2019). Embodied social work practice within risk society. *Journal of Social Work*, 20(5). doi:10.1177/1468017319860800
- Strömpl, J., Selg, M., Linno, M.** (2012). *Narratiivne lähenemine sotsiaaltöuurimuses. Laste väärikohlemise lood*. Tartu: Tartu Ülikooli Kirjastus.



Valter Parve

TÜ Pärnu kolledži õpetaja, sotsiaalvaldkonnas tegev alates 16. augustist 1991

Ole iseenda terapeut!

Viimastel aastatel ja ilmselt ka lähitulevikus sotsiaalala töötajatele osaks saanud ja saav pinge kasv võivad viia kurnatuse äärel. Läbipõlemise ennetamiseks on oluline hoida ja luua elurõõmu. Ole iseenese terapeut!



Valter Parve koduaed. Ees nelgid ja lupiinid, siis veidi kõrgemal aedmurakas ja rododendronid (taustaks kõrge kadakas), seejärel punaseleheline virsikupuu, valgete lehtedega aktiniidia ja aroonia, mureli- ja pirnipuud, tagapool punaseleheline pähklipuu; kõige taustaks kastanid. Foto: erakogu

Tartu Ülikooli Pärnu kolledži sotsiaaltöö ja rehabilitatsiooni korralduse teise kursuse tudengid pidid erinevates kogukondades grupitöö vormis korraldama harivat meelelahutust ja üks sedasorti ettevõtmine toimus ka Pärnus Raekülas.

Eri koolkondade terapeutid rääkisid massaažist, tervislikust toitumisest ja võimlemisest, vahelduseks esinesid pillimehed ja ilutantsijad jt. Vaimset tervist räsivad pinged näivad olevat tõusuteel ja igasugune professionaalne abi on teretulnud isegi koos oma „agadega“ – teenuse hind ning sõltuvus kellestki teisest ja järjekordadest tema ukse taga. Ravivõimalusi tutvustavad tudengid pakkusid mullegi võimalust jagada mu oma elukogemusele tuginevaid soovitusi ja nii sai alguse kättesaadavam ning rahaliselt odavam teraapiapakett „Aja muremõtted minema“. Ülal viidatud pingete kasv annab tõenäoliselt tunda ka sotsiaaltöötajate kutsetegevuses ja küllap on paljud juba ise kätte leidnud selle, millest allpool juttu tuleb.

Kõige tähtsamaks peab pidama **suhetlemist teiste inimestega**, aga et nad raskel hetkel su jaoks olemas oleksid, tuleb neid „kingitus- tega“ hoida abivalmiduse seisundis. Kinkida



Allar Taela maalid „Sead metsas“ ja „Õites puu“

saad sulle su eluga kaasa antud aega: see on lõpliku suurusega ja just seetõttu väga hinnaline ressurss. Pere ja lähedased, sugulased ja koolikaaslased, mõned head kolleegid töö juurest, hobi- ja pärisõbrad ning head naabrid ja tuttavad – ole nende jaoks olemas! Moodsas kõnepruugis: investeeri oma aega! Samasse valdkonda võiks kuuluda ka kunagiste kaasteeliste meenutamine, sh kestev tänu kodu ja lapsepõlve eest: käi kokkutulekutel, vaata albumit, hoolitse haudade eest.

Ühist ruumi lauluga täites hakkab tekkima usaldus võõraste vastu ja süvenema tuttavate kokkukuuluvustunne.

Tähtsuset (see siiski on väga individuaalne) ja kättesaadavuselt teisel kohal võiks olla **looduse** pakutav: värvid, lõhnad, helid, kohtumised, aastaegadeist ja ilmast põhjustatud muutused jms. Moodsad telefonid võimaldavad salvestada kogetut ja selle kodune taasesitus saab kinkida emotsioone, mis muremõtteid leevendavad. Kindlasti on paljudel säilinud korilusegeen ja mustikate, kukeseente vms korjamine ning hoidistamine on ju samuti üks isemoodi salvestusvõimalus: ilus metsas olla, ilus hoidisepurgilt

kaant maha keerata ja maitseid nautida! Sõida jalgrattaga, jaluta, istu ja puhka jalga, kuula konnade krooksumist, rändlindude saabumist ja minemist ...

Tagasihoidlik pai iseendale

Kolmanda võimalusena nimetan **aiateraapiat**, vaatamata sellele, et mõnel käes mitu hektarit veeäärset krunti ja teisel ainult rõdulilled. Taimede eest hoolitsemine, püüe nende käitumist mõista, rõõm hakkamasaamisest ja mesilastele ning teistele putukatele toidulaua pakkumisest on enamikule tuttav. Kui mõni linnupaar su ülespandud pesakasti omaks võtab või vihmausse peenramulda juurde sigib, kui õnnestub kuivusest päästa lauspäikesele avatud hortensiad või hoiule pandud õunad juunini vastu peavad, siis ehk võid iseendale tagasihoidliku pai teha. Aega kulub aia eest hoolitsemisele palju, aga teraapilise mõjuga tulemus väärrib seda. Ja veel – aias saab leiutada! Olen juba kolmas aasta jätnud muru pügades kasvama lapikese ristikheina, lasen neil taimedel oma eluringi läbi teha, pean neid ses mõttes endaga võrdseteks.

Võrdset igapäevale kättesaadav on **huumor** – nii erinevate autorite loodu kui ka elu näitelaval pakutav: vaata, märka ja itsita! Mitteprofessionaalina võin väita, et hea nali

on parem (vähemalt sama toimega!) kui antidepressant. Omaette kategooria moodustab üheskoos naermine ja siin on oluline leida, luua, hoida toimivana see esimesena viidatud sõprade seltskond. Solvumiskultuur on päralt jõudnud: üha tõenäolisem on naljaga haiget teha ja nii on turvalisem huumorit kodus nautida. Kui neid kogumikke on piisavalt palju, saab mõne aja pärast uuele ringile minna. Näiteks on minu laual praegu Eesti suurim anekdoodiraamat „Kõlu kuld“ I ja II (kokku rohkem kui 1000 lehekülge) ja väga harva juhtub, et juba tuttav pila ette tuleb. Kahju, et telesari „Pehmed ja karvased“ otsa sai: oleks väga teraapilise toimega vaadata tänase päeva kajastusi. Kahju, et 2011. aastal alustanud ajakiri „Pilkaja“ detsembris 2017 ilmumise lõpetas.

Üheskoos laulmine võib peletada ängi, anda lootust jääda püsima rahvana, taastada kunagisi emotsioone jne. On huvitav, kuidas ühist ruumi lauluga täites hakkab tekkima usaldus võõraste vastu ja süvenema tuttavate kokkukuuluvustunne – see on kui mingis, ainult omadele teada salakeeles miskitsorti sõnumi teele saatmine, see viib mõtted ära mujale.

TÜ Pärnu kolledži sotsiaaltöö ja rehabilitatsiooni erialale 2021. aastal sisse astunute hulgas on 19 tudengit Tallinnast (selle ümbrusest) ja sama palju Tartu kandist, mistõttu sõitsin detsembris mõlemasse paika eksamit vastu võtma. Alustuseks veidi mõtteid vahetades tuli eksaminandide poolt jutuks ärevus jms. Siis meenutasin inkade pärimust laulu väest ja laulsimegi mõlemal pool üheskoos ära lasteloo „Kes elab metsa sees?“. Pärast kirjalike vastuste äratoomist tulid kaks tudengit ütlema, et laulmine aitas pinged maha võtta! Kindlasti on sedasorti mõju väga individuaalne, aga positiivse kogemuse sain mina ja ehk ka mitu noort. Õpilasmaleva aegadest on jäänud kokku

käima laulupunt Uduvere ööbikud – juba aastaid kohtume korra kuus ja laulame ning see mõjub hästi vaimsele tervisele.

Tee eeltööd

Loometeraapia kuulub kindlasti sinna valdkonda, kus probleeme leevendavat koostööd kujundab väljaõppinud spetsialist ja see ei saagi olla odav teenus. Praktika kinnitab, et vaimset tervist tugevdavat lihtsamat loomeprotsessi saab kujundada ka abivajaja ise. Olen mitteametlik tugiisik juba ligi 20 aastat halvatuna voodis lebavale mehele, kes umbes viis aastat tagasi avastas endas võime luua ajus kujutluspilt ning see – pliiatsit suus hoides – ka paberile kanda. Allar Taela joonistuste esimene näitus avati Tori rahvamajas tänavu 1. mail, välja oli pandud 37 tööd 42-st – kõik kokku väga positiivse meeleoluga naivism. Kui tundsin huvi loomingulise protsessi terapeutilise mõju kohta, vastas kunstnik: „Kui joonistan, on ajus ruumi ainult väljendust nõudvale pildile.“ Tean omast käest, et kui ajakirjale „Pilkaja“ kaastööd tegin (ilmus üle 70 pilaloo vähimagi autoritasuta), siis oli aju jäägitult haaratud ainult mingile jaburavõitu probleemile sobiva raami loomisest. Rõhuv enamik lugudest ilmus erinevate varjunimede all, mulle oli tähtis pingest enesest välja kirjutada.


Reisimise positiivset mõju on kogunud ilmselt nii need, kellel kõik sujub nagu kavandatud, kui ka need, kes takistusid peavad ületama. Ka ootused on erinevad: näha ja kogeda midagi teistsugust, leida vaheldust argipäevale, unustada mõneks ajaks mured, nautida mõnusat reisiseltskonda jne. Sihtkohaks võivad olla soojad mereveed Vahemere kandis, Sibulatee Peipsi kallastel või hoopis Hiiu Eiffel. Põhjuseks võivad olla kultuuriüritused: folgid, tantsupeod, teatrietendused jms. Eelmise hooaja parimaks (ja tõesti kosutavaks) teatrimuljeks pean Viljandis nähtud etendust „Sume on öö“

ja siin peab tänama soovitajaid! Umbropsu kuhugi midagi vaatama minnes võid lõõgastuse asemel kogeda ka vastupidist, näiteks ärritust lavalt kostva pideva ropendamise pärast. Vaimse tervise säästmise huvides on tulnud paarilt etenduselt vaheajal minema kõndida: oleks tulnud eeltööd teha ja teiste kogemusi uurida! Sama kehtib ka lähemate ja kaugemate sõitude korral, siin võivad väga oluliseks päästerõngaks olla reisiseltsilised.

Koduse **muusikateraapia** üks tahk (kui ise pilli ei mängi) võiks olla millegi meeleoluka kuulamine ja siis ka vastava sisuga „riiuli“ tekitamine: et oleks hetkesse sobiv meloodia kohe võtta. Kõnesoleva pagasi kujundamist võiks nimetada „hobiteraapiaks“ – nii et kaks ühes! Illustratsiooniks sobib mu enese harrastus koguda, kuulata, jagada vinüülplaatidele salvestatut – sedasorti helikandjaid on meie pere kogus juba üle 4000 ning hobi asemel oleks vahel ehk isegi paslikum rääkida teatud sorti sõltuvusest. Näiteks suvalise välisriigi suuremasse linna sattudes kulub mul umbes 30 minutit, et esimene plaadipood üles leida. Lisaks

muusikale enesele on heliplaatidel veel see hea omadus, et need aitavad elutempot allapoole kruvida: sobiva otsimine, ümbriselt teksti lugemine, plaadi puhastamine ja teise poole pööramine on kõik sedasorti toimingud, mis hakkavad vastu kiirustamisele. Kasuta oma kallisarva – oma aega – selleks, et midagi ilusat nautida! Lükka teised tänased toimetused homse varna!

Tööteraapia kõlab veidi sedamoodi, nagu oleks tegemist spetsiifilise teenusega teatud erilisele sihtrühmale, aga selle termini saab sobitada ka sinu igapäevasele palgatööle. Kui on üksteist toetavad kolleegid ja vähegi mõistlik ülemus, kui on selged ettevõetava sisuga ja sulle jõukohased eesmärgid ning sinu rollid ja vastutus selles, kui on olemas tööks vajalikud vahendid ning õppimise ja arenemise võimalus, kui puhata ja nalja ka saab, siis sedasorti protsessis osalemine ju ongi nauding! Hoi oma töökeskkonda, puhasta seda prahist!

Kui eneseabi on üleliia tõhus olnud ning saavutatud harmoonia juba apaatiana hakkab tunduma, siis selle vastu aitab mind alati pisuke annus uudishimu – miks asjad on nii nagu nad on? 

Mida sotsiaaltöötaja saab teha enda heaks

Ajakirja Sotsiaaltöö tähistas tänavu 25. sünnipäeva. Eelmisel ajakirja juubeliüritusel viis aastat tagasi jagas ajakirja kolleegiumi liige **Marju Selg** mõningaid näpunäiteid, kuidas sotsiaaltöötajana oma vajaduste eest seista.

- Mida head täna tööle tegid, mida positiivset saavutasid – leia vähemalt üks asi ja räägi sellest abikaasale, sõbrale, pereliikmele või töökaaslasele. Inimesed armastavad rääkida ja kui igaüks neist räägib sinu loo edasi sõbrale, pereliikmele või kolleegile, ongi teadlikkus sotsiaaltööst veidi suurem.
- Liitu ESTA-ga ja osale oma piirkonna üritustel. ESTA katuse all on võimalik moodustada survegrupe ja korraldada aktisioone.
- Kui sul on häid kogemusi, kuidas muuta inimeste elu paremaks, siis jaga seda kolleegidega. Esine infopäeval või ülikoolis tudengitele, kirjuta Sotsiaaltööle, juhenda praktikante.
- Kui sul on tööga seotud raskusi ja probleeme või sulle on liiga tehtud, aga kohapeal ei ole võimalik lahendust leida, pöördu murega ESTA eetikakomitee poole. Eetikakomitee hoiab pöörduja konfidentsiaalsust ja püüab probleeme lahendada üldisemal tasandil.
- Ära lepi tööga seotud vägivald või hirmutamise eest. Sotsiaaltöötajad vajavad turvalist võimalust teatada niisugustest olukordadest, ükskõik, kas selle põhjustaja on klient, töökaaslane või ülemus. Kui selliseid teateid koguneb palju (statistika jõud!), sunnib see tööandjaid oma personali kaitsma.
- Hoolitse oma füüsilise töökeskkonna eest, teata vajadustest tööandjale. Et hästi töötada, on vaja end tööle hästi tunda – selleks on vaja privaatsust, piisavalt ruumi, mugavat mööblit, korralikke töövahendeid, valgust, soojust, vaikust ja ilu.
- Ära lepi vabandusega, et ei ole piisavalt võimalusi koolituseks, supervisiooniks, hea töökeskkonna kujundamiseks või turvalisuse tagamiseks. Esita oma soov kirjalikult tööandjale, sotsiaalkindlustusametile, sotsiaalministeeriumile või muule organisatsioonile ja palu vastust.
- Arenda endas teadvelolekut – võimet olla eneseteadlik ja endaga tasakaalus, oma mõtteid ja meeleolu juhtida, vältida halba stressi. Sotsiaaltöös räägitakse palju eneserefleksioonist ja reflektiivpraktikast – teadvelolek on selle eeldus. Pidev stress on teadveloleku vaenlane, seepärast on tähtis töötajate heaolu.
- Ütle „ei“, isegi kui seda on vaja ainult kord kuus või paar korda aastas. Põhjus ei pea olema midagi erakorralist, see võib olla ka väike asi, mis on ainult sinu jaoks tähtis. Usu, et sinu aeg ja oskused on väärtuslikud ning neid tuleb mõistlikult kulutada.

VEEBILOOD

Ajakirja Sotsiaaltöö veebilehel www.tai.ee/sotsiaaltöö saab lugeda ka neid artikleid, mis ei ole avaldatud paberil.

Korraldus. Sotsiaalkindlustusamet keset julgeolekukriisi. *Keiu Virro*

Korraldus. Toimetulekutoetuse piirmäärad ja viimaste kuude statistika. Eluasemelaenu tagasimakse arvestamine toimetulekutoetuse maksmisel. *Kaie Pukk*

Projekt. Tori valla kogemus: ISTE-projekt võimaldab tegutseda jätkusuutlikult. *Eda Mirk*.
Kommentaar. *Priit Ruut*

Projekt. Kose valla kogemus: teenusmudeli tugev külg on kliendikesksus. *Merike Pihla, Claire Miljukova*

Metoodika. Kogemus asenduskodude kasvatajate supervisioonist psühhodraama meetodil. *Allan Kaljakin*

Sündmus. „Sotsiaaltöö“ kolleegiumi reisimuljeid Valgamaalt. *Kairiin Nuudi*

Sotsiaaltöö aastakonverents „KRIIS – UPUD VÕI ÕPID“ toimub 2.–3. novembril Radisson Blu hotelli Olümpia konverentsikeskuses Tallinnas

Konverentsi eesmärk on anda sotsiaalvaldkonna praktikutele võimalus jagada oma kogemusi ning õppida teistelt, kuidas tegutseda kriisiolukorras ning olla ise tugev, hoida ja kaasata vabatahtlikku energiat, võimestada kogukondi ja teha head koostööd parimate lahenduste leidmisel.

Mõned ettekanded:

- Kuidas riik, kohalik omavalitsus, MTÜ-d ja vabatahtlikud keerulistes olukordades mobiiliseeruvad? *Katri Raik*
- Turvaline ebakindlus. *Dagmar Narusson*
- Vaimset heaolu loov Eesti – kriiside kiuste. *Merike Sisask*
- Sotsiaaltöö pagulaste ja sisserännanutege: lõunapoolkera riikide kogemus. *Serges Claver Nzisabira*

Konverentsi korraldab Eesti Sotsiaaltöö Assotsiatsioon (ESTA) sotsiaalministeeriumi strateegilise partnerluse raames.
Registreerimise info leiab ESTA veebilehel www.eswa.ee.

