

NR 2/2023

ISSN 1406-8826

# Sotsiaaltöö

SOTSIAALTÖÖ JA SOTSIAALPOLIITIKA ERIALAAJAKIRI

Kogukonna arendamise  
praktilised näited

Uus ohvriabi seadus  
avardab abivõimalusi

Inimõiguste tähendus sotsiaaltöös

Millist tuge vajavad  
harvikaigusega laste pered?

Uimastite tarvitamise  
põhjused ja levimus

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. Tiraaz 850 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](mailto:ajakiri@tai.ee).

Uuri lisaks: [www.tai.ee/sotsiaaltöö](http://www.tai.ee/sotsiaaltöö)

## Toimetuse kolleegium

Asgeir Falch-Eriksen, Mailiis Kaljula, Riina Kiik, Eike Käsi, Valter Parve, Riho Rahuoja, Hede Sinisaar, Reeli Sirotkina, Judit Strömpl, Karmen Toros, Katrin Tsuiman, Taimi Tulva, Meeli Tuubel, Tuuli-Brit Vaga.

## 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](mailto:ajakiri@tai.ee)

[www.facebook.com/ajakiriSotsiaaltöö](http://www.facebook.com/ajakiriSotsiaaltöö)

**Trükk:** Joon OÜ



**Tervise  
Arengu  
Instituut**



SOTSIAALMINISTEERIUM

## SISUKORD

### Eessõna

Eha Paas ..... 2

### Persoon

**Tunnustamine innustab aasta parima omavalitsuse sotsiaaltöötajaid**  
Kadri Kuulpak ..... 3

### Sotsiaalpoliitika

**Heaolu arengukava eesmärk on tagada, et kõik Eesti inimesed on hoitud**

Heleri Reinsalu ..... 9

**Sotsiaalvaldkonna tööjõud, pädevus ja väärtustamine**  
Meeli Tuubel ..... 13

**Kuidas plaanitakse toetada laste ja perede heaolu?**  
Maarja Kärson ..... 15

### Korraldus

**Uus ohvriabi seadus avab ukse suuremale hulgale abivajajatele**  
Kaire Tamm, Andrei Liimets,  
Kati Mäesaar ..... 17

**Sotsiaalkindlustusameti tugi lastekaitsetöötajatele**  
Laste heaolu osakonna  
nõustamisteenuste meeskond ..... 22

### Kohalik omavalitsus

**Kohtla-Järve sotsiaaltöös on palju erinevaid tahke. Intervjuu Kirke Kübarsepa ja Maie Puusepaga**  
Kairiin Nuudi ..... 25

### Vaimne tervis

**Uimastite tarvitamise põhjused ja levimus**  
Marin Vaher, Mikk Oja,  
Katri Abel-Ollo, Aljona Kurbatova ..... 30

### Kogukondade arendamine

**Sidus kogukond kui vabatahtlike ja avaliku sektori koostöö võti**  
Kartu Kesküla, Kadi Kass ..... 36

**Kogukonna tugi uussisserändajate kohanemisel ja lõimumisel**  
Janika Hango ..... 41

**Praktikakogukond – mis ja milleks?**  
Hannes Rohtsalu, Kadi Kass ..... 46

**Kommentaar**  
Kelli Ilisson ..... 51

**Elanikkonnakaitse – üksi võime olla tugevad, kuid kogukonnas oleme võimsamad!**

Kristi Randla, Ida Joao-Hussar ..... 52

**Tegevusjuhendajad kui kogukonnas taastumise toetajad**

Dagmar Narusson, Maarja Vörk ..... 57

### Erialane haridus

**Kogukondade arendamise ja sotsiaalse heaolu õppekava Tartu Ülikoolis. Mida, miks ja kellele õpetatakse?**

Merle Linno ..... 65

**Tulge õppima kogukonnatööd vananevas ühiskonnas**  
Tiina Tambaum ..... 71

### Toereetilised lähtekohad

**Inimõiguste tähendus sotsiaaltöö professionile**  
Asgeir Falch-Eriksen ..... 76

### Uurimus

**Millist tuge vajavad harvikaigusega last kasvatavad pered?**  
Maarja Kraiss-Leosk ..... 85

### Raamatu tutvustus

**Värske inimarengu aruanne: vaimset heaolu loob igapäevane elukeskkond**  
Merike Sisask ..... 94

## EESSÕNA

Mitmed selle numbri artiklid on ühel või teisel moel seotud kogukonnaga, tuues välja võimalusi, kuidas kogukond saab luua heaolu, olla sotsiaaltöö korraldajate partner ning toetada abivajajaid.

Milles seisneb kogukonna võlu? Kogukond pakub inimesele võimaluse suhteid luua, kuuluda, ennast teostada, vajaduse korral ka taastuda. Kogukonnatöö mõtte võttis vabatahtlike seltsiliste kogukonna mudeli arutelul hästi kokku Imavere eakate ühenduse eestvedaja Liia Viks: „Kogukond on üks väga ilus asi. Iga inimesele on oluline, et keegi teda märkaks. Just seda me oma kogukonnas teeme. Me tuleme kokku, suhtleme, õpime midagi uut. Samuti paneme tähele, kui keegi on haigemaks jäänud, saame kohe ise aidata või sotsiaaltöötajale teada anda.“ Kogukonnad saavad olla sotsiaaltöötaja käepikendus abivajajateni jõudmisel. Kuid veelgi olulisemaks pean ennetust: inimeste aktiivsena hoidmist, tegevusvõimaluste pakkumist kogukonnakeskuses või kodus.

Kogukondlik tegevus ei sünni iseenesest. Selleks on ühelt poolt vaja inimeste endi tahet ja soovi ühistevõttes kaasa lüüa, teiselt poolt toetada eestvedajate teadlikkust, et maandada läbipõlemise riski. Tähtis on lõimida kogukondlik töö sotsiaalvaldkonna algatustesse ja programmidesse, mis võimaldaks kogukondadel tegutseda nii, et see aitab tervelt ja aktiivselt vananeda, ennetada väärkohtlemist ja tõrjutust ning kaasata vabatahtlikke hoolekandeteenuste juurde.

Heaolu arengukava eesmärk on tagada, et kõik Eesti inimesed oleks hoitud. Selle saavutamiseni saab jõuda eelkõige koos kogukondadega. Tuleb arvestada, et tihti peale on kogukondade sisuline tegevus mitteformaalne ja abivajajate märkamisel on nende roll suurem ning võimalused paremad kui ühingutel. Seega tuleks lisaks avalikule ja erasektorile ning vabauhendustele koostöösse kaasata ka mitteformaalsete kogukondade eestvedajad. Just kogukonnas tuntakse üksteist: teatakse naabrit, lähikonna abivajajat. Tänu lähedusele ja usaldusele saab abivajadusele kiiresti reageerida. Nii mõnegi murega tuleks kogukonnad ise toime, kasutades olemasolevaid ressursse.

Lõpetuseks üks kogukonna kaasamise hea nipp. Koos toidu valmistamine ja ühised söömaajad aitavad luua suhteid ning nõnda ka usaldust. Vabas vormis kogunemistel saab arutada kogukonnale olulisi küsimusi, see on hea võimalus kogukonda sulanduda, kuulda, mida inimesed räägivad ja jõuda loovamate lahendusteni kui ametlikel koosolekutel.



### Eha Paas

vabatahtlike seltsiliste programmi koolitaja ja ekspert  
Tartu Ülikooli kogukondade arendamise ja sotsiaalse heaolu  
magistriõppekava vilistlane



**Kadri Kuulpak**

ajakirjanik, MTÜ Elame Veel! projektide koordinaator

# Tunnustamine innustab aasta parima omavalitsuse sotsiaaltöötajaid

Aasta kohaliku omavalitsuse tiitli pälvinud Keila linna sotsiaaltöö eeliseks võib pidada head koostööd ja kliendikesksust, aga ka elanike arvu ja väikesi vahemaid linna suurust silmas pidades. Spetsialistid ja koostööpartnerid suhtlevad omavahel ning inimene jõuab abini kiiresti.

Linna häid kogemusi tutvustavad Keila sotsiaalkeskuse juhataja Riina Sippol (RS), sotsiaalnõunik Piia Peterson (PP) ning lastekaitsetöötaja Liina Kõiv (LK).

**Eesti Sotsiaaltöö Assotsiatsioon tunnustas Keila linna tiitliga „Aasta kohalik omavalitsus“. Kui palju saate aga positiivset tagasisidet inimestelt, keda aitate?**

LK: Sõnalist positiivset tagasisidet on vähe, aga tekitab hea tunde, kui näed, et mõnel lapsel, kellega oled töös kokku puutunud, läheb paremini.

PP: Täiskasvanute hoolekandes on ehk rohkem positiivset tagasisidet. Enne praegust ametit töötasin kümme aastat lastekaitsetöötajana. See oli hästi positiivne tagasiside, kui nägin, et need n-õ minu

lapsed said suureks. Nad tulid mulle oma esimesi lapsi näitama. Üks neist ütles: „Sa õiendasid minuga, et ma kooli jõuaks aga seda oli nii vaja.“ Ütlen kolleegidele lastekaitsjatele samamoodi: „Oodake ära, kuni nad suureks kasvavad, siis nad tulevad tänama ka.“

RS: Kõige tänuväärsem töö sotsiaalvaldkonnas on eakatega. Kõik, kes töötavad selle sihtrühmaga, kuulevad palju tänusõnu.

**Mida tõstaksite Keila linna sotsiaaltöö juures esile?**

RS: Osutame kõiki hoolekandeteenuseid. Meil ei ole rahaliste toetuste suunda, mis on mõnes teises omavalitsuses. Meil on seda kerge teha, sest oleme väike linn nii rahvarvult kui ka pindalalt.

Osutame juba 25 aastat teenuseid puuetega inimestele. Nii mõneski omavalituses istuvad inimesed kodus, näiteks vaimupuudega noored, kes lõpetavad kooli. Nad jäävad koju istuma, sest ühtegi teenust ei ole.

---

### Vahel saab inimene meil juba enne abi, kui paberimajandus järele jõuab.

---

PP: Lisaks sellele arendame pidevalt projektide toel oma teenuseid ja vajadusel ostame ka sisse erinevaid teenuseid.

LK: Nõustun sellega! Abistamine ei jää sellele taha, et vajalikud teenused on inimesele kaugel maa taga. Keilas on teraapiavõimalusi ja muid teenuseid, mis last ning peret toetavad. Lastekaitse alus on koostöö nii kooli, politsei kui ka teiste partneritega. Info liigub väga hästi.

### Tunnustusüritusel toodi välja, et Keila sotsiaaltöö on kliendikeskne. Mida see tähendab?

LK: Meil on juba oma majas väga tugev meeskond, kellega ideid arutada ja leida kliendile sobivaim abi. Kui ühest uksest või aknast sisse ei saa, leiad teise viisi pere aitamiseks.

RS: Tänu sellele, et meil on väike linn, on meil ka bürokraatiat vähem. Ei ole nii, et inimene pöördub linnavalitsusse ja ootab nädalaid, kuni vastus tuleb. Seejärel suunatakse võib-olla edasi sotsiaalkeskusesse, kust jälle peab vastust ootama. Ei pea ootama kaua, kuni keegi tuleb abivajaja koju olukorda hindama. Me tõesti tunneme üksteist ja kui on terav probleem, suhtleme omavahel kiiresti ning püüame lahenduse leida. See muudabki meie sotsiaalabi kliendikeskseks: ei ole bürokraatlikku treppi või paberimajandust, mis takistaks teenuse osutamist.

PP: Just, vahel saab inimene meil juba enne abi, kui paberimajandus järele jõuab. Haaramme telefoni, käime koos teenuseosutajaga olukorda hindamas, püüame asjad võimalikult kiiresti ära teha ega oota avaldusele vastamise viimast kuupäeva.

### Kliendikesksusega tekib kohe paralleel isikukeskse erihoolekande teenusemudeli (ISTE) projektiga. Kuidas sellega Keilas läheb?

PP: Meil on praegu viis teenuskohta. Aastal 2017, kui ISTE esimest korda tuli, ühinesime ka projektiga. Meil on olnud pikki aastaid kogemus erihoolekandeteenuste osutamisel, seega on kliendid juba teenusega hõlmatud. ISTE-ga võtsime väljakutse vastu, sest riik läheb seda suunda: hakkame abivajadust hindama kohapeal.

RS: See on meil pigem mõeldud klientidele, kellele meil ei ole kohapeal teenuseid pakkuda. Näiteks autismediagnoosiga inimestele polegi justkui teenuseid. Näen ISTE positiivse poolena, et tänu sellele hakatakse arendama teenuseid inimestele, kellel on mitmekesised erivajadused. Nad ootavad sageli ööpäevaringse erihoolekande teenuse järjekorras, aga võib-olla ei peakski nad seal olema, kui teeksime paari omavalitsusega koostööd. Ühel omavalitsusel on vähe inimesi, kes mõnda erilisemat teenust vajavad, mistap polegi neid loodud.

### Mainumbri teema on kogukonna võimaluste kasutamine sotsiaaltöös. Missuguseid näiteid leidub selle kohta Keilas?

RS: Meil on töökeskus erivajadustega inimestele, kes avatud tööturul kohta ei leia. Seal oleme teatava staatuse saavutanud. Meid usaldatakse. See on asi, mis võiks igas kogukonnas toimida: isik, kelle panus on väiksem, kuid kes on töövõimeline,



Riina Sippol, Piia Peterson ja Liina Kõiv. Fotod: erakogu

võiks leida kohalikus kogukonnas tööd. Oleme saanud pakkuda tööd ka neile, kellel n-ö paberil puuet ei ole, neil on mingi teistsugune toimetulekut mõjutav mure, nagu ärevus või depressioon. Hea näide on Santa Maria maitseainete tehas, kes on andnud meile allhanketööd 15 aastat. See töö sobib töökeskkonnaga harjumiseks, et tulla kodust välja ja teha tööd osalise koormusega. Siis liigutakse edasi avatud tööturule ja vajadusel jälle tagasi meie töökeskusesse. Töötamine mõjub enesehinnangule positiivselt. Aga ka päevakeskuses on palju kogukondlikku koostegemist.

PP: Samuti oleme liitunud vabatahtlike seltsiliste liikumisega. See on meil juba kolm aastat või rohkemgi.

**Käisin Keila haigla üldhooldusosakonna ehk sisuliselt hooldekodu klientidega Keilas teatrietendust vaatamas. Kohalikud imestasid, et nende linnas on ka hooldekodu. Minu poole pöördub omajagu inimesi, kes tahaks eakate valdkonda panustada, kuid ei leia väljundit. Siin peitub ehk kasutamata võimalus.**

RS: Ma arvan, et me ühiskonnana hakkame alles sinna jõudma, et võiks vabatahtlikult

panustada. Ka meiega võetakse ühendust panustamissooviga, aga väga sageli on see ajutine huvi. Meil oleks näiteks tarvis erivajadusega inimestele saatjaid ekskursioonidele minnes. Mõnikord olen väsinud sellest, et justkui on mitu abistajat, aga neile ei saa kindel olla. See peaks toimima mõne organisatsiooni kaudu. Tundub, et kergem on ise ära teha, kui kellelegi loota. Aga eakatele pakutakse küll meeeldi seltsi.

LK: Lastekaitse poole pealt sooviksin, et rohkem pandaks tähele ja antaks teada, kui märgatakse abivajajat. Meil on veel arenguruumi.

**Märkamisest rääkides sedastas Riigikontrolli 2021. aasta audit, et paljud eakad, kes on väga tõenäoliselt abivajajad, ei ole omavalitsuse sotsiaaltöö vaateväljas. Kui palju te jõuate tegeleda ennetusega ja otsida neid inimesi üles, kes ise abi küsima ei tule?**

PP: Positiivsena võib ikkagi Keila väiksuse esile tuua: naabrid enamasti teavitavad. Oleme ka nii palju reklaami teinud, et meiega võetakse ühendust. Korraldasime aastaid tagasi küsitluse, ankeet oli Keila linna lehe vahel. Uurisime, missuguseid

teenuseid eakad vajavad ja tagasisidet olemasolevatele. Vahepeal me pole seda niimoodi suurejooneliselt teinud.

---

### Ühiskonnana hakkame alles sinna jõudma, et võiks vabatahtlikult panustada.

---

RS: Tänu Keila lehele reklaamime väga palju oma teenuseid. Meil oli neli aastat järjest, 2018–2022 koduhoolduse arendamise projekt. Hakkasime pakkuma ka isikuabi. Varem aidati inimest poes ja apteegis käimise ning koristamisega, aga hakkasime aitama ka voodihaigeid kõigi neile vajalike toimingutega. Reklaamisime seda hästi palju, aga kuidagi ei tulnud inimesi projekti. Samuti avasime dementsusega inimeste päevahoiu, aga jälle ei tulnud inimesi. Igal pool aga on juttu, et inimesed vajavad abi, kuid sotsiaaltöötajad ei suuda neid aidata. Olen aru saanud, et Eesti inimene proovib viimase hetkeni ise toime tulla. Küll aga jagatakse väikeses kogukonnas alati positiivseid kogemusi. Mingi hulk inimesi tuleb ja nõuab abi, aga enamik üritab, hambad ristis, oma ema, isa või mõnd teist eakat sugulast ise aidata.

Mulle tundub, et abi küsimine on meil häbimärgistatud. Kui keegi paneb sugulase hooldekodusse, vaadatakse talle viltu, et sa ei ole justkui hea laps oma vanematele.

LK: Püüame ka lastekaitstes ennetusega tegeleda. Näiteks toimuvad meil kaks korda aastas vanemlusprogrammi „Imelised aastad“ koolitused. Sel õppeaastal alustas koolitõrgetega laste vanemate tugigrupp. Keilas on laste ja perede komisjon, kus osalevad oma töös laste ja noortega kokku puutuvad spetsialistid. See aitab samuti kaasa paremale märkamisele. Ennetusega saaks ja võiks veel rohkem tegeleda, aga kahjuks

tuleb enamasti tulekahjusid kustutada. Abi küsida on tõepoolest keeruline, kuid sageli toob see kaasa muutuse, mida laps ja pere vajavad. Ka lastekaitstes aitab, kui kellelgi on positiivne kogemus ja ta jagab seda tuttavatega. Iga päev murrame ka stigmat, et lastekaitsetöötaja on keegi, keda peab kartma.

### Kuidas stigmat vähendada?

LK: Rääkida oma tööst, seda tutvustada, aga see võtab kaua aega, sest räägime kogu ühiskonna suhtumise muutmiseks. Lastekaitsetöötaja on eelkõige lisajõud, kes last ja perekonda toetab ning abistab.

**Tegin hiljaaegu intervjuu geriaater Kai Saksaga, kes ütles, et meditsiin ja sotsiaalvaldkond ei tee piisavalt koostööd. Kui insuldihaiget hakatakse haiglast välja kirjutama, aga ta vajab ikka abi, siis peaks see teave sujuvalt jõudma sotsiaaltöötajateni. Selleks oleks vaja infovahetust ja ühist hindamisinstrumenti. Eesmärk on, et inimene ei kukuks auku ega jääks abita. Kui suure probleemina te seda tajute, et need kaks valdkonda ei tee piisavalt koostööd?**

PP: Oleme sellest aastakümneid unistanud! Oleme kohtunud Keila haiglaga, kui sinna õenduse ja üldhoolduse osakond moodustati, ja perearsti õdedega, et luua parem kontakt ja teavitussüsteem. Aga paraku tulevad isikuandmete kaitse jms sinna vahele. Praegu ongi täpselt nii, et inimene saadetakse haiglast koju, aga meie ei tea sellest midagi. Niimoodi jäävadki inimesed meditsiini- ja sotsiaalsüsteemi vahele.

RS: Perearstidega on meil koostöö isiku tasandil. Võiks tõesti olla üks hindamisinstrument, kust saaksime kohe teada, missugust abi inimene kodus vajab. Perearstid ütlevad eakate tervisemurede kohta sageli, et see on vanadus. Kui aga inimesel on häda, kusagilt valutab, pea käib ringi, ta kukub, siis ei ole



see ka sotsiaalprobleem. Aeg-ajalt tunneme, et vanemad inimesed lükatakse meile. Tegelikult vajaks ta nii meditsiinilist kui ka sotsiaalset abi. Kunagi ei tohiks öelda, et inimene on meditsiinisüsteemi jaoks liiga vana.

LK: Samamoodi lastekaitstes. Pered või lapsed, kes meie vaatevälja jõuavad, võivad vajada meditsiinilist sekkumist, aga meie poole pööratakse nõustamiseks. Mõistan, et lastepsühhiaatri vastuvõtule on raske saada, aga sotsiaalteenustega ei saa psühhiaatrilist või muud meditsiinilist abi asendada. Oleme laste ja perede komisjoni püüdnud kaasata perearstikeskust, aga ei ole tulnud. Tegelikult on see komisjon ennetamiseks ja ka meditsiini vaade oleks igati teretulnud.

**Saks kritiseeris ka, et sotsiaaltöös – erinevalt meditsiinist – pole teaduslikult tõendatud hindamisinstrumente. Põlve otsas tehtud vahendiga hakatakse otsustama, kes saab hooldusreformi raha eest hooldekodukoha, kes mitte.**

PP: Linnade ja valdade päevadel rääkis sotsiaalministeeriumi esindaja, et nad töötavad sellist ühist hindamisinstrumenti välja. Praegu on tõesti nii, et kõik omavalitsused kasutavad n-ö oma instrumenti. Soovitatud on kasutada sama vahendit nagu ISTE-s, aga see on üks suur Exceli tabel, mis pole nii käepärane. Üks asi on instrument ise, aga teine on ikkagi kohapeal käia ja inimesega suhelda. RS: Mõnikord võib ankeedi järgi olla inimesel väga suur abivajadus, samal ajal ütleb ta aga, et saab ise suurepäraselt hakkama. Meil käib sotsiaalkeskuses inimesi, kes on olnud sünnist saadik ratastoolis. Ankeedi järgi oleks igas küsimuses abivajadus kaheksa punkti kümnest, aga inimene saab ise hakkama, sest ta on nii vinge isiksus. Teinekord on vastupidi: inimese seisund on füüsiliselt parem, aga ta ei suuda vaimselt oma probleemidega toime tulla.

Ma ei usu, et kunagi tuleb mingi imeline hindamisinstrument või veel parem, tehisintellekt, mis aitab jõuda absoluutse tšeni. Samamoodi on hooldekodudega. Olen neid viimased tööpäevad läbi helistanud, sealt öeldakse ka, et abivajaduse hindamine on nii seinast sein. Inimest peab ikkagi nägema ja tervikut kogema, siis saab alles öelda, missugust abi on talle vaja. Ma ei usu ka, et oleks palju neid, kes lõbu pärast hooldekodusse läheks.

LK: Sotsiaaltööd ei saagi panna kindlasse raami, et sinna teeme linnukese, sinna mitte. Teatav subjektiivsus jääb alati, mistõttu on oluline sotsiaaltöötaja professionaalsus.

**Kui murelikuks teeb teid, et sel aastal tuleb hooldusreformi raha omavalitsustele sildiga, järgmisest aastast aga läheb see otse tulubaasi?**

PP: Mulle meeldiks sildiga raha. Siis näeksin täpselt, mis seis on. Aga põhimõtteliselt on see ju eelarve planeerimine. Ma pole senini kindel, kas tuleme eraldatud rahaga välja, aga kui ei tule, siis on tingimus, et omavalitsus peab juurde panema. Mida tegelikult ju teeme ka juba praegu.

RS: Tõehetk tuleb sügisel, kui näeb, kas hooldekodusse minnakse massiliselt rohkem. Me ei tea, kui palju on neid, kes praegu kodus hooldavad ega ole lähedast asutusse pannud, sest see on liiga kallid.

**Hooldusreformi üks murekohti on, et koduhooldus jääb tagaplaanile. Kuidas teil Keilas sellega lood on?**

PP: Praegu on öeldud, et hooldusreformi raha eest võiks osutada või arendada ka koduteenust, aga me veel ei tea, kas sellest jätkub. Eks see selgu aja jookslu.

RS: Kui vaatan arve, nagu hooldekodu kohamaksumus, riigi toetus ja inimeste pensioni suurus, siis see pilt ei tundu mulle

nii hirmus. Peaksime kindlasti koduhooldust edasi arendama, et inimesed ei läheks kergekäeliselt hooldekodusse. See eeldab aga abi osutamist ka õhtutundidel ja nädalavahetustel – seda me praegu ei tee. Keila miinus võrreldes naaberomavalitsustega on, et palgatase pole kuigi kõrge. Koduhoolduses tuleks arendada ka e-teenuseid: hooldustöötajad võiksid kasutusele võtta e-päevikud, mida näiteks Haapsalus juba tehakse. Hakkame seda varianti uurima.

**Kas teil on vedanud omavalitsusjuhtidega? Kuivõrd nemad väärtustavad teie tööd? Paratamatult toob mänguplats rohkem häáli kui hästi korraldatud sotsiaalteenus.**

PP: Juhid on meid toetanud. Meid on usaldatud ja selles mõttes ei ole takistusi tulnud. Meil pole kunagi olnud hirmu, et kui raha tuleb omavalitsusse ka sildita, siis pole kindel, et seda jätkub ka sotsiaalile.

RS: Oleme ise teadnud, mida tahame. Kui lähed raha küsima, peadki seda teadma. Võtame kas või kogukonnas elamise maja, mis on linnale päris kallid. Kui oled kõik läbi arvutanud, tead, palju hakkab sellest raha tulema, milleks see on hea, siis meid tõesti on toetatud.

LK: Olen nõus. Kui on midagi küsima mindud, on see tõsine palve ja tõeline vajadus. Me ei tee midagi selleks, et ennast lihtsalt paremana näidata.

**Missugune kogemus on Keilale olnud Ukraina sõjapõgenike vastuvõtmine?**

PP: Meil on neid päris palju. Esimestel kuudel tuli 396 põgenikku. Tegemist on olnud palju: nõustamine, info jagamine, sisseelamine, majutuse ja töökoha otsimine.


See on olnud sotsiaaltöötajatele väga karm aeg. Võtsime tööle kaks tugiisikut ja koordinaatorit, kes töötavad meil eelmise aasta oktoobrist selle aasta oktoobrini. Nad on sõjapõgenikke usinasti tööle ja oma elamispiinnale aidanud. Olukord läheb järjest paremaks.

LK: See andis kindlasti sotsiaaltööle rahvusvahelise mõõtme, mis on hoopis midagi muud kui igapäevane töö. Kas või vene keeles suhtlemine oli alguses paras katsumus. Ukraina peredes on olnud isegi keerulisemaid juhtumeid, kui need, millega oleme Eesti peredes harjunud. Põgenike kriis tõi välja kogukonna tugevuse. Nii palju oli vabatahtlikke, kes aitasid, ja firmasid, kes õla alla panid. Noortekeskuste kaudu lõimitakse noori ühiskonda, see on väga tänuväärne. Nii ei teki gruppe rahvuse põhjal.

**Mida tunnustus teile tähendab?**

RS: Sotsiaaltöö on valdkond, kus tuleb inimesi aeg-ajalt tunnustada. Meie panus on sageli varjatud. See on vaimses mõttes väga raske töö. Selleks ongi vaja aeg-ajalt kuulda häid sõnu.

PP: Tore ikka, kui kiidetakse! See tuletab suures töötuhinas meelde, et teed õiget asja. Ja tuleb välja, et ka hästi. Oleme ka oma linnas alustanud uut tunnustustraditsiooni. Sellest aastast korraldame sotsiaaltöö päeva raames sotsiaaltöötajatele piduliku vastuvõtu kultuurikeskuses, kus tunnustatakse tublisid sotsiaaltöötajaid ja meie koostööpartnereid. Väike kontsert, kohvilaud. Väga tore oli.

LK: Eks see anna indu juurde. Alustasime sellest, et positiivset tagasisidet klientidelt väga palju ei tule. Kui seda kusagilt mujalt saab, siis see annab jõudu edasi tegutseda ja mõelda, mida saaks veel paremini teha. 

**Heleri Reinsalu***sotsiaalministeeriumi strateegilise planeerimise juht*

# Heaolu arengukava eesmärk on tagada, et kõik Eesti inimesed on hoitud

Valitsus kinnitas tänavu 23. veebruaril „Heaolu arengukava 2023–2030“, mis toob esile perepoliitika, sotsiaal- ja töövaldkonna olulisemad probleemid, seab järgnevatiks aastateks strateegilised eesmärgid ja kirjeldab, mida on nende saavutamiseks vaja teha.

Arengukava peaesmärk on tagada, et Eesti oleks riik, kus inimesed on hoitud, ebavõrdsus ja vaesus väheneb ning tööelu on pikk ja kvaliteetne. Kuigi termini „heaolu“ mõte on laiem ning hõlmab näiteks ka regionaalset tasakaalustatust, majanduslikku heaolu, haridusvõimaluste kättesaadavust jne, on uue arengukava kontekstis mõiste „heaolu“ piiritletud sotsiaalministeeriumi pädevusse kuuluvate poliitikavaldkondade kaudu. Kõnealused valdkonnad on laste ja perede heaolu, sooline võrdsus ja võrdne kohtlemine, tööhõive, pikk ja kvaliteetne tööelu, abivajadusele vastav sotsiaalhoolekanne, sotsiaalse ebavõrdsuse ja vaesuse vähendamine ning vanemaealiste toetamine.

Eesti on vananeva rahvastikuga riik. Statistikaameti prognoosi kohaselt<sup>1</sup> väheneb tööealine elanikkond 2060. aastaks 7,6%, kuid vähemalt 65-aastaste osa rahvastikus suureneb praeguselt 20%-lt 29%-le. Demograafilised muutused mõjutavad nii Eesti sotsiaalkindlustussüsteemi, tööturgu kui ka inimeste hoolduskoormust. Rahvastiku vananemine toob üha enam tähelepanu alla nii töökeskkonna kui ka elukeskkonna laiemalt, mis toetaks inimeste tervist ja ligipääsetavust. Sündimus pole Eestis piisav, et tagada positiivne loomulik iive. Rahvastiku vanusekoosseisust tulenevalt sündide arv järgmise kümne aasta jooksul pigem väheneb. Uus arengukava hoiab

<sup>1</sup> Statistikaameti rahvastiku prognoosi stsenaarium 2 – suurem sündimus, suurem ränne.

eraldi sihtrühmadena suurema tähelepanu all nii lapsed ja peresid kui ka vanemaealisi.

## Arengukava eesmärgid

„Heaolu arengukava 2023–2030“ jaotub viieks alaeesmärgiks ja seab asjakohased strateegilised eesmärgid ning tegevussuunad.

- **Arengukava esimene alaeesmärk väärustab lapsi ja peresid.**

Eestis sündis 2022. aastal 11 588 last ehk üle pooleteist tuhande lapse vähem kui aasta varem. Sündimus pole Eestis piisav,

et tagada positiivne loomulik iive. Eesti inimeste keskmine soovitud laste arv aga on üks paremaid Euroopas (naiste soovitud keskmine laste arv 2,59, meestel 2,55), sarnanedes Põhjamaade näitajatega.

Arengukava seab eesmärgi, et Eesti on hea paik pere loomiseks ja laste kasvatamiseks ning lapsed on õnnelikud, kasvades hoolivas, kaasavas, turvalises ja arendavas keskkonnas.

Kavas on arendada teenuseid, mis toetavad paari- ja peresuhteid ning vanemaharidust. Tähelepanu keskmes on ka erivajadustega



Joonis 1. „Heaolu arengukava 2023–2030“ eesmärk ja alaeesmärgid

lastele tugisüsteemi loomine, mis võimaldab abivajaduse kiiresti välja selgitada, lihtsustab vajadusele vastava abi saamist ning tagab tugimeetmete rakendamise eelkõige lapse igapäevases viibimiskohas. Samuti on lähiaastatel vaja uuendada lastekaitse korraldust, et tagada lastele tõhus ja eesmärgipärane abi.

- **Arengukava teine alaeesmärk seab sihi saavutada tööhoive kõrge tase ja tagada kvaliteetsed töötingimused, mis toetavad pikaajalist tööelus osalemist.**

Eesti tööturg on silmitsi tõsiste struktuursete probleemidega: vananev ja vähenev rahvastik, oskuste ebakõlad, piirkondlikud lõhed tööturunäitajates ja töötute suur vaesusrisk. Suur osa Eesti majandusest, töökohadest ja tööjõust on koondunud Tallinna ja Harjumaale, suurim mahajäämus on Ida-Virumaal ja Kagu-Eestis, kus on ka kõrgem tööpuuduse tase. Muret teeb ka vähenenud töövoimega inimeste suur osa tööeliste seas.

Tähelepanu pööratakse ajakohastele tööturumeetmetele, et need vastaksid paremini töötajate, tööandjate ja riigi vajadustele. Keskmises põlvkivisektori töötajate toetamine ühelt töökohalt või majandussektorist teise üleminekul. Eraldi tähelepanu vajab õigusraamistik, mis kujundab toosuhteid ja tööohutust.

- **Arengukava kolmas alaeesmärk seab sihi, et vanemaealised on meie ühiskonnas sotsiaalselt kaasatud, tagatud on neile võrdsed võimalused ning nende hea majanduslik toimetulek.**

Euroopa teiste riikidega võrreldes iseloomustab Eesti vanemaealisi suhteliselt vähene sotsiaalne kaasatus. Samuti osalevad nad vähem vabatahtlikus tegevuses ja poliitikas ning tegelevad vähem hobidega. Vanemaealised on ülejäänud elanikkonnaga võrreldes

suuremas vaesusriskis. Keskmine vanaduspension moodustab keskmisest netopalgast umbes 40%, mis tagab vaid baassisstuleku, hoides vanemaealised absoluutsest vaesusest väljas, kuid jättes nad suhtelisse vaesusesse.

---

Uue arengukava kontekstis on mõiste „heaolu“ piiritletud sotsiaalministeeriumi pädevusse kuuluvate poliitikavaldkondade kaudu.

---

Sellest tulenevalt on sotsiaalvaldkonna üks suuremaid väljakutseid leida täiendavaid vahendeid piisava pensioni tagamiseks, sealhulgas miinimumpensioni suurendamiseks. Tähelepanu all on ka tööandjapensioni loomine ja meetmete rakendamine, et tõsta pensioniteadlikkust. Eesmärk on toetada aktiivsena ja tervena vananemist ning ennetada abivajaduse tekkimist.

- **Arengukava neljas alaeesmärk seab keskmisse Eesti sotsiaalhoolekande korralduse, mis toetaks inimeste heaolu ja sotsiaalse turvatunde kasvu.**

Hoolekande suund on toetada kodus elamist võimalikult kaua. Praegu teevad muret koduses keskkonnas iseseisvat toimetulekut toetavate sotsiaalteenuste ebapiisav kättesaadavus ja ootejärjekorrad, mõningate teenuste ebamõistlik korraldus ja teenuste kyllustunud osutamine, samuti kvalifitseeritud tööjõu vähesus ning suur personalivoolavus.

Erihoolekandes soovitakse minna toetavate teenuste osutamisel üle isikukeskse erihoolekande teenusmudeli ehk ISTE rakendamisele. Kohalike omavalitsuste võimekust korraldada sotsiaalteenuseid tugevdatakse erinevate meetmete rahastamise ning tervishoiu ja sotsiaalvaldkonna koordinatsioonimudeli rakendamise kaudu.

- **Arengukava viies alaeasmärk seab sihi, et Eestis on naistel ja meestel kõigis ühiskonnaelu valdkondades võrdsed õigused, kohustused, võimalused ja vastutus ning vähemusrühmadele on tagatud võrdsed võimalused eneseteostuseks ja ühiskonnaelus osalemiseks.**

Eestis oli 2021. aastal sooline palgalõhe 14,9%. Kuigi palgalõhe on viimasel kümnel aastal olnud langustrendis, näitab see märkimisväärset soolist ebavõrdsust tööturul ning naiste ja meeste majanduslikus iseseisvuses. Võrdluses Euroopa Liidu keskmiste näitajatega paistab Eesti silma vähesema sallivuse ja avatusega vähemusrühmadesse kuuluvate inimeste vastu. Ligipääsetavaid lahendusi on vaja nii lastega peredele, vanemaealistele kui ka erivajadustega inimestele.

Tähelepanu all on nii palgalõhe vähendamine, ühiskondlike hoiakute muutmine kui ka ligipääsetavuse põhimõtte lõimimine avaliku ruumi ja teenuste lahutamatuks osaks.


### **Arengukava koostamine ja elluviimine**

Arengukava koostamist alustati 2021. aasta kevadel. Partnerite, ekspertide ja huvirühmade esindajatega korraldati konsultatsioone ja kohtumisi. Laiapõhjalised arutelud toimusid ka 2021. aasta arvamusefestivali heaolualal. Mõttevahetused jätkusid eri kogudes ja töövormides, näiteks rahvastikupoliitika valitsuskomisjonis, arengukava juhtkomisjonis ja eksperdikogus, teemaatilistel seminaridel. Arengukava lõppversioon valmis 2022. aastal. Tänavu veebruaris arutati „Heaolu arengukava 2023–2030“ Riigikogu

sotsiaalkomisjonis ning 20. veebruaril esines sotsiaalkaitseminister Signe Riisalo arengukava käsitleva kõnega ka Riigikogu täiskogu istungil.

Arengukava elluviimist toetab ministri kinnitatud juhtkomisjon, mille põhiülesanne on anda soovitusi heaolu arengukava eesmärkide saavutamiseks ja programmide tulemuslikkuse parandamiseks ning jälgida nende täitmist. Juhtkomisjoni koosseisu kuuluvad arengukava elluviimisega kõige rohkem seotud ministeeriumid ja Riigikantselei, omavalitsuste esindusorganisatsioonid, sotsiaalpartnerid ja alaeasmärkide fookusega seotud põhilised katusorganisatsioonid.

Arengukava elluviimisele kaasatakse ka laiapõhjaline ja eri valdkondade partneritest koosnev eksperdikogu, mille ülesanne on nõustada juhtkomisjoni arengukava elluviimisel ning anda tagasisidet selle täitmise kohta. Lisaks arengukava juhtkomisjonile ning partnereid kaasavale eksperdikogule annab arengukava elluviimisesse olulise panuse ka 2021. aasta mais valitsuse moodustatud rahvastikupoliitika valitsuskomisjon, mis aitab tähelepanu all hoida rahvastikuküsimusi.

„Heaolu arengukava 2023–2030“ aitab ellu viia ka riigi pikaajalises arengustrateegias „Eesti 2035“ seatud sihte ja eesmärke, toetab ÜRO ülemaailmsete säästva arengu eesmärkide saavutamist ning arvestab Euroopa Liidu suundade ja rahvusvaheliselt võetud kohustustega. Arengukava kogumaksumus kaheksaks aastaks on umbes 45 miljardit eurot. Sellest suurim osa ehk umbes 30 miljardit on suunatud vanemaealiste toetamiseks. 

Arengukava leiab sotsiaalministeeriumi veebilehel [www.sm.ee/heaolu-arengukava-2023-2030](http://www.sm.ee/heaolu-arengukava-2023-2030).

**Meeli Tuubel***sotsiaalministeeriumi hoolekande ja sotsiaalse kaasatuse osakonna nõunik*

## Sotsiaalvaldkonna tööjõud, pädevus ja väärtustamine

Rahvastiku vananemine ja kvaliteetsete sotsiaalteenuste ootus tekitavad vajaduse suurendada sotsiaalvaldkonna spetsialistide arvu ning täiendada nende teadmisi.

„Heaolu arengukavas 2023–2030“ on välja toodud, et sotsiaalvaldkonna üks probleem on kvalifitseeritud tööjõu puudus hoolekandes. Tööealise elanikkonna vähenemine ja konkurents piiratud tööjõu pärast muudab kõnealuse probleemi järjest teravamaks.

### **Tööjõu puuduse leevendamine**

Sotsiaalministeerium on võtnud suuna suurendada lähiaastatel sotsiaaltöö valdkonnas uudsete tehnoloogiliste lahenduste osa, näiteks laiendada kaugnõustamise või televisliku seisukorra seire võimalusi. Andmete riskasutus, infosüsteemide ühildamine ja valdkondade vaheline andmevahetus lihtsustaks märgatavalt sotsiaalvaldkonna spetsialistide tööd, kuid nõuab ka nende digipädevuse arendamist.

Tehnoloogia areng aitab küll kaasa efektiivsuse tõusule sotsiaalteenuste osutamisel, kuid lähiajal siiski ei vähenda tööjõuvajadust valdkonna põhikutsealadel, sest tehnika ei asenda suhtlust ja sooja puudutust. Järjest komplitseeritumad probleemid eeldavad

spetsialistide paremaid teadmisi ja läbi põlemise ennetust. Töö abivajajatega on stressirikas, vähese positiivse tagasisidega, madalalt tasustatud ja ühiskonnas vähe väärtustatud, mistõttu on valdkonnas suur personalivoolavus. Tööealise elanikkonna vähenemine mõjutab paratamatult ka sotsiaalsektori tööjõudu. Lähiaastail on üha enam vaja arutada ka selle üle, kuidas teadlikult ja nutikalt kaasata võõrtööjõudu, nagu teised riigid on sotsiaal- ja tervisevaldkonna tööjõu puuduse leevendamiseks teinud.

**Sotsiaalministeerium on võtnud suuna suurendada lähiaastatel sotsiaaltöö valdkonnas uudsete tehnoloogiliste lahenduste osa.**

Sotsiaalvaldkonna tööjõu- ja oskuste vajaduse 2021. aasta uuring OSKA prognoosib töötajate vajaduse suurenemist sotsiaalvaldkonna põhikutsealadel 2030. aastaks ligikaudu 20%, arvuliselt ligi 3000 uut töötajat.

Enim on järgmisel viiel kuni kümnel aastal puudu hooldustöötajatest. Hoolekande- ja tervishoiusektorisse oodatakse 1000–1200 uut hooldustöötajat. Hooldustöötaja ametikohalt lahkub ligi 1000 inimest aastas, väljaõppinud hooldustöötajaid kaotatakse konkureeriva palgatasemega kaubandus- ja teenindussektorile (Pihl ja Krusell 2021).

Aastal 2023 jõustub hooldekodukoha rahastamise muudatus, millega avalik sektor võtab hooldekoju kohatasust kanda hoolduspersonali tööjõukulud. Seni suuremas osas inimese enda ja ülalpidajate hoolteks jäetud hinnatundlikule teenustasule annab avaliku sektori raha lisandumine võimaluse tõsta hoolduspersonali palku. Hoolduspersonali töökoormust aitab leevendada suhtarvu kehtestamine abistatavate arvule töötaja kohta. Euroopa Liidu struktuurivahendite perioodi 2021–2027 rahastuse abil on kavas 2,6 miljonit eurot suunata pikaajalise hoolduse tööjõu kvalifikatsiooni parandamisele ja uute töötajate koolitamisele, koolitatud saaks 2000 hooldustöötajat.


### Pädevus ja tunnustamine

Tööturu uutele vajadustele peavad vastama ka sotsiaalvaldkonna erialade taseme- ja täiendusõpe. Kvaliteediootus eeldab sotsiaalvaldkonna erialade kvalifikatsiooni- nõuete ühtlustamist, ka tuleb parandada valdkonna juhtide teadmisi ja oskusi ning

kehtestada teenust osutavate asutuste juhtidele kvalifikatsiooninõuded. Järgnevatel aastatel on suund õppekavade, õppe sisu ning kutsestandardite nüüdisajastamisele ja koolitussüsteemi arendamisele. Šveitsi ja Eesti koostööprogrammis suunatakse 8,2 miljonit eurot sotsiaalvaldkonna õppekavade täiendamisele, täiendusõppesüsteemi väljatöötamisele ning sotsiaal- ja lastekaitsetöötajate tugisüsteemi ning valdkonna innovatsiooni toetamisele.

### Enim on järgmisel viiel kuni kümnel aastal puudu hooldustöötajatest.

Sotsiaalvaldkonnas töötamine peab olema ühiskonnas väärtustatud. Lastekaitse- ja sotsiaaltöötajaid on oluline tunnustada kui eriala tippspetsialiste. Eelduse selleks loob erialase kõrghariduse ja kutse nõue.

Töötajate huve esindavad kõige paremini erialaorganisatsioonid, kes on valdkonnas muutuste esilekutsumisel võrdväärsed arutelupartnerid. Töötajate huvikaitses ja tunnustamises on riigile strateegiline partner Eesti Sotsiaaltöö Assotsiatsioon. Sotsiaalministeerium premeerib igal aastal tunnustusüritusel sotsiaalvaldkonna parimaid töötajaid, asutusi ja ettevõtmisi. Kavas on tegutseda selle nimel, et tõsta sotsiaalvaldkonnas õppimise ja töötamise mainet. 

### Viidatud allikas

Pihl, K., Krusell, S. (2021). *Tulevikuvaade tööjõu- ja oskuste vajadusele: sotsiaaltöö*. Uuringu lühiaruanne. Tallinn: SA Kutsekoda.



**Maarja Kärson**

sotsiaalministeeriumi perede heaolu ja turvaliste suhete osakonna nõunik

## Kuidas plaanitakse toetada laste ja perede heaolu?

Eesti peab olema hea koht pere loomiseks ja laste kasvatamiseks ning siinsed lapsed hoitud ja õnnelikud. Sellele aitab kaasa toetav keskkond, laste õiguste kaitse ja perede hea toimetulek.

„Heaolu arengukava 2023–2030“ seab laste ja perede valdkonnas eesmärgi, et Eesti on hea paik pere loomiseks ja laste kasvatamiseks ning lapsed on õnnelikud, kasvades hoolivas, kaasavas, turvalises ning arendavas keskkonnas. Selle saavutamiseks keskendutakse laste õiguste ja heaolu edendamisele, lastekaitse ja laste hoolekande arendamisele, perede toimetuleku parandamisele ning lapsi ja peresid toetava keskkonna loomisele. Lastega peredele suunatud toetustel ja teenustel on otsene mõju ka sündimusele. Samuti hõlmab valdkond ohvriabisüsteemi arendamist, et kuriteo või vägivalda ohvreid paremini abistada ning vägivalda, eriti lähisuhetes, ennetada.

### **Valdkonna tegevussuunad**

Heaolu arengukavas on laste ja perede valdkonnas kaheksa tegevussuunda.

- Jätksuutliku sündimustaseme saavutamiseks vajalike meetmete kavandamine ja rakendamine.
- Peresõbraliku keskkonna loomiseks paari- ja peresuhteid ning vanemaharidust toetavate teenuste arendamine ja toetusmeetmete nüüdisajastamine.
- Lastekaitsekorralduse uuendamine abivajavatele lastele töhusa ja eesmärgipärase abi tagamiseks.
- Erivajadusega lastele tugisüsteemi loomine, mis võimaldaks abivajaduse kiiresti tuvastada, lihtsustaks vajadustele vastava abi saamist ning tagaks tugimeetmete rakendamise eelkõige lapse igapäevases viibimiskohas.
- Väärkoheldud lastele sujuva teekonna loomine abivajaduse märkamisest abi osutamiseni.
- Vajaduspõhise abi ja toetuse tagamine suure abivajadusega ja kompleksprobleemidega lastele ning nende peredele.
- Asendushooldust vajavatele lastele asutuste asemel peres kasvamise võimaluste tagamine ja asendushoolduselt ellu astuvate noorte vajaduspõhine toetamine.

- Ohvriabiteenuste piisav ja võrdväärne kättesaadavus Eesti kõigis piirkondades.

Lastekaitsekorralduse uuendamiseks koostab sotsiaalministeerium lastekaitse-seaduse jt seaduste väljatöötamiskavatsuse (edaspidi VTK), mis edastatakse lähikuudel arvamuse avaldamiseks huvirühmadele. Samuti jõustus 1. aprillil uus ohvriabi seadus, mille sujuv rakendamine ohvrite aitamiseks ja vägivalla ennetamiseks on üks lähiaastate olulisi tegevussuundi.

### Erivajadusega lapsed ning asendushooldus


Arengukava elluviimiseks on alustatud erivajadusega laste tugisüsteemi ümberkujundamist, mille käigus tuleb ühendada lapse vajaduste hindamine eri valdkondades, et vähendada dubleerivaid tegevusi ja abi saamisele kuluvat aega, ning töötada välja arusaadav ja lihtne tugisüsteem erivajadusega lapse vanemale, vähendades ka erinevate taotluste esitamist. Kavas on välja töötada sekkumiste mõju hindamise ja teenuste ühtlasema kvaliteedi tagamise süsteem koos selgema hinnastamis- ja rahastamismudeliga, uuendada rehabilitatsiooniteenuste sisu, korraldust ja rahastamist ning kujundada integreeritud tugimeetmed suure hooldus- ja abivajadusega lastele.

Suure ja kompleksse abivajadusega lastele ja nende peredele vajaduspõhise abi tagamiseks on vaja suurendada sihtrühmaga töötavate spetsialistide traumateadlikkust ja pädevust, samuti luua juurde teenuseid ja sekkumisi, et ennetada laste sattumist vabadust piiravasse kinnisesse lasteasutusse. Laste tõhusamaks abistamiseks on kavas asutada kompetentsikeskus, mis pakub kogu ööpäeva rehabilitatsiooniteenuseid erinevate vajadustega lastele, ning töötada välja ööpäevaringselt asutusepõhiselt teenuselt

lahkuvatele noortele ühetaoline jätkutoe süsteem.

Erilise tähelepanu all on asendushooldust vajavad lapsed, kes peaksid asutuse asemel saama kasvada pereskeskkonnas ja vajavad tuge asendushoolduselt ellu astumisel. Selleks nähakse arengukavas ette kõigi perepõhise asendushoolduse vormide (sh hoolduspered, eestkostepered ja lapsendamine) arendamist ning perepõhise hoolduse võimaluste laiendamist tavapärasest erineva või suurema hooldus- ja abivajadusega lastele. Tõhustatakse perede toetamist ning viiakse ellu tegevusi, mis aitavad juurutada asendushoolduse valdkonnas lapse õigusi ja perede heaolu toetavat suhtumist. Samuti jätkatakse terviklikult asendushoolduse teenuse sisu ja kvaliteedi arendamist. Koostöös haridus- ja teadusministeeriumiga on kavas analüüsida õpilaskodude sotsiaalsetel põhjustel kasutamise rolli ja mõju laste heaolule ning jätkata tööd asendushoolduselt lahkuvate noorte paremaks toetamiseks.

Perepõhise asendushoolduse edendamiseks on sotsiaalministeerium äsja ette valmistanud sotsiaalhoolekande seaduse jt seaduste VTK, mis pakub lahendusi mitmele praegusele kitsaskohale. VTK-s tehakse ettepanek kutseliste hooldusperede süsteemi loomiseks, mis võimaldaks perepõhist hooldust pakkuda ka kriisiolukorras perest eraldatud või teatud eriliste vajadustega lastele. Samuti tehakse VTK-s ettepanek reguleerida perepõhise asendushoolduse tugiteenused ja täpsustada kohaliku omavalitsuse rolli perede toetamisel. Ettepanekud käsitlevad ka laste eestkostjatele parema ettevalmistuse ja toetuse tagamist, lapsendamissaladuse põhimõtete muutmist suurema avatuse suunas ning asutusepõhisele hooldusele suunatud laste huvidega paremat arvestamist.

VTK saadeti huvirühmadele arvamuse avaldamiseks 2023. aasta märtsis. 

**Kaire Tamm***sotsiaalkindlustusameti ohvriabi ja ennetusteenuste osakonna juhataja***Andrei Liimets***sotsiaalkindlustusameti psühhosotsiaalse toe talituse juhataja***Kati Mäesaar***sotsiaalkindlustusameti kuriteoohvri hüvitise teenuse juht*

# Uus ohvriabi seadus avab ukse suuremale hulgale abivajajatele

Seadusega laiendatakse ohvriabiteenuste valikut ja isikute ringi, kellele ohvriabi koos partneritega tuge pakub. Suurendatakse ka kõigi teiste spetsialistide võimalust ohvriabi kaasata, lihtsustatakse kuriteoohvri hüvitise määramise põhimõtteid, täpsustatakse asutuste rolle ja ohvrite kohtlemise põhimõtteid ning andmevahetuse korraldust.

Aprilli alguses jõustus uus ohvriabi seadus, mis vahetas välja ligi kakskümmend aastat kehtinud ja aja jooksul kümneid kordi muudetud, kuid sisult siiski ajale jalgu jäänud seaduse. Uue ohvriabi seaduse eesmärk on säilitada või taastada kuriteo, vägivalda või kriisijuhtumi tõttu kahjustatud füüsiliste isikute toimetulekuvõime ja turvatunne ning ennetada vägivalda kordumist ohvriabi teenuste ja hüvitiste kaudu.

Kuigi paljud vägivaldaga seotud probleemid on Eestis endiselt teravad<sup>1</sup>, on abi saamise võimalused paremad kui kunagi varem. Riigikogus 2003. aastal vastu võetud esimene ohvriabi seadus nägi ette vaid üht teenust ja riiklikku kuriteohüvitist.

Algselt vabaihenduste eestvedamisel, seejärel mitme rahvusvahelise suunise surve (Euroopa Liidu kuriteoohvrite direktiiv, Euroopa Nõukogu nn Istanbuli konventsioon) ning aktiivse ohvriabikogukonna toel on tänaseks välja kujunenud mitmekülgset abi pakkuv ohvriabisüsteem, mille edukaks toimimiseks tuli seadustikku ajakohastada.

Anname põgusa ülevaate, mida uue seaduse muudatused valdkonnale ja abi saajatele kaasa toovad.

## Mitmekülgsem abi ja uute teenuste õiguslik alus

Ohvriabiteenuste areng on viimastel aastatel olnud kiire. Ohvriabi ja partnerite

<sup>1</sup> Uuringute põhjal (Vägivallaennetuse kokkulepe 2021–2025) teame, et suur osa ohvritest ei jõua Eestis politsei, ohvriabi või tervishoiusüsteemi vaatevälja ega saa seetõttu tuge, mis aitaks traumast taastuda. Vägivald põhjustab suuri kannatusi kuriteo vahetutele osalistele ja nende lähedastele, aga mõjutab laiemalt ka kogu ühiskonda ning põhjustab suuri kulusid: erinevate hinnangute kohaselt võivad vägivallakuritegude kulud ulatuda miljonite eurodeni aastas.

eestvedamisel on ellu kutsutud uusi teenu-seid, et pakkuda ohvrite vajadustele vasta-vat tuge. Mõnest algatusest välja kasvanud lahendust on praktikas osutatud abiva-jajatele juba aastaid, ilma et seda oleks seaduslikult selgelt reguleeritud. Uues seaduses on kirjeldatud ohvriabisüsteemi praeguseid võimalusi ja kaheksat peamist

### Ohvriabiteenused

- 1) ohvriabi põhiteenus;
- 2) psühhosotsiaalne abi kriisijuhtumi korral;
- 3) naiste tugikeskuse teenus;
- 4) seksuaalvägivalla kriisiabi;
- 5) inimkaubandusohvrite teenus;
- 6) taastava õiguse teenused;
- 7) vägivaldast loobumise toetamine;
- 8) traumast taastumist toetav vaimse tervise abi.

ohvriabiteenust.

Enamiku inimeste peamine kontakt ohvri-abisüsteemiga on ohvriabi põhiteenus, mida osutatakse kõikjal Eestis ohvriabitöötajate kaudu. Ohvriabi põhiteenuse sisu on ohvriabitöötaja poole pöördunud inimeste abi-vajaduse hindamine, psühhosotsiaalse abi osutamine, võimalikest teenustest ja kaitsemeetmetest teavitamine ning abistamine suhtlemisel teiste asutustega. Põhiteenuse osa on ka kaugnõustamine, mis hõlmab kogu ööpäeva töötavat ohvriabi kriisite-lefoni 116 006 ning emotsionaalse toe ja hingehoiu telefoni 116 123. Tasuta abi on kättesaadav eesti, vene, inglise ja pisut väik-semas mahus ka ukraina keeles. Ohvriabi poole võib pöörduda ka [www.palunabi.ee](http://www.palunabi.ee) lehelt leitava veebivestluse akna kaudu.

Seadus näeb ette sotsiaalkindlustus-ameti suuremat rolli psühhosotsiaalse abi

pakkumisel suurte kriisijuhtumite korral. Psühhosotsiaalne abi kriisijuhtumi korral hõlmab ka kriisitelefoni ja eelmisel aastal alustanud väljareageerimist, mida raken-dades osutavad ohvriabitöötajad sündmus-paigal kohe abi.

Naistevastase vägivalla ohvritele on ava-tud igas maakonnas naiste tugikeskused. Seksuaalvägivalla kriisiabikeskused abis-tavad seksuaalvägivalla ohvreid (nii naisi kui ka mehi) nelja suurema haigla juures Tallinnas, Tartus, Pärnus ja Kohtla-Järvel. Inimkaubanduse ohvritele ja prostitutsiooni kaasatutele pakub tuge inimkaubandusohv-rite teenus.

Eraldi komplekti moodustavad taastava õiguse teenused. Nende kaudu saab era-pooletu vahendaja abil kokku tuua ohvri ja juhtunuga seotud muud osalised, anda neile selgitamise ning ärakuulamise võimalus ja jõuda vahendatud protsessis kokkuleppele, kuidas kahju hüvitada ning õiglustunde taastumist toetada. Endise psühholoogilise abi asemel on seadusesse kirjutatud trau-mast taastumist toetav vaimse tervise abi, millest lähemalt allpool.

---

**Seaduse eesmärk on säilitada või taastada kuriteo, vägivalla või kriisijuhtumi tõttu kahjustatud füüsiliste isikute toimetuleku-võime ja turvatunne ning ennetada vägivalla kordumist.**

---

Murranguliseks võib pidada ohvriabis tähelepanu pööramist ka vägivaldase toime-panijatele, mis senini oli pigem vanglasüs-teemi ja vabavahenduste pärusmaa. Üha enam on kujunenud mõtteviisi, et vägivalla ennetamiseks ei piisa ainult ohvri abistami-sest ning vägivalla peatamiseks ja vägivaldse käitumise lõpetamiseks peab nõustama

ka inimesi, kellel lasub vastutus vägivalda kasutamise eest. Selle huvides on vägivalda tarvitajatele suunatud vägivallast loobumise toetamise teenus.

Konkreetsest abivajadusest või teenusest olenemata sõnastab uus seadus ohvri kohtlemise põhimõtted, et luua võimalikult head tingimused iga abivajaja toetamiseks. Olulised märksõnad on „ohvrikeskus“, „kaasatus“, „informeerimine õigustest ja abi saamise võimalustest“, „abivajaduse terviklikkus“ ning „abi kättesaadavus“. Inimõigustel põhinev ohvrikeskne käsitlus eeldab nii esmasel abistamisel kui ka süütoomenetluses ohvri inimväärikat kohtlemist, tema käitumise ja valikute põhjuste mõistmist, ohvrit toetavat suhtumist ning ohvrile kiire ja mitmekülgse abi pakkumist, et vältida taasohvristamist ja ebavõrdset kohtlemist.

Esimest korda on seaduses sõnastatud kõigi ohvriabiteenuste osutajate kohustus pakkuda psühhosotsiaalset abi. See hõlmab nii esmast abi kui ka kogetud juhtumist taastumist toetavat muud abi iga ohvri vajaduste järgi. Ohvrite abistamiseks on vaja laiahaardelist käsitlust, arvestades sotsiaalseid, psühholoogilisi ja emotsionaalseid aspekte ja vaadates inimest kui tervikut. Nende asjaolude parimaks mõistmiseks ja sobivate teenuste valimiseks kohustab seadus iga juhtumi korral hindama ohvri abivajadust.

Psühhosotsiaalse abi tagamine võib sisaldada psühholoogilise esmaabi pakkumist äsja avalikus kohas ründe ohvriks langenud inimesele, pikemat tuge turvatunde taastamisel ja oma elu paika sättimisel perevägivalda ohvrile, aga ka ulatusliku mõjuga kriisijuhtumi korral kümnete inimeste elu mõjutavate protsesside käivitamist.

See võib tähendada liikumist erinevate teenuste ja teenuseosutajate vahel. Et tagada kõigi ohvriabiteenuste võimalikult hea kvaliteet, täpsustab seadus vahetu

ohvriabi osutaja – ohvriabitöötaja, ohvritega töötava isiku, ohvriabi vabatahtliku – kvalifikatsiooninõuded ja kohustused. Eraldi määruse alusel nõutakse ohvriabitöötajalt ja juhtumikorraldaja ülesandeid täitvalt isikult edaspidi sotsiaaltöö kõrgharidust, sotsiaaltöötaja kutset või asjaomast ettevalmistust koos kõrgharidusega.

---

### Sätetatakse andmete vahetamise õiguslikud alused ohvrile ohvriabi tagamiseks.

---

Ettevalmistust ühes koolitustega pakub ja hindab sotsiaalkindlustusamet, kelle ülesanne on korraldada ohvriabi täiendus- koolitusi, kaasata ja juhendada ohvriabi vabatahtlikke, korraldada ennetust ja teavitust teadlikkuse suurendamiseks vägivalda mõjudest ja ohvriabiteenustest ning teha koostööd riigi- ja kohaliku omavalitsuse teiste asutuste ning organisatsioonidega.

### Lühtsustub andmevahetus teiste asutustega

Ohvri jõudmine ohvriabisse on sõltunud isegi keeruliste juhtumite korral inimese enda aktiivsusest, oskustest ja julgusest, mistõttu võivad haavatavas olukorras inimesed jääda eemale abist, milleks neil on tegelikult õigus ja mille järele on vajadus. Sageli tähendab see delikaatsete isikuandmete liikumist ohvriabi ja teiste asutuste, näiteks politsei, kohaliku omavalitsuse või haiglate vahel. Uue seadusega sätestatakse andmete vahetamise õiguslikud alused ohvrile ohvriabi tagamiseks.

Kuigi ohvriabi saamise aluseks jääb enamasti ikka inimese nõusolek, ei pea kõige raskemas olukorras ohvrid enam ise aktiivselt abi otsima. Nende inimeste andmed, kellel on kriminaalmenetluses tuvastatud

erikohtlemise ning kaitse vajadus, esitab menetleja esimesel võimalusel sotsiaalkindlustusametile, et ohvriabitöötaja saaks inimesega ühendust võtta.

Senini on enamik juhtumeid jõudnud ohvriabisse politsei kaudu, nüüd annab seadus ka teistele asutustele aluse kaasata ohvriabi, kui inimene on selleks nõus ja seda soovib. Kui ohver on abi saamiseks pöördunud riigi või kohaliku omavalitsuse asutuse, tervishoiu- või hoolekandeesutuse, vaimse tervise spetsialisti või muu spetsialisti poole, edastab asutus sotsiaalkindlustusametile ohvri andmed: ees- ja perekonnanime, kontaktandmed, juhtumi liigi ja ohvriabi saamise soovi.

Andmevahetuse hõlbustamiseks on sotsiaalkindlustusamet teenuseosutaja ja spetsialisti jaoks välja töötamas andmete edastamise lihtsat vormi, mis tuleb täidetuna edastada sotsiaalkindlustusametile krüpteerituna. Lisaks sätestatakse konfidentsiaalsuskohustus, et ohvriabi osutamisel teatavaks saanud andmed ohvri ja vägivaldteo toimepanija kohta oleksid hoitud.

Ohvriabi seaduses on eraldi reguleeritud hädaohus oleva täisealise perevägivaldohvri abistamine olenemata ohvri nõusolekust. Samuti on seaduses välja toodud, milliseid ohvri, toimepanija ja leibkonnas elavate laste isikuandmeid võib töödelda ning mis asutuste vahel võib ühise laua taga infot vahetada.

### **Traumast taastumist toetava vaimse tervise abi**

Traumast taastumist toetava vaimse tervise abi (eelmisses seaduses sõnastatud kui psühholoogilise abi kulu hüvitis) eesmärk on soodustada kuriteo ja vägivald ohvri psühhosotsiaalse tasakaalu taastumist ning vähendada ohvri psüühika- ja käitumishäirete tekkimise tõenäosust või nende intensiivsust.

Traumast taastumist toetav vaimse tervise abi – psühholoogiline nõustamine või psühhoteraapia individuaal-, paari-, pere- või grupiteenusena – on edaspidi kättesaadav ka nendele seksuaalvägivald ja perevägivald ohvritele, kellega juhtunu kohta ei ole süüteo menetlust alustatud, kuid kellel on abivajadus ja kogetud trauma takistab eluga edasi minekut.

---

### **Seadus kohustab iga juhtumi korral hindama ohvri abivajadust.**

---

Samuti täpsustab uus seadus isikute loetelu, kes on õigustatud saama traumast taastumiseks vaimse tervise abi, kui neil on juhtunuga seotud abivajadus. Abi saab laiem ring ohvri lähedasi või sugulasi: ohvri lapsed, lapselapsed, vanemad ja teised last kasvatavad isikud, vanavanemad, õed, vennad, ohvriga abielus või püsivas kooselus olevad või olnud isikud. Lisaks laiendati traumast taastumist toetava vaimse tervise abi õigust ka isikutele, kes osalevad kriminaalmenetluses tunnistajana.

Loetletud isikutel on vajaduse korral õigus saada traumast taastumist toetavat vaimse tervise abi kuni ühe kuutasu alamäärana ulatuses (2023. aastal 725 eurot). Kuni vajaduse äralangemiseni on õigus traumast taastumist toetavat vaimse tervise abi saada inimkaubanduse ohvritel, seksuaalselt väärkoheldud lapsel ja terrorikuriteo ohvritel. Nendel juhtudel hindab sotsiaalkindlustusamet abi jätkamise vajadust iga kord, kui teenuse kasutamisel täitub kuutasu alamäär, küsides vajadusel ka teenuseosutajalt hinnangut abi jätkamise vajaduse kohta.

### **Hüvitise taotlemise ja arvestamise põhimõtted**

Kuriteoohvri hüvitise eesmärk on leevendada ohvrile või tema lähedastele osaks

saanud raskete vägivallekuritegude materiaalseid tagajärgi. Senine praktika näitab, et hüvitise saajate arv on vägivallekuritegude levikut arvestades olnud tagasihoidlik ja hüvitise taotlemine ohvri või tema lähedase jaoks ebamõistlikult keeruline ning koormav.

Hüvitisele on õigus vägivallekuriteo tagajärjel raske tervisekahjustuse saanud ohvri, kellel on seetõttu tekkinud varaline kahju, s.t tema sissetulek on vähenenud või on tervise taastamisega seoses tekkinud lisakulud. Ohvri surma korral makstakse hüvitist ülalpeetavatele.

Hüvitise piirmäär ühe ohvri kohta jäi senise 9590 euro juurde. Eelnõu koostamise käigus arutati ka hüvitise ülempiiri tõstmist ja ohvriabi fondi loomist, kuid jõuti järeldusele, et nende meetmete järele puudub vajadus. Uues ohvriabi seaduses on hüvitise maksmisel üks olulisem muudatus see, et hüvitisest ei arvestata enam maha riiklikke toetusi, nagu töövõimetoetus, toitjakaotuspension ja kohaliku omavalitsuse matusetoetust, mistõttu on ühekordselt või iga kuu<sup>2</sup> väljamakstav summa suurem.

Varalisest kahjust hüvitatakse 80%, v.a ohvri matusekulud ja isiklikele esemetele kuriteo käigus tekitatud kahju, mis hüvitatakse alammäära ulatuses (2023. aastal 725


eurot). Hüvitise alammäära ulatuses maksitavaid kulusid ei ole vaja enam kulutšekidega ega arvetega tõendada. Küll aga on vaja tõendada, kes kandis matusekulud, et sotsiaalkindlustusamet saaks hüvitise välja maksta.

---

**Kuriteoohvri hüvitise eesmärk on leevendada ohvrile või tema lähedastele osaks saanud raskete vägivallekuritegude materiaalseid tagajärgi.**

---

Hüvitise taotlemine muutus lihtsamaks. Selleks et hüvitist saada, ei pea tööealine inimene enam töötukassas töövõime hindamist läbima ja vanaduspensioniealisel ei ole vaja taotleda puuet. Enam ei ole kuriteoohvri hüvitise saamiseks oluline, kas inimene on tööealine või vanaduspensioniealine. Mõlemal juhul hüvitatakse sissetuleku vähenemisest tekkinud kahju ehk saamata jäänud osa sotsiaalmaksuga maksustatavast tulust.

Kokkuvõttes parandab uus ohvriabi seadus ohvriabiteenuste kättesaadavust, ajakohastab teenuste ja kuriteoohvri hüvitiste süsteemi ning loob teenuste kvaliteedi paranemise eeldused. 

## Viidatud allikad

---

**Ohvriabi seadus.** (2023). *Riigi Teataja I*. 06.01.2023, 1.

**Vägivallaennetuse kokkulepe 2021–2025.** (i.a). [www.just.ee/kuritegevus-ja-selle-ennetus/vagivallaennetuse-kokkulepe](http://www.just.ee/kuritegevus-ja-selle-ennetus/vagivallaennetuse-kokkulepe) (03.04.2023).

---

<sup>2</sup> Ühekordselt hüvitatakse tervise taastamisega seotud lisakulud (nt ohvri ravikulud, sõidukulud raviasutusse ja tagasi), kulud prillidele ja abivahenditele; isiklikele esemetele tekitatud kahju, ohvri matusekulud ja ohvri hooldaja ajutisest töövõimetusel tekkiv kahju. Igakuise väljamaksena hüvitatakse ohvri sissetuleku vähenemisest tulenev kahju, mis arvutatakse vägivallekuriteole eelneva kuu sotsiaalmaksuga maksustatava tulu alusel.

## Nõustamisteenuste talituse spetsialistid

sotsiaalkindlustusameti laste heaolu osakond

# Sotsiaalkindlustusameti tugi lastekaitsetöötajatele

Lastekaitsetöötajate töö on keeruline ja sageli stressirohke. Nende aitamiseks, toetamiseks ja läbipõlemise ennetamiseks on välja töötatud mitmekülgne toetuste pakett.

Sotsiaalkindlustusameti laste heaolu osakond on ellu kutsunud selleks, et suurendada riigi tuge kohalikele omavalitsustele lastekaitse ülesannete täitmisel ning ühtlustada ja parandada kohaliku lastekaitsetöö kvaliteeti.

Osakonna koosseisus tegutsev nõustamisteenuste talitus pakub lastekaitsetöötajatele mitmekülgset toetuspaketti. Eesmärk on toetada lastekaitsetöötajate professionaalset arengut ja tööga toimetulekut, ennetada läbipõlemist ning pakkuda partnerlusel põhinevat tuge lastekaitsejuhtumite lahendamisel nii riigisiselt kui ka rahvusvaheliselt.

### Lastekaitsetöötaja mentorlus

Mentorlus on eelkõige hea võimalus neile, kes on lastekaitsetööd alles alustanud või lastekaitsetööst kaua eemal olnud. Seda aga võivad kasutada ka pikemalt ametis olnud lastekaitsetöötajad, kes soovivad end mõnes kindlas valdkonnas täiendada.

Mentorlusega alustati 2020. aastal ja huvi selle vastu järjest suureneb. Mentorluse eesmärk on toetada ja abistada lastekaitsetöötajaid igapäevatöö teadmiste ja oskuste omandamisel ning toetada professionaalset arengut.

Piirkonna konsultandi ja lastekaitsetöötaja koostöös koostatakse individuaalne mentorlusplaan, milles pööratakse tähelepanu lastekaitse valdkonna olulistele oskustele, põhimõtetele ja väärtustele, kuid esmajoones keskendutakse just neile tegevusvaldkondadele, milles lastekaitsetöötaja tunneb end kõige enam tuge vajavat.

Mentorlus koosneb kolmest põhiplokist, mis peaks andma mitmekülgse ülevaate kõigist teemadest, millega töös kokku puututakse.

1. Strateegiline vaade lastekaitsetööle, vajaduspõhine planeerimine, ennetustöö, valdkonnaülene koostöö ja lastekaitsetöötaja rollid.
2. Juhtumikorraldus ja klienditöö, võrgustikutöö, sotsiaalteenuste ja -toetuste andmeregister (STAR).
3. Lastekaitsetöötaja enesehoid ja -areng, töönoustamine, kutse taotlemine, aja planeerimine ja lastekaitsetöö mainekujundus.

Iga teemaploki juurde oleme koondanud abistavaid materjale, mida on hea ka pärast mentorlust töös kasutada. Mentorlust



iseloomustab nii teenuse sisu, kestuse kui ka kohtumiste sageduse ja vormi paindlikkus.

## Lastekaitsejuhtumi nõustamisteenus

Nõustamisteenusega pakutakse abi juhtumite lahendamisel ja aidatakse leida lapsele või perele sobivaid riigi pakutavaid abimeetmeid. Teenuse alus on konsultandi ja lastekaitsetöötaja partnerlusel põhinev koostöö ning selle eesmärk on lapse suurem heaolu ja parem toimetulek.

Nõustamisteenuse osutamine algab kohaliku omavalitsuse taotluse esitamisega abi saamiseks lastekaitse juhtumi lahendamisel, millele järgneb konsultandi ja lastekaitsetöötaja juhtumiarutelu. Lähtuvalt juhtumist toetab konsultant lastekaitsetöötajat juhtumikorralduses, abivajaduse hindamisel ning riski- ja kaitsetegurite analüüsimisel, sobivate abimeetmete kavandamisel ja tulemuslikkuse hindamisel, vajadusel osaletakse võrgustikutöös. Nõustamisteenuse kestus oleneb konkreetsest juhtumist. Teenus lõpetatakse kokkuvõttega, kus tuuakse välja soovitusel edasiseks. Aastal 2022 olid pöördumised peamiselt seotud hooldusõiguse küsimusega, lapse käitumisraskuste, enesehävitusliku käitumise või lapse erivajadusega.

Nõustamisteenuste tiim koosneb üheksast konsultandist, kellel on pikaajaline kogemus lastekaitse valdkonnas ja kes mõistavad lastekaitsetöötaja igapäevatöö muresid.

## Töönõustamine

Töönõustamist, mida tuntakse ka supervisioonina, on võimalik sotsiaalkindlustusameti kaudu saada nii lastekaitsetöötajatel, lastekaitse valdkonna juhtidel kui ka kogu võrgustikul.

1. **Lastekaitsetöötajate grupisupervisioon.** See töönõustamise vorm on mõeldud lastekaitsetöötajatele ja toimub jätkuva

protsessina kolm korda aastas. Eesmärk on oma praktika süstemaatiline reflekteerimine, enda ja teiste professionaalsest kogemusest õppimine, tööroõmude ja parimate kogemuste jagamine.

2. **Lastekaitsetöötajate juhtide grupisupervisioon.** See töönõustamise vorm on mõeldud kohalike omavalitsuste lastekaitse valdkonna juhtidele. Juhtimiskvaliteet mõjutab otseselt töötajate heaolu ja lastekaitsetöö kvaliteeti, mistõttu on neile töönõustamine eraldi ellu kutsutud, et pakkuda neile võimalust areneda koos teiste sarnasel ametikohal töötajatega. Selle käigus saavad juhid vahetada lastekaitsetöö korraldamise kogemusi ja mõelda koos selle üle, kuidas oma töötajaid paremini toetada ning ise juhina areneda.

3. **Võrgustiku supervisioon.** Võrgustikule pakutava töönõustamise eesmärk on koondada iga spetsialisti pädevus ja professionaalne vaade, et leida olukordadele lahendusi ja saada juhtnõore võrgustiku eesmärkide täitmisel. Nõustamist võib kasutada nii keeruliste juhtumite lahendamisel kui ka võrgustikutöö arendamisel laiemalt, näiteks siis, kui soovitakse piirkonnas võrgustikutööd tõhustada, käivitada uus arendusvõrgustik või muul moel võrgustikku toetada.

Sellest aastast alustas uus töönõustamise grupp saatjata alaealiste välismaalastega (sh Ukrainast tulnud ilma vanemateta lapsed) töötavatele lastekaitsetöötajatele, mis toimib veebipõhiselt, et osalejad saaksid liituda üle Eesti.

## Rahvusvahelised lastekaitsejuhtumid

Rahvusvaheliste juhtumite korral on abi vajav laps või üks lapsevanem pärit välisriigist, on seal elanud või endiselt elab.

Lastekaitse rahvusvaheliste üksikjuhtumite menetlemisel on sotsiaalkindlustusameti ülesanne vahendada infot omavalitsuse ja välisriikide (lastekaitse) ametkondade vahel ning anda nõu. Kohalik omavalitsus on juhtumikorraldaja.

Sotsiaalkindlustusameti poole on pöördutud peamiselt hooldusõiguse ja suhtluskorra, välisriigis abi vajavate laste, lapse heaolu kontrolli taotluste, eestkoste, lapseröövi juhtumite või välisriigi lastekaitsetöötajate infovahetuse asjus.

Euroopa Liidu (EL) riikides tehakse rahvusvahelisi koostöötaotlusi ja päringuid nõukogu määruse 2019/1111 alusel, mis käsitleb kohtualluvust, abieluasjade ja vanemliku vastutusega seotud kohtuasjades tehtud lahendite tunnustamist ja täitmist ning rahvusvahelisi lapserööve (ELT L 178, 02.07.2019, lk 1–115), artikli 79 punktides a, b, f ja g ning artiklites 80 ja 82 ette nähtud ülesandeid (v.a Taani Kuningriik). Alates 1. augustist 2022 on nimetatud artiklite rakendamise korral keskasutus sotsiaalkindlustusamet. Teiste riikide korral on Haagi 1996. aasta konventsiooni järgi Eestis keskasutuseks justiitsministeerium. Seega tegelevad Eestis rahvusvaheliste koostöötaotluste ja päringutega kaks keskasutust, kuid lapseröövi ja elatise küsimustes on keskasutuseks ainult justiitsministeerium.

### **Saatjata alaealised välismaalased**

Välismaalasele rahvusvahelise kaitse andmise seaduse kohaselt peetakse saatjata alaealiseks kuni 18-aastast välismaalast,

kes saabub või on saabunud Eestisse ilma vanema, eestkostja või muu vastutava täiskasvanud saatjata või kes jääb Eestis viibides ilma vanemast, eestkostjast või mõnest teisest vastutavast täiskasvanust.


Sotsiaalkindlustusameti ülesanne on lapsega vestelda ja välja selgitada, kas tema parimates huvides tuleks ta suunata asendushooldusteenusele. Saatjata alaealise esindaja on kohalik omavalitsus (rahvastikuteregistri või selle puudumise korral viibimiskoha järgi) kuni ajani, kui lapsele määratakse füüsilisest isikust eestkostja.

Saatjata alaealise juhtumikorraldaja on sotsiaalkindlustusamet. Kui laps suunatakse asendushooldusele, siis korraldab lapse igapäevaelu kohalik omavalitsus koos teenuse osutajaga. Teenuse eest tasub sotsiaalkindlustusamet. Kui noor on vaja suunata edasi järelhooldusteenusele, siis korraldab ja rahastab teenust omavalitsus.

Kui laps tuleb Eestisse sugulase või tuttava, kes pole volitatud last esindama, saab omavalitsus vajaduse korral last esindada või suunata lähedane eestkoste vormistamiseks kohtusse pöörduma.

### **Toetuspakett on tasuta kättesaadav**

Toetuspakett on kättesaadav kõigile lastekaitsetöötajatele Eestis ja on omavalitsuse jaoks tasuta.

Sotsiaalkindlustusameti poole toe saamiseks võib pöörduda nii lastekaitsetöötaja kui ka tema otsene juht. Teenuse soovist võib kirjutada nii piirkonna konsultandile kui ka meiliaadressil [info@sotsiaalkindlustusamet.ee](mailto:info@sotsiaalkindlustusamet.ee). 

**Kairiin Nuudi**

ajakirja Sotsiaaltöö toimetaja

## Kohtla-Järve sotsiaaltöös on palju erinevaid tahke

Kohtla-Järvet teatakse valdavalt venekeelse elanikkonnaga tööstuslinnana. Sotsiaaltöötajate tööpõld 32 000 elanikuga linnas on päris lai: abivajajaid jagub ja ühtegi valdkonda ei tohi unarusse jätta.

Ajakirjale antud intervjuus tutvustavad linnavalitsuse sotsiaaltöö peaspetsialist **Kirke Kübarsepp** ja sotsiaalhoolekandekeskuse projektijuht **Maie Puusepp** kohaliku sotsiaaltöö eri tahke ning räägivad ka sellest, mis neile rõõmu valmistab: hästi käima läinud projektidest, ladusast infovahetusest koostööpartneritega ning küünarnukitundest, mida tuntakse suheldes kolleegidega.

### Töökorraldus

Linnavalitsuse sotsiaalteenistuses on üle kahekümne töötaja. Kõige rohkem on lastekaitse spetsialiste ja toimetulekutoetuse ning linna toetustega tegelevaid ametnikke. Üks spetsialist tegeleb ainult hooldajatoetustega, sest seda toetust saab linnas üle 400 inimese. „Väga hea meel on selle üle, et meil on lausa viis lastekaitsetöötajat. Kunagi varem pole neid nii palju olnud. On olnud ka ainult üks töötaja,“ räägib Kirke Kübarsepp ja lisab, et uute

lastekaitsetöötajate jaoks on nad kasutanud ka sotsiaalkindlustusameti mentori tuge, et sisseelamine oleks ladusam.

Kohtla-Järve sotsiaalhoolekandekeskus osutab linna allasutusena mitmesuguseid teenuseid. Ka linnavalitsuse sotsiaaltöötajate töökohad on kahe maja vahel ära jaotatud, kaks töötajat võtavad vastu Ahtme linnosas. Sotsiaalhoolekandekeskus osutab nii kodu- kui ka koduhooldusteenust. „Lisaks kuulub keskuse koosseisu laste turvakodu, kuhu tuuakse lapsi ka teistest linnadest ja valdadest. Ida-Virumaal ongi kaks turvakodu, meil ja Narvas,“ toob Kirke esile. Veel on linnas suur sotsiaalmaja ja psüühiliste erivajadustega inimeste päevakeskus, kus osutatakse igapäevaelu toetamise teenust ja toetatud elamise teenust. „Varem oli linnavalitsusel veel allasutus Kohtla-Järve vanurite hooldekodu, aga selle müüsimise eelmise aasta lõpus ära,“ täpsustab Kirke hoolekandetasutuste kohta.

Aastatel 2020 ja 2021 osales Kohtla-Järve koos teiste Ida-Virumaa omavalitsustega sotsiaalministeeriumi algatatud arengu-programmis „Pöördepunkt“, mis võimaldas sotsiaalteenuseid arendada.

### Uus teenus võeti hästi vastu

„Koduteenusel on meil üle saja inimese. Koduhoolduse kaudu, mille arendasime välja „Pöördepunkti“ programmis, on abi saanud 56 inimest,“ selgitavad naised.

Teenus on Kohtla-Järvel hästi vastu võetud, vajadus selle järele on suur. Maie Puusepp kiidab: „Info levib suust suhu ja memmed helistavadki, et kuulsid teenusest ning neil on seda ka vaja...“ Kindlasti on huvi praegu suurem ka seetõttu, et projekti kaudu on teenus tasuta. Projektijuhina näeb Maie, et teenus on inimestele suureks abiks kodus iseseisvalt hakkama saamiseks. „Kui ongi olukord, et inimene võiks ise toime tulla, aga näiteks enese pesemisel vajab abi, siis ainult sellepärast, et ei saa kodus üksi pestud, ei peaks keegi kolima hooldekodusse,“ usub Maie.

Sotsiaaltöötajatel on hea meel, et linnas on Ida-Viru keskhaigla ja suur perearstikeskus, haiglas on ka vaimse tervise kabinet. Olulisi teenuseid osutavad MTÜ Allium, mis tegeleb HIV-nakatanute ja uimastisõltlastega, ning sõltuvusprobleemidega noorukite ravikeskus Torujõe noortekodu. Linn osaleb veel mitmes projektis, nagu vabatahtlik seltsiline, noortegarantii tugisüsteem, isikukeskne erihoolekande teenusmudel (ISTE). „Selles mõttes on Kohtla-Järve hea koht, et kõik teenused on tegelikult olemas,“ jääb Kirke teenuste valikuga kokkuvõttes rahule.

### Koostöö ja ennetus

Lastekaitsetöös pakuvad suurt tuge pere tugisikud. „Praegu ei kujutakski lastekaitsetööd nendeta ette,“ ütleb Kirke ja lisab: „Isegi kui meil on lastekaitsetöötajaid

juurde tulnud, siis töömaht on nii suur, et töötajad ei jõua kuidagi mitu korda nädalas iga pere juures käia.“ Pere tugisikuteenust osutavad linnas MTÜ Igale Lapsele Pere ja SOS Lasteküla.

„Eks peaks rohkem tegelema perede ja lastega, et ei kasvaks juurde järgmist põlvkonda noori, kes pole näinud normaalset pere toimimist. Aga samal ajal ei saa unustada ka neid, kes juba praegu abi vajavad ja on vanemas eas,“ arwab Maie. Ta näeb, et paratamatult on erinevad sotsiaaltöö alad omavahel seotud. „Oleme üritanud rohkem ennetustöösse panustada: Tallinna Tervishoiu Kõrgkooliga peame läbirääkimisi, et hakata lapsevanematele tegema tasuta esmaabikoolitusi, soovime ka alustada Gordoni perekooliga. „Imeliste aastate“ koolitus on vanematele juba mitu aastat,“ täiendab Kirke, „aga tegelikult üritame muidugi kõigile teenuseid arendada ega saa öelda, et üks sihtrühm oleks tähtsam.“

### Lastekaitsetöös pakuvad suurt tuge pere tugisikud.

Rõõmu tuntakse selle üle, et sotsiaaltöötajatel on väga hea koostöö politsei ja päästeameti, haigla ning perearstidega. „Infovahetus on meil üsna kiire: kohe, kui abivajajat nähakse, siis meile ka teatatakse,“ kirjeldab Kirke suhteid partneritega, „ja suhtlemine on ka selline vahetu. Politsei tuleb uksest sisse, et on selline probleem ja lähme, uurime, teeme. See on väga tore.“

Viimaste aastate suurematele koolitustele tagasi vaadates näeb Kirke, et pikkade ja mahukate koolituste üks oluline kasutegur on omavalitsuste sotsiaaltöötajate hästi koostöine õhkkond. Koolitusel osalenutel tekib ühine informatsioon. „Me mõistame asju ühtmoodi, väärtus- ja informatsioon on



Keskmisest Eesti omavalitsusest on Kohtla-Järvel kindlasti rohkem eri kultuuride esindajaid.

Foto: Igor Parv

ühtlustunud,“ arutleb Maie täienduskoolituste ja programmide laiema mõju üle.

### Sotsiaaltöötajate mitut laadi katsumused

„Eks lähiajal saame palju tegeleda hooldereformiga,“ tuleb Maie pikaajalise hoolduse küsimuste juurde tagasi, „tulevad uued reeglid, inimeste abivajadust on vaja hakata ümber hindama ...“ Kirke näeb, et seejuures võib kõige keerulisem olla just sotsiaalsakonna töötajate koormuse ohjamine: „Meil on karjuv tööjõupuudus: kogu see hindamine, ka puuetega inimeste hindamine, sest sotsiaalkindlustusamet hakkab nüüd ka täisealiste puuetega inimeste infot meiega jagama, lisaks paberitöö. Meil on vaja juurde tervet jalgpallimeeskonda!“ Maie naljatleb: „Sellest kujuneb igal juhul paras proovikivi. Suvepuhkusele keegi vist ei saa.“

Kohtla-Järvel on veel üks eripära: sealset korterite hinnad on olnud pikalt väga

madalad. „Ühetoalise korteri sai enne Ukraina põgenike tulekut kätte 5000 euroga,“ selgitab Maie. Nüüd on hinnad küll oluliselt tõusnud, kuid võrreldes teiste linnadega ikkagi madalad. „Ja sellega käib kaasas üks huvitav probleem,“ avab Kirke neil südamel oleva teema. „Inimesi kiputakse seetõttu meile elama utsitama. Nii satutakse siia tihti pärast vanglat, aga ka siis, kui korter on võlgade katteks maha müüdüd.“ Kirke ütleb, et markantsemad juhtumid on just need, kui teiste omavalitsuste töötajad on inimestele selle mõtte pähe pannud: „Ikka küsid inimeselt, et näed, sa oled terve elu elanud seal X linnas või vallas, mis siis juhtus? Ja siis selgubki, et sotsiaaltöötajaga koos otsiti kuskilt kinnisvaraportaalist just Kohtla-Järvele korterit.“ Tavaliselt vajavad need inimesed kohe mitmesuguseid teenuseid, mõnel juhul ka eestkostet.

Kirke näeb, et omavalitsused peaksid ikkagi püüdma pakkuda oma inimestele

kohapeal soodsamat eluaset, varjupaigasteenust, mitte suunama teise piirkonda. „See probleem on meil jah, juba aastaid. Ma saan aru, et kui inimesed lihtsalt kolivadki ühest omavalitsusest teise, aga kui probleemi lahendusena käiakse välja, et mine Kohtla-Järvele elama, siis see pole õige,“ arwab Kirke. Linnas on ka eraomandis ühiselamu, kuhu tihti tul-lakse elama pärast vanglast vabanemist.

Erinevad kriisid on naiste sõnul proovile pannud kõigi sotsiaaltöötajate stressitaluvuse. „Kui palju tööd me jõuame ära teha võimalikult vähese ajaga ...“ ütleb Kirke. „Oleme aga omandanud nutikate lahenduste leidmise oskuse,“ lisab Maie positiivset. „Eks koroonajast õppisime, kuidas tähtsuse järgi ritta seada kabinetist väljas käimisi ja palju saab ka interneti ning telefoni teel korda ajada. Endiselt on suur osa Zoomi-koosolekutel,“ võtab Kirke nende aastate õppetunnid kokku.

---

### Erinevad kriisid on proovile pannud kõigi sotsiaaltöötajate stressitaluvuse.

---

Ukraina sõjapõgenike toetamisel on palju abi olnud Kohtla-Järve ukrainlaste ühin-gust. Nad jagasid linnavalitsusele infot ja koostöö on sujunud väga hästi. Nagu ka teistes omavalitsustes, oli sõja algus Kohtla-Järvel sotsiaaltöötajatele keeruline, kuid nüüdseks on olukord stabiliseerunud. „Mulle tundub, et sõjapõgenike vastuvõtmi-sel on riik head tööd teinud, sest paljud on ikkagi töö leidnud. Vähemalt need, kes on tahtnud,“ mainib Kirke.

### Linnaosad kui saared

„Võib-olla teeb meie linnas töötamise keeru-liseks just linnaosade paiknemine,“ alustab Kirke uut teemat. Maie selgitab: „Ma ei

tea, kas ollakse kursis, et Kohtla-Järvel on viis linnaosa, mis ei puutu omavahel üldse kokku. Need on hästi hajali, ühiseid piire pole. Linnaosade vahel on teised vallad.“ Kahe linnaosa vahemaa võib olla 15–20 km. „Seega kulub meil palju aega klientideni jõudmiseks,“ kirjeldab ta kohalikke olusid. Ka inimesed on hädas, kui peavad mõnda asutusse kohale minema, sest ühistransport ei ole kuigi hästi korraldatud. „Jah, üks linnaosa on teisel pool Jõhvi linna. Nii on sotsiaaltööspsialistidel ka hästi raske oma marsruuti koostada, kui nad kodukülastustel käivad,“ selgitab Kirke. Kuigi koduhoolduses on püütud jagada hooldustöötajatele kindlad linnaosad, kus nad töötavad, pole alati võimalik sellest kinni pidada ja ka hooldustöö-tajad sõidavad linnaosade vahet.

Teine asi, mis omavalitsuse tööd mõju-tab, on kohalik võim, mis Kohtla-Järvel vahetub tihti. „Ega meid see selles mõttes mõjuta, et töö peab nagunii edasi minema. Aga ebakindlust siiski tekitab,“ tunnistab Kirke ja lisab naljaga, et kogu aeg on justkui tunne, nagu maa väriseks kergelt jalge all. Ka hooldusreformiga seoses tuleb hakata linna õigusakte muutma, nii mõtlebki Kirke eelseisvale: „Kas siis on keegi, kellele toetuda, või on uus abilinnapea, kellele peab kõike jälle nullist selgitama, nii seda, kuidas meil asjad on, kui ka reformi?“

### Kohalik kogukond

Kohtla-Järve inimesi iseloomustab Maie järgmiselt: „Meil on jah natuke rohkem abi-vajajaid kui mujal. Aga muidu on nagu ikka: üksikuid eakaid on palju, kelle lapsed on tööotsinguil läinud välismaale või Tallinna, noori on pigem vähe ... Ei midagi unikaalset. Ka töötus ei ole meil minu teada Eesti kõige suurem ja eks loodame rohepöörde programmile, et sellega suudetaks ikkagi piirkonda töökohti luua.“ Keskmisest Eesti

omavalitsusest on elanikkonnas kindlasti rohkem eri kultuuride esindajaid, sestap on palju ka rahvuskultuuriühinguid.

„Kultuuriseltsid, jah, on aktiivsed, aga vabatahtlikku panustamist kodaniku tasemel on ikkagi veel vähe,“ nendib Maie ja lisab, et inimesed maadlevadki tihti omaenda hakkamasaamisega. Nii kaua, kuni põhivajadused pole rahuldatud, ei ole ka mahti, et võiks kedagi teist aitama minna. „Vaata, kuidas ise hakkama saad ...,“ ütleb Maie. „Palju on ka pensionäride ühendusi,“ lisab Kirke. Hiljuti käidigi neile jälle linna teenustest rääkimas. „Panime kõigist hooldekodudest info kokku, hindadest, kõik, mida nad tahtsid teada. See on tegelikult igal aastal olnud,“ täpsustab ta. „Ja korteriühistute esimehed on hästi aktiivsed,“ jätkab Maie, „nad on esimesed, kes teatavad vanainimesest, kes vajaks abi. Helistavad ega jäta enne, kui kõik on joonde aetud.“

Küsites, kas naabrid ikka üksteist tunnevad, jäävad naised selle juurde, et oleneb nii majast, kus elatakse, emakeelest kui ka vanusest. „Võib-olla vanemaealised teavad rohkem. Noored tulevad ja neid väga ei huvita, nad tahavad omaette olla,“ mõtiskleb Kirke. Maie lisab: „Vanematel on suhtlemisoskus säilinud.“


Rahvastiku vanuselise koosseisu ilmestamiseks toob Kirke esile statistika: „Vaatasin just, eelmine aasta maksime sünnitoetust 108 inimesele. Samal ajal aga matusetoetust 559 inimesele. Päris kurb näitaja tegelikult.“ Ka Maie nendib, et noored kipuvad pigem ära minema, eriti vene õppekeele koolide lõpetajad: „Nende valikud on riigikeele kehva oskuse tõttu piiratud. Tihti ei saa nad eesti keeles edasi õppima minna, ka töökohti, kus eesti keelt ei nõuta, on vähe.“ Nii minnaksegi pigem välismaale. Need, kes oskavad eesti keelt, lähevad aga Tallinna või Tartusse, sest Kohtla-Järve pole noorte jaoks piisavalt atraktiivne.

Kohtla-Järvel pöördutakse sotsiaalteenistuse poole abi saamiseks hea meelega. Keegi ei karda helistada ega muret jagada. Siiski tuleb jätkata tööd selle nimel, et teadlikkus abivõimalustest jõuaks kogu elanikkonnani, et abi oleks õigeaegne ja asjakohane. „Selleks peavad ka meie töötajad paremini teadma, mis võimalused on. Tihti on nii, et ühe sihtrühmaga töötajad ei tea täpselt, mida teised teevad. Aga kogu valdkond on ju põimunud. Iga töötaja peaks oskama suunata, abivõimalusi kombineerida,“ mõtiskleb Maie. Kirke peab vajalikuks, et kõigil elanikel oleks sotsiaalvaldkonnaga seotud teave võimalikult hästi ja lihtsalt kättesaadav: „Helista, kirjuta, tule kohale, kui tahad, ja me oleme alati valmis rääkima.“

## Meeskonnatöö

Kohtla-Järve sotsiaalteenistuses on enamik töötajad pikaajalised, suurt kaadrivoolavust ei ole. Kirke arvates on sellele kaasa aidanud head kolleegidevahelised suhted. „Eks me püüa üksteist ikka hoida ja kuulata,“ ütleb Kirke. Ta selgitab, et keerulistes olukordades on tavaline võtta teine töötaja enda kõrvale. „Töötaja ei pea jääma üksi pusima. Ühiselt saab arutada ja mõtteid vahetada, et leida parim lahendus,“ ütleb Kirke. Ta rõhutab, et sotsiaaltöö ei ole midagi, mida peaks kuskil üksi tegema: „See on ikka meeskonnatöö.“

„Ka koolitused, mis me koos läbime, tegelikult toetavad ja näitavad, et meil on ühised probleemid ning äkki saame ka ühiselt lahendusi leida. Ja seal tuleb see küünarnukitunne, sotsiaaltöötaja kogukonnatunne,“ jagab Maie oma mõtteid iseenda hoidmisest.

Uute töötajate värbamisel aga ollakse ka Kohtla-Järvel hädas. „Meil läks väga pikalt luhta lastekaitsetöötaja leidmine ... Kandideerijaid on, aga hariduse ja keeluse nõuetele nad enamasti ei vasta,“ toob Kirke Kohtla-Järve näitel esile kogu Eesti valupunkti. 

Marin Vaher, Mikk Oja, Katri Abel-Ollo, Aljona Kurbatova

*Tervise Arengu Instituudi uimastite ja sõltuvuste keskus*

# Uimastite tarvitamise põhjused ja levimus

Artiklist saab ülevaate, mis on uimastite tarvitamise peamised põhjused, millised ained on Eestis rohkem levinud ja kust leiab infot või abi uimastitega seotud küsimustes.

Uimastid on ained, mis mõjutavad enesetunnet, käitumist ja ümbritseva maailma tajumist. Uimasteid liigitatakse nende toime, tarvitamise põhjuse ja legaalse staatuse järgi. Alkohool ja nikotiini sisaldavad tubakatooted on täiskasvanutele lubatud uimastid, seevastu narkootikumid on Eestis ebaseaduslikud<sup>1</sup>. Alkohool ehk etanool on üks aine, ebaseaduslike uimastite hulka aga kuuluvad väga mitmesugused ained, mis avaldavad inimese kehale ja tajule üsna erinevat mõju. Need võib jagada järgmistesse gruppidesse:

- kannabinoidid – võivad olla nii ergutava kui ka uimastava toimega;
- stimulandid – ergutava toimega, nt amfetamiin, kokaiin;
- depressandid – kesknärvisüsteemi pärssiva toimega, nt GHB, olmekeemia;
- empatogeenid – suhtlemis- ja empaatiavõimet suurendava toimega, nt MDMA (*ecstasy*);
- dissotsiatiivid ja psühheedelikumid – tunnetust ja taju muutva toimega, nt LSD, ketamiin;

- opioidid – eufooriat tekitava toimega, nt heroiin, fentanüül, nitaseenid.

Kriisiderohkes maailmas on palju probleeme ja nendega toimetuleku viisid on erinevad. Tarvitamise põhjusest olenemata on kindel, et uimastid on paratamatult saanud tänapäevase maailma osaks. Viimasel ajal ollakse üha enam valmis rääkima oma uimastitarvitamise kogemustest. Tänu sellele oleme hakanud paremini mõistma, et uimastite tarvitaja võib olla ka meie naaber, sõber või pereliige. Uimastite tarvitamisest avalikult rääkimine aitab lahti mõtestada, miks seda tehakse, kas ja millised riskid sellega kaasnevad ning kuidas ulatada abikäsi.

## Uimastite tarvitamise põhjused ja kontekst

Uimasti tarvitamise põhjalikumaks mõistmiseks ei piisa ainult tarvitatava uimasti ja tarvitamise sageduse hindamisest. Uimastite tarvitamise lõplik mõju oleneb suuresti ka inimestest endast ja keskkonnast, kus tarvitamine toimub. Uimastite

<sup>1</sup> Artiklis mõeldakse edaspidi uimastite all ebaseaduslikke uimasteid ehk narkootikume.



tarvitamise põhjused on väga erinevaid (Liebregts jt 2022), need võivad esineda samal ajal (Miller jt 2011) ning võivad jääda sügavamal tasandil ebaselgeks ka tarvitajale endale (Müller ja Schumann 2011). Praktilisuse mõttes on siinkohal välja toodud kolm suuremat kategooriat, miks erinevaid uimasteid tarvitatakse.

- **Rekreatiivne ehk meelelahutuslik tarvitamine**

Uimasteid tarvitatakse enamasti vabal ajal (nt nädalavahetusel) ja seltskonnas, et lõbutseda, lõõgastuda, kogeda naudingut, pidutseda ja saada vaheldust argipäevast. Selline tarvitamine ei pea muutuma elu oluliseks osaks ja võib olla seotud mõne eluperioodiga, millest kasvatakse välja. Näiteks narkootikumide tarvitamise veebiuuringu alusel on kanepit tarvitatud kõige enam stressi vähendamiseks, lõdvestumiseks (74%) ning meelelahutuseks (66%) (Abel-Ollo jt 2022).

- **Teraapiline tarvitamine**

Uimastite tarvitamise peamine eesmärk on toime tulla mõne probleemi või negatiivse meeleseisundiga, nt vaimse või füüsilise tervise probleemid, traumad. Sageli ütlevad uimasteid tarvitavad inimesed, et teevad seda eneseraviks, näiteks siis, kui tuntakse, et mujalt ei saada abi oma probleemi lahendamiseks. Veebiuuringule vastanud kasutajatest 46% tarvitasid kanepit endi sõnul une parandamiseks ning 45% depressiooni ja ärevuse sümptomite leevendamiseks (Abel-Ollo jt 2022). Teraapilisel eesmärgil tarvitamine võib olla stabiilne ja kontrollitud, kuid võib esineda ka eskapismi ehk oma probleemide eest põgenemist, mida iseloomustab kaootilisem tarvitamismuster ja tarvitamisest tingitud kahjude suurenemine.

- **Võimekust suurendav tarvitamine**  
(ingl *enhancement*)

Uimasteid võidakse tarvitada ka oma seisundi parandamiseks või võimekuse stimuleerimiseks. Näiteks tarvitatakse stimulante, et parandada keskendumisvõimet ja töötada pikemat aega väsimata. Psühheedelikume aga tarvitatakse näiteks selleks, et avardada taju ja loovust.

Juba siin võib näha ka tarvitamismustreid, mis langevad kategooriate piirimaile: näiteks spirituaalseks ja vaimseks arenguks uimastite tarvitamine, mis võib tuleneda mõnest eelnevast traumast või tajutud puudusest, kuid läheb kaugemale pelgast probleemiga toimetulekust. Peale isiklike motiivide tuleb tarvitamise paremaks mõistmiseks arvestada ka keskkondlikke tegureid, nagu suhtlusvõrgustik (nt uimastite normaliseeritus ja kättesaadavus) või asukoht, kus uimasteid eelkõige tarvitatakse.

---

Põhjuseid ja konteksti teada on oluline, et mõista, mida tarvitamine konkreetsele inimesele annab.

---

Aastal 2021 korraldatud narkootikumide tarvitamise veebiuuring annab teavet narkootikumide tarvitamise kohtadest. Enamik vastanutest oli narkootikumide tarvitanud oma kodus (87%), millele järgnes avalik ruum (54%), muusikafestival või pidu (47%) ja klubi või baar (33%). Vastanuist 15% aga tunnistas, et teeb seda ka töökohal. Samuti andis uuring võimaluse tuua välja põhjuseid, miks valitud narkootikumi tarvitati (Abel-Ollo jt 2022).

Põhjuseid ja konteksti teada on oluline, et mõista, mida tarvitamine konkreetsele inimesele annab. Sageli piirduakse uimastitest

rääkimisel ainult võimalike riskide ja kahjudega. Kui aga uimastitel ei ole inimese jaoks ühtegi positiivset või kasulikku eesmärki, miks neid üldse tarvitatakse? Uimastite tarvitamise „kasulikkusest“ rääkimine ei tähenda, et toodud põhjendused oleksid alati adekvaatsed või kahjud poleks samuti reaalsed, kuid nende põhjenduste mõistmine aitab inimest ka paremini kõnetada ja luua talle toetamisvõimalusi. Oluline on lasta inimesel tarvitamine ise määratleda, et olla talle toeks just seal, kus ta oma elus parasjagu asub, sest kõik eespool kirjeldatud tarvitamis põhjused või -mustrid muutuvad tegelikult pidevalt.

### Uimastite tarvitamise levimus

Iganenud on arusaam, et uimastite tarvitaja kuulub ühiskonna põhjakihti, on tingimata keerulise lapsepõlvega ning tõenäoliselt on tema emakeel vene keel. Levimusuuringute põhjal saab öelda, et kuni veerand 16–64-aastastest elanikest on elu jooksul tarvitanud narkootikume (Vorobjov jt 2019; Reile ja Veideman 2021). See tähendab, et iga neljas eestimaalane on kas või korra elu jooksul kanepit või muud ebaseaduslikku uimastit proovinud ja võib olla üsna kindel, et meie kõigi tutvusringkonnas on vähemalt üks neist inimestest. Enamasti piirduakse siiski narkootikumide proovimisega kord või paar, mida tavaliselt tehakse esimest korda 14–15-aastasena (Vorobjov ja Tamson 2020; Lõhmus jt 2023).

---

Iga neljas meie hulgast on kas või korra elu jooksul kanepit või muud ebaseaduslikku uimastit proovinud.

---

Korduva tarvitamise näitajateks on uurin-gutes peetud viimase 12 kuu ja 30 päeva

jooksul narkootikumide tarvitamist, kuhu võib sattuda ka esmast tarvitamist, kuid laiemalt viitavad need näitajad regulaarsemale tarvitamisele. Viimaste andmete põhjal on 16–64-aastastest 7% tarvitanud viimasel 12 kuul narkootikume ja kuni 6% teinud seda viimase 30 päeva jooksul (Vorobjov jt 2019; Reile ja Veideman 2021). Meeste seas oli narkootikumide tarvitamine levinum kui naiste hulgas ja nooremates vanuserüh-mades tunduvalt suurem kui vanemates. Kõige levinum on tarvitamine 16–24-aas-taste seas, pärast 34. eluaastat väheneb tarvitamine oluliselt (Reile ja Veideman 2021). Näiteks 2021. aastal oli 31% Eesti 14–18-aastastest noortest proovinud elu jooksul mõnd narkootikumi, neist 75% oli seda teinud korduvalt.

Noorte seas on kõige levinumad kanepi-tooted, sissehingatavad ained (nt bensiin, liim, lakk, lahusti), uinutid või rahustid arsti korralduseta ja stimulandid (Lõhmus jt 2023; Vorobjov ja Tamson 2020). Täiskasvanud tarvitavad kõige enam kanepit, millele järg-nevad arsti korralduseta rahustid või uinutid, *ecstasy*, amfetamiinid, kokaiin, LSD ja GHB (Reile ja Veideman 2021).

Narkootiliste ainete tarvitamist näitavad Eestis ka piirkondlikud reoveeuuringud (Abel-Ollo jt 2023a). Tallinna reovees olid 2022. aastal kõige levinumad narkootiku-mid kanep, kokaiin, amfetamiin ja metam-fetamiin. Võrreldes 2020. aasta reoveeuurin-guga oli kokaiini tarvitamise jääke Tallinna reovees 61% rohkem, eriti kõrged näitajad olid nädalavahetusel ja nädala esimestel päevadel. Tulemuste põhjal võib oletada, et lisaks meelelahutuslikule tarvitamisele nädalavahetusel on kokaiini tarvitamine osale inimestest igapäevane harjumus (Abel-Ollo jt 2023b). Tuginedes 2021. aasta nar-kootikumide tarvitajate veebiuuringule, oli viimase 12 kuu jooksul kokaiini tarvitanud

25% vastanutest (viimase 30 päeva jooksul 11%). Amfetamiini oli tarvitanud viimase 12 kuu jooksul 29%, *ecstasy* 38% ja LSD-d 26%. Võrreldes 2018/2019. aasta tarvitajate veebiuuringuga oli LSD tarvitamine 2021. aastal märgatavalt levinum (Abel-Ollo jt 2022).

---

### Tervise Arengu Instituudi algatusel käivitus 2022. aastal tasuta anonüümne ööpäev läbi töötav Narko.ee tugiliin.

---

Lisaks meelelahutuslikel ja muudel põhjustel tarvitajatele on Eestis arvestatav hulk narkootikumide süstivaid inimesi (NSI) (Raag jt 2019). Narkootikumide süstijate keskmine vanus on aastast aastasse tõusnud ja nende süstimisstaaž pidevalt pikenenud: 2020. aasta uuringus oli NSI keskmine vanus 37 ja süstimisstaaž 18 aastat. Peamised süstitavad narkootikumid olid kuni 2017. aastani piirkonnast olenevalt fentanüül või amfetamiin (Salekešin ja Vorobjov 2019 ja 2021).

Viimastel aastatel on fentanüüli kättesaadavus ja puhtus vähenenud ning peamised süstitavad ained on olnud amfetamiin, katinoonid, metamfetamiin ja opioidisõltuvuse asendusravil kasutatavad ravimid (ravimite väärkasutus) (Abel-Ollo jt 2022 ja 2023). Sünteetilistest opioididest on alates 2019. aastast kuni siiani lisandunud Eesti narkoturule ülikanged nitaseenid (isotonitaseen, metonitaseen ja protonitaseen). Neid nitaseenide ainerühma kuuluvaid aineid on tuvastatud nii kasutatud süstalde süstlajääkide uuringus (Abel-Ollo jt 2022 ja 2023) kui ka narkootikumide üledoosist põhjustatud surmajuhtude aineloeteludes. Nitaseenide tarvitamine tõi 2022. aastal kaasa surmajuhtude hüppelise tõusu narkootikumide üledooside tõttu, mis

viimastel aastatel oli jõudsalt vähenenud. Aastal 2021 oli 39 narkootikumide üledoosist põhjustatud surma, 2022. aasta andmete kohaselt aga üle 80 sellise juhu (Surma põhjuste registri andmed 2023).

Lisaks uutele nitaseenidele tõi 2022. aasta Eesti narkoturule ka seadusega reguleerimata poolsünteetilise kannabinoidi, heksahüdrokannabinooli ehk HHC (EKEI andmed 2022). HHC-d võidakse turustada nii kanepiõisikute, veipide kui ka maiustuste (nt kummikommid) ja teiste toiduainete lisandina. HHC-l arvatakse olevat umbes 70–80% looduslikule kanepile psühhotroopse toime andva kannabinoidi tetrahüdrokannabinooli (THC) tugevusest. HHC suuremad annused kutsuvad esile THC-ga sarnase eufoorilise psühhootiivse mõju (EMCDDA 2022).

### Teenused

Mõnikord soovivad inimesed, kes proovivad uimasteid esimest korda või tarvitavad neid juba korduvalt ja pikema aja jooksul, selle üle kellegagi arutleda, olgu jutuaineks ainete koosmõju, turule tulnud uued ained, mõju tervisele, soov sõltuvusest vabaneda, mure lähedase pärast vms. Kui muidu pöörduakse murega esmajärjekorras pere liikmete poole, siis seda küsimust üritatakse nende eest sageli pigem varjata. Infot otsitakse peamiselt internetist ja sõpradelt, kellel teatakse olevat varasemaid kokkupuuteid uimastitega. Niisugune info aga ei ole alati abiks, et selle põhjal valikuid teha, ega pruugi olla teaduspõhine.

Tervise Arengu Instituudi algatusel käivitus 2022. aastal tasuta anonüümne ööpäev läbi töötav Narko.ee tugiliin, kuhu võib pöörduda eesti või vene keeles, helistades lühinumbril 1747, numbril 641 4110, kirjutades e-postil 1747@narko.ee või vestlusakna kaudu leheküljel narko.ee. Tugiliini

vaimse tervise spetsialistid ei anna hinnanguid ega mõista hukka ühtegi narkootikumidega seotud küsimust ega inimest. Nad kuulavad ja oskavad neil teemadel kaasa mõelda. Julgustame sinna pöörduma, kui inimene ei tea, millest või kellest alustada, kuid küsimus hingel kripeldab.

---

### Tugiisikud töötavad praegu Harjumaal, Ida- ja Lääne-Virumaal ning alates detsembrist 2022 ka Tartumaal.

---

Tugiisikuprogrammi Sütik võivad pöörduda inimesed alates 18. eluaastast, kes vajavad narkootikumide tarvitamise tõttu tekkinud rasketega toimetulekuks emotsionaalset tuge, abi ametiasutustega suhtlemisel või raviasutusse pöördumisel. Osa tugiisikutest on ise läbinud pika teekonna narkootikumide proovimisest sõltuvuse ja tervenemiseni ning mõistavad samas olukorras olijate muresid seetõttu väga hästi. Tugiisikute hulgas on ka sotsiaaltöö haridusega inimesi, kes valdavad nii eesti kui ka vene keelt. Programmi juht võtab alati arvesse helistaja murede olemust, tema sugu, vanust ja emakeelt ning koos otsustatakse, kes võiks olla talle parim toetaja. Kui koostöö siiski ei laabu, saab tugiisikut ka vahetada. Tugiisikud töötavad praegu Harjumaal, Ida- ja Lääne-Virumaal ning alates detsembrist 2022 ka Tartumaal.

Kanep on Eestis kõige levinum narkootikum, seetõttu on välja töötatud eraldi programm Valik neile täiskasvanutele, kes soovivad oma kanepitarvitamise harjumuste üle nõustajaga veebis või kohapeal konfidentsiaalselt arutleda. Nõustajad ei küsi inimeselt ainult tema kanepitarvitamise kohta, vaid püüavad koos inimesega vaadata palju suuremat pilti: leida üles põhjused, miks

on kanepit tarvitama hakatud ehk mis on selle taga. Koos püütakse mõelda, kas kanep asendab lähedussuhet, aitab lõõgastuda või parandab inimese arvates tema seksuaalelu. Kaalutakse alternatiive ja otsustatakse koos, kas kanepi tarvitamise vähendamine või lõpetamine võiks inimese enda hinnangul tema elu positiivses suunas mõjutada. Kui inimene on valmis, liigutakse koos muutuste suunas. Tasuta kohtumisi nõustajaga võib olla kuni kuus.

Olgugi et kanep ja stimulandid on kõige enam levinud uimastid, on eraldi abivõimalused loodud ka opioidide tarvitajatele. Inimene, kes on pikema aja vältel opioide süstides tarvitanud ja tal on välja kujunenud sõltuvus, vajab üldjuhul oma eluga toime tulemiseks kõrvalist tuge. Seda pakuvad kahjude vähendamise keskused, kus saab hinnanguvabalt suhelda kogemusravijaga, kasutada sotsiaaltöötaja või psühholoogi nõustamist ja paluda tasuta ravikuid (nt süstlad, kondoomid), mis tõkestavad nakkushaiguste ja teiste infektsioonhaiguste levikut.

Kui opioide tarvitav inimene on valmis pöörduma ravile, saab psühhiaater määrata talle opiodi asendusravi. Asendusravimina on Eestis kasutatud metadooni, mida manustatakse vedelal kujul. Alates 2023. aastast on asendusravimina kasutusel ka tabletina manustatav buprenorfiin, mis osale patsientidest annab paremaid ravitulemusi.

Kõigi Eestis kättesaadavate teenuste kohta uimasteid tarvitavatele inimestele saab lähemalt lugeda narko.ee lehelt.

### Kokkuvõte

Uimastite maailm võib tunduda kaugel ja võõras seni, kuni nendega ise mingil moel kokku puututakse. Uuringud näitavad, et uimastite tarvitamine muutub üha laialtuluslikumaks, mistõttu nendest teadlik

olemine on tähtis nii ennetusvaldkonnas, ravis kui ka lihtsalt sõpra või pereliiget nõustades. Oluline on julgeda uurida, küsida ja vajadusel ka abi otsida. Nagu ikka algab

maailma muutmine iseendast: märgates oma mõttemustreid ja neid vajadusel korrigeerides, teeme rohkem head, kui esmapilgul tunduda võib.



## Viidatud allikad

- Abel-Ollo, K., Lõhmus, L., Kurbatova, A. (2022). *Narkootikumide tarvitamise veebiküsitlus 2021*. Tallinn: Tervise Arengu Instituut.
- Abel-Ollo, K., Riikoja, A., Barndõk, T., Kurbatova, A. (2023a). *Tallinna ja Kõhla-Järve piirkonna reovee uuring uimastite jääkide suhtes 2022*. Tallinn: Tervise Arengu Instituut.
- Abel-Ollo, K., Riikoja, A., Barndõk, T., Kurbatova, A., Murd, A. (2023b). *Eesti kahjude vähendamise teenuste osutamisel kogutud süstalde uuring narkootikumide jääkide suhtes*. Tallinn: Tervise Arengu Instituut.
- Abel-Ollo, K., Riikoja, A., Barndõk, T., Kurbatova, A., Murd, A. (2021). *Tallinna ja Narva linna kahjude vähendamise keskustes kogutavate süstalde uuring narkootikumide jääkide suhtes*. Tallinn: Tervise Arengu Instituut.
- EMCDDA. (2022). *EMCDDA technical expert meeting on hexahydrocannabinol (HHC) and related cannabinoids*. [www.emcdda.europa.eu/news/2022/emcdda-technical-expert-meeting-hexahydrocannabinol-hhc-and-related-cannabinoids\\_de](http://www.emcdda.europa.eu/news/2022/emcdda-technical-expert-meeting-hexahydrocannabinol-hhc-and-related-cannabinoids_de) (28.04.2023).
- Liebrechts, N., McGovern, W., Spencer, L., O'Donnell, A. (2022). No Thanks! A Mixed-Methods Exploration of the Social Processes Shaping Persistent Non-Initiation of Amphetamine-Type Stimulants. *Contemporary Drug Problems*, 00914509221084388. doi:10.1177/00914509221084388
- Lõhmus, L., Tamson, M., Pertel, T., Abel-Ollo, K. (2023). *Eesti noorte seksuaaltervis: teadmised, hoiakud ja käitumine. Kokkuvõte*. Tervise Arengu Instituut. [www.tai.ee/sites/default/files/2023-01/Kokkuv%C3%B5te\\_NU2021\\_28092022.pdf](http://www.tai.ee/sites/default/files/2023-01/Kokkuv%C3%B5te_NU2021_28092022.pdf) (28.04.2023).
- Miller, W. R., Forcehimes, A., Zweben, A. (2011). *Treating addiction: A guide for professionals*. Guilford Press.
- Müller, C. P., Schumann, G. (2011). Drugs as instruments: A new framework for non-addictive psychoactive drug use. *Behavioral and Brain Sciences*, 34(6), 318–319. doi:10.1017/S0140525X11000756
- Raag, M., Vorobjov, S., Uusküla, A. (2019). Prevalence of injecting drug use in Estonia 2010–2015: a capture-recapture study. *Harm Reduct J*, 16(19). doi:10.1186/s12954-019-0289-3.
- Reile, R., Veideman, T. (2021). *Eesti täiskasvanud rahvastiku tervisekäitumise uuring 2020*. Tallinn: Tervise Arengu Instituut.
- Salekešin, M., Vorobjov, S. (2019). *HIV levimuse ja riskikäitumise uuring Narva narkootikumide süstivate inimeste seas 2018*. Tallinn: Tervise Arengu Instituut.
- Salekešin, M., Vorobjov, S. (2021). *HIV-i levimuse ja riskikäitumise uuring narkootikumide süstivate inimeste seas Kõhla-Järvel 2020*. Tallinn: Tervise Arengu Instituut.
- Vorobjov, S., Salekešin, M., Vals, K. (2019). *Eesti täiskasvanud rahvastiku uimastite tarvitamise uuring*. Tallinn: Tervise Arengu Instituut.
- Vorobjov, S., Tamson, M. (2020). *Uimastite tarvitamine koolinoorte seas: tubakatoodete, alkoholi ja narkootiliste ainete tarvitamine Eesti 15–16-aastaste õpilaste seas*. Tallinn: Tervise Arengu Instituut.

**Kertu Kesküla**

sotsiaalkindlustusameti MARAC vabatahtlike koordinaator  
TÜ kogukondade arendamise ja sotsiaalse heaolu  
õppekava magistrant

**Kadi Kass**

TÜ kogukonnatöö nooremteadur, kogukondade  
arendamise ja sotsiaalse heaolu magistriõppekava  
esimese lennu vilistlane

## Sidus kogukond kui vabatahtlike ja avaliku sektori koostöö võti

Artikkel vaatleb nii teooriale kui ka kogemustele tuginedes kogukondade – avaliku sektori heade koostööpartnerite – sidususe tugevdamise võimalusi.

Maaailmas on kogukondade kaasamine avalike, sh sotsiaalteenuste osutamisesse levinud tava. Eestiski on see oluliselt suurenenud, näiteks vabatahtlikud seltsilised, jututajad jt. Kuidas saaks avaliku sektori ja kogukondade koostööd parandada ning arendada sidusaid kogukondi?

### Mis on kogukond?

Mõistet „kogukond” kasutatakse järjest sagedamini, kuid tihti liiga üldises või ühekülgses, mõnikord ka vales tähenduses. Näiteks ei moodusta sama naabruskonna või omavalitsuse elanikud kohe kogukonda, kuigi sageli kiputakse nii arvama. Ühine elupiirkond on vaid mitteformaalse suhtluse tekke, üksteise tundmaõppimise ja koos tegutsemise soodne võimalus. Ka ükski organisatsioon ei ole automaatselt kogukond, kuid selle inimestest võib kogukond kujuneda. Mõiste

„kogukond“ sügavam tähendus on just inimeste vastastikkused suhted, üksteise praktiline abistamine, mõistmise või toe pakkumine, jagatud väärtused ja eesmärgid. Kogukonnas kogetakse solidaarsust, s.t tunnetatakse, et ollakse millegi poolest sarnases olukorras ja koos tegutsedes saab edasi liikuda ja lahendusi leida.

**Toimiv kogukond otsib võimalusi, et kõik selle liikmed saaksid oma oskusi ja andeid rakendada.**

Tartu Ülikooli õppejõud Dagmar Narusson on loengutes selgitanud, et hästi toimivas kogukonnas respektieritakse erinevusi ja taotletakse kõigi kogukonnaliikmete kaasatust. Veelgi enam, toimiv kogukond otsib võimalusi, et kõik selle liikmed saaksid oma

oskusi ja andeid rakendada. Kogukonnas saab iga liige valida isikliku läheduse määra ise, s.t ta võib olla vahel aktiivsem ja tuumikule lähemal ning mõnikord kaugemal.

### **Avaliku võimu avatus ja kogukonna sidusus**

Ühine eesmärkide seadmine ja tegevuse kavandamine ning elluviimine, aga ka väärtuspõhised strateegiad võimaldavad kogukondadel olla loovad, innovaatilised ja paindlikud, kui seistakse silmitsi keeruliste ülesannetega (Poland jt 2021).

Avalik võim ja kogukond ei ole vastandid, vaid saavad üksteist toetada ja rikastada. Eesti arengu prognoosis Eesti 2035 kirjeldatakse olukorda, kus elanikkond on kümmeaastaga veelgi vananenud, kuid nõudlus avalike teenuste järele on sama kui mitte suurem. Seega on viimane aeg leida lisavõimalusi ja neid otstarbekalt rakendada. Seejuures tuleks siduda kogukonnad avaliku sektoriga nii, et see oleks kasulik kõigile: tõhusa koostööni jõuab mõlema poole vajadusi, võimalusi ja vahendeid arvestades.

Kogukondade kaasamist nähakse avalikus sektoris mõnikord pigem töökoorlust suurendava lisakohustusena. Erineva taustaga vabatahtlike või nende ühenduste kaasamisel on juba eos sisse kirjutatud ettearvamatus komponent. See võib ebasoodsate asjaolude koostööl tekitada ka kaose, mille juurde allpool tuleme. Kaasamine võib võtta ka palju rohkem aega kui tavapärase ametniku töö, mistõttu on vaja seda igal juhul teadlikult planeerida.

Pessimistlikum lugeja sooviks siinkohal ehk selle teema pigem kõrvale jätta. Miks seda siis teha, kui see pole lihtne? Kaasamise väärtus seisneb hoopis mujal: vabatahtlikud on võimas jõud, neis peitub ressurss, mida on raske mujalt leida, ja energia, mida raha eest ei osta. Sageli küsitakse vabatahtlikult,

miks ta seda teeb, selle eest ei saa ju palka. Kogukonna liikmetel on sisemine motivatsioon ja soov midagi ära teha, seista ühiste väärtuste eest. Hea kontakt kogukondadega annab suurepärase võimaluse ühiskonnaelu parandada, kaasates entusiastlikke ja võimekaid kodanikke. Tõhusa koostöömise alus on avatud avalik võim ja sidus kogukond (ingl *well-connected community*).

Sidusat kogukonda arendada ei ole sugugi lihtne, sest tuleb arvestada mitut mõjurit ning nende koos- ja vastasmõju. Siinkohal on paslik rääkida kompleksuse teooriast. Kogukondade arendamine tundub esmapilgul lihtne ja loogiline, kuid süvenedes võib tekkida tunne, nagu kooriks kiht kihi haaval sibulat. Aina avaneb midagi uut, millega tuleb arvestada või mis muudab oluliselt kogu seni töötanud süsteemi.

---

**Kaasamine võib võtta ka palju rohkem aega kui tavapärase ametniku töö, mistõttu on vaja seda igal juhul teadlikult planeerida.**

---

Kogukonna toimimise üks olulisem eeldus on inimeste kontakt ja suhtlus (Gilchrist 2019). Keeruline on seista ühiste eesmärkide eest, kui ei tea, kes on sinu kõrval, millised on tema tugevad ja nõrgad küljed, iseloom, millega arvestada erinevates olukordades jms. Mida mitmekesisem on kogukonna liikmete isiklik kontakt, seda hõlpsamini sujub ühine tegutsemine ja üksteise võimestamine.

### **Ukraina toetamise näide**

Eespool nimetatud ühine eesmärk ja ka visioon on kogukonna toimimise teine oluline tegur. Kuid tekib küsimus, kas enne eesmärki ja siis hea omavaheline suhtlus või

vastupidi. Tundub, et üht õiget vastust ei ole. Praktikast võib tuua näiteid mõlema kohta. Näiteks omavahel pidevas kontaktis olevad spetsialistid moodustavad ühel hetkel ühingu, et häid kogemusi ja teadmisi jagada. Ukrainas suure sõja vallandumise järel oli esmalt eesmärk aidata ja toetada sõja eest põgenevaid Ukraina kodanikke, alles seejärel moodustusid kogukonnad, kes eesmärgist lähtudes hakkasid koos tegutsema.

---

**Kaasamine võib võtta ka palju rohkem aega kui tavapärase ametniku töö, mistõttu on vaja seda igal juhul teadlikult planeerida.**

---

Lisaks uutele, kriisi tõttu aktiveerunud kogukondadele ja vabatahtlikele, kelle tegevust aga oli keeruline koordineerida, said avaliku sektori esindajad tänuväärset toetuda juba kujunenud kogukondadele ning organisatsioonidele, kellega oli positiivne koostöökogemus varasemast (nt koroonakriisist) või sarnased väärtused. Näiteks sotsiaalkindlustusamet on koostööd teinud Naiskodukaitse vabatahtlikega. Selle tugev külg oli, et juba toimiva organisatsiooni korral ei ole vaja energiat kulutada süsteemi väljatöötamisele (motiveeritud inimeste leidmine, suhtluskanalite loomine, oskuste kindlakstegemine, tegevuse alülesanneteks jaotamine jms), vaid sai kohe n-õ tegudele asuda.

### **Kogukonna hoidmine**

Kaasamine ei ole võluvits, mis kõik mured lahendab. Tähtis on mõista selle tegevuse mitmekülgset ja kompleksset. Muutused ei toimu kohe. Nii nagu meie inimestena ei leia sõpru üleöö, ei ole võimalik kiiresti kujundada avaliku sektori ja kogukondade tõhusat võrgustumist. Mõnel juhul on

otstarbekas kaasata olemasolev kogukond, teisel juhul tuleb see ise luua. Üks aga on kindel: nii avalikul sektoril kui ka kogukonnal tuleb tegutseda tõhusa koostöö ja dialoogi kujundamiseks. Ka juba toimiva sidusa kogukonna kaasamisel avalike teenuste osutamiseks tuleb osalistel teha tööd hea suhte loomiseks ja hoidmiseks. Kui aga on kavas kaasata vabatahtlikke, tuleb koostöö hästi läbi mõelda ja hoolitseda, et vabatahtlikest kujuneks omakorda sidus kogukond.

Loodud ühendusi tuleb hoida ja nende eest hoolitseda järjepidevalt (Baker jt 2011). Korrakindlaid kohtumisi peetakse koostöö jätkamisel ülioluliseks. Formaalsed koosolekud ise ei edenda koostööd: koostööni viivad koosmõjus tegurid, mida ühendab mitteformaalne suhtlemine. (Gilliam jt 2016) Mitteformaalsed kohtumised, traditsioonid, kohtumispaigad ja üritused panevad aluse tõhusale ühistegevusele ja aitavad kogukondadel tugevamaks saada (Gilchrist 2019). See kõik maandab riski, et kogukonnaliikmed hakkavad sageli vaheutama. Kogukonna ebastabiilne liikmeskond põhjustab ebakindlust ja tekitab ebaselgust ka teistele liikmetele (Solansky jt 2014).

Teooria praktikasse rakendamisel tulebki rõhutada, et vabatahtlikke on vaja võimes-tada: koolitada, teavitada, nende toimevõimekust hoida ehk kulutada aega ja pöörata neile tähelepanu. Mõnikord piisab ka väga lihtsatest asjadest: regulaarsetest kohtumistest, kus luua isiklik kontakt ja võimaldada jagada turvalises keskkonnas oma kogemusi, telefonikõnest, et küsida „Kuidas sul läheb?“, üritustele kutsumisest, traditsioonide kujundamisest, kogukonna heaks tegutsemise märkamisest ning tunnustamisest jms.

### **Komplekssus ja kaos**

Kogukonnavõrgustike kujundamine hõlmab tavaliselt üksikisikute ja rühma või



## Praktilise kaasamismudeli rakendamine

Sotsiaalkindlustusametis on 2019. aasta lõpust ohvriabitöötajate juhendamisel tegutsenud MARAC-i (Multi-Agency Risk Assessment Conference) vabatahtlikud, kes toetavad lähisuhtevägivalla ohvreid, kui on oht nende elule ja tervise kahjustamisele. MARAC-i arendusmeeskonnas on vabatahtlike koordinaator, kes tagab vabatahtlike sujuva kaasamise ohvrite toetamisse – tegeleb vabatahtlike värbamise, koolitamise ja nende töö korraldamisega.

Esimestel aastatel kaasati vabatahtlikke vähe, sest mõte usaldada lähisuhtevägivalla ohvrit toetama vabatahtlik oli uus. Viimastel aastatel on spetsialistid hakanud vabatahtlikke rohkem usaldama ja neid kaasatakse juhtumite juurde järjest enam.

Aasta alguses valmis osaliste koosloomes vabatahtlike kaasamise mudel, kus kirjeldatakse tegevust välja koolitatud vabatahtlike seast sobiva leidmisest juhtumi lõpetamiseni. Kohe, kui vabatahtlik tööd alustab, korraldatakse lähisuhtevägivalla ohvri, ohvriabitöötaja ja vabatahtliku kohtumine, millest vajaduse korral võtavad osa ka teised juhtumiga seotud spetsialistid, näiteks naiste tugikeskuse töötaja või kohaliku omavalitsuse lastekaitse spetsialist. Kohtumine loob head eeldused usaldusliku kontakti kujunemiseks ja selgub, kellel on milline roll ohvri toetamisel. Vabatahtlik osaleb ka edaspidi MARAC-i võrgustiku kohtumisel.

Senised MARAC-i meeskonna kogemused on näidanud, et vabatahtlike toel on spetsialistid saanud suuremale hulgale abivajajatele tähelepanu pöörata, sest osa koormusest kannab vabatahtlik. Spetsialistid on kasutegurina välja toonud näiteks pikkade telefonikõnede vähenemise, sest ohver saab küsimuste korral võtta ühendust vabatahtlikuga. Spetsialist ja vabatahtlik töötavad koos, tiimina, üksteist täiendades. Neid seob ühine eesmärk: toetada ohvrit liikumisel turvalisema elu poole. Kogukonna kaasamine avaliku teenuse osutamisse ei tähenda seega mitte ülesande delegerimist, vaid koos tegutsemist, kasutades osaliste parimaid teadmisi, oskusi ja võimalusi.

MARAC-i vabatahtlikest kogukonna arendamine on olnud pikk protsess, mis aina jätkub. Kogukonna kujunemise üks oluline eeldus on vabatahtlike hea kontakt. Selle tekkimiseks on korraldatud ettevõtmisi, mis toovad MARAC-i vabatahtlikud kokku. Kogu aasta jooksul toimuvad kohtumised, nt iga kuu kohvihommik veebi teel, kus saab üksteisega vabalt suhelda, kogemusi vahetada ja suhteid luua; väljaelamise vestlusringid, mis turvalises keskkonnas annavad võimaluse rääkida vabatahtliku töö raskusest ning teised saavad toetada ja nõu anda; lisaks mitmesugused koosolekud, koolitused ja ühisüritused. MARAC-i juhtumid on keerulised ja mõjutavad vabatahtlikke emotsionaalselt kurnavalt, seetõttu on oluline ka grupi- ja individuaalne supervisioon, et vältida läbipõlemist ja ületada raskusi. Oleme tunnustanud kõiki sotsiaalkindlustusameti ohvriabi vabatahtlikke tänuüritusel 10. detsembril, rahvusvahelisel vabatahtlike päeval.

MARAC-i vabatahtlike kaasamise mudeli rakendamine on ennast õigustanud ja hästi õnnestunud tegevuse näide.

organisatsiooni tegevuse keerulist põimumist. See on dünaamiline protsess, kus inimene tegutseb mõnikord üksikisikuna, mõnikord organisatsiooni või rühma osana ja mõnikord kombineerib mõlemat rolli (Baker jt 2011). Sidusad kogukonnad saavutavad hea iseseisva organiseerituse, kus

üksikisikud lähtuvad vastastikmõju kooskõlast ning on saavutanud ühiseks tegutsemiseks piisavad teadmised ja motivatsiooni (Gilchrist 2019). Komplekssusteooria ankurpunkt on iseorganiseerumine, mis toimub siis, kui kaosest ja vabadusest tekib kord (Solansky jt 2014).

Kogukondade arendamisel on kompleksuse kõrval oluline ka kaos (Gilchrist 2019). Kaoses olemine näitab kogukondade arengus seda, kuidas saab pidevalt kohaneda muutuvate olukordadega (Poland jt 2021). Kaoses olevaid muutusi ei pea kartma: tänu muutustele saab kogukond hoopis juurde uusi ideid ja tugevneb. Oluline on varasematest kogemustest õppida ja muutuvate oludega kohaneda, sest need ei juhtu lineaarselt, neis ei ole süsteemi, plaanipärasust ega mõõdetavust. (Gilchrist 2019)

---


Vabatahtlikke on vaja võimestada: koolitada, teavitada, nende toimevõimekust hoida ehk kulutada aega ja pöörata neile tähelepanu.

---

Kogukonnaga töötades peab mõistma, et terviku moodustamiseks on vaja arvestada iga indiviidiga ja kujundada suhtlemiseks

turvaline ning toetav keskkond. Seda kinnitab ka Airi Mitendorfi (2019) artiklis välja toodud tõsiasi, et on vaja mõtteviisi, mis püüab mõista inimese olukorda tervikuna, arvestades tema eripärade, võrgustike ja suhetega. Kogukonnaga koostööd tehes peab olema paindlik ja enesekindel, sest ei saa ennustada, mis võib juhtuda. Siia sobib hästi võrdlus lumehelvestega: igauks neist on unikaalne, kuid äratuntav vormi järgi. (Gilchrist 2019)

### Kokkuvõtteks

Sidusa kogukonna arendamisel on kõige olulisem inimeste mitteametlik suhtlus ja sarnased väärtused, millest tegevuses juhitudakse. Isiklikest suhetest järgmisel tasandil on tähtis kujundada koostöövõimalused, olla mõistavad, kuulata ja kaasata kõiki, kasutades ühist tarkust ning motiveeritust. Kogukonnaga koos tegutsedes ei peaks kartma, et mõnikord tekib ka kaos, sest selle lahendamine tugevdab, vallandab loovuse ja annab võimaluse edasi arenda. 

### Viidatud allikad

---

- Baker, E., Onyx, J., Edwards, M.** (2011). Emergence, social capital and entrepreneurship: Understanding networks from the inside. *Emergence: Complexity and Organization*, 13(3), 21–38.
- Gilchrist, A.** (2019). *The well-connected community. A Networking Approach to Community Development. Third edition.* Bristol: Policy Press.
- Gillam, R. J., Counts J. M., Garstka T. A.** (2016). Collective impact facilitators: how contextual and procedural factors influence collaboration. *Community Development*, 4(72), 209–224.
- Mitendorf, A.** (2019). Professionaalne sotsiaaltöö noores, järjest keerulisemas uusliberaalses ühiskonnas. *Sotsiaaltöö*, 4, 77–83.
- Poland, B., Gloger, A., Morgan, G. T., Lach, N. ... Rolston, I.** (2021). A connected Community Approach: Citizens and Formal Institutions Working Together to Build Community-Centred Resilience. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(19), 10175.
- Solansky, S. T., Beck, T. E., Travis, D.** (2014). A complexity perspective of a meta-organization team: The role of destabilizing and stabilizing tensions. *Human Relations*, 67(8), 1007–1033.

**Janika Hango***Tartu Välismaalaste Teenusekeskuse juhataja**TÜ kogukondade arendamise ja sotsiaalse heaolu õppekava magistrant*

## Kogukonna tugi uussisserändajate kohanemisel ja lõimumisel

Nii meie kui ka Põhjamaade head kogemused näitavad, et kogukonna kaasamine on väga oluline positiivsete kontaktide loomisel ja sedakaudu lõimumisel.

Huvi probleemi lahendamise või valdkonna arendamise vastu tekib sageli vajadusest või keerulisemal juhul olukorras, kui tuleb viivitamata sekkuda. Täna on meie keskel suur hulk inimesi, kes on siia elama asunud hiljuti. Toe saamiseks on neil vaja riigi ja ühiskonnaga kontakt saada. Kui me nendeni õigel ajal ei jõua, võib hilisem abistamine olla oluliselt keerulisem ning aja- ja töömahukam.

Artikkel kajastab uussisserändajate kohanemise toetamist Tartu Välismaalaste Teenuskeskuse kogemuse põhjal. Kohanemist toetava nõustamiskeskuse asutasid 2019. aastal Tartu linnavalitsus, Tartu Ülikool ja Eesti Maaülikool. Keskuse üks ülesanne on tegutseda koos linnaelanike heaks töötavate teiste asutustega, vähendada vastandumist meie-nemad ehk kohalikud-välismaalased ja võimaldada kõigil, olenemata päritolust või keelest, saada ühest

kohast oma küsimustele vastused ning leida tuge.

### **Olulisemad mõisted**

Uussisserändajad on inimesed, kelle Eestisse saabumisest on möödunud kuni viis aastat. Selle aja jooksul toetakse riiklikult nende kohanemist, sh pakutakse nii keeleõpet kui ka esmaseid teadmisi riigis tegutsemiseks. Seda peetakse lõimumise esimeseks sammuks (Kaldur jt 2019). Lõimumisprotsess peab aga olema suunatud ühiskonna teraviklikule toimetulekule nii, et eri kultuurikogukondade liikmeil oleks võimalikult suur ühisosa, kultuuriline pädevus ja head suhted (Tammaru jt 2021).

Ühtekuuluvustunne on positiivne side inimeste või kollektiiviga, kellega jagatakse sama identiteeti, tegutsetakse sarnaste eesmärkide nimel või kaitseks (Tammaru jt 2021). Sotsiaalse sidususena mõistetakse

ühiskonna võimekust tagada oma kõigi liikmete heaolu, vähendada erinevusi ja vältida kellegi kõrvale jätmist (Council of Europe 2010).

Kaasatust võib aga selles kontekstis käsitleda kui sotsiaalse sidususe ilmingut, kus ka sisserrändajatele on loodud osalemisvõimalusi eri eluvaldkondades, nagu haridus, tervishoid, tööhõive, eluase ning kodaniku- ja poliitiline aktiivsus (Bauloz jt 2019). Oleme meediast tuttavad loosungitega „Erinevus rikastab!“ või „Mitmekesisuses on jõud!“, kuid eespool viidatud migratsiooni võimalik negatiivne mõju ühiskonna sidususele tuleb kõne alla, kui inimestel ei teki omavahel midagi ühist. Erinevus ja mitmekesisus muutub rikastavaks, kui jagatakse sama identiteeti, ühiseid või ühendavaid väärtusi (Tammaru jt 2021).

Uuringute põhjal ei ole sisserrändest tuleneva mitmekesisuse mõju sotsiaalsele sidususele selgelt seostatud, kuid uussisserrändajate vähene kaasatus, või veel hullem, eraldatus, takistab selgelt sotsiaalse sidususe teket (Bauloz jt 2019). Kui ühiskonna sotsiaalset sidusust peetakse oluliseks, tuleb uussisserrändajaid teadlikult ja süsteemset toetada esmasel kohanemisel ning seejärel lõimumise teekonnal, pakkudes neile eri eluvaldkondades osalemise ning ühiskonda panustamise võimalusi.

### **Kohanemise väljakutsed**

Uussisserrändajate kohanemist toetavate organisatsioonide arv on Eestis viimase kümne aastaga oluliselt suurenenud. Seetõttu on saanud tõsiseks probleemiks teenuste killustatus ning sihtrühma ja nendega kokku puutuvate inimeste vähene teadlikkus teenustest, aga ka see, et tegevus toimub sageli projektipõhiselt (Kaldur jt 2019). Ka viimastel aastatel ei ole olukord muutunud: on mitu sama sihtrüüpi ja

eesmärkidega, vahel ka sarnaste nimedega organisatsiooni, kuid ka projektipõhiseid algatusi. Projektide korral on oht, et entusiastlikult alustatud tegevus vaibub, kui eestvedajatel tekivad uued huvid ja projekti rahastuse lõppedes vaibub ka tegevus. See tekitab tuge vajavatel inimesele omajagu segadust, kui ootamatult kaob varasemast tuttav teenuste osutamise koht, internetist aga ei leia sageli infot, et organisatsioon on tegevuse lõpetanud või ajutiselt peatanud.

---

**Kui ühiskonna sotsiaalset sidusust peetakse oluliseks, tuleb uussisserrändajaid teadlikult ja süsteemset toetada esmasel kohanemisel ning seejärel lõimumisel.**

---

Lõimumine saab edukas olla vaid kahesuunaliselt, seega ei piisa üksnes uussisserrändajate soovist kohaneda Eesti kultuuriruumis – see eeldab ka kohaliku kogukonna avatust ja valmisolekut austada teise kultuuriruumi kuuluvaid inimesi (Tammaru jt 2021). Võrreldes 2015. aastaga, kui Euroopas kujunes Süüria pagulaste kriis, on suhtumine pagulastesse Eestis küll tunnetuslikult paranenud, kuid siiski oldi veel 2019. aastal pigem tõrjuvad just kolmandatest riikidest pärit sisserrändajate vastu (Kaldur jt 2019). Viimasel kümnendil Euroopat tabanud põgenikelainet saab käsitleda kui võimalust muuta ühiskond solidaarsemaks, leida puuduvatele töökohtadele asendus ja tasakaalustada ühiskonna vananemist.

Parempopulistlikud erakonnad on valjuhäälselt õhutanud Euroopa riikides negatiivset või tõrjuvat suhtumist uussisserrändajatesse, tuues välja ohu kohaliku rahvuskultuurile, konkurentsi suurenemise tööjõuturul ning tervishoiu- ja sotsiaalvaldkonnas

kaasnevad kulud (Pinto jt 2020). Ukrainas toimuva sõja tõttu on ka need sõnavõetud viimasel aastal vähemalt Eestis üsna tagasihoidlikeks muutunud. Sisserändajatesse suhtutakse mõistvalt, sest nad põgenevad sõja eest (Jüristo 2022). Uuringud näitavad, et riikides, kus teadvustatakse uussisserändajate panust riigi majandusse, on ka suhtumine sisserändajatesse positiivsem (Pinto jt 2020; Bauloz jt 2019).

### Kogukonna kaasamise võimalused

Tartus ollakse ülikoolilinnana välismaalastega linnapildis ehk pisut rohkem harjunud, kuid teistsuguse keele ning kultuuriga inimestega arvestamist tuleb kõigil veel õppida ja edasi arendada. Tartu Välismaalaste Teenuskeskuses püüame võõrkeelsetele linnaelanikele järjepidevalt tutvustada kohalikus kultuuri-, spordi- jm tegevuses osalemise võimalusi. Tuletame ametkondadele ja piirkonnas tegevuse korraldajatele meelde, et nad ei unustaks infot jagada ka võõrkeelsetele elanikele.

---

### Lõimumine saab edukas olla vaid kahesuunaliselt.

---

Tähtis on edendada kultuuriteadlikkust nii ühiskonnas kui ka ametnike ja uussisserändajatega teiselt kokku puutuvate töötajate hulgas (Kaldur jt 2019). Seda saab teha ja lõimumist soodustada projektide abil, mis aitavad luua eestlaste ning uussisserändajate positiivseid kontakte, hõlbustades suhete kujunemist, seades tähelepanu keskmesse osaliste ühisosa või -huvide ning andes osalejatele turvalise võimaluse eesti keelt kasutada, aga ka eri rahvusgruppidega kokkupuuteks (Tammaru jt 2021). Varasemad uuringud aga on näidanud, et

uussisserändajad pole väga motiveeritud eesti keelt õppima, seega tuleb keele omandamise kasulikkust igati rõhutada, jagada positiivseid näiteid ning pakkuda mitmekeelsiseid ja hästi kättesaadavaid keeleõppevõimalusi (Kaldur jt 2019).

### Keeleõpet ja lõimumist toetavad head algatused

#### Eesti keele suhtlusklubi Tartus

Kui esmatasandi keeleõpe on läbitud, saab juba kohaliku eesti keelt rääkiva kogukonna toel hakata keelt praktiseerima ja arendama. Novembris 2022 andis Facebooki-grupis „Foreigners in Tartu“ endast märku üks hispaanlanna, kes küsis, kas keegi oleks huvitatud eesti keele harjutamisest kord nädalas. Huvilisi oli mitu, igati tervitatav isetekkeline algatus köitis tähelepanu, seega sai Tartu Välismaalaste Teenuskeskus pakkuda keelehuvilistele iganädalaseks kohtumiseks oma seminariruumi ja ka eesti keele rääkijate tuge.

Nüüdseks on eesti keele vestlusgrupp koos käinud juba viis kuud. Vabatahtlike abil on vestlustel alati osalenud ka vähemalt üks hea eesti keele oskusega kohalik, et keelepraktika sujuks lodusamalt ja saaks kuulda eesti keelt emakeelena rääkijate keelekasutust.

See on vaid üks väike näide, kuidas võimalusest kinni haarates saab kohaliku kogukonna abil kellegi jaoks väga olulist arengut ja positiivset muutust toetada.

#### Keelesõbra programm

Suurepärase ja laiaulatusliku näide eesti keelt rääkiva kogukonna toel eesti keele kasutamise julgustamisel on Integratsiooni Sihtasutuse „Keelesõbra“ programm, mis algas 2020. aasta märtsis, kui sooviti leida asendus pandeemia tõttu ära jäänud suhtluskeele harjutamisele. Programm osutus nii populaarseks, et seda jätkati hiljemgi.

Kolme aasta jooksul on moodustatud juba 1322 keelesõbrapaari ja 2023. aastal lisanduvad veel mitusada (Integratsiooni Sihtasutus i.a.). Keelesõbra programmi vabatahtlikud mentorid jagavad omavahel infot ja kogemusi ning saavad vajadusel tuge programmi korraldajatel.

### Kogukonnatöö ja lõimumise spetsialist

Kogu ühiskonnas võib olla keeruline ja aeganõudev suurendada kultuuriteadlikkust, kuid väiksemas kogukonnas on seda palju lihtsam teha. Kohalikud omavalitsused saavad teadlikult kaasa aidata lõimumise hõlbustamisele, moodustades selle eest vastutava spetsialisti ametikoha ja korraldades seejärel ühistegevust, et kaasata võimalikult erineva taustaga kogukonnaliikmed, nende pädevus, ühised huvid ja vajadused (Tammaru jt 2021).

### Keele omandamise kasulikkust tuleb igati rõhutada, jagada positiivseid näiteid ning pakkuda mitmekesiseid ja hästi kättesaadavaid õppevõimalusi.

Aprillis 2023 sõlmis Eesti Linnade ja Valdade Liit Euroopa Sotsiaalfondi+ ja riigi kaasfinantseeritava projekti raames partnerluslepingud Tartu, Rakvere ja Tallinnaga, mille alusel hakkavad nendes linnades tööle valdkonna koordinaatorid. Koordinaatorid koondavad oma piirkonna rände- ja lõimumis-, sh kohanemiselast infot, nõustavad sisserändajaid ning on kohaliku tasandi tugivõrgustiku eestvedajateks.

Tähtis on, et avalikud asutused ja ametnikud märkaksid inimesi, kuulaksid kohalike elanike mõtteid, ei suruks nende ideid alla, vaid kaasaks neid probleemide lahendamisse ja plaanide tegemisse. Tõenäoliselt on just

kohalikel elanikel oma kogukonna tarbeks kõige paremad lahendused, rääkimata vahenditest ja nende jagamisest. (Russell 2020)

### Põhjamaade hea kogemus

Põhjamaade Ministrite Nõukogu ja ÜRO Pagulaste Ülemvoliniku Ameti algatatud lõimumisvaldkonna kaheaastase projekti FOR-IN (Fostering refugee and immigrant integration / For Integration) käigus valmib 2023. aasta lõpuks kohalikele omavalitsustele tööriist, mis aitab heade näidete varal kavandada lõimumistegevust.

Eelmise aasta lõpus toimusid õppekäigud Taani ja Rootsi, kus osalesid Eesti, Läti ja Leedu kohalike omavalitsuste ning riigiasutuste esindajad. Eesti poolt aitas õppekäike korraldada Tartu Välismaalaste Teenuskeskus.

Käisime Taani Gentofti piirkonna pagulasabi kogukonnakeskuses, kus avatud köögi-ruumis saavad soovi korral kokku kohaliku kogukonna vabatahtlikud pensionärid ja uussisserändajad ning toimub üks-ühele õpe või vestlus. Kui keskuse uksest sisse astusime, toimus just selline tegevus kahe ümmarguse laua taga: üks vanem härra aitas välismaalast valemteid sisaldava õppeainega ja teise laua taga juhendas vanem proua üht neidu keeleõppes.

Uusi või ka endast nooremaid kogukonnaliikmeid aidates tunnevad eakamad end väärtusliku ja vajalikuna, uued liikmed saavad lisaks tunde, et neist hoolitakse, turvalises keskkonnas abi mõnes valdkonnas ning kontakti kohaliku inimesega, kellel on aega temaga tegeleda. Sellised kontaktid loovad kogukonnas kohalike elanike ja uussisserändajate vahel turvatunde, mis vähendab võimalike konfliktide ohtu.


Mitmes vestluses õppevisiidi ajal kõlas seisukoht, et kohv väikese suupistega (Rootsis kutsutakse seda *fika*) on kõige kiirem,

toimivam ja ka odavam inimeste liitmise ning suhtlemise soodustamise viis. Põhjamaades kasutatakse seda laialdaselt nii töökohtades kui ka mujal, eelkõige sisserändajate kohanemise toetamisel. Kui on kohti, kuhu kõik on oodatud, võivad tekkida „tuttavad võõrad“, s.t inimesed, keda mitu korda samas piirkonnas neutraalse tegevuse käigus kohatakse ja kes tekitavad turvatunde. Sarnaseid kogukonna toel üksteise abistamise võimalusi tahame Tartu Välismaalaste Teenuskeskuses järjest enam pakkuma hakata, alustades eespool nimetatud isetekkelisest eesti keele praktiseerimise klubist.

## Kokkuvõte

Eelmine kultuuriminister Piret Hartman (2022) võrdles lõimumist tabavalt maratoni

ja sprindi samaaegse jooksmisega, kus edu saavutamiseks tuleb kogu aeg olla aktiivne ning pidada silmas nii lühiajalisi kui ka pikaajalisi eesmärke. Lisaks tuleb pidevalt kohaneda uute tingimuste ja ülesannetega ning võimalusi märgata. Kogukonna arendamise ABCD-mudeli väljatöötaja Cormac Russel (2020) on öelnud, et kogukonda-desse koondunud inimesi on palju raskem manipuleerida, sest nad toetuvad üksteisele, jagavad ja vahetavad kogemusi, teadmisi, asju ning muid vahendeid.

Ussisserändajate kohanemise ja lõimumise üks väga oluline võimalus ja suurepä-rane vahend on kogukondade kaasamine. Üheskoos saame maailma tasapisi turvali-semas, ühtsemas ja kõigile heaolu pakkuv-suunas liikuma panna. 

## Viidatud allikad

- Bauloz, C. Vathi, Z., Acosta, D.** (2019). Chapter 6: Migration, inclusion and social cohesion: Challenges, recent developments and opportunities. Teoses: M. McAuliffe, B. Khadria (toim.) *World Migration Report 2020* (185–208). Genova: International Organization for Migration.
- Council of Europe.** (2010). *New Strategy and Council of Europe Action Plan for Social Cohesion*.
- Hartman, P.** (2022). *Lõimumine on nagu joosta samaaegselt maratoni ja sprinti* (ettekanne konverentsil). FOR-IN projekti konverents Tartus, 27. mai.
- Integratsiooni Sihtasutus.** (i.a.). *Keelesõbra programm*. <https://integratsioon.ee/keelesobra-programm> (15.03.3023).
- Jüristo, T.** (2022). Milline on ideaalne põgenik? *Salk*. <https://salk.ee/artiklid/milline-ideaalne-pogenik/> (27.03.2023).
- Kaldur, K., Kivistik, K., Pohla, T., Veliste, M. ... Roots, A.** (2019). *Ussisserändajate kohanemine Eestis*. doi:10.23657/2019.4
- Pinto, I. R., Carvalho, C. L., Dias, C., Lopes, P. ... Marques, J. M.** (2020). A Path Toward Inclusive Social Cohesion: The Role of European and National Identity on Contesting vs. Accepting European Migration Policies in Portugal. *Frontiers in Psychology*, 11.
- Russell, C.** (2020). *Rekindling Democracy: A Professional's Guide to Working in Citizen Space*. Wipf and Stock Publishers.
- Tammaru, T., Eamets, R., Pedaste, M., Järve, J. ... Uibu, M.** (2021). *Rändesõltuvus ja lõimumise väljakutsed Eesti riigile, töandjatele, kogukondadele ja haridusele*.



### Hannes Rohtsalu

*Eesti Loodusuurijate Seltsi teadussekretär,  
TÜ kogukondade ja sotsiaalse heaolu õppekava  
magistrant*

### Kadi Kass

*TÜ kogukonnatöö nooremteadur, kogukondade  
arendamise ja sotsiaalse heaolu magistriõppekava  
esimese lennu vilistlane*

## Praktikakogukond – mis ja milleks?

Artiklis tuleb juttu praktikakogukondadest, mis on praeguses teadmistemahukas maailmas eriti kasulikud nii organisatsioonidele kui ka kogu ühiskonnale.

Praktikakogukondade olemust on artiklis selgitatud selle mõiste ühe kasutuselevõtja, Etienne Wengeri tööde põhjal. Mõistet avatakse sotsiaalvaldkonna ja teadusega tegelevate praktikakogukondade näitel. Tähelepanu pööratakse ka küsimusele, kuidas igäüks saab kaasa aidata praktikakogukondade tekkimisele ja toimimisele.

### Mis on praktikakogukond?

Kogukondade teoorias pööratakse aina rohkem tähelepanu eri tüüpi kogukondadele. Ajalooliselt olid valdavad geograafilised kogukonnad, praegu on üha tähtsamad huvil, identiteedil või staatusel põhinevad kogukonnad (Gilchrist 2019, 14). Üks kõneainet pakkuv kogukonnatüüp on „praktikakogukond“. Praktikakogukond tekib siis, „kui rühm inimesi jagab muret või kirge mõne tegevusala vastu ja nad õpivad vastastikku suheldes seda paremini harrastama“ (Wenger jt 2002).

Praktikakogukonnad on mitteformaalsed ja vabatahtlikud (see eristab neid „meeskonnast“) ning erinevaid vorme on palju. N-ö ajutine praktikakogukond võib tekkida juba üsna juhuslikust koostamisest, kuid praktikakogukond võib olla ka koostöövõrgustik, erialaselts, mingile tegevusalale pühendunud klubi jne (samas). Praktikakogukondi ühendab seotus kindla tegevusalaga ja sotsiaalse kapitali loomine. Praktikakogukondade tegevuse tulem on toimiv teadmiste liikumine organisatsioonis või kogukonnas (Wenger jt 2002).

Praktikakogukondade mõiste sõnastasid 1991. aastal antropoloogid Jean Lave ja Etienne Wenger, kui nad uurisid õpipoisiõpet. Mõiste kasutusele võtmine andis võimaluse märgata ja akadeemiliselt mõtestada juba ammu ajast ning paljudes eluvaldkondades esinevat nähtust. Praktikakogukondade kontseptsioon on just viimasel kahel aastakümnel saanud



erilise tähelepanu ja arutelu osaliseks. See pakub huvi organisatsioonidele riigi tasemel, ärimaailmas, haridusringkondades, hoolekandes jm (Wenger jt 2002). Praktikakogukondade rakendumist on eriti palju uuritud just äriühingutes, mõnevõrra vähem teadusmaailmas (Kiele ja Wessner 2005).

### **Praktikakogukondade arendamine**

Praktikakogukondade käsitlemine on huvitav just selle poolest, et nähtuse akadeemilise uurimise kõrval on üha rohkem hakatud otsima selle kontseptsiooni rakendusvõimalusi. Praktikakogukondade tõhusam toimimine on nii organisatsioonide kui ka kogu ühiskonna huvides, seega on valdkonna teadlik arendamine põhjendatud.

### **Praktikakogukonnad võivad olla ametlikud või mitteametlikud, üle-eestilised või piirkondlikud.**

Etienne Wenger avaldas 2002. aastal koos Richard McDermotti ja William M. Snyderiga mahuka raamatu „Cultivating Communities of Practice: A Guide to Managing Knowledge“, milles esitati praktikakogukondade viljelemise seitset üldist printsiipi (vt infokast). Nende üle on hiljem arutletud ja püütud neid ka kohandada erinevates oludes (nt Kienle ja Wessner 2005).

Praktikakogukonnad on vabatahtlikud, seega kirjutavad Wenger jt (2002), et elujõulisi praktikakogukondi ei saa „sunniviisiliselt luua“, küll aga saab kujundada tingimusi nende arenguks. Toimiv praktikakogukond peab pidevalt kaasama inimesi ja soodustama nendevahelist suhtlust. Praktikakogukonna konstrueerimine erineb tüüpilise organisatsiooni ülesehitamisest: struktuuride loomise

### **Praktikakogukondade arendamise seitse põhimõtet**

1. Taga pidev areng;
2. Tekita erialasestest ja -väliste vaatenurkade dialoog;
3. Julgusta osalema, valides sobiv intensiivsus;
4. Arenda ühiseid ja privaatsust võimaldavaid kohtumispaidu;
5. Keskenühtsuse loomisele;
6. Kombineeri tuttavlikku ja harjumuspärast ning uut ja põnevust tekitavat;
7. Loo kogukonna jaoks sobilik rütm.

ja rollide jagamise asemel tuleb keskenduda osalejate suhetele ja nendest tekkivale „elususele“. Heas praktikakogukonnas saab pidada rühmaarutelusid, eraviisilisi vestlusi, tutvuda uute ideedega, arutleda ekspertidega värskeimate küsimuste üle. (samas) Kogukonna hea eestvedamine ei suru peale kindlat struktuuri, vaid toob esile kogukonna sisemise isikupära ja suundumuse. Praktikakogukondi saab arendada, „väärtustades neis toimuvat õppimist, tehes neile aja ja vahendid kättesaadavaks, julgustades osalemist ja eemaldades osalemistõkkeid“ (samas, 13).

### **Sotsiaalvaldkond ja praktikakogukond**

Praktikakogukonnad on viimasel ajal üha enam tähelepanu pälvinud ka sotsiaalvaldkonnas ning see on täiesti mõistetav. Sotsiaalvaldkonnas on praktikakogukonnad eriti olulised, sest seal tegutsevad spetsialistid puutuvad pidevalt kokku keeruliste ja mitmetahuliste probleemidega, mille lahendamine nõuab mitmekülgset käsitlust ning eri osaliste kaasamist.

Praktikakogukondade kaudu saavad sotsiaalvaldkonna spetsialistid üksteist toetada, kogemusi jagada, üksteiselt õppida ja nõnda koos paremini lahendada probleeme ning raskeid ülesandeid. Eestis, kus sotsiaalteenuste vajadus on suur ja sotsiaaltöö valdkonna asjatundjate koolitamine on tähtis, aitab praktikakogukondade loomine ja arendamine parandada sotsiaaltöö kvaliteeti ning pakub sotsiaaltöö tegijatele kogukondlikku tuge.

Sotsiaalvaldkonna praktikakogukonnad on tavaliselt koondunud konkreetse probleemi, sihtrühma või meetodi ümber. Näiteks võivad praktikakogukonnad keskenduda lastekaitsele, eakate hooldusele või erivajadustega inimestele. Need kogukonnad võivad koosneda sotsiaaltöötajatest, psühholoogidest, õpetajatest ja teistest spetsialistidest, kes töötavad koos, et parandada oma valdkonnas oskusi ja teadmisi.

---

**Praktikakogukonna konstrueerimine erineb tüüpilise organisatsiooni ülesehitamisest: struktuuride loomise ja rollide jagamise asemel tuleb keskenduda osalejate suhetele ja sellest tekkivale „elulisusele“.**

---

Peamine eesmärk on luua võrgustik, kus saab jagada kogemusi, muresid ja ideid. Sotsiaalvaldkonna praktikakogukonnad on spetsialistidele olulised õppimis- ja jagamiskohad, kus erineva tausta ja kogemustega inimesed saavad koos töötada, et paremini mõista sotsiaalvaldkonna keerulisi probleeme ja neid lahendada. Praktikakogukonnad võivad olla ametlikud või mitteametlikud, üle-eestilised või

piirkondlikud. Näiteks suhtlus ajakirja Sotsiaaltöö kaudu aitab palju kaasa sotsiaaltöö praktikakogukondade arengule.

### **Teadusega tegelev praktikakogukond**

Kienle ja Wessner (2005) tõestavad oma artiklis, et teadusega tegelevad kogukonnad on samuti praktikakogukonnad Wengeri jt (2002) mõistes. Teadusega tegeleva praktikakogukonna valdkond on baas- või rakendusteaduste arendamine (vt infokasti). Suheldakse silmast-silma kohtumistel (konverentsid ja seminarid), uurimistöö tulemuste publitseerimise kaudu (artiklid ja raamatud), aga ka veebi teel, nagu meililistid, ühised andmebaasid, veebileheküljed jm (samas).

Teaduskogukonnad on praktikakogukonnad, mis tähendab, et ka nende elujõulisust saab kultiveerida ja kujundada Wengeri jt (2002) põhimõtete järgi (Kienle ja Wessner 2005). Esmalt aga peab arvesse võtma teadustööst tulenevat eripära: näiteks on teadusmaailm niivõrd mitmetahuline, et teadlased osalevad korraga paljudes praktikakogukondades. Ka teekond algajast

### **Teaduslik praktikakogukond**

- Liikmed jagavad ühist uurimisvaldkonda.
- Liikmed jagunevad erinevate teadusalade, organisatsioonide, kultuuride ja piirkondade vahel.
- Meetodid pärinevad erinevatest teadusharudest ja teaduskultuuridest.
- Kohtutakse silmast-silma ja suheldakse ka veebi teel.
- Vähemalt mõnes teadusharus kombineeritakse nii baas- kui ka rakendusteadusi.

ekspertdini pole sirge arengurida, vaid praktikakogukonna teema alusel võib osaleja olla kord algaja, kord ekspert (samas).

Kienle ja Wessner (2005) on uurinud teadusega tegelevate praktikakogukondade arendamist veebipõhises ühisõppes ja arutlevad selle näite põhjal üldiste teaduslike praktikakogukondade konstrueerimise põhimõtete üle. Kõige olulisemaks peavad nad osalemise julgustamist. Wengeri jt (2002) põhimõtetele toetudes pakuvad nad teaduskogukondades osalemise suurendamiseks nelja võimalust.

1. Sujuv üleminek ühelt osalemistasemelt teisele (nt jälgija, sisulooja, korraldustoimkonna liige).
2. Kohalike koordinaatorite võrgustumine.
3. Kohtumispaikade vaheldamine.
4. Rahvusvahelised korraldustoimkonnad.

Cundill jt (2015) on uurinud praktikakogukondade rolli jätkusuutlikkuse teaduse (ingl *sustainability science*) valdkonnas ja toovad välja „transdistsiplinaarsete praktikakogukondade“ arendamise kolm peamist õppetundi.

1. Loo kõrvalseisjatele teadlikult mugavaid nn „läbiastumisvõimalusi“.
2. Praktikakogukondi ei saa tehnilikult luua, kuid neid saab „viljeleda“.
3. Sihipäraselt loodud praktikakogukondades tuleb tähelepanu pöörata võimusuhetele grupis (ka sellele, keda kutsutakse osalema ja kes jääb ringist välja).

Nende artiklite ühisosana võib välja tuua, et väga oluline on pingutus osalejate kaasamise nimel. Cundill jt (2015) lisavad sellele ka kaalumise, keda osalema kutsutakse. Mõlemad autorid nõustuvad, et erineva profiiliga teadlaste osamine kogukonnas on vajalik, kuid Cundill jt (2015) lisavad tähelepaneku, et erineva taustaga inimestest

koosneva tuumikgrupi kooshoidmine on eestvedajale päris raske.

---

### Praktikakogukondade tõhusam toimimine on nii organisatsioonide kui ka kogu ühiskonna huvides.

---

Kienle ja Wessner (2015) kinnitavad Wengeri jt (2002) põhimõtet, et ürituste toimumiskohtade vaheldumine võimaldab uutel osalejatel grupiga kergemini liituda. Ühtlasi toovad nad välja, et vaja oleks uurida praktikakogukonna optimaalset suurust, sest liiga suures kogukonnas kipuvad liikmed aktiivse osalemise asemel passiivseks audientsiks muutuma. Kõik autorid on ühel meelel, et praktikakogukondadel on teadmuspõhises maailmas oluline roll.

### Olulised küsimused

Wengeri ja kolleegide (2002) käsitluse põhjal on praktikakogukonna korraldusline mõelda kolmele mõõtmele: temaatika, kogukond ise ja praktika. Wenger soovib esitada kindlaid küsimusi, et leida sobiv arengusuund ja praktikakogukonna loomise või arendamise võimalused.

#### Temaatika

- Millistest teemadest ja küsimustest me tõeliselt hoolime?
- Mis kasu on sellest meile endile?
- Millist mõju me tahame avaldada?
- Kas oleme valmis võtma juhtrolli teema edendamisel ja arendamisel?

#### Kogukond

- Mis tekitab energiat ja arendab usaldust?
- Kui tihti ja kuidas kogukond kohtub?
- Milliseid rolle inimesed kogukonnas täidavad?

- Kuidas uusi liikmeid kogukonnale tutvustatakse?
- Kuidas liikmete vajadusi tasakaalustatakse?
- Kuidas liikmed omavahel suhtlevad?
- Kuidas liikmed konflikte lahendavad?


### Praktika

- Millist teadmist jagada, arendada, dokumenteerida?
- Millise arendusprojekti peaks kogukond ette võtma?
- Kuidas teadmistekogu korraldada, et see oleks liikmetele kättesaadav?
- Kust leida teadmiste ja väljastpoolt kogukonda pärit näitajate allikaid?
- Millist õpet korraldada?

Nende küsimuste käsitlemine aitab kogukonnal arendada ühist arusaama teemadest, millega tasub tegeleda, leida kogukonna sobivaimaid toimimise, suhete loomise ja kasvamise mooduseid. Tasub ka mõelda,

kuidas paremini kasutada kogukonna vahendeid ja võimalusi, suurendada organisatsioonis mõju ja leida rakendus liikmete pühendumisele oma tegevusala suhtes. Samuti aitavad need küsimused praktikakogukonnal teadlikumalt muutuda tõhusaks teadmiste allikaks oma liikmetele ja teistele huvilistele, kes võiksid kogukonna ekspertteadmistest kasu saada.

### Kokkuvõte

Praktikakogukondade kaudu saab suurendada ühel erialal tegutsevate inimeste sidusust ja avada valdkonna eri tahke. Praktikakogukonnad saavad aidata kaasa ka valdkonna maine parandamisele. Kogukondade eestvedajatel on kõige olulisem julgustada liikmete teadlikku osalemist. Selleks tuleb luua tegevuse jälgimiseks ja sellega liitumiseks mugavad võimalused, vaheldada kohtumispaiku ja rakendada muid kogukonna arendamise meetodeid. 

### Viidatud allikad

- Cundill, G., Roux, D. J., Parker, J. N.** (2015). Nurturing communities of practice for transdisciplinary research. *Ecology and Society*, 20(2). doi:10.5751/es-07580-200222
- Gilchrist, A.** (2019). *The well-connected community. A Networking Approach to Community Development. Third edition.* Bristol: Policy Press.
- Lave, J., Wenger, E.** (1991). *Situated learning: legitimate peripheral participation.* Cambridge: Cambridge University Press.
- Kienle, A., Wessner, M.** (2005). Principles for Cultivating Scientific Communities of Practice. Teoses: P. van Den Besselaar, G. de Michelis, J. Preece, C. Simone (toim.) *Communities and Technologies.* Springer, Dordrecht. doi:10.1007/1-4020-3591-8\_15
- Wenger, E., McDermott, R., Snyder, W. M.** (2002). *Cultivating Communities of Practice: A Guide to Managing Knowledge.* Cambridge: Harvard Business School Press.

## KOMMENTAAR

**Praktikakogukonnas saame kasu ja loome ise väärtust****Kelli Ilisson***Eesti Sotsiaaltöö Assotsiatsiooni (ESTA) juhatuse liige*

Praktikakogukonnad pakuvad tohutuid võimalusi, kuid minu kogemuse järgi ei osata neid alati kõige paremini ära kasutada. Selleks et kogukonnast kasu saada, peab sinna ka oma panuse andma. Olen olnud mitme praktikakogukonna liige, alustades ülikoolis bakalaureuseõppe kaastudengitega asutatud Eesti Sotsiaaltöö Üliõpilaste Seltsist. Tudengina ajendas mind algatusega kaasa minema ja organisatsiooni käivitamiseks ning juhtimises osalema soov ise areneda, saada kogemusi ja kontakte luua.

Praktikakogukonnad loovad kogemuste vahetamise kaudu uut teadmist, millel on suur väärtus. Paraku on sellised kogukonnad tihti õhinapõhised, mis tähendab riski jätkusuutlikkusele. Olen tudengiajast saati kuulunud ka ESTA-sse, et olla kursis valdkonnas toimuvaga. ESTA on võrreldes teiste erialaühingutega, kuhu olen kuulunud, palju suurem organisatsioon. Seal on peamine, kuidas võimalikult asjakohaselt ja loomulikult luua praktikakogukonnana väärtust, millest saaks osa selle iga liige.

Minu kogemus kinnitab jällegi varem öeldut, et praktikakogukonnas saame kasu ja loome väärtust ise oma osa andes. Siin aga on üks suur takistus: ülekoormus sotsiaalvaldkonnas, mis enamasti pärsib kogukonnas tegutsemist või on erialaühendusest lahkumise põhjus.

Teine asi, millele tuleb tähelepanu pöörata, on see, et praktikakogukond pakuks inimestele võimalust kogeda turvatunnet, mida nii vajatakse tänases ülikeerulises maailmas, häid inimsuhteid ja mõttekaaslast, kellele saab toetuda ja keda usaldada. Ilma selleta muutub praktikakogukonnas tegutsemine väärtuse asemel tüütuks lisakohustuseks.

**Kristi Randla, Ida Joao-Hussar**

*Kogukondade arendamise ja sotsiaalse heaolu õppekava magistrandid*

## Elanikkonnakaitse – üksi võime olla tugevad, kuid kogukonnas oleme võimsamad!

Erisugustel kogukondadel on tähis roll elanikkonnakaitstes. Kogukonna vastupanuvõimet saab suurendada kujundades usalduslikke inimsuhteid ning kavakindlalt kriisideks valmistudes.

Eestis on kriisijuhtimine detsentraliseeritud: igal ministeeriumil on kohustus rakendada kriisi korral oma valitsemisalas kindlaid tegevusi (Siseministeerium 2021b). Hädaolukorra seadusega (2017) on kehtestatud kriisijuhtimise põhimõtted ja meetmed, mida rakendatakse hädaolukorra ennetamiseks, selleks valmistumiseks ja selle lahendamiseks ning vastavalt sellele on asjaomased asutused koostanud hädaolukorra lahendamise plaanid<sup>1</sup>. Ulatus ja spetsiifika alusel juhivad kriisiolukordades tegevust piirkondade kriisikomisjonid, regionaalne kriisistaap või suurema kriisi korral ka riik. Olukorrad, mis nõudsid kriisi reguleerimist riigi juhtimisel, olid näiteks COVID-pandeemia ja Ukraina sõjapõgenike massiline saabumine.

Nii nagu riik ja kohalikud omavalitsused peavad kriisideks valmis olema, peavad valmis olema ka üksikisikud ja kogukonnad. Kogukondade jätkusuutlikkus ja roll kriiside lahendamisel on viimastel aastatel suurenenud ning sõda Ukrainas on selle tähtsust veelgi esile tõstnud.

### Igäühe panus on tähtis

Päevakorda on tõusnud elanikkonnakaitse (Siseministeerium 2022), mille alus on elanikkonna suutlikkus ennast ise kaitsta ja vajaduse korral üksteist kuni abi saabumiseni aidata. Eesmärk on kujundada välja tugev ja säilienõtkte ühiskond, mis suudaks seista vastu igasugustele kriisidele või isegi sõjalisele konfliktile (Randla 2023). Selleks

<sup>1</sup> Hädaolukordade plaanide koostamise korraldus on sätestatud ministri määrusega.

rakendatakse erinevaid meetmeid ja kaastatakse nii inimene, kogukond, kohalik omavalitsus kui ka riik (Siseministerium 2021a).

---

### Elanikkonnakaitse alus on elanikkonna suutlikkus ennast ise kaitsta ja vajaduse korral üksteist kuni abi saabumiseni aidata.

---

Kriisiolukorras peavad olema kaitstud kõik riigi elanikud. Suuremat tähelepanu tuleb aga pöörata haavatavatele rühmadele, kes end ise nii hästi aidata ei saa või on nende hakkamasaamine raskem. Nii külakogukonna kui ka kohaliku omavalitsuse tasandil tuleks koguda nende inimeste kohta infot, et pakkuda kriisiolukorras võimalikult kiiresti abi ja toetust. Kogukonna hea tundmine aitab abistajatel tõhusalt ning kiiresti tegutseda.

Hansson koos kaasautoritega (2020) on leidnud, et haavatavus tuleneb paljudest asjaoludest, olles suhteline ning dünaamiline. See avaldub erinevate tegurite koosmõjus, mis muutuvad vastavalt olukordadele ja asjaoludele. Igaüks meist võib olla mõnikord haavatav, kuigi eeskätt peetakse haavatavate elanikkonnarühmade all silmas neid, kes on tulenevalt erivajaduse, vanuse, terviseprobleemide või sotsiaalse seisundi tõttu niigi nõrgemas olukorras (Orru jt 2021).

Ka viimaste aastate kriisid on näidanud, et abi võivad vajada kõik inimesed, mitte ainult need, keda traditsiooniliselt on haavatavaiks peetud. Kogukonnas suudetakse ära tunda oma liikmete vajadused, teatakse, kes on eriti haavatavad ja kellel on võimekus abi osutada. Nii saabki kriisi korral kokku viia abi vajaja ning pakkuja.

Kogukondadel on tähtis olla valmis ja suuta reageerida adekvaatselt igasugustele kriisidele. Oluline on kõigi tasandite toimiv koostöö ja üksteise usaldamine. Mida suurem on kriis, seda rohkem vahendeid ja aega võib kuluda selle lahendamiseks. Tuleb arvestada, et alati ei pruugi riik ega kohalik omavalitsus esimestel kriisipäevadel tagada kõigile elanikele kohe abi ega teenuste, nt elekter, kaugküte, vesi, kanalisatsioon, side vms, kättesaadavust. Elutähtsate teenuste pikaajalise katkestuse korral on kõigi inimeste ja asutuste igapäevane tegevus vähem või rohkem häiritud. Sellisel juhul võivad kõige keerulisemasse olukorda sattuda linnaelanikud, hoolekandeesutused ja ettevõtted, kus ei ole veel alternatiivseid lahendusi, mis tagaks toimepidevuse näiteks elektrivarustuse katkemisel. Seetõttu ongi oluline, et kogukonnad oskaks hädaolukordades olla oma liikmetele toeks ja vajadusel suudaksid korraldada ise esmase abi.

### Säilenõtkke kogukond peab kriisis vastu

Elanikkonnakaitstes peetakse kogukondade all enamasti silmas kogukondi asukoha alusel ehk küla- ja linnakogukondi. Oluline roll on ka huvist lähtuvatel kogukondadel, näiteks vabatahtlikel seltsidel ja ühingutel, nagu vabatahtlik pääste, Naiskodukaitse, Punane Rist jt. Inimesi kohapeal koondav koht võib olla ka raamatukogu, pood, korteriühistu või päevakeskus. Väiksemates külakogukondades on rahva- ja koolimajad sageli nn ankurasutused, kus ollakse harjunud koos käima ning sinna on koondunud peamine tegevus<sup>2</sup>. Kogukondade arendamiseks ja säilenõtkuse suurendamiseks tuleb olla inimeste lähedal ning luua suhteid seal, kus nad tunnevad end hästi ja mugavalt.

---

<sup>2</sup> Ankurasutuse mõiste kohta loe täpsemalt Tilga jt 2022 artiklist.

Lisaks on tähtis, et vabatahtlikud seltsid ja ühingud tegutseksid koos ning ühiste väärtuste ja eesmärgi nimel – nii kujunebki säilienõtte kogukond.

Erialakirjanduses rõhutatakse kogukondade kriisilukordadeks valmisoleku tähtsust. Säilienõtte kogukond oskab ette näha ohuolukordi ja mõjusid ning nende kujunemisel suudab ettevalmistatud plaani järgi kiiresti reageerida (Patel jt 2017). Kohalikul tasandil on oluline teadvustada, millele ja millal ollakse haavatavad, et mõista paremini oma riske. Säilienõtte inimesed ja kogukonnad saavad tunduvalt paremini hakkama. Nad ei murdu raskuste all, vaid on vastupidavamad ja leiavad lahendusi edasi tegutsemiseks. Kogukonna vastupanuvõimet suurendavad selle liikmete tugevad sidemed: üksteise usaldamine, kaasav ja koostööine suhtumine ning ühised väärtused (Schoch-Spana jt 2019). Vastupidavamad kogukonnad suudavad paremini kindlaks teha kriisi põhjused ja muuta oma struktuuri ning toimimist, et kohaneda ja kriisides ellu jääda. Kogukonna tugevaid külgi ja haavatavust suurendavaid tegureid tuleb igakülgset analüüsida. (Patel jt 2017)

### **Kogukondade võimestamise näited**

Eesti külakogukondades on hoogu saamas kerksuskeskuste asutamine. Kerksuskeskus on hoone, mis on varustatud energiaga ka pärast elektri- ja kaugkütte teenuse katkemist, sest nende jätkusuutlikkus on tagatud alternatiivsete süsteemidega, nagu generaator, akud, päikesepaneelid. Elanikud saavad kerksuskeskusest infot olukorra kohta ja abi, nt laadida telefoni, valmistada sooja sööki või varjuda, leida lühiajalist öömaja, kui hädaolukorra tõttu ei ole võimalik kodus viibida.

Kerksuskeskusteks võivad olla külade rahvamajad, vabatahtliku organisatsiooni ruumid, külakeskused või muud selleks sobivad hooned. Enamasti peab kogukond soetama vajalikud seadmed ise, kuid kuna küsimus on muutunud päevakajaliseks, on algatatud ka projektikonkurse. Näiteks korraldab Päästeamet kogukondade võimestamiseks MTÜ-dele projektikonkursi „Ole valmis – kogukondade võimestamine kriisideks valmistumisel“, mille kaudu saab taotleda vahendite soetamist, et parandada toimetulekuvõimekust hädaolukordades.

---

**Kogukondadel on tähtis olla valmis ja suuta reageerida adekvaatselt igasugustele kriisidele.**

---

Kogukondade võimestamiseks on Päästeametil lähiajal tulemas uusi projektikonkurse nii külakogukondade mittetulundusühingutele kriisivalmiduse parandamiseks kui ka korteriühistutele keldrite kohandamiseks varjumiskohaks. Rahastus- ja toetusmeetmeid on tulemas nii riigi kui ka kohalikul tasandil.

Tõenäoliselt reageerivad sotsiaalselt ja psühholoogiliselt koolitatud kogukonnad hädaolukordadele kiiremini, kohanevad ja taastuvad neist paremini. Igas maakonnas toimuvad elanikkonnakaitse koolitused, mida korraldab Päästeamet koos partneritega, näiteks Naiskodukaitse, munitsipaalpolitsei, vabatahtliku pääste, Politsei- ja Piirivalveameti, Punane Risti ja teistega. Teoreetilisi ja praktilisi koolitusi, kuidas saada hakkama hädaolukordades, korraldatakse nii koolinoortele, täiskasvanutele, eakatele, asutustele, sotsiaaltöötajatele, korteriühistutele, küla- ja linnakogukondadele ning teistele kogukondadele. Toimuvad ka



evakuatsiooniõppused ja kriisikomisjoni-dele suunatud lauaõppused.

Üha suuremat tähelepanu on hakatud pöörama ka kogukondade kriisiplaanide koostamisele. Külakogukonna kriisiplaanid on koostanud näiteks Vaopere Külaseltsi MTÜ Raplamaal, Võrumaal Roosiku küla ja Põlvamaal MTÜ Kähri Seltsimaja, mis koondab Tännassilma, Puskaru ja Kähri küla. Kriisiplaanide koostamisest võivad osa võtta nii külakogukondade juhatused kui ka kogukonnaliikmed. Kriisiplaani koostamisesse on hea kaasata erinevaid organisatsioone, kogukonnas tegutsevaid huvi-, praktika- või ankurkogukondi jt. Kriisiplaan aitab vähendada segadust, mis võib tekkida ettearvamatus olukorras ja aitab koondada olulise teabe: kogukonna geograafilised iseärasused ja inimressursid (inimkapital), haavatavate elanike abistamise vajadus, juhtimine ja käitumine hädaolukordades (Kuran jt 2020). Läbi on vaja mõelda ka kommunikatsioon, tuleb arvestada, et tänapäeva kogukondades kasutatakse suhtlemiseks ja info edastamiseks üha rohkem sotsiaalmeediakanaleid. Kriisiplaani koostamise protsess ise aitab luua kogukonnaliikmete vahel suhteid ja soodustab lävimist, vastastikku tugevaid külgi ning võimalusi tundma õppides suureneb säilenõtkus – see kõik on abiks,

et kriisi korral kogukonnaliikmete heaolu tagada.


### Pika teekonna algus

Elanikkonnakaitse on valdkond, mis alles sirutab tiibu. Mida parem on koostöö, seda tõhusam on tulemus, mida saame elanikkonnale pakkuda. Kogukond saab vähendada enda haavatavust ja suurendada toimevõimekust ning säilenõtkust ühiste eesmärkide ja tegevuse kaudu.

---

Kogukonna vastupanuvõimet suurendavad selle liikmete tugevad sidemed: üksteise usaldamine, kaasav ja koostööine suhtumine ning ühised väärtused.

---

Kriisid ei ole meile enam võõrad ja nende edukas ületamine oleneb igast elanikust, aga ka kogukonnast tervikuna. Kohalike omavalitsuse töötajad ja elanikkonnakaitse valdkonna spetsialistid ning vabavõltsed saavad olla kogukondadele toeks säilenõtkuse suurendamisel. Kogukonnad on kriisi ajal väga tähtsad, sest tuleb kiiresti tegutseda ja vajadusel ka pikemat aega vastu pidada või vahendeid ümber korraldada. Üksi võime olla tugevad, kuid üheskoos oleme võimsamad! 

### Viidatud allikad

---

- Hansson, S., Orru, K., Siibak, A., Bäck, A. ... Morsut, C. (2020). Communication-related vulnerability to disasters: A heuristic framework. *International Journal of Disaster Risk Reduction*, 51, 101931. doi:10.1016/j.ijdr.2020.101931
- Hädaolukorra seadus. (2017). *Riigi Teataja I*. 09.08.2022, 25.
- Kuran, C. H. A., Morsut, C., Kruke, B. I., Krüger, M. ...Torpan, S. (2020). Vulnerability and vulnerable groups from an intersectionality perspective. *International Journal of Disaster Risk Reduction*, 50, 101826. doi:10.1016/j.ijdr.2020.101826
- Orru, K., Hansson, S., Gabel, F., Tammpuu, P. ...Rhinard, M. (2021). Approaches to 'vulnerability' in eight European disaster management systems. *Disasters*, 46(3), 742–767. doi:10.1111/disa.12481

- Patel, S. S., Rogers, M. B., Amlôt, R., Rubin, G. J.** (2017). What Do We Mean by 'Community Resilience'? A Systematic Literature Review of How It Is Defined in the Literature. *PLoS Currents*, 9. doi:10.1371/currents.dis.db775aff25efc5ac4f0660ad9c9f7db2
- Randla, K.** (2023). Päästeamet ja Naiskodukaitse. Koos elanikkonna kaitseks! *Kaitse Kodu!*, 70–71.
- Schoch-Spana, M., Gill, K., Hosangadi, D., Slem, C. ... Links, J.** (2019). Top-Down and Bottom-Up Measurement to Enhance Community Resilience to Disasters. *American Journal of Public Health*, 109(S4). doi:10.2105/AJPH.2019.305151
- Siseministeerium.** (2022). *Elanikkonnakaitse plaan 2022–2023*. [www.rescue.ee/files/2022-04/2022.04.06-elanikkonnakaitse-plaan.pdf](http://www.rescue.ee/files/2022-04/2022.04.06-elanikkonnakaitse-plaan.pdf) (03.05.2023).
- Siseministeerium.** (2021a). *Kriisireguleerimispoliitika ülevaade 2021*. [www.siseministeerium.ee/media/1470/download](http://www.siseministeerium.ee/media/1470/download) (03.05.2023).
- Siseministeerium.** (2021b). *Kriisideks valmisolek*. [www.siseministeerium.ee/tegevusvaldkonnad/kindel-sisejulgeolek/kriisivalmidus](http://www.siseministeerium.ee/tegevusvaldkonnad/kindel-sisejulgeolek/kriisivalmidus) (03.05.2023).
- Tilga, K., Lepik, K., Linno, M.** (2022). Raamatukogu kui kogukonna ankur: kvalitatiivne kirjandusülevaade. *Eesti Raamatukoguhoidjate Ühingu Aastaraamat 2021* (16–27).

## AUTORITEST

**Kristi Randla** on Tartu Ülikooli kogukondade arendamise ja sotsiaalse heaolu õppekava magistrant, Päästeameti ennetuspartner ja Naiskodukaitse vabatahtlik.

**Ida Joao-Hussar** on Tartu Ülikooli kogukondade arendamise ja sotsiaalse heaolu õppekava magistrant, Haapsalu Neuroloogilise Rehabilitatsioonikeskuse neuror rehabilitatsiooni osakonna tegevusterapeut ning Eesti Tegevusterapeutide Liidu juhatuse liige.

**Dagmar Narusson**

TÜ ühiskonnateaduste instituudi kogukonnatöö lektor

**Maarja Võrk**

TÜ kogukondade arendamise ja sotsiaalse heaolu õppekava esimese lennu magistrant

# Tegevusjuhendajad kui kogukonnas taastumise toetajad

## KOKKUVÕTE

Kogukonnas kohanemine ja selle liikmetega vastastikuste suhete loomine ning kujundamine on erihoolekandeteenuseid kasutavale vaimse tervise raskustega inimesele<sup>1</sup> ülimalt tähtis. Personaalse taastumise protsessid leiavad aset kõige paremini avatud kogukonnas, kui inimene saavutab seal enesele väärtustatud koha. Selleks vajatakse aga tegevusjuhendajate ja teiste inimeste toetust.

Artiklis esitatakse ülevaade uuringu tulemustest, mis võimaldavad mõista, kuidas tegevusjuhendajad juba praegu oma tegevusega nende endi tõlgenduses kogukonnas taastumist toetavad ja kuidas niisugust tööd edendada. Andmete kogumiseks intervjueriti Eesti kolme linna tegevusjuhendajaid, kes töötavad kogukonnas elamise teenust saavate inimestega.

Uuringust selgus, et tegevusjuhendajad üldjuhul teadvustavad oma rolli vaimse tervise raskustega inimeste kogukonda lõimimisel ja otsivad selle hõlbustamiseks erinevaid mooduseid. Selleks tuleb inimesi võimestada, kujundades samal ajal kogukonnaliikmete hoiakuid. Tegevusjuhendajatele tuleks pakkuda rohkem tööalast tuge, kogemuste vahetamise võimalusi ja asjakohaseid koolitusi.

## MÄRKSONAD

**Personaalne taastumine, kogukonnas elamise teenus, kogukonnas vastastikuste suhete loomine**

Hoolekande arengu tõttu on muutunud ka tegevusjuhendajate roll kogukonnas elamise teenuse kontekstis. Nende peamine

tööülesanne on toetada iga teenusekasutaja personaalset taastumist, pidades silmas kõiki personaalse taastumise alaprotsesse,

<sup>1</sup> Artiklis kasutatakse „vaimse tervise raskustega inimese“ mõistet (ingl *persons with mental health difficulties*), sest ühelt poolt on see neutraalsem (s.t ei eralda inimesi järsu piiriga meie-nemad, sest kellel ei tuleks ette vaimse tervise raskusi) ja teiselt poolt hõlmab nii psüühikahäiretega kui ka intellektipuudega inimesi.

sh toetades inimest, kui ta loob kogukonnas vastastikused suhted sel viisil, et need oleksid loomulikud, ja nii vaimse tervise raskustega inimesed kui ka kogukonna teised liikmed peaksid neid suhteid oma elu väärtuslikuks osaks (Narusson 2019, 2021a). Eristatakse kolme taastumise valdkonda: tervis (kliiniline taastumine), funktsionaalne taastumine ja identiteedi ehk inimese minakontseptsiooni taastumine (Pieters jt 2017). Kogukonnapõhised töötamisviisid keskenduvad seotuse kujundamisele, sest regulaarne suhtlemine teistega on seotud taastumise ja heaoluga (Gilchrist 2019, 60).

### Kogukond kui vara

Kohad ja ümbruskond on igapäevaelu jaoks tähtsad, sest inimestel on paikadega emotsionaalne side ning ka sotsiaalsed probleemid paistavad välja kindlates geograafilistes asukohtades (Green ja Haines 2016). Kui erivajadustega inimesed asuvad elama naabruskonda, seisab kogukond silmitsi elukeskkonna ja sotsiaalsete suhete muutumisega (Narusson 2021a). Väga sarnaste vaadete ja väärtustega või vastupidi, killustunud elanikkonna suhtumine teistsugustesse inimestesse ei pruugi olla salliv. Sellistes kogukondades on vaja kujundada avalikke ruume ja kohti, et hõlbustada sidusust ning samal ajal edendada võrdsust ja mitmekesisust (Gilchrist 2019).

Ainult ühte suletud kogukonda kuulumist peetakse inimesele ohuks: igapäev peaks olema mitu paindlikku ajas muutuvat avatud rühma ehk kogukonda, kus osaleda (Gilchrist 2019). Sotsiaalsed sidemed väljaspool lähimat tutvusringkonda tugevdavad Gilchristi (2019) sõnul heaolu isegi siis, kui inimene on olnud kaua sotsiaalselt tõrjutud või kriisis.

Retsiprooksus ehk vastastikkus on kogukonna oluline väärtus, mis võimaldab

inimestel osutada teeneid, toetada üksteist ametlike lepingute või makseteta ning see juhuslik, kuid sageli tundlikult lihvitud abi aitab muuta elu elamisväärsaks ja avalduda kui immateriaalne vara (Gilchrist 2019; Narusson 2021a).

Nn tuttavad võõrad loovad turvalise koha tunde. Sellest on suur abi ka vaimse tervise raskustega inimesele.

### Taastumise toetamine kogukonnas

Personaalse taastumise protsesside puhul kasutatakse üldjuhul CHIME raamistikku. CHIME on ingliskeelne akronüüm (*connectedness, hope and optimism about the future, identity, meaning in life ja empowerment*), mis tähistab viit olulist taastumise (eraldiseisvat) protsessi: seotust, lootust ja optimismi, identiteeti, elu mõtet ning enese võimestamist. Neid protsesse juhib (ja ka mõtestab) inimene ise, kuna vaid tema omab kontrolli oma personaalse taastumise üle. Kõrvalseisjad, sh tegevusjuhendajad, saavad inimest sel teekonnal toetada.

Lisaks tuleb spetsialistidel töös vaimse tervise raskustega inimestega järgida eetikapõhimõtteid ja inimõigusi ning töötada häbimärgistamise vastu (Martinelli ja Ruggeri 2020).

---

Selleks et kogukonda lõimumine oleks edukas, peab organisatsioon leidma sobivate omaduste ja väärtustega töötajaid ning neid koolitama.

---

Slade jt (2017) rõhutavad, et kõige rohkem tuleks toetada vaimsete raskustega inimese positiivse identiteedi arengut, seotust teistega, lootust, tähenduse leidmist ja kontrolli saavutamist oma elu üle. Goscha

(2020) lisab, et peamine taastumisressurs on kogukonnas. Kogukond annab sotsiaalse konteksti, mis mõjutab inimeste personaalset taastumist ja kus leitakse võimalusi oma eesmärgid saavutada (Narusson ja Wilken 2018; Goscha 2020). Vaimse tervise spetsialistidel, näiteks tegevusjuhendajatel, on keskne osa kogukonnaga seotuse loomise toetamisel – ollakse kui sild nii kogukonna ametlikes kui ka mitteametlikes võrgustikes; nende töö peaks sisaldama pereliikmete kaasamist ja võrgustikuliikmete üksteisega seostamist (Pieters jt 2017). Samuti on spetsialistide võimuses klaarida kogukonnas kogetavaid probleemolukordi, selgitades osaliste vaateid olukorrale ja inimeste õigusi ning aidates ootamatustega toime tulla (Gilchrist 2019; Narusson ja Wilken 2018; Ljungberg jt 2015).

---

### Kõige rohkem tuleks toetada vaimsete raskustega inimese positiivse identiteedi arengut, seotust teistega, lootust, tähenduse leidmist ja kontrolli saavutamist oma elu üle.

---

Kogukonnapõhises töös vaimse tervise raskustega inimestega tuleks lähtuda tugevusemudelist (Goscha 2020; Narusson 2021b), mis rõhutab eelkõige inimese tugevaid, mitte nõrku külgi. Inimese võimed, teadmised, ellujäämisoskused, vastupidavus, isiklikud ja võrgustiku võimalused, soovid ja kõik teised tugevad küljed on kasvu ja muutuste allikas ning neile tuleks toetuda koostöö igas etapis (WHO 2021, 26). Seejuures tuleb lasta inimestel oma elu üle otsustada ja võtta turvalisi riske, sest inimeste enese asjatundlikkus on sama oluline kui spetsialistide kompetentsus (Pieters jt 2017).

Kui teenuseosutaja on seadnud eesmärgi lähtuda taastumisfilosoofiast, siis peab see väljenduma töötajate hoiakutes ja käitumises; taastumisväärtused peaksid olema ka organisatsiooni visiooni, missiooni ning juhtimisprotsessi osa (Martinelli ja Ruggeri 2020).

### Kogukonda lõimumise toetamine

Taastumise toetamisele keskendunud spetsialistid on koolitatud isikukesksete ja dialoogiliste töötamisviiside alal (nt Avatud Dialoog), nende töö on kogukonnamõõde (WHO 2021). See tähendab, et spetsialistidel on pädevus töötada nii inimese kui ka keskkonnaga, et taastuja kogeks positiivseid emotsionaalseid sidemeid sotsiaalse keskkonnaga (Narusson ja Wilken 2018). Seejuures võimestab keskkond või kogukond positiivse identiteedi ja eneseväärikuse kujunemist (Goscha 2020, 168).

Vaimse tervise raskustega inimeste kogukonda kaasamine nõuab kohalike algatuste ja mitteametlike võrgustikega koostöö arendamise võimet ning oskust jagada oma kogukonnasidemeid kolleegidega, et laiendada kogukonnaga lõimumise võimalusi veelgi (Webber ja Fendt-Newlin 2017). Spetsialistid, nt tegevusjuhendajad, ühendavad teenusekasutajaid kogukondliku tegevusega, annavad praktilist abi ja nõu kogukonda sulandumisel, sotsiaalse tegevuse ning vaba aja veetmise võimaluste kohta. Aktiivne osalemine kogukondlikus tegevuses muudab paigad tähenduslikeks, aitab luua usaldust ja iseseisvust ning samahaaval jõuda kogukonda sulandumiseni (WHO 2021).

Selleks et kogukonda lõimumine oleks edukas, peab organisatsioon leidma sobivate omadustega töötajaid ja neid koolitama. Töötada peab oskama vastupanu ja motivatsiooninappuse, avalikkuse

hoiakute ning ka klientide ambivalentsusega (Tee jt 2020).

## Uuring

Uuringu<sup>2</sup> eesmärk oli saada ülevaade, kuidas tegevusjuhendajad kirjeldavad oma tööpõhimõtteid, senist tegevust, vajadusi ja võimalusi klientide kogukonnas kohanemise ning vastastikuste suhete saavutamise toetamisel ning kohaliku kogukonna liikmetega koostöö tegemisel. Selleks tehti 2021. aasta detsembrist kuni 2022. aasta aprillini poolstruktureeritud intervjuud viie tegevusjuhendajaga. Intervjuukava koostamisel toetuti varasemale uuringule (Narusson 2021a). Intervjuu põhiteemad olid taastumise mõtestamine, kogukonnas lõimimise senine praktika ja keerukus ning selleks tööks vajalikud oskused ja teadmised.

---

**Kaasatus kogukonda võimaldab vaimse tervise raskustega inimestel rohkem suhelda, uskuda endasse ja kogeda, et ollakse teistega võrdväärne.**

---

Uuringus osalesid tegevusjuhendajad, kelle igapäevatöö on juhendada kogukonnas elamise teenusel olevaid vaimse tervise raskustega inimesi. Intervjuueeritavate staaž samas töökohas oli kaheksa kuud kuni viis aastat ja nad töötasid ühes kolmest linnast, kus viidi ellu Hoolekandeteenuste AS-i ning Tartu Ülikooli arendus- ja teadusprojekt.

Andmete analüüsimisel lähtuti temaatilise analüüsi põhimõtetest, mis võimaldas

teoreetilist paindlikkust ja kogutud andmeid teemade ning alateemade kaupa grupeerida, võrrelda ja tõlgendada (Braun ja Clarke 2006).

## Tulemused

Uuringus osalenud tegevusjuhendajad mõistavad enda sõnul, et lisaks klientide igapäevaelu toetamisele ootab tööandja neilt tööd kogukonnaga. Töötajatel polnud päris selge, mil määral kuulub kogukonnaga suhete kujundamine nende tööülesannete hulka.<sup>3</sup> „Nende tegevustega on nii ja naa. Tööandja tahab rohkem selliseid ühistegevusi küll. [...] võib-olla mulle pole selgitatud seda, miks ma pean kõike seda tegema“ (T4).

Teenuse kasutajate kogukonda lõimimiseks otsitakse erinevaid võimalusi. Mõned tegevusjuhendajad ütlesid, et lähtuvad enda ja vaimse tervise raskusega inimese eelistustest ning tugevatest külgedest ja leiavad otseselt huvidega seotud tegevust, näiteks lauluvililisele kooris käimine, kokkajatele hoidiste valmistamine jm. Mõnel juhul kaasatakse inimesi tegevusse, mis tegevusjuhendajale endale meeldib ja mis on kõigile naabruskonna elanikele lihtsasti kättesaadav, nagu rabamatkad vm. Siiski teevad tegevusjuhendajad kaasa ka asju, millega nad ise tavaliselt ei tegeleks, aga mida pakuvad teenusekasutajad. „Peaaegu ise olema hästi avatud meelega [selle suhtes], mida tema tahab teha, et temal oleks see väljundi koht olemas, et ma ei õpeta neid kliente elama nii, nagu mina tahan, vaid nii, kuidas tema tahab“ (T5).

Intervjuudest selgub, et mõned tegevusjuhendajad mõtestavad kogukonnaga

<sup>2</sup> Uuring toimus Tartu Ülikooli ning Hoolekandeteenuste AS-i teadus- ja arendustöö projekti „AS Hoolekandeteenuste klientide retsiprookne lõimimine piirkonna kogukondade liikmetega ja tõendus põhiste teenuste pakkumine“ (2020–2023) raames.

<sup>3</sup> Kliendi juhendamine ja toetamine sotsiaalsetes suhetes on ametijuhendi järgi üks tegevusjuhendaja tööülesanne ja see on esimene samm kogukonna suunal tehtavas töös.

lõimumise tähendust laiemalt ja teadvustavad ka, et taastumine ei hõlma (ainult) haigusega toimetulekut ega leia aset asutuse seinte vahel, vaid oma elu üle kontrolli saavutamiseks on oluline, et tekiksid vastastikused suhted kogukonnas. Töös kogukonnaga tuginetakse suuresti oma kogemustele ja tutvustele. Asja teeb keeruliseks see, et niisuguse tegevuse hõlbustamiseks ei jätku aega. „*Peaks olema lisainimene, kes neid kohtumisi jm korraldab. Meie käime vahetustega tööl ja nii võib suhtlus ära vajuda*“ (T1). Seetõttu tehakse seda tööd sageli ka oma vabast ajast.

Personaalse taastumise protsessi üle arutledes toodi välja erinevaid võimalusi, kuidas kogukonnaelus osalemine taastumist soodustab. Esiteks pöörati tähelepanu sellele, et see võimaldab vaimse tervise raskustega inimestel tavaellu sulanduda. Teiseks toodi välja, et täiskasvanud erivajadusega inimesele on igapäevaoskuste omandamine ja enda tugevate külgede avastamine argielu olukordades palju lihtsam (kui nt töötajaga vesteldes): kogukonnas toimetamine aitab oma huve avastada, hirme ületada, annab enesekindlust, arendab iseseisvust ja vastutusvõimet. Näiteks julgustab jõukohast tööd tehes saadud eduelamus ka kogukonnas oma võimeid proovile panema. „*Algul tundus ka, et ma ei oska mitte midagi peale hakata, aga siis lõpuks sai ta sellele pikaaegsele kaitstud tööle. Vaatasin, et inimesel tuleb nagu isegi elu sisse, et muutub avatumaks, julgemaks*“ (T3). Kolmandaks on taastumisel oluline suhete kujunemine, mis võtab aega ja õnnestub erinevalt. „*Väljapoole suhete loomine on väga individuaalne. Mõnele on see kerge, mõnele väga raske. Inimene, kes on terve elu olnud vanas süsteemis, nemad ei oska neid sidemeid väljaspool kodu luua. Usalduse võitmine võtab aega*“ (T3).

Kogukonnaliikmetega suhete loomist mõjutab ka see, kas elatakse maal või linnas:

väiksemas kohas tuntakse kogukonnas elamise teenuse kasutajaid poes ära, teretatakse, antakse nende käitumisele tagasisidet, kuid suuremates kohtades jäävad sinna elama asunud inimesed enamasti anonüümseks. Probleemide korral ei pöördu kaaskodanikud mitte tegevusjuhendaja poole, vaid kirjutavad ametlikult organisatsioonile.

Kontaktid naabuskonna elanikega tekivad erinevates kohtades. Osadel inimestel tekivad kontaktid tööl, koolis, trennis, laulukooris, bändis vm, teistel selliseid suhteid veel ei ole ja selle nimel on vaja edasi töötada. „*Mingil määral tabab igäüks ühiskonna osa olla*“ (T2).

Kogukonnaga lõimimiseks uusi tegevusvõimalusi kavandades hindavad tegevusjuhendajad koos inimesega, ega planeeritav tegevus osutu liiga riskantseks. „*Me mängime plusside-miinustega seda olukorda paberil läbi. See annab talle mõtlemisaega ja ta saab aru, mis võib juhtuda*“ (T5), kuid üksmeelselt leitakse, et „*tuleb lasta proovida*“ (T5), kui inimest mõni eluvaldkond huvitab. Julgustamise kõrval peab siiski mõtlema ka sellele, et tagatud oleks toetus ja tagavaraväljapääs.

---

Eesti ühiskond ei ole veel valmis erivajadustega inimesi piisavalt aktsepteerima.

---

Kogukonda sulandumisel on keerulisi momente. Ühelt poolt tuleb ületada inimeste enesestigmat. „*No mis sa minusuguse haige inimesega ...kuidagi ütles nii*“ (T4). Vahel tunnetavad inimesed, et nad on kogukonnale vastumeelsed, neid kardetakse ja koheldakse erinevuste tõttu ebavõrdset. Ette on tulnud, et kogukonnad on koostööst loobunud. Intervjueeritavad töid näiteks juhtumeid, kui mõne elamupiirkonna elanikud

ei nõustunud nende elukohta vaimse tervise raskustega inimestele korterite rajamisega või ei olnud tööandjad huvitatud erivajadustega inimeste töölevõtmisest. Ette oli tulnud ka keeldumist lubada inimesel tulla trenni spordisaali või võtta osa linnaosa kohvikutepäevast. „*Kui kuuldi, et mis diagnoos, siis kohe, et kohti ei ole ja praegu ei saa*“ (T2). Intervjueeritavad leidsid, et Eesti ühiskond ei ole veel valmis erivajadustega inimesi piisavalt aktsepteerima.

Tegevusjuhendajad tunnevad, et vaimse tervise raskustega inimeste suhete toetamiseks teiste kogukonnaliikmetega vajavad nad üksteise tuge ja uusi teadmisi. „*Vastastikune õppimine, kuidas teised oma klientidega käituvad või kuidas on avatud kogukonna lõimumise asi. Seda tahaks, et mitte, et keegi tuleks ja räägiks, et meil on siin nii, vaid ma tahaks seda ise näha. Kogemuste vahetamine viib edasi*“ (T5). Siiani on tuginetud enamasti isiklikele teadmistele ja oma kogemustele, kuid sooviti saada teistelt inspiratsiooni, et tekiks sünergia, kontaktid ja koostöö. Koroonaviiruse piirangute järel igatsetakse kohtumisi, mis ei oleks virtuaalsed, sest „... *tihthepeale nende pauside ajal tekib koostöö... vabas õhkkonnas... seal tulid kõige huvitavamad ideed*“ (T4).

Kogukonnas taastumist mõtestasid uuringus osalejad kui inimese iseseisvumisprotsessi, mille käigus paraneb haigusele vaatamata tema toimevõimekus. Kaasatus kogukonda võimaldab vaimse tervise raskustega inimestel rohkem suhelda, uskuda endasse ja kogeda, et ollakse teistega võrdväärne. Väga loodetakse, et üldine meelsus muutub erivajadustega inimeste suhtes avatumaks.

### **Kokkuvõte ja soovitused**

Uuringust selgusid mitmed võimalused, kuidas saab edasi arendada vaimse tervise

raskustega inimestega töötavate tegevusjuhendajate tööd kogukonna suunal.

Erihoolekandeteenuste osutajad on hakanud rohkem rõhku panema kogukonda lõimumisele ja tegevusjuhendajaid julgustatakse selles suunas tegutsema. Siiski on töötajatel vaja paremat ülevaadet, mida neilt oodatakse ja kuidas tänapäeval mõtestatakse taastumist kogukonnas. Töö kogukonnaga peab olema veelgi selgemini kirjeldatud tegevusjuhendajate ametijuhendis. Samuti tuleks jälgida, et nende töökoormus võimaldaks inimeste kogukonda lõimumist mitmekülgset hõlbustada.

---

**Kaasatus kogukonda võimaldab vaimse tervise raskustega inimestel rohkem suhelda, uskuda endasse ja kogeda, et ollakse teistega võrdväärne.**

---

Kogukonnas elamise teenust osutavatel spetsialistidel on vaja pädevust, et töötada nii indiviidi kui ka kogukonnaga, et taastujal tekiksid positiivsed, emotsionaalsed ja turvalised sidemed ümbritsevate kohtade ning inimestega (Doroud jt 2018; Narusson 2021a). Spetsialistide ülesanne on hoida alal seda unikaalset protsessi (Narusson 2019). Uuringus osalenud tegevusjuhendajad tajuvad endal seda vastutust. Nad tunnevad ennast inimese ja kogukonna vahelülina ning mõistavad, et neil tuleb leida erinevaid suhtluse soodustamise viise, mis aitaks vaimse tervise raskustega inimestel turvaliselt leida oma koht kogukonnas.

Selle eesmärgi saavutamise muudab keerukaks ühelt poolt inimeste sisemisest enesestigmast lähtuv ja teisest küljest väliskeskonnast tulenev vastuseis. Lõimumise hõlbustamiseks tuleb inimesi võimestada, pakkudes neile mitmekülgseid



tegevusvõimalusi, mille kaudu nad saavad avastada oma tugevaid külgi. Praegu otsivad tegevusjuhendajad võimestavaid tegevusvõimalusi pigem enda või kliendi huvidest lähtudes ja toetuvad seejuures oma kogemustele ning isiklikele tutvustele. Puudust tuntakse üksteisega kogemuste vahetamisest. Selgelt tuli välja ka koolitusvajadus, et paremini teada, kuidas kogukonnaga töötada. Koostööd tuleb teha kohalike algatustega, nii ametlike kui ka mitte-ametlike võrgustikega, et inimesed oleksid kogukonda kaasatud. Selleks et paremini toetada klientide personaalset taastumist ja kogukonda sulandumist, on töötajatel organisatsioonis vaja kolleegide kogemustuge ning ka teadmisi kogukonna toimimise ja kaasamise võimaluste kohta.

Samuti tuleb leida ja kujundada avalikke ruume ning kohti, kus edendatakse koos tegutsemist, kus kõik on teretulnud ja kus väärtustatakse võrdsust ja inimeste eripärsid ning võimestatakse kõiki kogukonnaliikmeid (Gilchrist 2019). Tegevusjuhendajad töid välja, et nii mõnigi kord ei suuda nad leida inimestele kogukonnaelus osalemise võimalusi just negatiivsete hoiakute tõttu. Seega tuleb ka kogukonda teadlikult arendada, mis Goscha (2020) järgi on sellise keskonna kujundamine, kus üksteist on lihtsam


toetada. Tegevusjuhendaja kui kogukonda sulandumise hõlbustaja (fasilitaator) peab tajuma kogukonnaliikmete erinevaid ootusi ja oskama pingetega toime tulla.

---

### Kogukonnaelus osalemine võimaldab vaimse tervise raskustega inimestel tavaellu sulanduda.

---

Uuringu põhjal võib soovitada siduda personaalse taastumise mõtteviis vaimse tervise raskustega inimestele teenust osutavate asutuste igasse tegevusse. Tuleks korraldada arutelusid kogukonda lõimimise võimaluste üle ja vahetada kogemusi nii asutuses kui ka laiemalt kogukonnas. Personaalse taastumise toetamisel ja kogukondlike võimaluste kättesaadavaks tegemisel saab töötajale toeks olla CHIME-raamistik, kus nimetatud personaalse taastumise protsesside toetamine peaks olema teenuse osutamise lahutamatu osa.

Tegevusjuhendajate väljaõpe ja täiendus- koolitused peaksid põhinema Maaailma Terviseorganisatsiooni (WHO 2021) suunistel, kus rõhutatakse, et oluline on lähendada taastumise filosoofiast, inimõigustest ja kogukonna arendamise teadmistest. 

### Viidatud allikad

---

- Braun, V., Clarke, V.** (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77–101.
- Doroud, N., Fossey, E., Fortune, T.** (2018). Place for being, doing, becoming, and belonging: A meta-synthesis exploring the role of place in mental health recovery. *Health and Place*, 52, 110–120. doi:10.1016/j.healthplace.2018.05.008
- Gilchrist, A.** (2019). *The well-connected community. A networking approach to community development*. Policy Press: University of Bristol.
- Goscha, R. J.** (2020). *Strengths Model Case Management: Moving Strengths from Concept to Action*. University of Kansas Libraries. <http://hdl.handle.net/1808/30626> (26.02.2022).
- Green, G. P., Haines, A.** (2016). *Asset Building and Community Development*. SAGE Publications.

- Ljungberg, A., Denhov, A., Topor, A.** (2015). The art of helpful relationships with professionals: A meta ethnography of the perspectives of persons with severe mental illness. *Psychiatric Quarterly*, 86(4), 471–495.
- Martinelli A., Ruggeri, M.** (2020). An overview of mental health recovery-oriented practices: potentiality, challenges, prejudices, and misunderstandings. *Journal of Psychopathology*, 26,147–154. doi:10.36148/2284-0249-353
- Narusson, D.** (2019). *Personal-recovery and agency-enhancing client work in the field of mental health and social rehabilitation: Perspectives of persons with lived experience and specialists* (Doktoritöö). Tartu Ülikool: University of Tartu Press.
- Narusson, D.** (2021a). *The well-connected community and opportunities to reinforce the persons with mental illness as citizens of the society* (Kirjutuslauauuring). Tartu Ülikooli teadus- ja arendustööprojekt „AS Hoolekandeteenuste klientide retsiprookne lõimumine piirkonna kogukondade liikmetega ja tõendus põhiste teenuste pakkumine“.
- Narusson, D.** (2021b). *Lootuse hoidjale: suhtlus- ja nõustamis oskused sotsiaal- ning kogukonnatöös: inimeste toimevõimekuse arengu toetamine*. Tartu: Tartu Ülikooli Kirjastus.
- Narusson, D., Wilken, J. P.** (2018). Recovery in the community: Relational and Cultural Sensitivity. *Journal of Recovery in Mental Health*, 2(1), 68–81.
- Pieters, G., Ruud, T., Van Weeghel, J., Bähler, M. ... Keet, R.** (2017). *Recovery for all in the community. Learning from each other. Consensus paper on fundamental principles and key elements of community based mental health care*. <https://assets-sites.trimbos.nl/docs/3297941c-f835-4f16-9b45-c4f1e02cf154.pdf>
- Slade, M., Oades, L., Jarden, A.** (2017). *Wellbeing, Recovery, Mental Health*. Cambridge University Press.
- Tee, H., Priebe, S., Santos, C.** (2020). Helping people with psychosis to expand their social networks: the stakeholders' views. *BMC Psychiatry*, 20, 29. doi:10.1186/s12888-020-2445-4
- Webber, M., Fendt-Newlin, M.** (2017). A review of social participation interventions for people with mental health problems. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 52, 369–380. doi:10.1007/s00127-017-1372-2
- WHO.** (2021). *Community outreach mental health services: promoting person-centred and rights-based approaches*. Geneva: World Health Organization.

**Merle Linno***TÜ kogukondade arendamise ja sotsiaalse heaolu programmijuht*

# Kogukondade arendamise ja sotsiaalse heaolu õppekava Tartu Ülikoolis. Mida, miks ja kellele õpetatakse?

Sügisel 2020 algas Tartu Ülikooli ühiskonnateaduste instituudis kogukondade arendamise ja sotsiaalse heaolu (KASH) magistriõpe. Õppekava eesmärk on anda õppijale sotsiaalteaduslikud kompetentsid, mis võimaldavad luua kestlikke ja ühiskonna sidusust suurendavaid lahendusi inimeste, gruppide ja kogukondade toimimise toetamiseks.

Õppekava on pädevuspõhine, mis tähendab, et see ei ole kindlalt seotud ühegi erialaga. See pakub valdkonnast olenemata heaolu toetamise oskusi kogukonna arendamise kaudu. Õppekava tähendab pigem maailma-vaate kujundamist, sest kogukonda saab arendada erinevates tingimustes ja kohtades.

Praegu õpib kolmas lend (KASH3). Senise kogemuse põhjal saab öelda, et õppijad on väga mitmekesise taustaga: sotsiaalvaldkonna töötajad, kogukondade eestvedajad, nn sädeinimesed, kohaliku omavalitsuse juhid ja ametnikud, ministerriumide ja riigiasutuste töötajaid, kultuuri- ja noorsootöötajaid jt. Õppijaid (ja vilistlasi) ühendab pigem missioon ja soov inimeste

heaolu toetada ning kogukondadega töötada, mitte sarnane töövaldkond. Huvi KASH-i õppekava vastu on olnud esimesest aastast alates suur. Esimesel aastal jõudis see riigi kümne kõige suurema vastuvõtukonkurentsi õppekava hulka, ühele kohale oli 5,3 kandidaati. Teisel ja kolmandal vastuvõtuaastal on konkurss olnud väiksem, ent samuti suur.

## **Mõiste „kogukond“ tähendused**

Kogukonnale on antud Eesti arengudokumentides ja tulevikustsenaariumides oluline roll. Näiteks rõhutatakse arengustrateegias Eesti 2035 kogukondadega koostöö

tegemise ja kogukondliku tegevuse toetamise olulisust, Eesti inimarengu aruanne 2023 „Vaimne tervis ja heaolu“ rõhutab kogukonna tähtsust globaalsetest kriisidest tulenevate kiirete muutustega toimetulemisel ning kogukondliku suhtluse tähtsust vaimse tervise toetamisel. Sõna „kogukond“ kasutatakse ka igapäevases kõnepruugis, uudistes ja mujal. Kõik see näitab, et kogukonda on märganud, seda peetakse tähtsaks, ent keerulisem on mõista, kuidas kogukonda käsitatakse.

Kõige lihtsamalt öeldes on kogukond inimeste grupp, keda ühendab miski, kusjuures see miski võib erineda. Teaduskirjanduses tuuakse välja kolm erinevat kogukonda ühendavat tegurit: asukoht, huvid või identiteet. Poliitikadokumentides mõeldakse kogukonna all peamiselt ühes konkreetses piirkonnas elavaid inimesi, kuid ühes piirkonnas elamine ei muuda inimesi automaatselt kogukonnaks.

---

### Õppekava tähendab pigem maailmavaate kujundamist.

---

Kolmanda lennu üliõpilastega analüüsisime Eesti ajakirjanduses ilmunud artikleid, et saada aimu, mis kontekstis on mõistet kasutatud. Esmased tulemused näitavad, et sõna „kogukond“ on ka ajakirjanduses aastakümneid kasutatud eelkõige asukohapõhise kogukonna (küla, piirkond, linnaosa jne) tähistamiseks, veidi oli juttu huvidel põhinevatest kogukondadest (eriti just viimastel aastatel) ning kogukonnaks nimetati ka rahvusgruppe. Üldiselt kasutati sõna „kogukond“ neutraalselt või positiivselt, kuid rahvusgruppidest rääkides omandas sõna negatiivse tähenduse.

Kaasaegse teaduskirjanduse järgi on kogukonnas olulised inimeste omavahelised suhted – kogukonda defineeritakse suhete

kaudu. Õppekava ainetes pühendatakse palju tähelepanu nüüdisaegsete kogukonnakäsituste tundmaõppimisele, nähtuse mõtestamisele ja praktilistele näidetele. Mõned näited on esitatud selles ajakirjanumbris, kus KASH-i magistrandid ja vilistlased avavad kogukonnaga seotud teemasid.

### Miks me räägime kogukonna arendamisest?

Tänapäeval tehakse vahet mõistetel „kogukonnatöö“ ja „kogukonna arendamine“. Nagu ikka teadusmaailmas on eri autoritel ja koolkondadel oma seisukohad. Kogukonnatöö või töö kogukonnaga on sotsiaaltöö üks tegutsemisviise. See tähendab tähelepanu suunamist inimese abistamisele, kaasates teda ümbritsevaid ja tema jaoks olulisi inimesi ning asutusi. Sellise käsituse kohaselt on kogukond justkui iseeneslikult tekkinud ja olemas – piltlikult öeldes valmis ning ootab, et see inimese heaks tööle pannakse – või tuuakse inimese ainulaadsest olukorrast lähtudes selle lahendamiseks eraldi kokku olulised ning vajalikud inimesed, asutuste ja organisatsioonide esindajad. Töö, mida viimasel juhul tehakse, on pigem võrgustikutöö. Eesti sotsiaaltöös aga mõeldakse võrgustikutöö all eelkõige ametnike koostegusemist, seega on mõistatav, miks tööd abi vajava inimese võrgustikuga kiputakse nimetama kogukonnatööks.

Kogukonna arendamine on Rahvusvahelise Kogukonna Arendamise Assotsiatsiooni (IACD) definitsiooni kohaselt „nii praktilikal põhinev profession kui ka akadeemiline teadusala, mis edendab osalusedemokraatiat, kestlikku arengut, õigusi, majanduslikke võimalusi, võrdsust ja sotsiaalset õiglust kasutades inimeste kokku toomist, harimist ja võimustamist nende kogukondades, ükskõik, kas need on moodustatud asukoha, identiteedi või

huvide põhjal ning kas need asuvad linnas või maal“ (IACD 2018, 8).

Terav silm märkab sellel definitsioonil sarnasust sotsiaaltöö professiooni üleilmse definitsiooniga (IFSW 2014): sidusam ja õiglasem ühiskond on mõlema definitsiooni kohaselt eesmärk. Sotsiaaltöö definitsioonis on keskmes indiviidi tasandil heaolu toetamine, kogukonna arendamine aga on suunatud tööle kogukondades ja kogukondades, mis võimaldab avastada inimestes peituvaid eeldusi ja igapäev võimestada, siin ei keskenduta abivajadusele. Veelgi enam, kogukonna arendamine peaks lähtuma kogukonnaliikmete endi olukorratõlgendusest ja nad peaks selle ise ellu viima.

KASH-i õppes tähendab see, et erilist tähelepanu pööratakse võimuhete äratundmisele ja refleksiivsusele, mis aitavad mõista, millal näiteks kogukonna arendaja heasoovlik tegevus võib muutuda kogukonnale pealesurutuks ja pärssida selle liikmete aktiivsust ning toimevõimekust. Cormac Russell, kes on kogukonna arendamise ressursipõhise käsitluse üks väljatöötajaist, on öelnud, et kogukonnaga töötades tuleks keskenduda tugevatele külgedele, sest puudustele keskendumine pisendab kogukonda ja väsitab (ingl *from what is wrong to what is strong*). Sageli ei ole ka kogukonna võimuses leida keerukatele olukordadele lahendusi, kokkuvõttes tekitab see kõik kogukonnaliikmetes käegalöömise tunde ja passiivsuse. Varjatud võimalustele ja tugevatele külgedele keskendumine aitab kogukonnal avastada, mis neil olemas on ning näha potentsiaali selles, mis võib puudustele keskendudes varju jääda (vt täpsemalt Russell ja McKnight 2022). See nõuab inimeste võrdset kohtlemist ja mõtteviisi muutust.

Märtsis ilmus ERR-is uudis Narvast, kus EKA tudengid soovisid luua kogukonnakvartali, paigutades parki avalikud

malelauad. Linnaruumi kujundamine selliseks, et see võimaldaks erinevatel inimestel kohtuda ja suhelda, on üks oluline kogukonna arendamise tegevus, mida ka KASH-i õppekavas käsitletakse. Mittestigmatiseeriv normaliseeritud tegevus, mis on ka malemäng, on hea võimalus inimesi kokku tuua. Paraku ei saanud EKA tudengite ettevõtmine teoks, sest, tsiteerides uudist: „... linnavõim kardab, et aktiivsete linnaelanike asemel hakkavad parkidesse kogunema joodikud ja vandaalid“ (vt täpsemalt ERR-i uudis 24.03.23). Linnavõimu mure heakorra pärast on mõistetav, kuid teatavatele tunnustele vastavate inimeste tõrjumine ja sõltuvusprobleemidega inimeste stigmatiseerimine vaid loob tõkkeid ning müüre ning lõhub kogukonda.

---

Kõige lihtsamalt öeldes on kogukond inimeste grupp, keda ühendab miski, kusjuures see miski võib erineda.

---

Kahjuks jäi Narvas nägemata, mida avalikud malelauad tegelikult kaasa toovad, kas vandaalitsemise või hoopis avavad inimestes seni varjus olnud külgi. Kogukonna arendajal peab töös kogukonnaga olema probleemikeskse käsitluse asemel avar vaade, mis aitab kogukonnal näha ressursse inimestes, organisatsioonides, formaalsetes ja mitteformaalsetes võrgustikes, kohtades, ettevõtetes ja muudes kohaliku elu eripärades.

Kogukonna arendamine ei keskendu üksikindiviidi probleemide lahendamisele, vaid inimsuhete loomisele, inimeste julgustamisele, kokkutoomisele, heaolu loova ühistegevuse korraldamisele jne. Seetõttu on õppekavas suur roll grupisuhete ja -protsesside mõistmisel ja mõtestamisel, konfliktide äratundmisel, nendega tegelemisel,

inimõiguste kompleksel käsitlemisel, eetikal ning kogukonna heaolu edendavate praktiliste meetodite õpetamisel ja praktiseerimisel (disainmõtlemine, koosloome, sotsiaalne innovatsioon, sotsiaalne ettevõtlus, osalustegevusuuringud jne).

---

**Kogukonna arendamine on suunatud tööle kogukondades ja kogukondadega, mis võimaldab avastada inimestes peituvaid eeldusi ja igapäevset võimendust.**

---

Kogukonna arendamine ei saa kunagi asendada sotsiaaltööd, küll aga võib see olla tugev sotsiaaltöö partner, sest sidus kogukond vajab vähem abi väljastpoolt<sup>1</sup>. Sotsiaaltöötajad, kes õpivad kogukonna arendamist, saavad unikaalsed oskused, mis võimaldavad neil koos kogukonnaga lahendada olukordi tegevuse kaudu, mida riigi ja kohaliku omavalitsuse tasandil on keeruline korraldada. See tähendab aga, et sotsiaaltöötaja peab olema valmis lahendusi otsides leidma neid ebatraditsioonilistes kohtades, see võib tähendada ka hoopis teistsugust tööd inimestega kui senini on harjutud.

### Õppekava ja õppimine

KASH-i õppekava koosneb neljast sisulisest moodulist, mis annavad teadmised 1) globaalsetest arengueesmärkidest ja suundumustest, mis on mõjutanud ja mõjutavad kogukonna kujunemist ning arendamist; 2) kogukonna ja kogukonna arendamise teoreetilistest lähtekohtadest; 3) sotsiaalse heaolu kujunemise ja kujundamise võimalustest

ning 4) kogukonna ja sotsiaalse heaolu arendamise praktilistest meetoditest. Õppijatel on võimalus kujundada isiklikest huvidest lähtuv oskuste komplekt valik- ja vabaainete abil. Teeme koostööd rahvusvaheliste võrgustikega, näiteks on sel õppeaastal magistrantidel olnud võimalus õppida lühiajalistel kursustel koos teiste riikide tudengitega nii ökosotsiaalse muutuse käsitusi kui ka ressursipõhist kogukonna arendamist. Õppekava lõpeb magistrieksamiaga.

Magistrieksami on jagatud nelja võrdsesse ossa, iga semestri lõpus läbitakse üks osa. Magistrieksami eesmärk ei ole kontrollida teadmisi ja oskusi, vaid arendada õppijate oskusi omandatud teoreetiliste teadmiste ja praktiliste oskuste omavaheliseks seostamiseks ning rakendamiseks teadus- või arendustöös. See tähendab, et kõik õppijad koostavad esimese ja teise semestri lõpus isikliku tööriistakasti, milles näitavad, millised teadmised ja oskused nad on selle semestri jooksul enda jaoks talletanud ning reflekteerivad oma õppimiskogemust. Tööriistakastil ei ole etteantud vormi, sest läbitud ainetest, tehtud kodutöödest, loetud kirjandusest jm magistriõpingute juurde käivast olulise „välja tõmbamine“ ja seostamine on eraldi õppeülesanne. Niimoodi julgustame õppijaid märkama oma tugevaid külgi ja võimalusi, õppima enda jaoks ning koostama endale tööriistakasti, mida kasutada ka pärast õpinguid.

Kolmanda semestri alguses teevad õppijad valiku, kas jätkavad tööriistakasti täiendamist, mille alusel vormistavad neljanda semestri lõpus professionaalse arengu portfoolio, või valivad studiumi

---

<sup>1</sup> Eraldi teema on nn suletud kogukonnad, mis oma liikmete heaolu küll toetavad, ent tähtsustavad kogukonna normide järgimist inimeste heaolust enam. Need võivad oma väärtustel ja levinud hoiakutel olla vastuolus või aktiivses opositsioonis nii üldtunnustatud väärtustega kui ka näiteks kehtivate seadustega. Sellised kogukonnad ei saa olla sotsiaaltöö partnerid.

lõpetamiseks akadeemilise teksti kirjutamise. Akadeemilises tekstis näidatakse omandatud teadmisi ja oskusi samamoodi, ent see vormistatakse näiteks teadusartikli, käsiraamatu peatüki või projekti aruandena.

Magistriksam osade kaupa vähendab lõpetamisega seotud pinget ja võimaldab oma professionaalset arengut analüüsida ning teadlikult planeerida stuudiumi vältel, seda toetavad magistriksami regulaarsed seminarid. Valik, kas lõpetada portfoolio või akadeemilise tekstiga, annab õppijatele võimaluse teha teadlik otsus praktilisema või akadeemilisema suuna kasuks, valmistab akadeemilise tekstiga lõpetajaid ette doktorantuuriks või pakub võimalusi muga-vustsoonist välja astuda ja panna ennast proovile. Maarja Võrgu artikkel (kaasautor on juhendaja Dagmar Narusson), mis on lühendatud kujul avaldatud selles ajakirjanumbris, ongi kirjutatud KASH-i stuudiumi lõpetamiseks.

---

**Õppijatel on võimalus kujundada isiklikest huvidest lähtuv oskuste komplekt valik- ja vabaainete abil.**

---

Õppetöös lähtume sellest, et magistriõppe tudeng on täiskasvanud õppija, väga sageli on neil eelmisest tasemeõppekogemusest möödunud aastaid. Kasutame palju rühmatöid, mis ulatuvad auditooriumist välja ja on sageli seotud praktilise tegevusega kogukonnas. Seega peavad õppijad olema valmis tegema koostööd ka sessioonide vahel. Huvitav on see, et nii mõnedki õppijad, kes esimesel kohtumisel ütlevad, et nad on pigem „üksikmängijad“, avastavad õpingute käigus rühmatööde abil koostööõppimise ja -tegemise tugevad küljed ning kasuteguri. Rühmatööde eesmärk

ongi võimaldada õppijatel „omal nahal“ tunda ühistegevuses tekkivat sünergia ja ka keerukaid olukordi, mis erinevate inimeste võimaluste ja vajaduste ühildamisel tekivad. Need kogemused aitavad mõista kogukondade protsesse ja annavad keerukate olukordade lahendamise kogemused.

Õppetöös pannakse rõhku praktiliste oskuste omandamisele, harjutamine ja läbitegemine on põimitud ainetesse. Mõned õppijad tegelevad terve stuudiumi jooksul oma kogukonnaga, kasutavad ainetes ülesandeid oma kogukonna arendamiseks. Aga osaletakse ka üksteise ettevõtmistes kogukondadega töötamisel, õppejõudude teadus- ja arendusprojektides jne.


### **KASH-i kogukond**

Õppekava koostamisest ja KASH-i õppima asumisest alates oleme teadlikult kujundanud KASH-kogukonda. Selleks on mitu põhjust. Esiteks, head suhted kaasõppijatega aitavad õppida ning õpinguid lõpetada. Teiseks, KASH-kogukond on võimalus kogeda nii kogukonna „mesinädalaid“ kui ka laiemalt kogukonna erinevaid protsesse, konflikte ja kõike muud. Kolmandaks aitab KASH-kogukond hoida sidet õpingute järel.

Magistriõppes saavad kokku väga erinevad inimesed, seega korraldame teadlikult kohtumisi, mis võimaldavad tuttavaks saada ja suhteid luua. KASH-i jaoks olid esimesed korraldajad õppejõud, aga kõigi lendude juures on näha, kuidas stuudiumi jooksul võtavad õppijad kogukonna hoidmise ülesande enda kanda. Vara on veel rääkida kindlatest traditsioonidest, ent koostegutsemist (seminare, festivale, arutelusid, pidusid, õppekäike jne) on olnud nii lendudeüleselt kui ka -siselt. Õppejõududena pöörame teadlikult tähelepanu õppijate grupis toimuvale, mis aitab keerulistel hetkedel toetada grupi

arengut teadmiste või oskustega, et vältida konflikti „kinnijäämist“, mille tulemusena võib kogukonnaks olemine lõppeda.

Kõik kolm KASH-i lendu on väga omanäolised ja eripärased, ent neid kõiki

ühendab miski sarnane võbe, mida on sõnadesse keeruline panna. Seesama võbe on ilmselgelt ka KASH-i kogukonna selgroog, hoiab vilistlasi omavahel ning õppijate ja õppejõududega koos. 

Õppekaval on 20 kohta, õppeaeg on kaks aastat. Õppetöö toimub sessioonõppe vormis: iga kuu on kaks õppesessiooni, mis kestavad neljapäevast laupäevani. Õppekava infotund veebis toimub 12. juunil kell 16–18, täpsem info ühiskonnateaduste instituudi kodulehel [uhiskond.ut.ee](http://uhiskond.ut.ee).

## Viidatud allikad

- IACD.** (International Association for Community Development) (2018). *Towards shared international standards for community development practice*. [www.iacdglobal.org/wp-content/uploads/2018/06/IACD-Standards-Guidance-May-2018\\_Web.pdf](http://www.iacdglobal.org/wp-content/uploads/2018/06/IACD-Standards-Guidance-May-2018_Web.pdf) (05.04.23).
- IFSW.** (2014). *Global definition of social work*. [www.ifsw.org/what-is-social-work/global-definition-of-social-work](http://www.ifsw.org/what-is-social-work/global-definition-of-social-work). Rahvusvaheline sotsiaaltöö definitsioon. (2014). Tõlkinud Marju Selg. *Sotsiaaltöö* 3, 9–14.
- Nikolajev, J.** (2023). EKA tudengite esimene katse luua Narva kogukonnakvartaleid läks luhta. *ERR*, 24. märts.
- Russell, C., McKnight, J.** (2022). *The Connected Community. Discovering the Health, Wealth, and Power of Neighborhoods*. Berrett-Koehler Publishers.





**Tiina Tambaum**  
Tallinna Ülikooli teadur

# Tulge õppima kogukonnatööd vananevas ühiskonnas

Alates sellest aastast saab Eestis õppida tulevikuala, kuidas teha kogukonnatööd nii, et kõik põlvkonnad on kaasatud ja inimesi ei jagata abisaajateks ning abistajateks.

Tallinna Ülikooli Haapsalu kolledž avab uue magistriõppekava „Kogukonnatöö vananevas ühiskonnas“. Miks tasub tulla õppima kogukonnatööd? Miks on vaja kogukonnatöö korraldajal teadmisi vananemisest?

## Kogukond on ennetaja ja esmaabi

Elame heaoluühiskonnas, kus täiskasvanul on võimalik hakkama saada ka üksi, kooselu ja koostöö teiste inimestega ei ole eluspüsivuse eeldus. Psühholoogiliselt on aga inimene endiselt sotsiaalne olend, karjaloom. Ta tahab olla kellegi jaoks vajalik, ta vajab kuuluvustunnet. Eluga rahuloluks on aeg-ajalt vaja teise inimese tagasisidet

iseendale (Litwin jt 2016). Seda inimeselt inimesele ülekantavat peegeldust ei saa asendada raadio, lemmikloom ega peenrasse kasvama pandud kapsas.

Kogukond, inimesed, kellega luua tähenduslikud suhted, tagab meile sotsiaalse tervise.

Füüsilise ja vaimse tervise kõrval räägime sotsiaalsest tervisest harva ja peamiselt tagajärgedest, s.o üksildusest. SHARE<sup>1</sup> uuringu andmetel on Eesti vähemalt 50 aasta vanusest rahvastikust väga üksildasi<sup>2</sup> 2%. Seejuures 75–84-aastastest olid 2015. aastal väga üksildased 4% ning vähemalt 85-aastastest 10%, noorte üksildus jääb 1–1,5% vahele (Kalmus jt 2023).

<sup>1</sup> SHARE on üle-euroopaline vanemaelist, vähemalt 50-aastast rahvastikku hõlmav longituudne küsitlusuuring.

<sup>2</sup> Üksildust mõõdetakse uuringus R-UCLA kolme punkti skaalal, küsides kõrvalejätuse, seltsilistest puuduse tundmise ja eraldatuse või isoleerituse tundmise sageduse kohta. Skaala kogupunktid varieeruvad kolmest üheksani. Väga üksildaseks võib pidada inimesi, kelle punktid jäävad viie kuni üheksa vahele; keskmiselt üksildane on vastaja nelja punktiga; üksildane ei ole vastaja, kellel on kolm punkti.

Eesti senine vananeva ühiskonna muutuste strateegiline käsitlus on olnud pigem probleemipõhine – hindame riske ja kogume vahendeid, et olla valmis reageerima (kasvavale) abivajadusele. Ka kohalikud omavalitsused on seaduse järgi kohustatud pakkuma toetust juhul, kui inimene vajab abi. Inimese toetamine probleemide ennetamiseks kellegi otsene kohustus ei ole. Näiteks Lõuna-Eestis on arendav tegevus kättesaadav peamiselt neile vanemas eas meestele, kellel on puue – kohaliku puuetega inimeste koja kaudu (Tambaum ja Pettai 2019). Meestel, kellel ei ole puuet, on valik oluliselt kitsam. Meeste väljavaated füüsilist ja vaimset allakäiku ennetada on väiksemad, võrreldes võimalusega leevendada allakäigust tingitud tagajärgi.

### Kogukond, inimesed, kellega luua tähenduslikud suhted, tagab meile sotsiaalse tervise.

Niisiis tegeleme ühiskonnas kollektiivselt ennekõike probleemidega, heaolu on pigem individuaalne vastutus. Siiski on probleemide lahendamisel näha uut suhtumist: lahenduste pakkumist ei eeldata enam ainult spetsialistidelt. Just kogukonda nähakse paljude probleemide esmatasandi lahendajana, kes hoiab ära hullema, selle näited on vaimse tervise püramiid (Sotsiaalministeerium 2020) või õppivate linnade kontseptsioon elukestva õppe arendamisel (UIL 2015).

Uues magistriõppekavas „Kogukonnatöö vananevas ühiskonnas“ pakutakse kogukonnatöös probleemipõhise käsitluse

kõrvale ressursipõhise käsitluse (ingl *asset-based community development* – ABCD, McKnight ja Russell 2022).

### Keskfond peab kohanema inimesega, mitte vastupidi

Maailma rahvastik vananeb ja kogeme seda inimajaloos esimest korda. Teadlased, ettevõtjad, poliitikakujundajad ja ka asjaomaste valdkondade spetsialistid on aru saanud, mida tuleks uues olukorras teha. Lahendus, mida keegi ei vaidlusta, seisneb vananeva ühiskonna võimaluste kasutamises, sh ennekõike vanemaeliste võimete rakendamises<sup>3</sup> (United Nations 2002). Lahenduse teadmine aga ei ole veel lahendus. Uuringutes ja praktikas nähakse vananemises endiselt ohtu ühiskonnale ja vanemaeliste võimete kasutamise asemel antakse heal juhul soovitusi, kuidas vananemisest tulenevat ohtu neutraliseerida (Sidorenko 2015).

Kirjutasin hiljuti Postimehes Ainost, keda turvamees kaubanduskeskusest lahkuda palus, sest naisel olid jala otsa libeduse vastu tõmmatud kassid, mis oleks kriipinud põrandat (Tambaum 2022). Selle asemel et ühiskondlikus hoones oleks sissepääsu juures pink, kus istudes saab libedatallad maha võtta ja väljudes peale tagasi panna, nähakse lahendusena vanema inimese iseseisvuse ja võimaluste piiramist. Toon veel ühe näite, samuti kasside kohta. Kasse ja nende kasutegurit tutvustati 2022. aasta jaanuaris ETV „Prillitoosi“ saates. Keskealine saatekülaline oli innukas ja teatas jutu sees rõõmsalt: „Kassid sobivad nii eakatele kui ka tava-inimestele.“ Niisiis, meil on etaloninimesed ja need, kes etalonini ei küündi. „Prillitoosi“ külalise kõne selline tõlgendamine ei ole

<sup>3</sup> ÜRO poliitilise deklaratsiooni ja vananemise Madridi rahvusvahelise tegevuskava artikli 2 järgi seisab ühiskondade ees ülesanne „edendada eriliselt vanemate inimeste võimalusi realiseerida oma potentsiaali kõigis eluvaldkondades“ (United Nations 2002).

kius. Lugesin hiljuti ka ühe riikliku arengukava projektist: „... ja teised, kes keskmisest inimesest füüsilise või vaimse suutlikkuse poolest erinevad ...“. Praegune ühiskond on kujundatud võimete tipus olevate täiskasvanute järgi. Teeme tööd, et märgata laste või erivajadusega inimeste vajadusi igapäevasel toimetamisel. Kui aga ei ole puuet, on ainult normaalsed vanuselised muutused, siis on keskkond endiselt ükskõikne ja mõistmatu.

Kirjeldataud lugude märksõna on „normaalse vananemise muutused“. Kasse saabaste otsa on iseäranis vaja vanematel inimestel, sest vanuse kasvades muutub tasakaalu hoidmise võimekus. Pink kui lahendus on näide, kuidas kohaneb keskkond inimese normaalsete muutustega, mitte vastupidi – muutunud vajadustega inimene pingutab, et kohaneda, ja kui see ei õnnestu, siis taandub.

Mugava vananemiskeskonna loomiseks peaksid normaalseid vanuselisi muutusi tundma spetsialistid ja nende vahendusel otsustajad ning kõik teised.

### **Põlvkondade koostöö ei ole isetekkeline ime**

Üldiselt nõutakse inimestega tegelevates elualdkondades, nagu noorsootöö, täiskasvanuharidus või sotsiaalhoolekanne, töötajatelt erialaoskusi, kuid Eestis puuduvad pädevus- ja kvaliteedinõuded tööks nendega, kes lähenevad pensionieale või on tööturul vanuse tõttu väljunud, kuid ei vaja (veel) hoolekandeteenuseid.

Kas seda, kuidas toetada vanemate inimeste sotsiaalset tervist ja arengut, peab üldse õppima? Eesti päeva- ja sotsiaalkeskuste, raamatukogude, rahvamajade töötajate ja teiste vanemaealistega tegelevate inimeste seas korraldati 2021. aastal uuring, millega mõõdeti nende teadmisi ja hoiakuid tööga seoses (Tambaum 2021). Tulemused

osutasid spetsialistide hulgas laialt levinud valedetele tööpõhimõtetele kahes vallas – seoses vanuseliste stereotüüpide vähendamise ja põlvkondade vahelise koostöö korraldamisega. Need nõuavad erioskusi, mida ei omandata töö käigus ja mida tuleb teadlikult õppida.

### **Just kogukonda nähakse paljude probleemide esmatasandi lahendajana, kes hoiab ära hullema.**

Uuring näitas ka, et praktikud on iseõppijad või ei peeta pidevat professionaalset arengut üldse vajalikuks. Seenioritöö tegijatest vaid 7% olid võrgustunud, 45% nägi ja kuulis erialainfot juhuslikult, kolmandik üldse mitte. Tagasisidet kolleegidelt pigem ei saada, kogemusi ei jagata. Nii on oht jääda tegevuses ühele kohale pidama ja koostöö puudumine muudab nii seenioritöötajad kui ka nende sihtgrupi haavatavaks.

Olukord ei ole parem ka nende hulgas, kellest olenevad otsused. Tallinna Ülikooli täiendusõppijatega oleme analüüsinud vanemaealistega seotud eesmärgi kohalike omavalitsuste arengukavade nendes punktides, mis jäävad väljapoole hoolekandeteenuseid. Oleme vaadanud, kuidas kohalikes omavalitsustes toetatakse tööturul väljunud elanike arengut ja tervise säilitamist. Tulemus on olnud ühetaoline: kui küsimust on arengukavas üleüldse käsitletud, siis nõnda, et vanematel ja puudega inimestel vahet ei tehta. Kõige suurem vanemaealiste „probleem“ näib aga olevat suutmatus enda meelt lahutada.

Personalitöötajatele, sotsiaalse innovatsiooni juhtijatele ega kogukonna arendajatele ei õpetata normaalse vananemisega seotud võimete ja tervisemuutusi, ei käsitleta

vanemaealiste kaasamise eripära ega anta põlvkondade vahelise koostöö korraldamise oskusi kogukonnas ja meeskonnas. Samas, uuringutes osutatakse, et ebaprofessionaalne töö vanemaealistega ei ole üksnes vahendite raiskamine, vaid toob kaasa kahjustavad tagajärjed (Meshel ja McGlynn 2004) nii osalejatele, organisatsioonidele kui ka ühiskonnale.

### Magistriõppekava annab professionaalsuse

Sotsiaalabi Eestis järgib põhimõtet, et inimene saaks võimalikult kaua elada oma kodus (ingl *ageing in place*), kuid tagatud teenused ei kata inimese selliseid vajadusi, mis on seotud sotsiaalse suhtluse, oma elu juhtimise võimekuse, arengu, esindusdemokraatias osalemise ja ühiskonda panustamisega. Loetletud vajadused, lisaks põhivajadustele, on need, mille rahuldamine Maailma Terviseorganisatsiooni määratluse kohaselt määrab tervena vananemise üle elukaare (WHO 2015). Tervena vananemiseks ei piisa toimetulekust sotsiaalhoolekande seaduse mõistes, seda toetatakse kogukonnas vananemise (ingl *ageing in community*) põhimõtete rakendamisega (Hou 2020; Blanchard 2013).

Magistriõppekava „Kogukonnatöö vananevas ühiskonnas“ annab oskused, kuidas asetada kodus n-ö nelja seina vahel elamise (ingl *ageing in place*) eesmärk kogukonnas vananemise (ingl *ageing in community*) perspektiivi.

Magistriõppekava annab kogukonnas tervena vananemise ja easõbraliku keskkonna tõenduspõhise arendamise laiapõhjalised teoreetilised teadmised ning vanemaealiste eetilise kaasamise korraldamise professionaalsed oskused. Õppekava erialained on jagatud kahte moodulisse: põlvkondi lõimiv kogukonnatöö (32 EAP) ning tervis ja vananemine (24 EAP). Lisaks õpitakse

valikaineid (16 EAP) ning üldaineid (24 EAP) nagu praktika, erialane inglise keel ja õppeaine, mille käigus lahendatakse valdkondadevaheliste meeskondade koostööna elulisi probleeme ehk ELU-projekt. Kaheaastane õpe lõpeb magistritöö kaitsmisega (24 EAP).

Erialaainetes saavad üliõpilased sissevaate vananemise kultuuri ja filosoofiasse ning õpivad, kuidas vähendada vanuselist diskrimineerimist. Õpitakse uurimismetodeid, poliitikakujundust ja koosloomet kohalikul tasandil ning põlvkondade vahelist koostööd kogukonnas ja organisatsioonis. Tervist käsitletakse üle elukaare, õppides kognitiivseid ja füsioloogilisi muutusi normaalsel vananemisel, vaimse tervise ennetustöö korraldamist, liikumis- ja tegevusvõime säilitamist, toitumist vanemas eas ning tervisekeskkonna kujundamist kogukonnas ja töökohal. Õppija teeb koos juhendajaga tööd iseenda professionaalse arenguga. Üliõpilased saavad teha koostööd University of Central Florida (USA) õppejõududega ja loodetavasti ka Kobe University (Jaapan) teaduritega. Uute oskuste kinnistamiseks leiame koostööpartnerid Läänemaalt või saab üliõpilane väikeseid õppeülesandeid proovida oma tööandja või kogukonna juures.


---

Mugava vananemiskeskonna loomiseks peaksid normaalseid vanuselisi muutusi tundma spetsialistid ja nende vahendusel otsustajad ning kõik teised.

---

Ootame õppima praeguseid ja tulevasi kogukonnatööspeialiste ning koordinaatoreid linnadest ja valdadest, vabatahtlike seltsiliste koordinaatoreid, digimentoreid ja pensioninõustajaid. Kvalifikatsiooni saavad

laiendada sotsiaaltöötajad ja (kodu)õed, aga ka raamatukogu töötajad, õppides seenioritöö spetsiifikat, ja õpetajad, omandades põlvkondade vahelise koostöö korraldamise oskused.

Tulge, paneme Eestis aluse uuele valdkonnale! Dokumentide vastuvõtt on 15.–29. juunil ja vestlus 7. juulil. Lisainfo [www.tlu.ee/haapsalu/kogukonnatoo-vana-nevas-uhiskonnas](http://www.tlu.ee/haapsalu/kogukonnatoo-vana-nevas-uhiskonnas) 

## Viidatud allikad

- Blanchard, J.** (2013). Aging in Community: The Communitarian Alternative to Aging in Place, Alone. *Journal of the American Society on Aging*, 37(4), 6–13.
- Hou, S.-I.** (2020). Remain Independence and Neighborhood Social Cohesiveness Among Older Adults Participating in Three Community-Based Programs Promoting Aging-in-Community in the USA. *Gerontology & Geriatric Medicine*, 6, 1–8.
- Kalmus, V., Tambaum, T., Abuladze, L.** (2023). Digivahendite kasutamine, digipädevused ja vaimne tervis. Teoses: M. Sisask (toim.). *Eesti inimarengu aruanne 2023*. SA Eesti Koostöö Kogu.
- Litwin, H., Schwartz, E., Damri, N.** (2016). Cognitively Stimulating Leisure Activity and Subsequent Cognitive Function: A SHARE-based Analysis. *The Gerontologist* 57(5).
- McKnight, J., Russell C.** (2022). Asset-Based Community Development. Teoses: L. Rapp-McCall, A. Roberts, K. Corcoran. *Social Workers Desk Reference*. 4<sup>th</sup> Ed. Oxford University Press.
- Sidorenko, A.** (2015). Adjusting to population ageing evidence for policy action. *Population Horizons*, 12(2), 50–61.
- Sotsiaalministeerium.** (2020). *Vaimse tervise roheline raamat*.
- Tambaum, T.** (2021) *Seenioritöö tegijate uuring*. Ülevaade. Tallinn: Eesti kõrgkoolidevaheline demouuringute keskus.
- Tambaum, T.** (2022). Kas pensioniikka jõudes muutume tundmatuseni? *Postimees*, 19. oktoober.
- Tambaum, T., Pettai, I.** (2019). Kellele Eestis on vaja vanemacalisi mehi? *Riigikogu Toimetised*, 39, 151–162.
- UIL.** (2015). *UNESCO Global Network of Learning Cities. Guiding Documents*. UNESCO Institute for Lifelong Learning.
- United Nations.** (2002). *Political Declaration and Madrid International Plan of Action on Ageing*; [www.un.org/esa/socdev/documents/ageing/MIPAA/political-declaration-en.pdf](http://www.un.org/esa/socdev/documents/ageing/MIPAA/political-declaration-en.pdf) (26.04.2023).
- WHO.** (2015). *Healthy ageing. World report on ageing and health*, 25–39.



Asgeir Falch-Eriksen

Oslo Metropolitani Ülikooli sotsiaaltöö dotsent

## Inimõiguste tähendus sotsiaaltöös

Artiklis selgitatakse, kuidas on seotud sotsiaaltöö ja inimõigused ning kuidas saab inimõiguste normid võtta igapäevatöö, tööviiside ning poliitika kujundamise aluseks.

Inimõigused on sotsiaaltöö eetika lahutamatu osa ja nendega arvestamine on töös enesestmõistetavalt järgitav kõlblusnorm. Teisest küljest on inimõigused üks ajend, mis motiveerib välja töötama ja ellu rakendada uusi tööviise ning kujundama poliitikat. See tuleneb tõsiasjast, et iga inimene on inimõiguste kandja. Ükski tava ega eetika ei saa seda eirata, selle tähtsust pisendada või seda millegagi asendada, minemata vastuollu põhiseadusliku korra ja õigusriigi põhimõttega.

Lisaks peab sotsiaaltöö kui *sui generis* ehk eriline elukutse kohanema inimõigustega ja järgima neid kui seaduslikku kohustust, sest selle tegevust, nagu ka paljude teiste kutsealade puhul, reguleerivad riiklikud õigusaktid. Sotsiaaltöö on seotud inimõigustega, sest sotsiaaltöötaja töö keskmes on inimeste heaolu, kelle õigusi on ühel või

teisel viisil rikutud või ollakse nende rikku-  
mise lähedal.

Inimeste õiguste mittemõistmine või soovimatus neid edendada oleks vastuolus põhimõttega, et inimõigused kuuluvad igauhele, ja mõjuksid takistavalt ükskõik millise elukutsega seoses, kus on tähtis neid norme järgida. Siiski ei saa sotsiaaltööd nimetada inimõigustel põhinevaks elukutseks niikaua, kuni on käibel mitu eetika-käsitlust ega ole jõutud ühiste rõhuasetusteni; kuni inimõiguste vastu ei tunta huvi või kuni asutustes, kus sotsiaalvaldkonna töötajad on ametis, lähtutakse muudest kaalutlustest ega kasutata inimõiguste norme lõimiva jõuna, et muuta sotsiaaltöö tõeliseks inimõigustele tuginevaks elukutseks.

Rahvusvahelisse inimõiguste süsteemi on sisse kirjutatud sellega kaasnev eetika ja omamoodi kosmopoliitiline<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Kosmopolitism on mõtteviis, mille kohaselt moodustavad maailma kõik inimesed ühe kogukonna – toim.

maailmavaade. Selles artiklis toetun inimõiguste ühtsetele eetikapõhimõtetele, mille järgi tuleb inimõigusi ühel või teisel viisil mõista kui norme, mida on vaja, et tagada iga üksiku inimese väärikuse puutumatus (Cruft jt 2015). Ühendatuna juriidilise kohustusega kaitsta ja jõustada inimõigusi, peab kosmopoliitiline eetika võimaldama kontrollida sotsiaaltöö tavasid ning olema episteemilise ehk teadmistega seotud arengu normatiivne juhend. See peab ka juhtima otsuste langetamist igapäevatoos, mis võimaldab sotsiaaltöö kaudu anda inimõiguste praktilise väljundi.

---

### Inimõigused üks ajend, mis motiveerib välja töötama ja ellu rakendama uusi tööviise ning kujundama poliitikat.

---

Sellest kirjutisest ei maksa siiski oodata ammendavat ülevaadet kõigist küsimustest, mis kerkivad inimõiguste kõrvutamisel sotsiaaltöö kutsetegevusega. Käsitlen esmalt ajaloolisest vaatenurgast, kuidas rahvusvahelised inimõigused on olnud sotsiaaltöö erialaidentiteedi laiemal arutelu osa ja miks tekkis sotsiaaltöötajatel õigusriigi põhimõtetest tulenev kohustus neid jõustada. Teiseks, artikli eesmärgist tulenevalt kirjeldan lühidalt inimõiguste sisu. Kolmandaks saab artiklist teada, mida kujutab endast inimõigustega kaasas käiv legitiimsus. Neljandaks püüan välja tuua, mida tähendab sotsiaaltöö jaoks olla inimõigustega seotud elukutseliseks. Viieandaks käsitlen seda, milliste rikkumiste vastu tuleb sotsiaaltööl kui inimõigustega seotud elukutselisel otsustavalt välja astuda. Kuuendaks toon mõned näited valdkondadest, kus neid rikkumisi

sageli ette tuleb: puuetega inimeste õigused, ränne ja sotsiaalne tõrjutus.

### Ajalooline taust

Inimõigustega seotud asjatundliku töö käivitamiseks koostas Ühinenud Rahvaste Organisatsioon (ÜRO) koostöös Rahvusvahelise Sotsiaaltöötajate Föderatsiooni (IFSW) ja Rahvusvahelise Sotsiaaltöö Kõrgkoolide Assotsiatsiooniga (IASSW) 1994. aastal käsiraamatu, mille eesmärk oli koolitada sotsiaaltöötajaid tegutsema inimõiguste asjatundjatena. Käsiraamatu pealkirjaks sai „Inimõigused ja sotsiaaltöö. Õpik sotsiaaltöökoolidele ja sotsiaaltöötajatele“.<sup>2</sup>

Käsiraamatus on kirjas: „Inimõigused on lahutamatud sotsiaaltöö teooriast, väärtustest ja eetikast ning praktikast ... Seetõttu peab selliste õiguste propageerimine olema sotsiaaltöö lahutamatu osa, isegi kui autoritaarsetes riikides võivad sellel olla sotsiaaltöö spetsialistidele tõsised tagajärjed.“

Lisaks ÜRO käsiraamatule, mis on ülemaailmne dokument ja seega mõneti kosmopoliitiline, tuli IFSW välja inimõigusi käsitleva poliitikadokumendiga (1996), kus rõhutas inimõiguste normide tähtsust ning nende järgimise vajalikkust. Sama mõte käib läbi ka teistest IFSW ja IASSW põhidokumentidest ning see märgiti 2000. aastal esimest korda ära tollal vastu võetud üleilmses sotsiaaltöö definitsioonis: „...Toetudes inimkäitumise ja sotsiaalsete süsteemide teooriatele, sekub sotsiaaltöö seal, kus toimub inimeste ja nende keskkonna interaktsioon. Sotsiaaltöös on põhjaneva tähtsusega inimõiguste ja sotsiaalse õigluse põhimõtted.“

Siinkohal ei ole siiski täpsustatud, kuidas mõeldi siduda „inimkäitumise ja sotsiaalsete süsteemide teooriad“ inimõigustega.

---

<sup>2</sup> Eesti keeles ilmunud 1995. aastal, väljaandja oli Inimõiguste Instituut – toim.

Dokumentides, kus on inimõigustest juttu, ei viidata konkreetsetele õigustele, vaid inimõiguste eetosele<sup>3</sup> ja sellele, mille tagamiseks inimõigused on sõnastatud ehk igäihte väarikusele. Selgitan seda edaspidi artiklis ka lähemalt. See on peamine eesmärk, kui sotsiaaltöös ei soovita ainult väita, et inimõiguste järgimine on selle alus, s.t kasutada inimõigusi lööklausena, vaid ka päriselt saavutada, et tegutsemine oleks kooskõlas inimõiguste põhimõtetega ja neist juhendutaks nii praktikas kui ka poliitika kujundamisel.

### Millised õigused on inimõigused?

Inimõiguste alusdokumentidena pean silmas rahvusvahelisi inimõiguste konventsioone, eelkõige neid, mis pärinevad ÜRO-st. Ka piirkondlikud konventsioonid on asjakohased, kui need lähtuvad samast üleilmselt rakendatavast põhimõtete kogumist, mis on sisse kirjutatud ÜRO dokumentidesse, nt Euroopa inimõiguste konventsioon (European Convention of Human Rights – ECHR). Rahvusvaheliste inimõiguste esmaseks alusdokumendiks peetakse tavaliselt ÜRO inimõiguste ülddeklaratsiooni (United Nation's Universal Declaration of Human Rights – UDHR) (Cruft jt 2015; Habermas 2010). Inimõiguste ülddeklaratsioon kuulutati välja vastusena teise maailmasõja laastavale julmusele, kus inimeste väarikust täielikult eirati. Inimõiguste normid töötati välja sellise ebainimliku kohtlemise vältimiseks tulevikus, pannes riikide valitsustele kohustuse kaitsta võrdselt iga inimese inimväarikust. Selle saavutamiseks peavad riigid seadma inimõigused põhiseaduslikult esikohale, ettepoole mis tahes

muudest õigusnormidest ja poliitikast ning isegi teistest põhiseaduslikest õigustest. Üksikisikute õiguste edendamine ei tähenda sotsiaaltöö individualiseerimist, vaid pigem universaalse ja võrdsust pooldava eetika normide rakendamist, kus igas inimeses nähakse inimõiguste kandjat, mis paneb kutsetöös kohtlema igäiht omaette isiksusena, austades tema väarikust.

ÜRO deklaratsioonile, mis kätkeb inimõiguste kosmopoliitilist eetikat, viidatakse ka kõigis teistes inimõiguste konventsioonides. Erilist äramärkimist väärivad artikkel 1: „Kõik inimesed sünnivad vabadena ja võrdsena oma väarikuselt ja õigustelt. Neile on antud mõistus ja südametunnistus ja nende suhtumist üksteisesse peab kandma vendluse vaim.“

---

### ÜRO inimõiguste ülddeklaratsioon sätestas esimest korda ajaloos põhilised inimõigused, mida tuleb kõikjal maailmas võrdselt kaitsta.

---

Seega saame teada, et igal inimesel on võrdsed inimõigused ja inimkonna iga liiget tuleb käsitleda kui vabana sündinut ja võrdselt väarikat. Selle mõistmiseks on palju võimalusi, kuid lihtsaim neist on kasutada liberaalse demokraatia põhiseaduslikku pärandit, millele inimõigused toetuvad, ja lubada mõistel „väarikus“ peegeldada iga vabana sündinud inimese puutumatut olemust. Väarikuse kaitsmine on esmatähtis, olenemata inimese päritoluriigist, kultuurist, keelest, vanusest, soost, puudest või muudest asjaoludest. See näeb ette, et iga inimene sünnib vaba ja võrdsena, mis tähendab ühelt poolt, et ühelegi inimesele ei

<sup>3</sup> Eetos on kõlbeline loomulaad, psüühikaomaduste ja väärtushinnangute kogum – toim.



tohi meelevaldselt seada formaalseid piiranguid ega sekkuda tema ellu. Teisest küljest on lubatud positiivne sekkumine inimeste ellu, kes soovivad vabatahtlikult kasutada abi oma isikliku väärikuse kindlustamiseks sotsiaalsete õiguste kaudu.

Nagu teise maailmasõja õppetunnid näitasid, ei saa inimväärikus olla tähtsuse järjekorras teisel kohal, hoolimata ühiskonna poliitilisest korrast. Sellest ajast peale on inimese väärikus seatud esikohale mitte ainult vahendi, vaid ka eesmärgina. Ülddeklaratsioon sätestas esimest korda ajaloos põhilised inimõigused, mida tuleb kõikjal maailmas võrdselt kaitsta. Sellega tekkis kosmopoliitilisest eetikast kantud dokument, mille järelkajana võeti vastu kümneid ja kümneid inimõiguste konventsioone.

### **Inimõiguste legitiimsus rahvusriikides**

Nagu sotsiaaltöötajad väga hästi teavad, on inimõigused enamasti sisse kirjutatud seadustesse, kuid nende tunnustamise aste võib erineda. Neid võidakse käsitleda kui ideaalseid põhiseaduslike õigusnorme, mille alusel spetsialistid peavad tegutsema või, paljudel juhtudel, neid ka tegelikult jõustama, sest sotsiaaltöötajad on esimene lüli süsteemis, mis peab käsitlema nende kodanike õiguste nõudeid, kes on parasjagu kliendi, patsiendi, teenuse kasutaja vms rollis (Falch-Eriksen ja Backe-Hansen 2018).

Kui eeldame, et kõigi riikide sotsiaaltöös tuleb juhinduda inimõigustest, siis see tähendab, et indiviidi väärikust ähvardava iga ohu korral peaksime püüdma kindlaks teha ja mõista inimese probleemi olemust ning üritama seda lahendada. Inimõigused on ühtaegu läbiv ja valdav tegur kõigi teenuste osutamisel ning valdkondades, kus sotsiaaltöötajad võivad töötada, sest töö

keskmes on inimesed, kes on inimõiguste kandjad. Kui kodanik vajab abi, tõstatuvad kohe tema õigustega seotud küsimused, seega panevad kodanike probleemid sotsiaaltöötajaid kindal viisil tegutsema, et ära hoida õiguste rikkumine. Teisiti öeldes ei saa ühegi ameti pidaja kellegi õigusi nõuetekohase menetluseta piirata. Näiteks kui lastekaitse osalusel jõutakse vanema hooldusõigust kitsendava kohtumääruseni, piiratakse sellega vanema õigust pereelu puutumatusle. Sellele peab aga kindlasti eelnema kõiki asjaolusid arvestav otsustusprotsess, kus vanema õigusi kaalutakse koos lapse õigustega.

Elukutsest olenemata lähtutakse kutsetegevuses kutse-eetikast ja üldistest eetikainormidest, mis määravad, kuidas tegutseda ja mida sobivaimaks pidada (Abbott 1983). Kuigi sotsiaaltöötajate peame lähtuma inimõigustest, et tegutseda professionaalselt ja eetilisel (ja mitte ainult õiguslikel ning pragmaatilistel põhjustel, nt et täita seaduste ettekirjutusi), võime minna veelgi kaugemale. Saame teha otsuse hakata järgima seda üleilmselt kehtivat normide süsteemi, sest see annab meie tegutsemisele inimõiguste eetikast tuleneva legitiimsuse, kui aitame tunnustada, kaitsta ja jõustada õigusnõudeid, millega tagatakse iga üksiku kodaniku väärikus.

### **Inimõigustepõhine profession**

Sotsiaaltöös on inimõigused viimastel aastakümnetel kaasa aidanud sellele professionile omase normistikuga kutse-eetika arendamisele (Healy 2008; Mapp jt 2019). Inimõiguste taga on eeskätt riigi kohustus kaitsta oma elanike terviklikkust ja väärikust ebaseaduslike või ebaõiglaste riivete eest, aga ka võimaldada igal inimesel teha mõistlikke eluvalikuid (Arendt 1973;

Habermas 2012; Waldron 2013). Võime väita, et iga inimõiguse toimimisest aru saamiseks peame mõistma, et selle taga on soov saavutada iga inimese väärikuse kaitse.

Iga indiviidi väärikuse kaitsmise vajadus võib avalduda erinevalt. Selleks et inimõigused toimiksid sotsiaaltöö teadmust loimiva jõuna, peab töös järgima inimõigustega samu normatiivseid aluseid, kui just olukorrale ei ole ilmselget lahendust. Näiteks esmapilgul sobivana tunduv vaesuse või sotsiaalse tõrjutuse probleemi lahendus ei pruugi olla kooskõlas üksikisiku õiguste kaitsega inimõiguste vaatenurgast. Vaesusest või sotsiaalsest tõrjutusest vältamine on alati olnud sotsiaaltöö eesmärk, kuid see, kuidas sotsiaaltöötaja seda teeb ja kuidas ta vaesust, marginaliseerumist ning sotsiaalset tõrjutust käsitleb, oleneb kutse-eesikast, millest ta juhindub. Selle poolest erinevad kosmopoliitilisele eetikale toetuvad inimõiguste standardid sotsiaaltöö praktika kujundajatena kindlasti sellisest kutse-eesikast, mis peab silmas üksnes marginaliseerumise vastu võitlemist, sotsiaalse tõrjutuse ennetamist, sotsiaalset loimimist jm. Kuigi kutse-eesika erinevatel käsitustel võib olla ühisosa, ei pruugi need olla täpselt ühesugused.

### Üksikisiku probleemid praktika kujundajatena

Sotsiaaltööd on nimetatud „ebakindlate oludega“ või „hübrisiduse“ elementidega erialaks, sest teiste elualade esindajad kipuvad selle õiguslikke volitusi vaidlustama ning ka arusaamad parimate tegutsemisviiside kohta võivad erineda (Abbott 1995; Noordegraaf 2007). Veelgi kaugemale minnes on väidetud, et sotsiaaltööd ei saagi aja- ja kontekstiväliselt defineerida, sest probleemid, millega tuleb tegeleda ja mis sotsiaaltööd iseloomustavad, on

tingitud olustikust ja ajahetkest. Sellega aga asi kaugeltki ei piirdu. Professioonile kehtestatud nõuded ja ootused lisavad iseenesest sotsiaaltöö kutsealale teatavaid üldisi jooni, mis on aja- ja kontekstivälised. Näiteks kui teame, et sotsiaalne taust määrab kindlaks sotsiaaltöö tingimused, kehtib see samamoodi kõigis olukordades. Teades ühelt poolt, et ajast ja olustikust sõltuvad sotsiaalsed vajadused määravad sotsiaaltöö olemuse, võiksime väita, et nende täitmiseks läheb tarvis ka seda professionaalsuse osa, mis ei olene ajast ega taustast. Inimõigused võib panna samale pulgale ajast ja kontekstist johtuvate sotsiaalsete vajadustega.

---

Selleks et inimõigused toimiksid sotsiaaltöö teadmust loimiva jõuna, peab töös järgima inimõigustega samu normatiivseid aluseid.

---

Kehtiv sotsiaaltöö definitsioon (IFSW 2014) kõlab järgmiselt: „Sotsiaaltöö on nii praktilal põhinev professioon kui ka akadeemiline teadusala, mis aitab kaasa sotsiaalsetele muutustele ja arengule, inimeste võimustumisele ja vabanemisele ning edendab sotsiaalset ühtekuuluvust. Sotsiaaltöös on tähtsal kohal sotsiaalne õiglus ja inimõigused, kollektiivne vastutus ja erinevuste austamine. Toetudes sotsiaaltöö teooriatele, sotsiaal- ja inimteadustele ning pärimusteadmistele, ärgitab sotsiaaltöö inimesi ja struktuure ületama elus ette tulevaid raskusi ning suurendama heaolu.“

Definitsioonis on sõnaselge viide inimõigustele ning sellele, et üheks põhiväärtuseks peetakse iga inimese õigust heaolule, vabastamisele ja abile eluraskuste korral. See on kooskõlas inimõiguste ülddeklaratsiooniga: igapähele on õigus valida oma elutee

kooskõlas kõigi teiste inimeste võrdsete vabadustega. Eluraskused, millega kokku puututakse, võivad nende iseloomust olenevalt saada sotsiaaltöö keskpunktiks. Kuigi rahvusvahelises definitsioonis räägitakse sotsiaaltööst laiemas kontekstis, moodustab suurema osa praktikast enamasti töö üksikisikutega, nende aitamine eluraskuste ületamisel. Eluraskustega tegeledes annavad sotsiaaltöötajad kutse-eeskale tuginedes hinnanguid igal sammul alates tegevuse planeerimisest kuni selle tulemuslikkuse hindamise ja ülevaatamiseni. Üksikisiku inimõiguste kaitsmise vajaduse silmas pidamine võib olla praktikas jõud, mis paneb nägema „eluraskusi“ kui olukordi, mis nõuavad üksikisiku inimõiguste jõustamist, ja ohtu inimeste „heaolule“ kui ohtu nende väärikusele.

Inimeste eluraskustele keskendumine kujundab sotsiaaltöötajais veendumuse, et nende raskuste juurpõhjuseks olevaid tegureid tuleb inimese väärikuse taastamiseks muuta ja lahenduse aitab leida see, et õigusi enam ei rikota.

---

Igal inimesel on võrdsed inimõigused ja inimkonna iga liiget tuleb käsitleda kui vabana sündinut ja võrdselt väärikat.

---

Sotsiaaltöötajale, kes seisab selle eest, et kellegi õigusi ei rikutaks, on peamiseks proovikiviks pidev vahendite puudus ja vähene poliitiline toetus. Ta peab rakendama professionaalset loovust ja uudishimu ning isegi sotsiaalset ettevõtlikkust, et igale kodanikule tagada tema väärikus, saagu mis saab. Kuigi sotsiaaltöö tegevus ja lahenduste leidmine üksikisikute rasketele olukordadele oleneb paljuski sellest, kas on piisavalt vahendeid ja võimalusi, peab sotsiaaltööd

tehes alati silmas pidama, et kogu tegevus peab nii või teisiti juhinduma kosmopoliitilisest eetikast ja kodanike inimõigustest. Kui sotsiaaltöötajad ei tegutse iga üksikisiku õiguste kaitsmise nimel, vaid järgivad muid põhimõtteid, nagu bürokraatiaga kohanemine või ühishuvide üksikisiku õigustele eelistamine, keskendudes kuluefektiivsusele või nn normaalsuse saavutamisele, siis ei saa inimõigusi jõustada.

Sotsiaaltöö praktikud saavad kasutada inimõigusi oma töö korraldamise aluspõhimõttena, tehes nendest johtuvaid valikuid, kuidas tegevust arendatakse ja ellu viiakse, mida soovitakse saavutada, mida tähendab heaolu ja mida võib pidada eluraskuseks. Inimeste elulistes vajadustes saab näha üksikisikute õiguslikku nõuet, millega kaasneb õigus hüvitistele või muule toele, mis tuleb võimalikult optimaalselt tagada sotsiaaltöö praktika osana.

### Näiteid eri valdkondadest

Sotsiaaltööspetsialistid, õppejõud ja praktikud üldjuhul teavad, et nende lahendada olevad mured on tihedalt seotud inimeste väärikuse tagamisega. Lihtsuse huvides illustreerin, kuidas tüüpilised eluprobleemid ja oht inimväärikusele võivad avalduda üle põlvkondade ja tüüpilistes ühiskondlikes oludes.

### Sotsiaaltöö ja puue

Puuetega inimeste õigused on inimõiguste erijuhtum ja on sageli seotud takistustega võrdsete võimaluste tagamisel. Kui inimesele puude korral abi ei võimaldata, kujutab see ohtu tema väärikusele. Oletame, et seame eesmärgi rakendada inimõigustele tuginevat praktikat sotsiaaltöös puuetega inimeste heaks. Sel juhul tuleb keskenduda abimeetmete rakendamisele, töötavade ja poliitika kohandamisele iga üksiku kodaniku

vajaduste järgi, et kaitsta iga puudega inimese ainulaadsel moel avaldavat väärikust.

Sotsiaaltöö on inimõigustega seotud elukutse, sest see edendab kõigi, ka puuetega inimeste õiguste tagamist ja heaolu. Puuetega inimestega tegelevad sotsiaaltöötajad võivad osutada laia valikut teenuseid, mille toel on võimalik elada täisväärtuslikku elu, aidates näiteks juurde pääseda tervishoiuteenustele, haridusele ja abivahenditele ning olles puuetega inimeste õiguste ja vajaduste eestkõnelejad. Samuti võivad nad teha koostööd kogukonna organisatsioonide ja valitsusasutustega, et võidelda ebavõrdse kohtlemise ja tõrjutusega, millega puuetega inimesed kokku puutuvad, ning edendada sotsiaalset õiglust ja muutusi ühiskonnas.

Töötades selle nimel, et puuetega inimestel oleks võrdne juurdepääs vahenditele ja võimalustele ning nad saaksid elada terviklikku ja iseseisvat elu, aitavad sotsiaaltöötajad kaitsta selle elanikerühma inimõigusi. Sageli on juhtunud, et puuetega inimesi on rahaliselt ära kasutatud, füüsiliselt väärkoheldud, ahistatud ja kiusatud. Laia kõlapinna on saanud ka juhtumid, kui hoolekandeesutuste või haiglate töötajaid on vastutusele võetud haavatavate klientide või patsientide hooletusse jätmise ja väärkohtlemise eest. Siinkohal tasub mees pidada, et sotsiaaltöös me mitte ainult ei osuta teenuseid, vaid teenuste kaudu rakendame inimõigustega seotud eetikapõhimõtteid.

### Sotsiaaltöö ja sisserändajate staatus

Rännet reguleerivad õigusaktid ja poliitika on sageli keerulised, need on sagedaseks poliitilise arutelu objektiks ning on pidevas muutumises, mistõttu on neis üpris raske orienteeruda. Seega on töö sisserändajatega sageli keeruline ülesanne inimõigustest lähtuvatele sotsiaaltöötajatele. Kosmopoliitilise

eetika rakendamine sotsiaaltöös eeldab, et iga indiviidi õigused tulenevad tema inimlikkusest. Nõnda on igal sisserändajal samad õigused nagu teistel kodanikel. Kui aga sisserändajatele ei laiene samad õigused nagu kohalikele elanikele, kelle suhtes on riigil kindlad kohustused, siis ei saa ametnikud eeskirjade järgi töötada sisserändajatega samadel alustel nagu teiste inimestega. See piirang jätab sisserändajad sageli viletsusse ja ebakindlasse olukorda.

---

Inimeste eluraskustele keskendumine kujundab sotsiaaltöötajais veendumuse, et nende raskuste juurpõhjuseks olevaid tegureid tuleb inimese väärikuse taastamiseks muuta.

---

Sotsiaaltöös tuleb leida võimalusi, kuidas kõigi takistuste kiuste kindlustada sisserändajate õigus nende väärikuse kaitsele. Sisserändajatega töötavad sotsiaaltöötajad osutavad rangetest ettekirjutustest olenevate mitmesuguseid teenuseid, et toetada sisserändajaid uues riigis eluga kohanemisel, aidates neil leida eluase, võimaldades ligipääsu tervishoiule ja haridusele ning teha selgeks oma õigused ja kohustused uues kodus. Neid võimalusi tuleb pakkuda jäigale bürokraatiale vaatamata ja lähtudes eelkõige sotsiaaltöö elukutse põhimõtetest. Võime isegi väita, et sisserändajate olukorra tõttu muutub sotsiaaltöötajate roll teiste asjaomaste elukutsete esindajatest tähtsamaks.

### Sotsiaaltöö ja sotsiaalne tõrjutus

Sotsiaaltöötajad saavad jõustada sotsiaalselt tõrjutud kodanike ja rühmade inimõigusi, olles nende eestkõnelejad, jõustades inimõigusi avalikes teenustes ning tuues


päeva-korda sotsiaalse õigluse ning sotsiaalsed muutused kooskõlas kosmopoliitilise eetikaga. See võib hõlmata otseseid teenuseid, et pakkuda tuge ning aidata inimestel juurde pääseda vahenditele ja võimalustele, nagu eluase, tervishoid ning haridus. Aga võib ka tähendada koostööd kogukonna organisatsioonide ja valitsusasutustega, et lahendada süsteemseid probleeme, mis põhjustavad sotsiaalset tõrjutust ja ebavõrdset kohtlemist.

Neid jõupingutusi ei tehta pelgalt seetõttu, et kõnealused isikud on sotsiaalselt tõrjutud, vaid seepärast, et sotsiaalne tõrjutus kujutab tõenäoliselt ohtu kodanike vääriskusele. Nii rakendavadki sotsiaaltöötajad meetmeid, kasutavad erisuguseid töövõtteid ja mõjutavad poliitikat, et tõrjutute nimel või nendega koos kutsuda esile muutusi, mis võimaldavad inimestel taas saada ühiskonna osaks, leida kuuluvustunne ja identiteet, millega samastuda.

### Järeldus. Kosmopoliitiline pööre sotsiaaltöös

Teadlased väidavad, et sotsiaaltöö on inimõigustega seotud elukutse. Selle üle on ka kriitiliselt arutletud (Healy 2008; Mapp jt 2019). Inimõigustest on saanud ülemaailmne ülimuslik seadus, mis määrab kindlaks iga ühiskonnaliikme põhiõigused. Sotsiaaltöötajadki ei saa kõnealuseid õigusi eirata, sest nende tähelepanu keskmes on

elualdkonnad, kus õigused on sageli ohus või neid rikutakse. Sotsiaaltöötajaid tuleb motiveerida igapäevatoös järgima kosmopoliitilist eetikat ja nägema igas inimeses inimõiguste kandjat. Selleks peavad ka tööviisid olema kujundatud nii, et need seda võimaldaksid. Selleks et sotsiaaltöö muutuks inimõigustega seotud elukutseks selle tõelises tähenduses, peab muutus olema kõikehõlmav ja haarama kutse-eetikat, identiteeti, uurimistööd, haridust, töötavasid ning poliitikat. Kõik need elemendid peavad olema lõimitud kosmopoliitilise eetika kohaselt ja seega ühtima sotsiaaltöö eesmärgiga. Seetõttu ei piisa inimõiguste kasutamisest pelgalt õiguslike instrumentide ja lõoklausetena.

Sotsiaaltöö eesmärk on kutsuda esile sotsiaalseid muutusi sotsiaaltöö praktika ja poliitika kaudu ning nõnda parandada üksikisikute, perede ja kogukondade elu. Inimõigused on sotsiaaltöö erialaidentiteedi aluseks, mistõttu on oluline lähtuda sellest, et kaitseme ja edendame nende kaaskodanike inimõigusi, kelle vääriskus on ohus. Siinjuures on vaja ühiselt mõista, et kõiki töötavasid tuleb arendada inimõigustest lähtudes ja inimõigused peaksid saama sotsiaaltöö jaoks motiveerivaks ning sotsiaaltööd ennast koondavaks jõuks. Kuigi selleni on veel pikk tee minna, näitavad kõik märgid, et oleme sinna teel. 

Tõlge inglise keelest: Eiffel teksti- ja tõlkebüroo ning ajakiri Sotsiaaltöö

### Viidatud allikad

- Abbott, A.** (1983). Professional ethics. *American Journal of Sociology*, 88(5), 855–885.
- Abbott, A.** (1995). Boundaries of Social Work or Social Work of Boundaries? The Social Service Review Lecture. *The Social Service Review (Chicago)*, 69(4), 545–562. doi:10.1086/604148
- Arendt, H.** (1973). *The origins of totalitarianism [1951]*. New York.
- Cruft, R., Liao, S. M., Renzo, M.** (2015). *Philosophical Foundations of Human Rights*. Oxford: Oxford University Press. doi:10.1093/acprof:oso/9780199688623.001.0001

- Falch-Eriksen, A., Backe-Hansen, E.** (2018). Child Protection and Human Rights: A Call for Professional Practice and Policy. Teoses: A. Falch-Eriksen, E. Backe-Hansen (toim.) *Human Rights in Child Protection. Implications for professional practice and policy*. Palgrave.
- Habermas, J.** (2010). The concept of human dignity and the realistic utopia of human rights. *Metaphilosophy*, 41(4), 464–480. doi:10.1111/j.1467-9973.2010.01648.x
- Habermas, J.** (2012). The concept of human dignity and the realistic utopia of human rights. Teoses: C. Corradetti (toim.) *Philosophical Dimensions of Human Rights* (63–79). Springer.
- Healy, L. M.** (2008). Exploring the history of social work as a human rights profession. *International Social Work*, 51(6), 735–748.
- IFSW.** (International Federation of Social Workers) (1996). *Human rights policy*. www.ifsw.org/human-rights-policy (20.04.2023).
- IFSW.** (2014). Global definition of social work. www.ifsw.org/what-is-social-work/global-definition-of-social-work. Rahvusvaheline sotsiaaltöö definitsioon. (2014). Tõlkinud Marju Selg. *Sotsiaaltöö* 3, 9–14.
- Mapp, S., McPherson, J., Androff, D., Gatenio Gabel, S.** (2019). Social work is a human rights profession. *Social Work*, 64(3), 259–269.
- Noordegraaf, M.** (2007). From „Pure“ to „Hybrid“ Professionalism: Present-Day Professionalism in Ambiguous Public Domains. *Administration & society*, 39(6), 761–785. doi:10.1177/0095399707304434
- Waldron, J.** (2013). *Is dignity the foundation of human rights?* NYU School of Law, Public Law Research Paper, 12–73.
- ÜRO.** (1994). *Human rights and social work: A manual for schools of social work and the social work profession*. New York and Geneva: United Nations.

**Maarja Kraiss-Leosk, MA***Eesti Puuetega Inimeste Koja tegevjuht*

# Millist tuge vajavad harvikaigusega last kasvatavad pered?

## KOKKUVÖTE

Magistritöö<sup>1</sup> eesmärk oli selgitada välja raske ja sügava intellektipuudega ning harvikaigusega last kasvatavate perede olukord Eestis ning pakkuda nii teooria kui ka uurimistulemuste analüüsi pinnalt lahendusi perede toetamiseks. Soovisin välja tuua praktilised, teostatavad lahendused, millel oleks reaalne positiivne mõju harvikaigusega lapsele ja tema perele.

Lapsevanemate küsitlusest selgus, et valdav osa neist on kurnatud, nad on mures harvikaigusega lapse õdede-vendade vaimse ja füüsilise tervise pärast, sageli ei tunta end kogukonda ja ühiskonda kaasatuna ning kogetakse piinlikkust omasteholdaja rolli ja lapse erivajaduste pärast. Sotsiaalteenused ei ole laste arengu toetamiseks ja perede abistamiseks piisavalt kättesaadavad. Probleemiks on ka infopuudus ja kesine juhtumikorraldus. Lapsevanemad hindavad lähedaste ja teiste puudega laste vanemate tuge ning suur osa on valmis osalema tugigruppides.

Peresuhete ja pereliikmete vaimse ning füüsilise tervise hoidmiseks, aga ka harvikaigusega laste ja nende perede suuremaks kaasamiseks ühiskonda tuleks parandada inimeste teadlikkust ning osutada lapsele ja perele teenuseid, mis võimaldaksid lapsevanematel lisaks tööle käimisele ennast teostada, hoida tervist ja veeta koos pereliikmetega ühiselt vaba aega.

## MÄRKSONAD

**Harvikaigus, intellektipuue, jõustamine, omasteholdus, lähedaste toetamine**

<sup>1</sup> Tallinna Ülikooli ühiskonnateaduste instituudis 2022. aastal kaitstud magistritöö „Raske või sügava intellektipuudega harvikaigusega last kasvatavate perede olukorrast Eestis. Ettepanekud harvikaigusega last kasvatavate perede toetamiseks“, juhendaja Mariann Märtsin.

Ükski haigus ega haiguse kahtlus ei ole meeldiv. Haruldaste haiguste korral on kogu protsess tavahaiguste diagnoosimisest oluliselt keerulisem ja sageli on tegemist haiget ning tema lähedasi kogu elu mõjutava seisundiga.

### Harvikhaigused ja hoolduskoormus

Sarnaselt Euroopaga peetakse ka Eestis harvikhaiguseks seisundit, mis esineb kuni viiel inimesel 10 000-st. Neil on väga väike esinemissagedus, kuid haruldasi haigusi on palju, mistõttu on harvikhaiguse põdejate arv suhteliselt suur. Praeguseks on teada 7000–8000 haruldast haigust, mis mõjutavad elu jooksul 6–8% rahvastikust. Uusi harvikhaigusi kirjeldatakse igal aastal 250–300 ja loetelu pikeneb pidevalt. Eestis põeb harvikhaigust või puutub perekonnas või suguvõsas sellega kokku 70 000 kuni 100 000 inimest (Õunap 2022, 69).

Harvikhaigused on väga väikese esinemissagedusega, seetõttu on nende kohta vähem teadmisi kui teaduse arengutase teoreetiliselt võimaldaks luua. Selle tagajärjel kannatavad harvikhaigusega patsiendid kahekordselt: esiteks on neil harva esinev haigusseisund, mida on arstidel raske diagnoosida, ja teiseks ravitakse neid sageli ebaõige ravi puudumise tõttu, sest ravi võib puududa või see on väga kallis ning seetõttu tihti kättesaamatu (Sotsiaalministeerium 2014).

Inimesed, keda haruldased haigused enda või lähedaste kaudu puudutavad, on psühholoogiliselt, sotsiaalselt, majanduslikult ja kultuuriliselt haavatavad (Orphanet 2012). Haigusest olenemata seistakse

silmitsi sarnaste probleemidega nii diagnoosi saamise teekonnal, asjakohase info otsimisel kui ka kvalifitseeritud spetsialistide leidmisel. Harvikhaigusega lapse vanemad peavad täitma vanemlikule rollile lisaks ka esmaste hooldajate rolli.

Magistritöös pöörati tähelepanu perele, kus kasvab harvikhaigusega laps, kellel on raske või sügav intellektipuu<sup>2</sup> (RSIPHH). Raske ja sügava intellektipuu- dega lapsed vajavad kõrvalabi, järelevalvet ja juhendamist kogu elu, mis tähendab perekonnale suurt hooldus- ja vastutuskoormust.

---

Harvikhaigused on väga väikese esinemissagedusega, seetõttu on nende kohta vähem teadmisi kui teaduse arengutase teoreetiliselt võimaldaks luua.

---

Puuetega lastega seotud probleeme ja perede toimetulekut on Eestis küll uuritud, kuid teadaolevalt ei ole seni RSIPHH-last kasvatavate perede olukorrale eraldi tähelepanu pööratud. Infot RSIPHH-lapsega perede olukorra kohta on aga vaja, et pakkuda neile võimalikult varakult asjakohast tuge. Varase, õigeaegse ja asjakohase abi korral on võimalik tagada perele võimalikult tavapärane toimimine, s.t osalemine töö- ja ühiskonnaelus, tegelemine pere teiste lastega, kogu pere vaimse ning füüsilise tervise hoidmine jne. Teaduse arenedes avastatakse uusi, aga suudetakse ka paremini diagnoosida juba varem avastatud haruldasi haigusi. Eestis on diagnoosimisvõimalused küll kättesaadavad, kuid peredele tuleb tagada

<sup>2</sup> Maailma Terviseorganisatsiooni, Ameerika Intellektuaal- ja Arengupuude Assotsiatsiooni ning vaimsete häirete diagnostika- ja statistilise käsiraamatu määratluse järgi tähistab intellektipuu (ka intellektihäire) madalamaid võimeid kognitiivses toimimises, sotsiaalsetes oskustes ja adaptiivses käitumises (Patel jt 2018).



diagnoosi saamisel ja edasises elus igakülgne tugi ning abi.

## Jõustamisteoorial põhinev toetamine

Magistritöö teoreetilise raamistikuna kasutasin jõustamise (ingl *empowerment*) teooriat, sest see keskendub nii inimesele kui ka tema kogukonnale ja seega võiks sobida, et toetada harvikaigusega last kasvatavate perede toimetulekut ning heaolu.

Selle teooria järgi tuleb tähelepanu ja vahendid suunata paralleelselt nii inimesele kui ka kogukonnale ja ühiskonnale (Cavalieri ja Almeida 2018; Virginia Commonwealth University 2021). Vaid inimest jõustades ollakse tupikus, sest tähelepanu ja toeta jäetud inimest ümbritsev kogukond, võrgustik, formaalse abi eest vastutav avalik sektor ning seega ka ühiskond laiemalt ei suuda inimesele vajalikku tuge pakkuda. Probleemi ees ollakse ka siis, kui vahendid ja tähelepanu suunatakse ainult formaalse abi ülesehitamisele ja pakkumisele, aga inimest ei jõustata. See omakorda võib viia inimese võimetuseni enda või lähedase elu korraldada, selle korraldamises kaasa rääkida, samuti ka õpitud abituseni, sest süsteem teeb inimese eest otsused, inimene liigub vooluga kaasa. Seega ei ole jõustamise eesmärk vaid konkreetse juhtumi keskmes oleva inimese ja tema pere jõustamine, vaid ka tema keskkonnas muutuse saavutamine.

---

## Jõustamisteooria järgi tuleb tähelepanu ja vahendid suunata paralleelselt nii inimesele kui ka kogukonnale ja ühiskonnale.

---

Jõustamine on mitmesuunaline ja mitmetasandiline: selle kaudu toetatakse ühelt poolt inimest ja tema peret ning teiselt

poolt sarnaste muredega inimesi ühendavate kogukondade teket ja kasvu ning ka inimeste kodukandi kogukonna arengut ja tegevust (Turner ja Maschi 2014; Perkins ja Zimmermann 1995). Nimetatud protsesside kaudu on võimalik jõuda suuremate ühiskondlike debattide ja muutusteni.

## Uuringu korraldus

Magistritöö eesmärk oli selgitada välja RSIPHH-last kasvatavate perede olukord Eestis ja nii teooria kui ka uurimistulemuste analüüsi alusel pakkuda lahendusi perede toetamiseks. Lähemalt soovisin uurida, millised on RSIPHH-last kasvatavate perede peamised raskused ja haiguse mõju pere igapäevaelule; milliseid teenuseid ja muud abi RSIPHH-last kasvatavad pered kasutavad ning kas need on piisavad ja millest puudust tuntakse. Samuti soovisin teada saada, millised on RSIPHH-last kasvatavate perede ootused abile ja toele. Eesmärk oli saada ülevaade võimalikult paljude perede olukorrast, seetõttu rakendasin kvantitatiivset uurimisstrateegiat ja korraldasin lapsevanemate hulgas ankeetküsitluse. See võimaldas lapsevanematel, kellel on niigi vähe vaba aega, vastata küsimustele endale sobival ajal. Küsimustiku koostamisel püüdsin saavutada, et täitja sellega samastuks, tajuks, et tema panusest on kasu ning ta oleks motiveeritud vastama.

Veebiküsitluse korraldasin märtsis 2022. Postitasin küsimustiku koos kaaskirjaga puudega laste vanemaid koondavasse sotsiaalmeedia-tugigruppi. Küsimustiku jagamise palve edastas ka mitmele RSIPHH-lastele teenuseid osutavale asutusele. Uurimistulemusi analüüsisin kvantitatiivselt.

## Ülevaade uuringus osalenutest

Küsimustiku täitis 46 lapsevanemat, kellest 43 olid naised ja kolm mehed. Vastajad olid

vanuses 28–50 eluaastat, keskmine vanus oli 39 aastat. Pea kolmel neljandikul vastanutest oli kõrgharidus. Uuringus osalejate hariduslik profiil erineb seega oluliselt puudega lastega perede toimetuleku ja vajaduste uurimuse osalejate omast, kus üle pooltel puudega laste eest peamiselt hoolitsevatel isikutel oli kesk- või kutseharidus (Kallaste jt 2017).

Vastanute peredes kasvas kõige sagedamini kaks last, sellele järgnesid kolme lapsega pered. Enamikus vastanute peredes elasid laste bioloogilised vanemad koos ja kasvasid last ühiselt. Vastanutest 27 elas linnas ja 19 maapiirkonnas.

## Uuringu tulemused

### Perede peamised probleemid ja haiguse mõju pere igapäevaelule

On selge, et RSIPHH-lapse kasvatamine muudab pere tavapärasest toimimist, valikuid ja tegevusvõimalusi. Lapse erivajadustest tingitud hooldusvajaduse tõttu on peredel suur koormus. Uuringust selgus, et hoolduskoormus mõjutab pereliikmete vaimset ja füüsilist heaolu ning elurõõmu: kaks kolmandikku vastanutest olid kurnatud ja pidevalt magamata. Veerand vastanutest ei tundunud enda hinnangul üldse elust rõõmu. Harvikaigusega laste vanemad viibivad vähe värskes õhus, ei liigu piisavalt ega ole füüsiliselt aktiivsed.

Positiivsena saab välja tuua, et lapsevanemad hoiavad teadlikult oma vaimset tervist ja enamik on nõus ka tuge vastu võtma. See kõneleb nii uuringus osalejate teadlikkusest kui ka sellest, et päriselus on vaja RSIPHH-lapse kasvatamisel tegeleda vaimse tervise küsimustega.

Nii populaarteaduslikust kui ka teaduskirjandusest leiab küll hulga vaimse tervise hoidmise soovitusi, kuid need tekitavad omastehoolajate vaatevinklist pigem lisastressi ega arvesta nende olukorraga: võimalus

füüsiliseks tegevuseks värskes õhus oleneb otseselt puudega lapse hoiuvõimalustest; õine väljamagamine ei pruugi lapse unehäirete tõttu olla aastaid, isegi aastakümneid võimalik. Vaja on häid juhiseid ja sihitud materjale hoolduskoormusega inimese vaimse tervise hoidmiseks, kuid eelkõige tuleb tagada teenused, mis võimaldavad pereliikmetel soovitusi praktikas rakendada.

Veelgi enam kui enda pärast, tundis valdav osa vastanutest suurt muret pere teiste laste tervise ja heaolu pärast, sest vanemate aeg teiste lastega tegelemiseks on piiratud, nagu ka pere tavapärase ühistegevus ning osalemine ühiskonnaelus. See kõik mõjutab ödesid-vendi negatiivselt.

Vaba aja veetmisest rääkides tuleb nentida, et umbes pooled vastanutest ei saa lapse erivajaduste tõttu tegeleda paljuga soovitusi, s.t perega reisida, kultuuriüritustel käia; kolmandikul vastajatest on piiratud ka külaskäigud ja külaliste võõrustamine. Peresuhete hoidmist, sh tavapärasest pere-tegevust saab toetada kvaliteetsete, kättesaadavate ja ladusalt korraldatud teenuste abil, näiteks tugiisiku- ja intervallhoiuteenus.

---

### Lapsevanemad hoiavad teadlikult oma vaimset tervist ja enamik on nõus ka tuge vastu võtma.

---

Perega koostöös tuleb leida sobiv tugi, et vanemad saaksid tööl käimisele lisaks ennast teostada, puhata, veeta aega pere teiste lastega, ennast täiendada jne.

Kaks kolmandikku vastanutest olid nõus väitega, et lapse haigus on muutnud neid lapsega lähedasemaks, kuid kolmandik sellega nõus ei olnud. Positiivsete vastuste suur osa on kindlasti hea, siiski tuleb pöörata tähelepanu ka neile, kelle jaoks suhted on rasked. See on märk, et pere võib vajada

rohkem toetavaid teenuseid ja psühholoogilist nõustamist ning sekkumiseta võib pere toimetulek ja heaolu oluliselt halveneda.

Uuringust selgus, et kolmandikule lapsevanematest valmistab omastehooldaja roll ja lapse erivajadus piinlikkust ning seega tekitab täiendavat psühholoogilist pinget nii lapsevanemale, perele kui ka haigele lapsele. Armastada oma last ja tunda samal ajal nii lapse kui ka oma elu pärast piinlikkust ning häbi, on ilmselgelt raske koorem, seega on vaja nii kogukondade kui ka ühiskonna tähelepanu.

### Teenuste ja muu abi kasutamine ning abi piisavus

Selgus, et pered kasutavad kohaliku omavalitsuse (KOV) ja sotsiaalkindlustusameti (SKA) teenuseid, kuid mitte kõigile ei ole need kättesaadavad või nende maht piisav. Puudust tuntakse eelkõige tugiisiku-, lapsehoiu- ja intervallhoiuteenusest, sh nii päeval kui ka öhtuti ja nädalavahetustel. Samasugune teenusevajadus selgus ka „Puuetega lastega perede toimetuleku ja vajaduste uuringust“ (Kallaste jt 2017). Eesti Puuetega Inimeste Koda (2018) on ÜRO puuetega inimeste õiguste konventsiooni täitmise variraportis Statistikaameti andmetele toetudes välja toonud, et puuetega lapsed ja nende pered on ka suuremas vaesusriskis, mis on omakorda seotud katmata teenusevajadusega.

Puudust tuntakse ka mitmesugustest rehabilitatsiooniteenustest, eelkõige logopeediteenus, muusika-, loov-, tegevus- ja füsioteraapia. Lapsele vajalike teraapiate võimaldamiseks kasutati ka oma raha ja abi on saadud Tartu Ülikooli kliinikumi lastefondist. Sellist abi hinnatakse paindlikumaks ning lapse ja perede vajadusest lähtuvaks. Kõige sagedamini tasutakse fusio-, tegevus- ja muusikateraapia eest ise, kuigi nimetatud

teenused on riiklikult toetatud sotsiaalse rehabilitatsiooni teenuse nimekirjas.

Kõige suurem oli rahulolu tervishoiuteenuste kättesaadavusega, välja arvatud psühhiaatri vastuvõtud ja taastusravi, mis ei kata poolte uuringus osalenute hinnangul lapse vajadusi. Uuringust ilmnis ka vajadus suurendada lapsevanemate teadlikkust teenuste sisust ja abi saamise võimalustest.

Lapsevanemad tunnevad puudust infost (ka info üleküllus võib olla infopuudus), nõustamisest ja juhtumikorraldusest, aga ka hooldusvõtete õpetamisest ja teadmistest, mida on vaja RSIPHH-lapse kasvatamiseks. Tuuakse välja, et paremini informeeritud on need, kes suudavad lapse hooldamise kõrvalt aega ja jõudu leida, et infot otsida ja oma teadlikkust ise suurendada. Tugisüsteemis orienteerumine ja abi kättesaadavus oleneb sageli lapsevanema võimekusest protsessi juhtida ja hallata, seetõttu võib mõnel perel olla abi kättesaamine raskem ning see omakorda mõjutab negatiivselt kogu pere toimetulekut.

---

Perel võiks olla võimalus ise oma sotsiaalse rehabilitatsiooni teenuse eelarvet juhtida ja sobivate teenuseosutajate juures teenust saada.

---

Tuleb mõista, et abi peab olema lihtsasti kättesaadav ja abi pakkumine proaktiivne. Kuigi esmane kohustus lapse, sh ka RSIPHH-lapse eest hoolitseda on vanematel, ei saa keerulise erivajadusega lapse vanemaid panna olukorda, kus nad, olles ise psüühiliselt äärmiselt haavatavad, peavad olema oma lapse teenuste koordinaatorid ja teadma, kust ning kuidas abi ja tuge saab. Vastustest selgus, et lapsevanemate jaoks on oluline usaldusväärsest allikast info

saamine, keskne juhtumikorraldus ja koordineeritud abipakkumine.

Uuringust tuleb selgelt välja perede – liialdus ei ole öelda – karjув vajadus RSIPHH-last ja peret toetavate teenuste järele. Seadustes, poliitikas ja süsteemides muudatuste tegemine võib olla ainus võimalus, kuidas vähendada või kõrvaldada ebavõrdset kohtlemist (Virginia Commonwealth University 2021). Puuetega inimesed on Eestis põhiseaduse (1992) alusel riigi ja kohalike omavalitsuste erilise hoole all. Vaatamata põhiseaduses välja öeldule ja õigustatud ootusele olla hoitud, on puudega lastega peredel probleeme, mida suures osas saab leevendada ja lahendada kohalike omavalitsuste ning riigi vastutustundliku ja õigel ajal kättesaadava toe ning abiga.

### Perede ootused abile ja toele

Uuringus tunti huvi, millised on RSIPHH-last kasvatavate perede ootused abile ja toele. Vastused avatud küsimustele olid sisukad ja põhjalikud, mis annab alust arvata, et toevajaduse, kaasatuse, arvestamise ja märkamise teemad lähevad peredele korda.

Informaalse abi korral oli kõige enam soove seotud teiste peredega, kus kasvab erivajadusega laps. Lapsevanematel on ootus ja valmisolek sarnase kogemusega vanematega suhelda, oma mõtteid jagada, lohutust otsida, infot, motivatsiooni ja jõudu saada.

### Vastanutest 2/3 ei tunne end omastehooldajana väärtustatuna.

Üle kolmandiku vastanutest ei olnud nõus väitega, et nad tunnevad end täisväärtuslike ühiskonnaliikmetena ja seejuures ei arvanud ükski uuringus osaleja, et täisväärtuslikuks ühiskonnaliikmeks olemine ei ole talle oluline. Vastanutest 2/3 ei tunne end

omastehooldajana väärtustatuna. Need on murettekitavad tulemused ja viitavad sellele, et paljud ei tunne end ühiskonda kaasatuna. Kuigi toodi välja soov ja vajadus osaleda tugi-gruppides, selgus uuringust, et ligi pooled vastanutest neis ei osale ega suhtle teiste puudega laste vanematega. Vastastikune toetus on vanematele, kes alustavad sageli oma teekonda isoleerituna ja ükski, üks peamisi teabe ja emotsionaalse toe võimalusi (Baumbusch jt 2018). Seega on väga oluline, et RSIPHH-lapse vanematel oleks võimalik osaleda tugi-grupis või saada tuge kogemusnõustajalt.

Lapsevanemate ootused ühiskonnale laiemalt jagunesid eri blokkidesse: kaaskodanikelt oodatakse mõistmist, toetust, hoiakute ja suhtumiste muutmist; samuti oodatakse ühiskonnas laiemalt teadlikkuse suurendamist, et teataks erivajadustest ega vaadataks tänaval järele; tuuakse esile ligipääsetavuse (sh mänguväljakute ligipääsetavuse) probleeme; pööratakse tähelepanu puudujääkidele haridussüsteemis, sh pedagoogide teadlikkuses, empaatias ja suhtlemisostkustes. Samuti oodatakse keske ja tervikliku info kättesaadavuse lahendusi.

### Kokkuvõte ja ettepanekud

Magistritöö peamine piirang oli valimi suurus: Eestis ei teata harvikaigustega laste täpset arvu ja puudub ülevaade harvikaigusega laste erivajaduste kohta, sh laste arvu kohta, kellel on harvikaigusest tingitud raske või sügav intellektipuu. Siiski võimaldas uuring saada vastused püstitatud küsimustele ja saada esmane ülevaade RSIPHH-last perede olukorrast ning toetusvajadusest. Magistritöö põhjal tegin raske või sügava RSIPHH-last kasvatavate perede toetamiseks järgmised ettepanekud.

Poliitikakujundus, õigusloome ja praktika peab lähtuma inimesest ja tema vajadustest. Kuigi see on sotsiaalhoolekande seaduse järgi

üks abi osutamise põhimõte, on nii eelnevad uuringud kui ka käesolev uuring näidanud, et inimesed ei saa oma vajadustele vastavas mahus teenuseid ega muud abi. Siinkohal on oluline pöörata tähelepanu inimeste teadlikkuse suurendamisele ja võimaluste loomisele, mille toel inimesed saaksid oma õiguste eest seista, vajadusel kohtu poole pöörduda ning kohtupraktika kaudu teenuste korraldust, vajaduse tuvastamist ja osutamist muuta. Üks moodus selleks on keskselt korraldatud tasuta õigusnõustamine, sh menetluslik tugi KOV-i ja SKA teenuste ning vaidluste küsimustes.

Teenuste sisu, maht, kvaliteet ja kättesaadavus on väga olulised perede toimetulekus, heaolu ja ühiskonda kaasatuses. Perede hoolduskoormuse vähendamiseks tuleb muuta teenused kättesaadavaks ja osutada neid sellises mahus, mida pered vajavad, et lisaks lapsevanemate tööle käimisele tagada ka nende õigus ja vajadus veeta aega pere teiste lastega, ennast teostada, hoida vaimset ja füüsilist tervist ning lüüa kaasa kogukonnas ning ühiskondlikus elus. Seega tuleb omavalitsuse tasandil kindlustada puudega lastele ja nende peredele kvaliteetset teenused peredele vajalikus mahus, eriti tugisiku-, lapsehoiu- ja intervallhoiuteenus.

Tugisikuteenus oli vastajate jaoks üks tähtsamaid, seetõttu tegin sotsiaalministeeriumile ettepaneku keskenduda teenuse arendamisele ja ühtse praktika kujundamisele. Teenus võib olla küll KOV-i vastutusallas, kuid see ei tähenda, et ei ole vaja ühtseid juhiseid ega suuniseid. Lisaks on tehtud ettepanek muuta sotsiaalhoolekande seaduses (2015) nõudeid tugisikuna töötada võivale inimesele: kehtiva korra järgi ei tohi teenust vahetult osutada isik, kes on teenuse saaja esimese või teise astme üleneja või alaneja sugulane. Arvestades püsivat ja laiaulatuslikku tugisikute puudust ning

asjaolu, et laste vanavanemad on vähemalt vanaduspensionieani, kui mitte kauem, tööturul aktiivsed, tuleks piirang neile seadusest eemaldada.

Suur osa lapsevanemaid on kasutanud tasulisi teenuseid ja toonud eelistena välja parema kvaliteedi, võimaluse valida ise teenuseosutaja ja sobivamad teraapiaajad. Mõistlik on rangelt reguleeritud teenusesaaja ja -osutaja suhte juurde lisada võimalus perel ise oma sotsiaalse rehabilitatsiooni teenuse eelarvet juhtida ja sobivate teenuseosutajate juures teenust saada. Süsteem võib põhineda näiteks vautšeritel, mida saab kasutada SKA eelkontrolli läbinud asutustes.

---

On väga oluline, et lapsevanematel oleks võimalik osaleda tugigrupis või saada tuge kogemusnõustajalt.

---

Sotsiaalse rehabilitatsiooni teenuste osutamine on oluline integreerida haridusasutuse päevakavva. Nagu ka uuringust selgus, ei ole vanematel sageli võimalik tööpäeval last teraapiatesse sõidutada, samuti ei sobi teenuse osutamise ajad ja kohad. Lapse ja pere, aga ka vahendite säästliku kasutamise huvides on vaja osutada teenuseid lapse tavapärasel päevases keskkonnas ja nii, et see ei sunniks peresid tööpäeva vältel last transportima. See on inimlik ka lapse suhtes, kes saab kõik vajaliku kätte ühest kohast ega pea eri kohtades teraapiasessioonideks ümber lülituma.

Lapsevanemad kogevad infopuudust, sh ka info üleküllusest tingituna. Terviklik nõustamine ja info jagamine on nii KOV-i sotsiaalalaltöötaja kui ka rehabilitatsioonimeeskonna sotsiaalalaltöötaja ülesanne. Eriti keeruline on peredel esimestel aastatel pärast puudega lapse sündi või puude ilmnemist. Ettepanek on luua keskne, koordineeritult

uuendatav ja püsivalt toimiv infoportaal, kust RSIPHH, aga ka teised puudega laste pered saaksid kogu info kätte. Tegemist ei saa olla ühekordse projektiga: portaalis peab olema ajakohane info, pöördumiste vastuvõtmise ja nõustamise võimekus ning see peab olema tellija usaldusväärne partner (mõistlik on keskne korraldus, seega saab tellija olla sotsiaalministeerium või sotsiaalkindlustusamet) ning usaldusväärne allikas puudega laste peredele.

Toetada tuleb tugigruppide loomist, kooskäimist, koospüsimist ja jõustamist, sh pidades eraldi silmas nii isasid kui ka õdesid-vendi. Lapsevanemad ei ole sageli sellises psühholoogilises seisus, et grupp ise algatada. Oluline on jagada infot juba tegutsivate tugigruppide kohta, et võimalik soodus liitumishetk ei jääks infopuuduse taha. Ka tugigruppide võrgustiku koondamine ja info keskne koordineerimine võiks olla üks ühtse infoportaali funktsioonidest.

RSIPHH-laste peredel seab hoolduskoormus sageli piiranguid enda heaolule ja tervisele mõtlemisel. Piisavas mahus sobivate teenusteta on lapsevanemal keeruline, isegi võimatu järgida oma tervise hoidmise soovitusi. Ka siin peab olema abiks toetusüsteem näiteks tugiisikuteenusena, mis ei oleks piiritletud ainult tööajaga ja töö käimise võimaldamisega. Oluline on sihitada konkreetseid vaimse ja füüsilise tervise hoidmise soovitusi ja jagada kogemusi nii RSIPHH-lapse vanematele kui ka puudega lapse õdedele-vendadele.

Omastehooldaja rolli väärtustamiseks tuleb nii avalikul sektoril kui ka huvikaitseorganisatsioonidel teha teavitustööd ja suurendada teadlikkust. Samal ajal peavad omastehooldajaid toetama ka riik ja KOV-id, pakkudes abi inimväärseks äraelamiseks, puhkuseks ja toimetulekuks. Kuigi sotsiaalsektoris töötades tundub, et puuetest,

erivajadustest, erinevustest, empaatiast, kaasamisest ja võrdsest kohtlemisest on palju räägitud, tuleb teadlikkuse suurendamisega endiselt tegeleda. Oluline on nii avaliku sektori, huvikaitseorganisatsioonide kui ka teiste osaliste ja partnerite koostöös teha kampaaniaid, jagada infot ning töötada selle nimel, et muuta hoiakuid ja suhtumist.

Kõigi puuetega inimeste ühiskonda kaasatuse suurendamiseks on oluline tagada ligipääsetavus. Iga ettevõtmise juures tuleb mõelda, kas see on ligipääsetav kõigile, sh ka puuetega inimestele. Näiteks tuleks muuta avalikud mänguväljakud ja lasteaedade mängualad ligipääsetavaks. Nii puutuvad lapsed varakult kokku puuetega lastega ja oskavad olla arvestavad ka edaspidises elus.

Tervishoiusüsteem ei paku lapsevanematele diagnoosi teadasaamisel nõustamist, sageli ei anta ka täpsemat ülevaadet diagnoosi olemuse ja tuleviku väljavaadete kohta. Koostöös Harvikaiguste Kompetentsikeskusega tuleks leppida kokku peret võimalikult säästev ja jõustav diagnoosi teatavaks tegemise ja info jagamise protsess.

---

Iga ettevõtmise juures tuleb mõelda, kas see on ligipääsetav kõigile, sh ka puuetega inimestele.

---

Osa lapsevanemaid soovivad saada infot, kas Eestis elab veel mõni sama diagnoosiga laps, et perekonniti suhelda. Ettepanek on lapse diagnoosi teatavaks tegemisel jagada teiste perede nõusolekul kontakte, et pered saaksid omavahel suhelda ja vastastikku tuge pakkuda. Infot saavad jagada geneetikud, neuroloogid, Harvikaiguste Kompetentsikeskuse töötajad ja ka teised spetsialistid, kellele lapsevanemad on andnud loa.



## Viidatud allikad

- Baumbusch, J., Mayer, S., Sloan-Yip, I.** (2018). Alone in a Crowd? Parents of Children with Rare Diseases' Experiences of Navigating the Healthcare System. *Journal of Genetic Counseling*, 28(2), 80–90. doi:10.1007/s10897-018-0294-9
- Cavalieri, 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(1), 174–185. doi:10.2478/ejses-2018-0020
- Eesti Puuetega Inimeste Koda.** (2018). *Puuetega Inimeste eluolu Eestis. ÜRO puuetega inimeste õiguste konventsiooni täitmise variraport*. Tallinn.
- Eesti Vabariigi Põhiseadus.** (1992). *Riigi Teataja I*. 15.05.2015, 2.
- Kallaste, E., Lang, A., Sõmer, M., Sandre, S.–L. ... Vainu, V.** (2017). *Puudega lastega perede toimetuleku ja vajaduste uuring*. Tallinn: Eesti Rakendusuuringute Keskus Centar, Turu-uuringute AS.
- Orphanet.** (2012). *About Rare Diseases*. www.orpha.net/consor/cgi-bin/Education\_AboutRareDiseases.php?lng=EN (26.04.2022).
- Patel, D.R., Apple, R., Kanungo, S., Akkal, A.** (2018). Intellectual disability: definitions, evaluation and principles of treatment. *Pediatric Medicine I*(11). doi:10.21037/pm.2018.12.02
- Perkins, D., Zimmermann, M.** (1995). Empowerment Theory, Research and Application. *American Journal of Community Psychology*, 23(5), 569–79. doi:10.1007/BF02506982
- Sotsiaalhoolekande seadus.** (2015). *Riigi Teataja I*. 22.03.2021, 14.
- Sotsiaalministeerium.** (2014). *Harvikhäiguste Arengukava*. www.sm.ee/sites/default/files/content-editors/eesmargid\_ja\_tegevused/Tervis/Tervishoiusteem/harvikhäiguste\_arengukava\_ee.pdf (26.04.2022)
- Turner, S. Maschi, T.** (2014). Feminist and empowerment theory and social work practice. *Journal of Social Work Practice*, 29(2), 151–162. doi:10.1080/02650533.2014.941282
- Virginia Commonwealth University.** (2021). *Empowerment Theory in Social Work*.
- Õunap, K.** (2022). Uus harvikhäiguste kompetentsikeskus TÜ Kliinikumis. *Eesti Arst*, 101(2), 69–71.

**Merike Sisask**

Tallinna Ülikooli ühiskonnateaduste instituudi sotsiaaltervishoiu professor  
Eesti inimarengu aruande 2023 peatoimetaja

# Värske inimarengu aruanne: vaimset heaolu loob igapäevane elukeskkond

Veebruaris ilmunud Eesti inimarengu aruanne (EIA) on pühendatud vaimsele tervisele ja heaolule. Mitte kunagi varem ei ole vaimse tervise küsimused olnud ühiskonnas nii nähtavad kui praegu.

Alternatiivsete meediarubriikide pärusmaaks olnud tabuteemast on saanud tõsiselt võetav peavooluteema. Uue valitsuse koalitsioonileppes on vaimse tervise jaoks lausa eraldi peatükk ja esimest korda on Eestis olemas vaimse tervise tegevuskava, millele on arvestatav rahastus.

Igapäevaelu põhiküsimus pole enam ellujäämine, vaid parem elukvaliteet ühes pürgimusega olla vaimset terve.

Mida olulist ühiskonna jaoks on lisada sellel 380 lehekülge paksul, kuid hästi struktureeritud ja selgete sõnumitega raamatul, mida on kaks aastat ühistööna kirjutanud Eesti 71 sotsiaal-, käitumis- ja terviseteadlast? Äsjases aruandes vaadeldakse vaimset tervist ja heaolu laiemalt ning varasemaga võrreldes vähem häirekeskselt. Häirekeskne statistika



Eesti inimarengu aruanne 2023.



on olnud üks põhjusi, miks eeldatakse vaimse tervise seotust eelkõige tervishoiuvaldkonna ja raviga. EIA-s on rõhuasetus ennetusel ja elukeskkonnast (füüsiline, suhte- ja digikeskkond) ning eluviisivalikutest tulenevatel mõjuteguritel.

## Parem elukvaliteet ja vaimne tervis

EIA sisese juhatus algab tõdemusega, et Eesti on jõudnud inimarengus kõrge tasemega riikide hulka, kus inimeste igapäevaelu põhiküsimus pole enam ellujäämine, vaid parem elukvaliteet ühes pürgimusega olla vaimset tervet. Ühiskonnas esineb siiski palju ebavõrdsust ja sellest tulenevat haavatavust näeme ka EIA-s kasutatud andmetes. Samuti on fakt, et elame ebakindlal globaalsete kriiside ajastul. Kriisitingimustes on ühiskonna toimimiseks üha enam vaja toetada inimeste vaimset heaolu ning ise- ja koostöömimise võimet.

EIA avapeatükis antakse ülevaade Eesti inimeste vaimsest tervisest ja heaolust 21. sajandil: eluga rahulolust, edukusest, stressist, vaimse tervise probleemidest ning sekkumistest.

---

## Mis tahes vanuses inimeste elus on oluline vaimset heaolu soosiv psühhosotsiaalne ehk suhtekeskond.

---

Aja jooksul on üldine eluga rahulolu Eestis kasvanud ja vaimse tervise mitme näitaja poolest oleme võrdluses Euroopa teiste riikidega pigem „tubli keskmik“. Kõrvuti sellega näeme vaimse tervise probleemide suurenemist, mis on eriti murettekitav teismeliste ja noorte täiskasvanute hulgas. Vaimse tervise probleemide sagenemine annab küll ühiskonnale märku reageerimisvajadusest,

kuid sõnumil vaimse tervise häirete levimuse suurenemise kohta on ka positiivsem pool – see võib tähendada häbimärgistatuse vähenemist, suuremat teadlikkust vaimsest tervisest ning julgust probleemide korral abi otsida.

Nagu on näidatud EIA teises peatükis, on inimese elukaare kõigis etappides tervist toetav eluviis – piisav uni, mõõdukas kehaline aktiivsus, tervislik toitumine, uimastite mittetarvitamine – seotud parema vaimse heaoluga. Seejuures võib nende osiste mõju (nii positiivne kui ka negatiivne) kuhjades mitmekordistuda. Eluviisivalikud omakorda pole pelgalt individuaalne käitumisvalik, vaid sõltuvad suuresti võimalustest, nii sotsiaal-majanduslikust ebavõrdsusest kui ka elukeskkonnast, näiteks ruumiplaneerimisest, looduslähedusest, lastel ja noortel vanemlikust eeskujust, vanemaealistel sotsiaalsest ja füüsilisest kaasatusest ühiskonnaellu.

## Suhtekeskond kui vaimse heaolu tugi


EIA kolmandas peatükis näeme, kui oluline on mis tahes vanuses inimeste elus vaimset heaolu soosiv psühhosotsiaalne ehk suhtekeskond ning vajadus kujundada see vaimset heaolu toetavaks. Lastele ja noortele on esmatähtis stabiilne ja turvaline koduning koolikeskkond. Noorte täiskasvanute vaimset heaolu toetab soodsas keskkonnas hariduse omandamine ja tervislik eluviis. Täisealistele on väga suure mõjuga stabiilne töökeskkond ning töö- ja eraelu tasakaal. Vanemaealised saavad oma vaimsele heaolule tuge eelkõige perekonnalt, aga ka kogukonda kaasatusest laiemalt. Lisaks toetab põlvkondade kontakti hoidmine vaimset tervist ja heaolu varasest lapsepõlvest kuni kõrge eani. Digikeskkonnast saab lähemalt lugeda EIA neljandast peatükist. Digitehnoloogiaid oma

igapäevaelu lõimides peame arvestama, et ööpäeva peab lisaks veebis tegutsemisele mahtuma ka piisav toit, liikumine ja uni. Digikeskkond on loonud palju uudseid võimalusi heaolu kogemiseks, näiteks saab tehnoloogia abil suhelda lähedastega neist eemal olles. Selleks on aga vaja nii ligipääsu kui ka piisavat pädevust, milles näeme ühiskonnas endiselt ebavõrdsust (nt vanuseline digilõhe). Digimaailm ei ole tänapäeval midagi „päris maailmast“ eraldiseisvat, seal on olulised samad väärtused ja pädevus, nende hulgas emotsioonide juhtimise ja ajakasutuse oskus.

EIA viiendas peatükis on mitmest vaatenurgast käsitletud füüsilise keskkonna mõju vaimsele tervisele ja healule. Esimene on seotud globaalse kliimamuutusega, mis võib vaimset heaolu nii kahandada kui ka kasvatada. Teine on keskkonnamõjust (õhu- ja müraaaste) tingitud häirituse vaatenurk. Kolmas küsimus on see, kuidas võimaldavad linnastunud ühiskonna ruumiplaneerimise valikud sotsiaalset kaasatust ja kogukonnatunnet ning soodustavad vahetut

kontakti loodusega (rohe- ja sinialad). Need valikud mõjutavad oluliselt stressitaset ja sedakaudu vaimset heaolu.

### **Tulevikulood**

Kirsiks tordil on EIA tulevikuartikkel, mis kutsub lugejat kaasa mõtlema, millises tulevikumaailmas soovime elada ja millist tulevikku tahame vältida. Artiklis maalikse neli tulevikulugu, mis paiknevad kahe telje vahel. Need teljed on inimeste toimumisviis (telje ühes otsas isetoimimine ja teises koostoimimine) ning vaimse tervise sekkumiste fookus (telje ühes otsas ravikeskne ja teises tervisekeskne käsitlus). Tulevikulugude kirjeldused on piltlikud ja peategelased karika tuursed. Eesmärk on näitlikustada telgede äärmusi, mis ei pruugi sel kujul realiseeruda. Näiteks tervishoiuvaldkonnas on keeruline ette kujutada polariseerumist, kus keskendutakse ainult ennetusele või üksnes ravile. Küll aga võidakse kalduda rohkem ühele või teisele poole ja suunata sinna rohkem ka raha või ühiskondlikke sõnumeid. 

EIA veebiversiooni leiab aadressilt [Inimareng.ee](http://Inimareng.ee). Peatselt on valmimas ka tõlge inglise keelde.



Foto: erakogu

## MTÜ Loomesillad arendab haiglas olijatele uusi tegevusvõimalusi

Viljandi Haigla töötajate asutatud MTÜ Loomesillad kaudu edendatakse kohalikku eluolu ja arendatakse haigla psühhiaatriakliiniku ning hoolekandekeskuse patsientide ja klientide tegevusvõimalusi, mille jaoks tervishoiupersonalil ei jätku tihtilugu aega ega raha. Inimeste arendamise, toetamise ning oskuste ja funktsioonide säilitamise kaudu parandatakse nende igapäevaelu kvaliteeti ning suurendatakse edasist iseseisva toimetuleku võimet. Üks oluline töösuund on olnud kogukonnateenuste arendamine Jämejala vaimse tervise külas.

Kolme tegevusaasta jooksul on ellu viidud viis edukat projekti.

- Projektiga „**TeHa koos**“ edendati koostööd kohalike haridusasutustega. Projekti kaudu korraldati teabepäevi haridusasutuste töötajatele ja tudengitele, et vähendada eelarvamusi suhtumisel psüühiliste erivajadustega inimestesse.
- Kodanikuühenduse sihtkapitali toetatud projektiga „**Hüppelaud iseseisvasse ellu**“ töötati koostöös teiste osalistega välja lõimitud teenusmudel, mille alusel pakutakse valdkonnaülest tuge, et toetada pikka aega haiglaravil viibivate psüühilise

erivajadusega inimeste iseseisvust ja toimetulekuoskuste omandamist.

- Projekti „**Psüühikahäiretega patsientide loomekogu „Teine pool“ kirjastamine**“ kaudu tutvustati kohalikule kogukonnale ravil viibivate vaimse tervise raskustega inimeste loomingut (kunsti, luulet ja kirjatöid). Kogukonna arendamisele suunatud projekt aitas vähendada psüühikahäirete stigmatiseerimist ning toetas ka vaimse tervise ja heaolu taastumist.
- Jämejala vaimse tervise küla pargi arendustöödeks kutsuti ellu kaks projekti: „**Viljandimaa liigirohkeima pargi arendustööd Jämejala vaimse tervise külas – I ja II etapp**“, mille tulemusena on ajaloolisest Jämejala vaimse tervise küla pargist kujunenud kogukonnaliikmete ja külaliste teraapiaaed. Projekt pälvis Viljandimaa kodanikuühiskonna 2022. aasta teo auhinna nii komisjoni kui ka rahvahääletuse tulemusena.

Eesti Sotsiaaltöö Assotsiatsiooni tunnustus-sündmusel valiti MTÜ Loomesillad tiitli aasta koostööpartner 2022 laureaadiks.

MTÜ tegevuse kohta saab rohkem lugeda kodulehelt <https://loomesillad.ee/>.

# VEEBILOOD

Ajakirja Sotsiaaltöö veebilehel [www.tai.ee/sotsiaaltöö](http://www.tai.ee/sotsiaaltöö) saab lugeda ka neid artikleid, mis ei ole avaldatud paberil.

**Sotsiaaltöö kui elukutse.** Väärtustame mitmekesisust, viies ellu sotsiaalseid ühisalगतusi. Rahvusvahelise sotsiaaltöö päeva mõtisklus. *Merle Linno*

**Kogukondade arendamine.** Teadlik kogukond aitab muuta kinnise lasteasutuse teenusele jõudnud lapse eluteed. *Madli Raudkivi, Enelis Linnas*

**Sotsiaalpoliitika.** Kas sina juba oled pensionitark ja tead, kuidas sinu pension kujuneb? *Merle Sumil-Laanemaa*

**Erialane haridus.** Eesti vajab senioritöökoolitatud inimesi. *Agu Laius*

**Statistika.** Isikliku abistaja teenus 2017.–2021. aastal. *Sotsiaalministeeriumi analüüsi- ja statistika osakond*

**Statistika.** Toimetulekutoetuse maksmine 2018.–2022. aastal. *Sotsiaalministeeriumi analüüsi- ja statistika osakond*

## Õppimisvõimalused 2023. aastal

### Rakenduskõrgharidusõpe

- ♦ Sotsiaaltöö ja rehabilitatsiooni korraldus. Tartu Ülikooli Pärnu kolledž
- ♦ Sotsiaaltöö. Tallinna Tehnikakõrgkooli teenusmajanduse instituut

### Bakalaureuseõpe

- ♦ Infoühiskond ja sotsiaalne heaolu. Tartu Ülikooli ühiskonnateaduste instituut
- ♦ Sotsiaaltöö. Tallinna Ülikooli ühiskonnateaduste instituut
- ♦ Sotsiaalpedagoogika. Tallinna Ülikooli ühiskonnateaduste instituut

### Magistriõpe

- ♦ Sotsiaaltöö. Tallinna Ülikooli ühiskonnateaduste instituut
- ♦ Lastekaitse. Tallinna Ülikooli ühiskonnateaduste instituut
- ♦ Kogukondade arendamine ja sotsiaalne heaolu. Tartu Ülikooli ühiskonnateaduste instituut
- ♦ Kogukonnatöö vananevas ühiskonnas. Tallinna Ülikooli Haapsalu kolledž
- ♦ Inimesekeskne sotsiaalne innovatsioon. Tartu Ülikooli Pärnu kolledž
- ♦ Sotsiaalne ettevõtlus (inglise keeles). Tallinna Ülikooli ühiskonnateaduste instituut

### Doktoriõpe

- ♦ Sotsiaaltöö. Tallinna Ülikooli ühiskonnateaduste instituut