



**Tervise Arengu Instituut**  
National Institute for Health Development



# **“Incredible Years” vanemlusprogrammi piloteerimine Eestis**

Ly Kasvandik

Projektijuht

Tervise Arengu Instituut



## Programmi eesmärgid:

- Suurendada laste sotsiaalsel kompetentsust;
- Vähendada laste agressiivset ja antisotsiaalset käitumist, sõltuvusainete tarvitamist, koolist välja langemist.

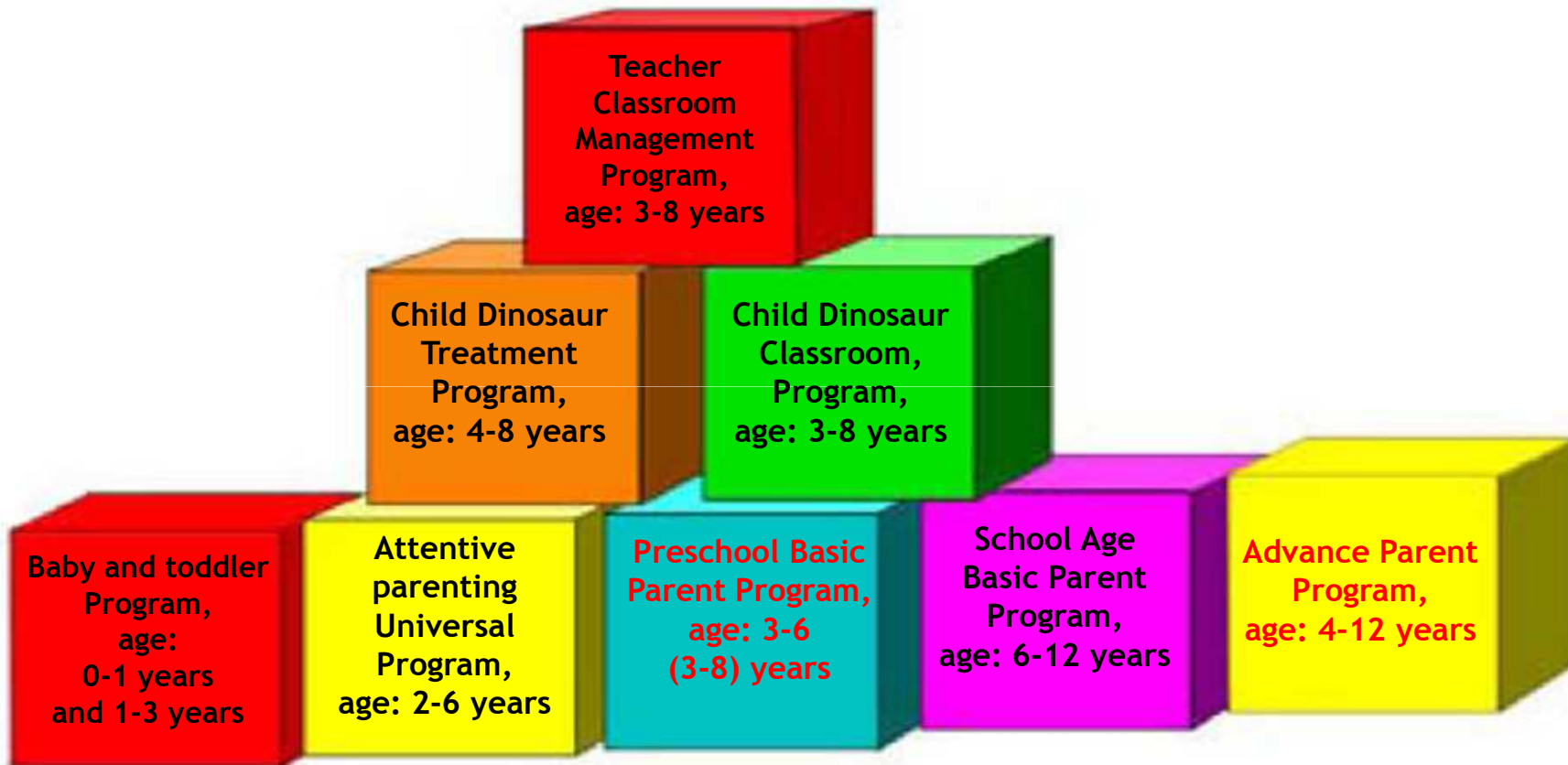
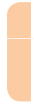
*Läbi vanemlike oskuste õigeaegse arendamise ja toetamise saab efektiivselt ennetada ja vähendada laste probleeme tulevikus.*



# Vanemlusprogrammi Incredible Years (IY) ülesehitus

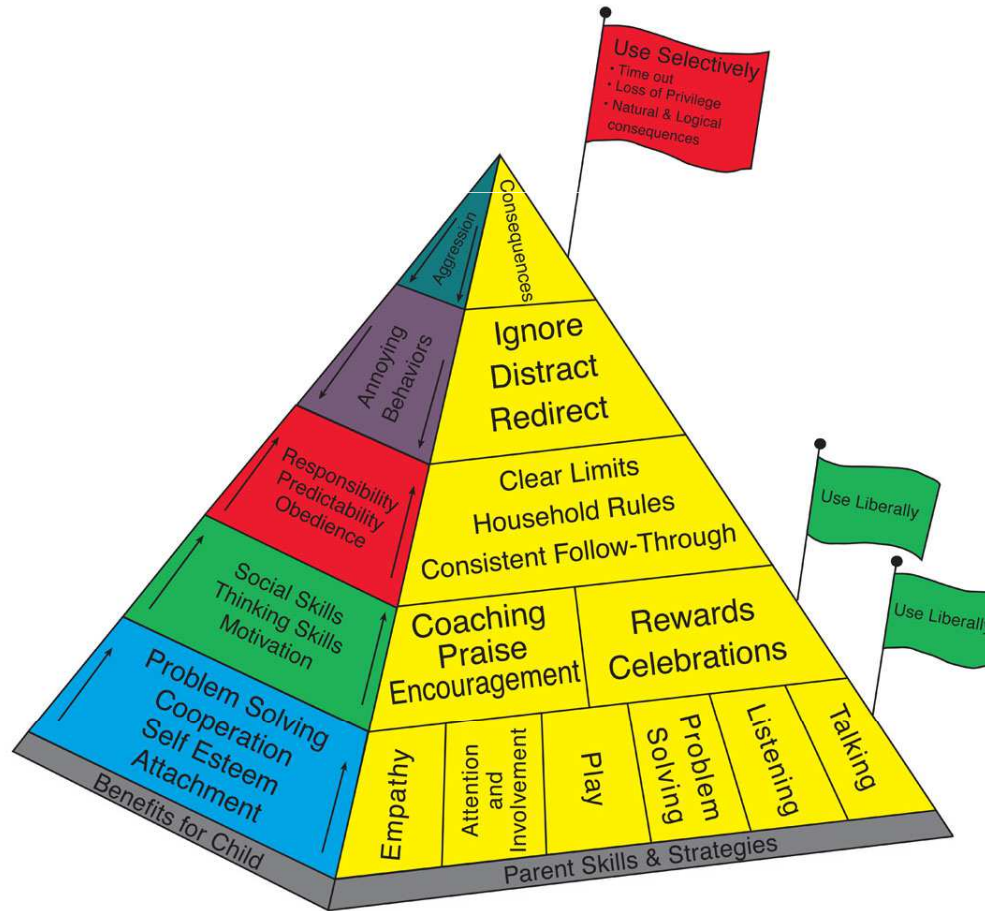


IY on komplekt omavahel seotud koolitusprogramme lapsevanematele, õpetajatele ja lastele.






- **Meetodid:** miniloengud, arutelud (videomaterjalide põhjal), grupitööd, koduülesanded
- **Osalejad:** kuni 14 lapsevanemat ühes grupis ( 7 peret)
- **Läbiviijad:** 2 IY grupijuhti
- **Aeg:** 1 kord nädalas 2-2,5 tundi, 14-18 sessiooni (u 4 kuud)
- **Teemad:** kontakti loomine ja hoidmine vanema ja lapse vahel, emotsioonidega toimetulek, õppimisvõime/koolivalmidus, kiitmine ja motiveerimine, reeglitest kinnipidamine, piiride seadmine, enesekehtestamine, toimetulek lapse vastuvõetamatu käitumisega





Parenting Pyramid®



Riskilaste ja noorte“ programmi raames elluviidav vanemlusprogrammi pilootprojekt toimub kuni aprill 2016. a.

## Tegevused:

- 
- 
- Preschool Basic Parent Programmi (3-8 a lapse vanematele) piloteerimine vene- ja eesti keeles:
    - I etapp (vene k) – nov. 2014 – märts 2015
    - II etapp (vene k) – märts – juuni 2015
    - III etapp (vene, eesti ) – sept. 2015. – veebr. 2016
  - IY grupijuhtide väljaõpped:
    1. väljaõpe venekeelsetele grupijuhtidele – okt. 2014
    2. väljaõpe eestikeelsetele grupijuhtidele – okt. 2015
  - Materjalide tõlkimine ja kohandamine (eesti k ) – juuni – okt. 2015
  - Mõju-uuring kogu pilootprojekti kestel. Eesmärk: tõlkida ja kohandada sobivad mõõdikud; hinnata programmi mõju eel- ja järelküsitlusega (+ 6 kuud) ja fookusintervjuudel
  - Kulude- tulude analüüs. Hinnatakse programmi pakkumise kulusid ja võimalikke tulukohti, mida saavutatakse ennetades laste vaimse tervise probleeme, koolist väljalangevust, riskikäitumist jne

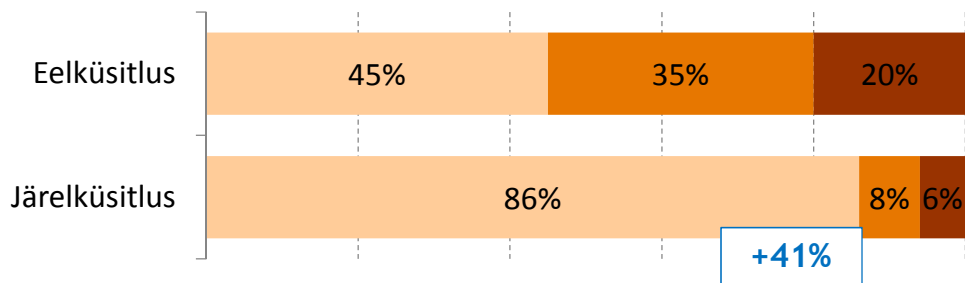
- 30 a uuringuid eri riikides nii programmi arendaja kui sõltumatute teadlaste poolt.
- Mida suuremad käitumisprobleemid, seda paremad tulemused.
- Tulemused, mis on näha vahepealt peale koolitust ning ka 1-3 a hiljem:
  - ✓ Vähenenud käitumisprobleemid (agressiivne ja destruktiiivne käitumine)
  - ✓ Suurenenud sotsiaalne kompetentsus ja prosotsiaalne käitumine

# Muutused lapse käitumises vanemate hinnangute põhjal



**INTENSIIVSUSE SKOOR** (ECBI ankeet, so 36 käitumist kirjeldavast väitest koosnev küsimustik)  
**Lapse käitumisega on probleeme**

Normi piires Riskirühm Kõrge riskiga rühm

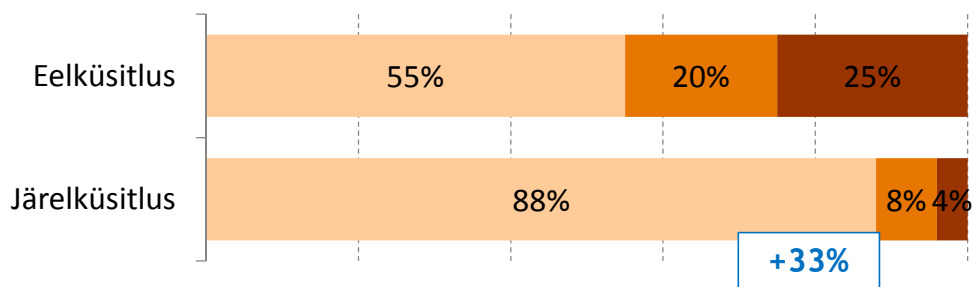


82% vanematest, kellel eelküsitluse ajal oli olulisi probleeme, raporteerivad positiivset muutust.



**PROBLEEMSUSE SKOOR** (ECBI ankeet)  
**Lapsevanem tunneb stressi**

Normi piires Stress Kõrge stressi tase



Kõige rohkem vähenesid järgnevad käitumisprobleemid lapse käitumisega:

- Vihastab, kui ei saa oma tahtmist
- Venitab riidesse panemisel, venitab söögi ajal
- Viriseb, hakkab kergesti nutma
- Tähelepanu püsib lühikest aega, ei suuda ülesandeid lõpuni viia
- Segab vahele, käitub häbematult, keeldub kuuletumast





## Muutused lapses ( tulemused lapsevanemate fookusgruppide põhjal):

- Laps on rahulikum, rõõmsam, iseseisvam, viisakam, tähelepanelikum.
- Ei ole enam kapriise ja vingumist. Saab asju kokku leppida.
- Laps on avatum, rohkem vanemaga koos, kallistab ja musitab.
- Koolis muutus käitumine paremaks.
- Laps on hakanud ka ise ennast kiitma, enda üle uhke olema.

## Muutused lapsevanemas (fookusgruppide põhjal):

- Vähenesid lapsele antavad käsklused, karjumine. Suudan ennast kontrollida.
- Õppisin last kuulama ja kuulma. Ühise keele leidmine.
- Olen ise rahulikum, ei muretse nagu enne, vähem asju häirivad.
- Ei keskendu mitte halvale, vaid heale.
- Õppisin ise oma probleeme lahendama. Muutsin suhtumist iseendasse.
- Kasvas enesekindlus ja usk oma oskustesse vanemana.
- Poole pealt sain aru, et ei ole vaja muuta mitte last, vaid ennast.
- Nüüd toetus laste kasvatamisele ka mehe poolt. Pere on tasakaalukam.



# Täna tähelepanu eest!

Ly Kasvandik  
Vanemlusprogrammi projektijuht  
[Ly.Kasvandik@tai.ee](mailto:Ly.Kasvandik@tai.ee)



HARIDUS- JA  
TEADUSMINISTEERIUM



SOTSIAALMINISTEERIUM



JUSTIITSMINISTEERIUM

