

PREP



- **Loomisaasta:** 1988 (Ameerika Ühendriigid), 2009 (Eesti).
- **Sihtgrupp:** täiskasvanuiga, varane täiskasvanuiga (19-25 a)
- **Elluviimise keskkond:** perekond ja kodu, veebikeskkond
- **Elluviijad:** koolitajapädevusega täiendusõppe läbinud juhendajad
- **Ennetustegevus sisaldab:** täiendusõpet ja juhendmaterjale koolitajatele, info- ja õppematerjale ning koolituskursust paarisuhtes olevatele täiskasvanutele, seiret
- **Ennetustasand:** näidustatud ennetus, universaalne ennetus

- **Märksõnad:** õigusrikkumiste ennetus,
riskikäitumise ennetus, sotsiaal-emotsionaalse
pädevuse arendamine, vaimse tervise probleemide
ennetus
- **Eesmärk:** oskuste ja hoiakute omandamine
teadlikuks ja turvaliseks paarisuhteks, mis loob
eeldused turvaliseks ja teadlikuks vanemluseks
- **Läbis Ennetuse teadusnõukogu hindamise:**
2024

Ennetustegevuse veebileht:

[PREP](#)

- ● [Esmased tulemusnäitajad](#)
- ● [Teisesed tulemusnäitajad](#)
- ● [Info teistes andmebaasides](#)

Soovitud esmane mõju on **rahulolu paarisuhtega**. Esmase tulemusnäitaja* hindamisel toetutakse enesekohastele hinnangutele kuni 2 aastat pärast tegevuse lõpetamist.

- ● Neli uuringut viiest näitas, et ennetustegevuses osalenute rahulolu abieluga paranes ajas, võrreldes mitteosalenutega, kelle rahulolu jäi samaks või vähenes. Kestvuse vaates on mõju tulemused erisugused. Üks uuring ei leidnud positiivset mõju lapseootel paaride seas.
- ● Kolm uuringut, sh Eestis elluviidud [uuring](#), leidsid, et võrreldes meestega paranes **naiste rahulolu abieluga enam**. Kaks uuringut näitas, et tulemused on **paremad paaridel, kelle esialgne stressitase või petmise risk on suur**.

*Esmane tulemusnäitaja on ennetustegevuse mõju või toime uuringu peamine tulemusnäitaja.

Soovitud teisene mõju on **suhtlemisoskuste ja vanemlike oskuste paranemine ning konfliktide, lahkumineku, lähisuhtevägivalla ja vaimse tervise probleemide vähenemine**. Teiseste tulemusnäitajate* hindamisel toetutakse enesekohastele hinnangutele kuni 2 aastat pärast tegevuse lõpetamist.

- ● Kaks uuringut kolmest on näinud positiivset mõju **suhtlemisoskustele**.
- ● Kaks uuringut näitas paaridel **konfliktide vähenemist ja paremat toimetulekut konfliktidega**.
- ● Kaks uuringut on näinud erisuguseid tulemusi **lahkumineku vähenemisel**.
- ● Kaks uuringut on näidanud **lähisuhtevägivalla**, sh füüsilise ja psühholoogilise agressiivsuse, kontrolliva käitumise vähenemist ja soolise võrdsuse paranemist abielupaaride seas.
- ● [Eesti uuring](#) näitas **depressiooni, ärevuse, väsimuse ja neurootilisuse** vähenemist naiste seas

ning ärevuse vähenemist meeste seas.

- Kaks uuringut on näinud mõju vanemlike oskuste paranemisele, eriti väikese sissetulekuga osalejatel.

*Teisene tulemusnäitaja on muu tulemusnäitaja, mille vastu huvi tuntakse.

- [Pewtrust](#): "Highest rated" (6/6)

**Iga andmebaas kasutab erisugust hindamissüsteemi ja tasemeid.

Ettepanekud uurimiseks: kaaluda **uue tulemuslikkuse uuringu elluviimist Eestis**, sest 2016. a tehtud uuringu statistiline võimsus oli väike. Kaaluda **võrdleva uuringu elluviimist**, et mõista, kuidas erineb samalaadsete kasutusel olevate programmide (nt PREP ja IMAGO) mõju paarisuhtele. Hoida **rakendustäpsust**, kasutades koolitajate supervisiooni või kovisiooni ning tõhustades koostöö- ja suhtlusvõrgustikku koolitajate seas. Kaaluda kättesaadavuse parandamiseks **veebiõppe versiooni kohandamist** ja uurimist Eestis.

Ettepanekud kasutamiseks: [Ennetuse teadusnõukogu](#) soovitab ennetustegevust Eestis kasutada, sest tegevuse mõju on uuringutes mõõdukalt tõendatud. Kaasata **väiksema sissetulekuga** paarisuhtes täiskasvanuid ja vähendada osalemiskulu osaleja jaoks.
