



Vanemlusprogrammi „Imelised aastad“ pilootprojekti tulemused



Tervise Arengu Instituut
National Institute for Health Development



Vanemlusprogrammi „Imelised aastad“ pilotprojekti tulemused

Aire Trummal

Tallinn, kevad 2017

Sisukord

1. Vanemlusprogramm „Imelised aastad“ Eestis	3
2. Vanemlusprogrammi tulemuslikkuse hindamise metoodika	6
2.1. Põhiprogrammi andmete kogumine	6
2.2. Jätkuprogrammi andmete kogumine	9
3. Põhiprogrammi tulemused.....	11
3.1. Osalenud vanemate taust	11
3.2. Lastevanemate tagasiside koolitusele.....	12
3.3. Vanemlik stiil lapse käitumisele reageerimisel.....	15
3.4. Vanema hinnangud lapse käitumisele.....	22
3.5. Erinevused lastevanemate alarühmades	29
4. Jätkuprogrammi tulemused	33
4.1. Osalenud lastevanemad ja tagasiside koolitusele.....	33
4.2. Vanemlik kompetents ja depressiivsuse tase.....	35
4.3. Vanema hinnangud lapse käitumisele.....	39
5. Kokkuvõte	44
Kasutatud kirjandus.....	48

1. Vanemlusprogramm „Imelised aastad“ Eestis

„Incredible Years“ ehk eesti keeles „Imelised aastad“ (IA) on erinevate alaprogrammide süsteem, mis on välja töötatud erinevas vanuses laste vanematele, õpetajatele ja lastele endile, võttes arvesse laste arenguetappe ja laste arengu toetamiseks vajalikke oskusi. Süsteemi väljatöötajaks ja arendajaks on psühholoog Dr. Carolyn Webster Stratton ning seda levitab Ameerika organisatsioon *The Incredible Years* (<http://incredibleyears.com>).

„Imelised aastad“ programmide lühiajalisteks eesmärkideks on vanemate ja õpetajate oskuste suurendamine, suhete parandamine lapse ja vanema vahel ning kooliga läbikäimisel, lapse eneseregulatsiooni ja sotsiaalsete oskuste arendamine, koolivalmiduse suurendamine ning käitumisprobleemide ennetamine või vähendamine. Pikaajalisteks eesmärkideks on vähendada laste ja noorte käitumisprobleemidest tulenevat akadeemilist edasijõudmatust, vägivaldsust, õigusrikkumisi ning sõltuvusainete tarvitamist.

Antud programmide seeriast on Sotsiaalministeeriumi ja Tervise Arengu Instituudi (TAI) koostöös Eestisse toodud põhiprogramm (*Preschool Basic*), mis on suunatud 3–8-aastaste laste vanematele ning jätkuprogramm (*Advanced*), mis on suunatud 4–12-aastaste laste vanematele. Piloteerimise periood kestis oktoobrist 2014 kuni märtsini 2017 Euroopa Majanduspiirkonna toetuste programmi „Riskilapsed ja -noored“ projekti „Riskilaste ja -noorte tugisüsteemi väljaarendamine“ raames.

„Imelised aastad“ lastevanemate põhiprogrammi rakendatakse üle maailma ligi kolmekümnes riigis (k.a. paljudes Euroopa riikides). Selle positiivne mõju vanemate oskuste ja vaimse tervise parandamisel, laste probleemse käitumise vähendamisel ja nende edasise arengutee kujundamisel on tõendatud kahekümne aasta jooksul erinevates riikides korraldatud teadusuuringutega. Antud tõendus põhise programmi maaletoomise aluseks on Sotsiaalministeeriumi poolt tellitud analüüs „Vanemlusprogrammide Triple P ja Incredible Years süsteemide võrdlev analüüs“ (Perekoolitusühing Sina ja Mina 2014). Programmi „Imelised aastad“ rakendamine Eestis toetab „Laste ja perede arengukava 2012 – 2020“ strateegiliste eesmärkide elluviimist positiivse vanemluse arendamisel ning laste elukvaliteedi parandamisel.

Lastevanematele suunatud IA põhiprogrammi koolitustsükkel kestab kokku umbes 4 kuud. Koolituse raames toimub üks kord nädalas grupitöö (enamasti kokku 16 nädalat) kuni 14 lapsevanema osavõtul. Eelistatud on, et koolitusele tulevad lapse mõlemad vanemad koos või osaleb lisaks vanemale veel üks täiskasvanu, kes antud lapse kasvatamisega aktiivselt tegeleb (nt vanavanem). Iga grupiga tegeleb korraga kaks koolitatud grupijuhti. Käsitletakse teemasid nagu lapsega mängimine, kiitus ja premeerimine, reeglid ja piiride kehtestamine, eiramise ja aja maha võtmise tehnikad, probleemide lahendamise õpetamine lapsele. Vanemlike oskusi omandatakse läbi situatsioonide arutelu, rollimängude, näitlike videote analüüsi, materjalide lugemise ning meetodite praktiseerimise kodus.

Jätkuprogramm on mõeldud lastevanematele, kellel on põhiprogrammis omandatu alusel raske lastekasvatuses püsivaid muutusi saavutada ning kelle pereelus esineb rohkem stressi, depressiooni, viha või konflikte. Jätkuprogramm kestab kaks kuud (8 – 10 grupitöö korda) ning tegeleb eelkõige suhtlemisoskuste arendamise, probleemide lahendamise oskuste õppimise ja agressiivse käitumise piiramisega, kasutades põhiprogrammiga sarnaseid meetodilisi võtteid.

Eesti pilootprojekti käigus teostati lastevanemate koolitusi viies etapis, mil toimusid põhiprogrammi koolitused erinevates kohalikes omavalitsustes (KOV). I – II etapis osales 3 KOV-i, III – IV etapis 5 ja V etapis 17 KOV-i. Pilootperioodi lõpus viidi läbi ka esimesed jätkuprogrammi koolitused. Pilootprojekti kahe esimese etapi koolitused teostati vene keelt kõnelevatele lastevanematele, kuna IA materjalid olid

arendaja poolt venekeelsena juba olemas. Kolmandast etapist lisandusid ka eestikeelsed grupid. Selleks ajaks jõuti teostada programmi materjalide tõlkimine eesti keelde. Koolitustele eelnes grupijuhtide väljaõpe *The Incredible Years* rahvusvaheliste koolitajate poolt Venemaalt ja USA-st. Kokku on koolitatud 32 põhiprogrammi grupijuhti ja nendest 22 on läbinud ka jätkuprogrammi grupijuhi väljaõppe. Lastevanemate grupitööde teostamise käigus korraldati grupijuhtidele supervisioone ja kovisioone gruppide läbiviimisega seotud küsimuste arutamiseks ja probleemide lahendamiseks.

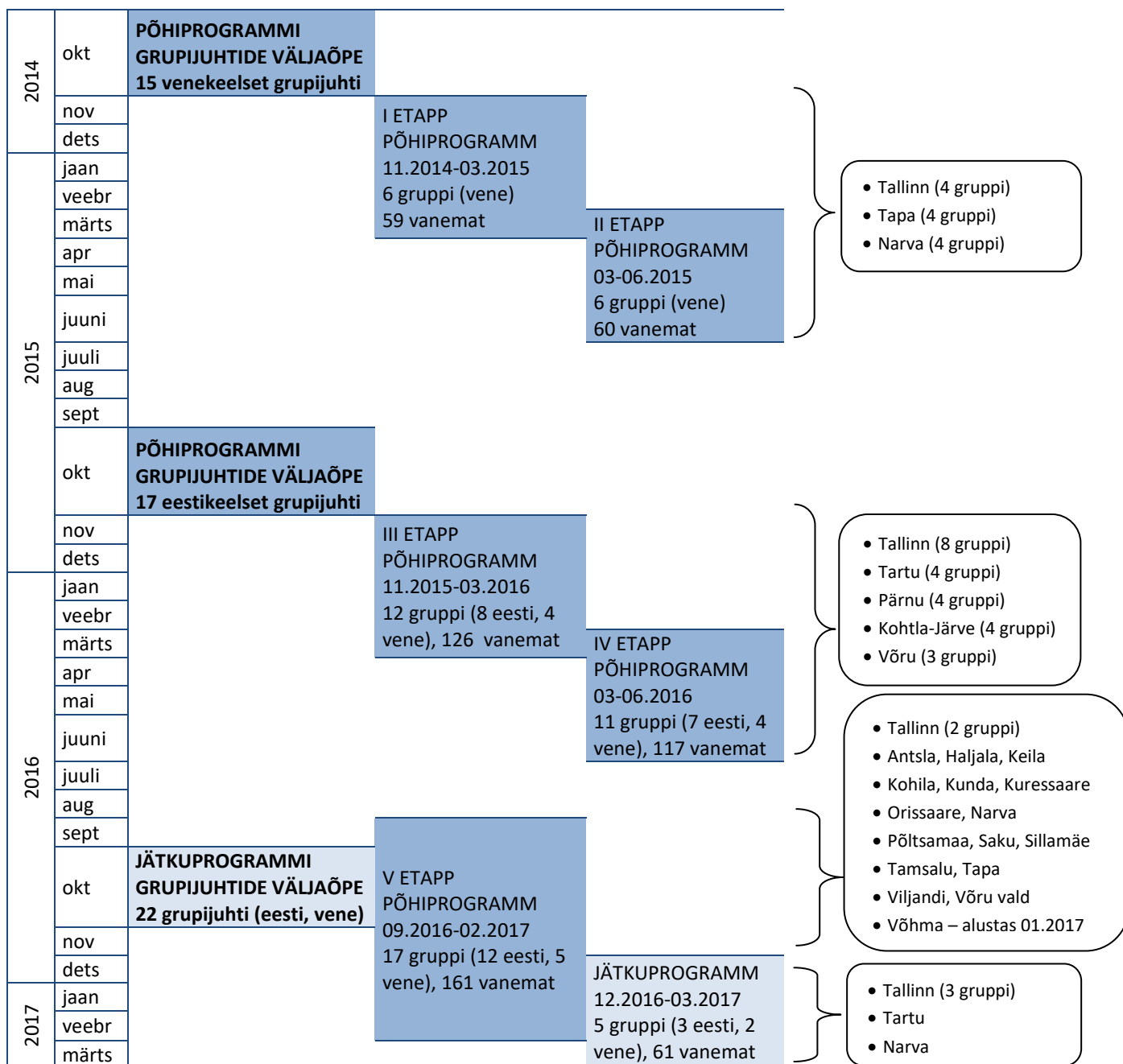
Programmi tegevusi teostati tihedas koostöös kohalike omavalitsuste ning kohalike keskustega, kus toimusid koolitused ja organiseeriti lapsehoid ja toitlustus osalejatele (mis on koolituse loomulikuks osaks). Lastevanemate kaasamine gruppidesse toimus mitmel viisil. Koostöös kohaliku lastekaitsespetsialistiga pöörduiti perede poole, kellel oli eelnev kokkupuude lastekaitsega ja laste kasvatamisel suuremaid probleeme. Lisaks tutvustasid grupijuhid programmi kohalikes lasteaedades või koolides ning kasutasid isiklike kontakte ja koostöövõrgustikke (kuna mitmed grupijuhid töötavad nõustajatena või peredele teenuseid pakkuvates keskustes). Esmalt toimusid individuaalsed eelkohtumised grupijuhtide ja lastevanemate vahel, et selgitada koolituse sisu ja kaardistada vanema motivatsiooni osaleda. Valdavalt moodustusid segagrupid, kus käisid koos nii tõsisemate probleemidega perede liikmed kui ka lastevanemad, kelle jaoks oli tegemist eelkõige ennetusega. IA vanemlusprogramm on sobilik nii lapse käitumises avaldunud probleemide korral sekkumiseks kui ka ennetuslikul eesmärgil kasutamiseks.

Kokku toimus pilootperioodil 52 põhiprogrammi koolitust (sh 27 eesti ja 25 vene keeles) ning koolituse läbis 523 lapsevanemat (vt joonis 1). Jaanuaris 2017 alustas ka üks grupp Võhmas, aga antud koolitusgrupi lõpetamine jääb väljapoole pilootprojekti perioodi.

Jätkuprogrammi 5 esimest koolitust toimusid põhiprogrammi läbinud lastevanematele (3 eesti ja 2 vene keeles) ning selle lõpetasid 61 inimest. Jätkuprogrammi kutsuti eelkõige need lastevanemad, kellel oli eelnevalt põhiprogrammi tulles lastega rohkem probleeme.

Pilootperioodil osales kokku 21 kohalikku omavalitsust (k.a. Võhma). Koolituste läbiviimise kulud kaeti projekti eelarvest TAI kaudu. Viiendas etapis toimusid aga ka juba esimesed koolitused omavalitsuse enda finantseerimisel – kaks põhiprogrammi koolitust Tallinnas.

Joonis 1: Koolituste toimumise ajad, gruppide ja lõpetanute arv ning osalenud KOV-id



2. Vanemlusprogrammi tulemuslikkuse hindamise metoodika

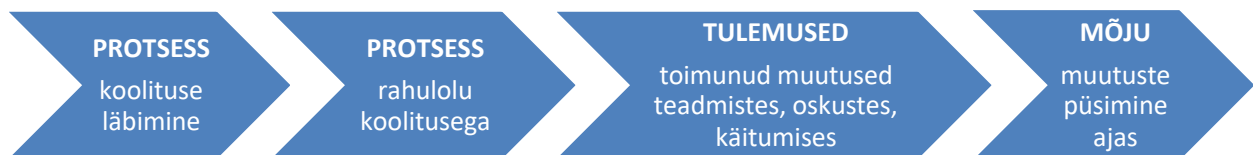
2.1. Põhiprogrammi andmete kogumine

Andmete kogumise protsess ja küsimustikud

Pilootprojekti ja sellega kaasnevat andmekogumist koordineeris TAI. Andmekogumise eesmärgiks oli vaadata, kas programmi rakendades on Eestis võimalik saavutada analoogseid tulemusi paljude teiste riikidega, kus on näidatud programmi positiivset mõju lastevanemate oskustele ja laste käitumisele.

Tulemuste hindamine koosnes mitmest etapist. Koolituse protsessile hinnangu andmisel jälgitakse seda, kui paljud alustanud vanematest koolituse edukalt lõpetavad, kui rahule osalenud koolituse sisuga jäävad ja milliseks selle kasutegureid enda jaoks hindavad. Koolituste tulemuslikkuse ja mõju osas saab vaadata toimunud muutusi osalenud vanemate ja nende laste oskustes ja käitumises ning nende muutuste püsivust ajas (vt joonis 2).

Joonis 2: Koolituse tulemuslikkuse hindamise etapid



Igal grupitöö korral registreeriti osalenud isikud. Vanemlusprogrammi edukalt läbinuteks loeti lastevanemad, kes olid grupitöös osalenud enamusel kordadel ja saanud puudunud kordade osas grupijuhipoolset individuaalset järeleaitamist. Koolituse lõpus täitsid vanemad ankeedi, et anda enda tagasiside neljakuulisele tsüklile (rahulolu, kasulikkus, tunnetatud muutused).

Peale esimese kolme etapi koolituse teostati lisaks fookusgrupe koolituse läbinud lastevanematega. Küsiti vanemate täpsemat tagasisidet koolituse tehnilise toimimise, kasutatud meetodite sobilikkuse ja perekonnas toimunud muutuste kohta. Vestlused toimusid pool-struktureeritud intervjuu vormis ning neid viisid läbi uuringufirmade AS Emor ja Turu-uuringute AS moderaatorid.

Tuvastamiseks toimunud muutusi vanemate oskustes ja nende laste käitumises viidi läbi ankeetküsitlus enne koolitust, vahetult peale koolituse lõppu ning 6 kuud peale koolitust. Koolituse eelselt andsid grupijuhid lastevanematele ankeedid täita kas eelkohtumiste ajal (mis toimusid iga osaleja ja grupijuhtide vahel enne koolitusega alustamist) või esimese grupitöö kõige alguses. Koolituse järgne ankeetide täitmine toimus viimase grupikohtumise kõige lõpus. Kuus kuud peale koolituse lõppemist saadeti lastevanematele ankeedid veel kord posti teel koju.

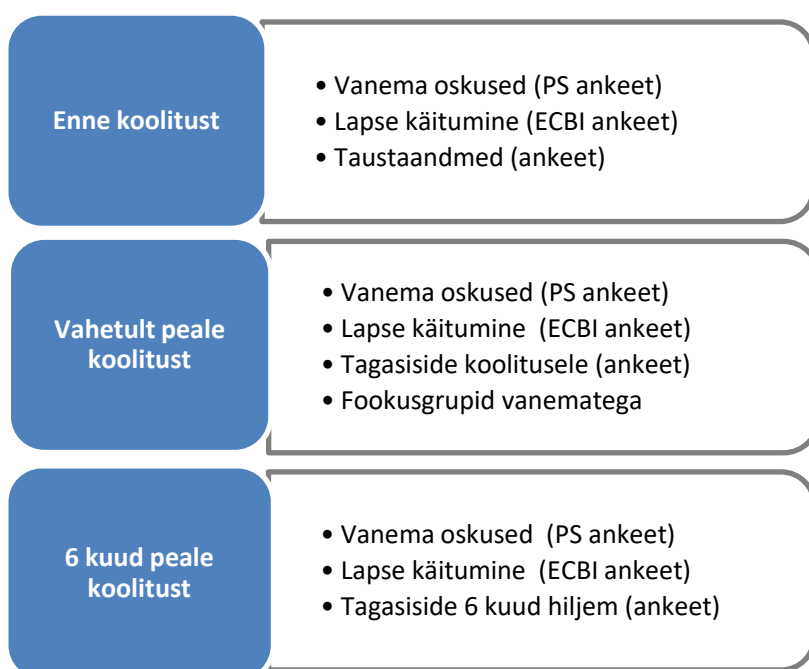
Vanema oskuste ja lapse käitumise mõõtmisega seotud rahvusvahelised instrumendid (ECBI ja PS) on kooskõlas vanemlusprogrammi eesmärkidega, soovitatud IA programmide arendaja poolt ning kasutusel ka teistes vanemlusprogrammi rakendavates riikides. Kasutatud küsimustike kirjeldus:

1. Taustaankeet: Enne koolituse algust täitsid vanemad koos teiste küsimustikega lühikese ankeedi peamiste sotsiaal-demograafiliste tunnuste kohta nagu vanus, sugu, perekonnaseis, laste arv jmt.
2. Tagasisideankeet: Koolituse lõpus täitsid osalejad koos teiste küsimustikega tagasisideankeedi, kus uuriti koolituse keerukuse ja kasulikkuse, grupijuhtidega rahulolu ja toimunud muutuste kohta. Lisaks küsiti vanematelt 6 kuud peale koolitust koolitusel omandatud meetodite kasutamisega jätkamise kohta.

3. Eybergi lapse käitumise ankeet ehk ECBI (*Eyberg Child Behaviour Inventory*): ECBI on Sheila Eybergi poolt välja töötatud ja rahvusvaheliselt laialt kasutamist leidv instrument (Eyberg ja Ross 1978), mis sisaldab 36 lapse käitumisega seotud väidet. Lapsevanem hindab kahte aspekti: kui sageli tema lapsel igat käitumisi esineb (7-pallisel skaalal) ning kas see käitumine on tema jaoks probleem (jah-ei vastusena). Koolituse käigus keskenduti eelkõige enda ühele lapsele ning ECBI ankeet täideti seda last silmas pidades. Tegemist on tasuta instrumendiga, mille kasutusõigust ostis TAI organisatsioonilt *Psychological Assessment Resources, Inc.*
4. Vanemluse stiili ankeet ehk PS (*Parenting Scale*): PS on teadlaste grupi poolt (Arnold jt 1993) väljatöötatud instrument, mis sisaldab 30 väidet vanema reageerimise viisi kohta lapse mittesoovitud käitumisele. Antud on kaks erinevat reageerimise võimalust ning vanem valib 7-pallisel skaalal kumma vanemluse stiili poole tema käitumine rohkem kaldub. Instrument on tasuta kasutatav. TAI on küsinud autori luba selle kasutamiseks ning kohandamiseks eesti ja vene keelde.

Lapsevanemad täitsid ECBI ja PS ankeedi ära kolmel korral – enne koolitust, vahetult peale koolitust, 6 kuus pärast koolitust (vt joonis 3).

Joonis 3: Andmete kogumise etapid ja kasutatud ankeedid



Andmete hulk ja nende analüüs

Põhiprogrammi raames on ECBI ankeete täidetud kõigis koolitusgruppides, PS ankeedid lisandusid alates III etapist, kuna enne seda toimus küsimustiku kohandamine eesti ja vene keelde¹.

I ja II etapi koolituse läbinute kohta on kogutud kolme küsitluskorra andmed. III – IV etapi 6 kuud peale koolitust toimunud küsitluse ankeete ei saadatud vanematele, keda planeeriti kutsuda osalema jätkuprogrammi koolitustel, mis alustasid tööd samal perioodil, kui toimus küsitlus. Ka jätkuprogrammi alguses täitsid vanemad ankeete. V etapi koolituste kohta on olemas koolituse eelsed ja vahetult järgsed andmed ning kolmandat küsitluskorda mitte, kuna grupid lõpetasid märtsis 2017.

¹ II etapis kasutati testimiseks ankeedi esialgset tõlget vene keelde (mida ei ole analüüsi kaasatud), alates III etapist oli kasutusel ankeedi lõplik versioon.

Kahe esimese küsitluskorra (ehk enne ja vahetult peale koolituse lõppu) võrdlevas analüüsis on arvestatud nende vanematega, kes on mõlema küsitluskorra vastava ankeedi korrektselt täitnud. Kolme küsitluskorra võrdlevasse analüüsi on kaasatud lastevanemad, kelle kohta on olemas korrektne ankeet kõigi kolme korra kohta ehk võrreldud on ühtede ja samade isikute andmeid erinevatel andmekogumise kordadel (vt tabel 1).

Tabel 1: Põhiprogrammi tulemuste analüüsi kaasatud vastajate arv

Analüüs	ECBI ankeet	PS ankeet	Tagasiside
2 küsitluskorra võrdlus (enne ja pärast koolitust)	448 (86%)* I – V etapp	341 (84%) III – V etapp	-
3 küsitluskorra võrdlus (enne, pärast ja 6 kuud peale koolitust)	129 (60%) I – IV etapp	51 (53%) III – IV etapp	-
Tagasiside vahetult pärast koolitust	-	-	496 (95%) I – V etapp
Tagasiside 6 kuud peale koolitust	-	-	166 (77%) I – IV etapp

* Sulgudes on osakaal kõigist vanematest, kes oleks potentsiaalselt saanud olla valimis, kuid nad ei ole igal küsitluskorral vastanud või ei ole nende kõigi küsitluskordade andmed korrektsed.

Uuringu ankeedid olid eelkodeeritud küsimuste ja vastuste numbrite alusel. Andmete sisestamine toimus ankeedi koodide põhisel andmematriksina MS Excelis. Seejärel andmed kontrolliti, puhastati ja kirjeldati. Andmebaasis on kokku 636 põhiprogrammi koolitusega alustanud isiku andmed. Moodustatud andmebaas on anonüümne, kus vastajad on eel- ja järelküsitluse andmete ühendamiseks tähistatud koodiga.

PS ankeedi andmetes pöörati 30-st väitest 14 puhul skaala ümber, kuna väidete vastuste paigutus varieerub selles osas, kas efektiivseks arvatav vanemlik käitumine on esitatud 7-pallise skaala ees- või tagapool. Skaala pööramise puhul sai sisestatud suurimast väärtusest väikseim väärtus jne. PS ankeedi puhul arvatati välja ja lisati andmebaasi neli skoori (instrumendi autorite poolne jaotus): vähene kindlameelsus (kuhu alla koonduvad 11 väidet), ülereageerimine (10 väidet), sõnaohtrus (7 väidet), koondskoor (kõik 30 väidet). Skooride arvutamisel liideti kõikidele väidetele antud väärtused 7-pallisel skaalal ning jagati skoori alla kuuluvate väidete arvuga. Seega jääb iga skoori ulatus vahemikku 1 – 7. Mida kõrgem skoor, seda ebaefektiivsem vanemlik käitumine.

ECBI ankeedi puhul lisati andmebaasi kaks skoori: lapse käitumise intensiivsuse ja probleemsuse skoor. Mõlemad skoorid arvutatakse ankeedi kõigi 36 väite põhjal. Intensiivsuse skoori tarvis summeeritakse kõigile väidetele antud hinnangud lapse käitumise sageduse kohta 7-pallisel skaalal. Skoori võimalik ulatus on 36 – 252, kus kõrgem skoor tähendab lapse intensiivsemat probleemset käitumist. Probleemsuse skoori tarvis summeeritakse kokku väidetele antud vastused „jah“ (ehk vanem on väljendanud, et lapse antud käitumine on tema jaoks probleem). Skoori võimalik vahemik on 0 – 36 ja mida kõrgem skoor, seda suuremaks mureks on lapse käitumine vanema jaoks.

Andmete analüüsil on kasutatud statistilise andmetöötluse paketti Stata 13. Tulemuste kirjeldamisel on kasutatud sagedusi ning keskmisi näitajaid. Erinevuste hindamiseks alagruppide ning küsitluskordade vahel on kasutatud χ^2 -testi, Fisheri täpset testi, Wilcoxon'i testi, t-testi, Mann-Whitney testi ja Kruskal-Wallis testi. Erinevused loeti oluliseks, kui olulisuse nivoo $\alpha \leq 0,05$. Skooride vaheliste seoste hindamiseks on kasutatud Pearsoni ja Spearmani korrelatsioonikoeffitsienti.

Andmete analüüs alarühmades on toimunud järgneva jaotuse alusel:

- sugu (naine, mees),
- vanus (20ndates, 30ndates, vanem),
- rahvus (eestlane, venelane),
- perekonnaseis (elab koos abikaasa/elukaaslasega, ei ole partnerit),

- haridustase (kuni keskharidus, keskeri või kutseharidus, kõrgharidus),
- laste arv (1 laps, 2 last, 3 või rohkem last),
- sissetulek leibkonna liikme kohta (alla 200 eur, 200 – 350 eur, üle 350 eur),
- lapse vanus eelküsitlemise ajal (2-4-a, 5-6-a, 7-9-a)
- lapse sugu (tüdruk, poiss).

Sissetuleku taseme arvutamiseks küsiti vastajatelt leibkonna liikmete arvu ning eelmise kuu neto sissetuleku vahemikku kogu leibkonna kohta. Vahemikud olid määratud 200 euro täpsusega (nt 451 – 650 või 651 – 850 eurot). Et arvutada hinnanguline kuu sissetulek ühe leibkonna liikme kohta, on sissetuleku vahemiku (mille vastaja valis) keskmine jagatud leibkonna liikmete arvuga.

Kvalitatiivse andmekogumise osas toimus kokku 11 fookusgruppi 69 lapsevanema osavõtul Tallinnas, Narvas, Tapal, Tartus, Võrus ja Pärnus. Kõik intervjuud lindistati ja transkribeeriti. Analüüsi käigus grupeeriti intervjuude tekstid temaatilisteks blokkideks, mida uuriti koos. Erinevad intervjuu teemad tähistati tekstides koodide alusel. Ühe koodiga andmete grupid koondati intervjuueeritute poolt esitatud arusaamade ja selgituste ühtseks kirjeldusteks.

2.2. Jätkuprogrammi andmete kogumine

Andmete kogumise protsess ja küsimustikud

Jätkuprogrammi raames toimus andmete kogumine kahel korral: koolituse eel ning vahetult peale selle lõppemist. Koolituse eelselt andsid grupijuhid lastevanematele paber kandjal ankeedid täita esimese grupitöö kõige alguses ning koolituse järgne ankeetide täitmine toimus viimase grupikohtumise lõpus. Lapse käitumise kaardistamisel oli kasutusel sama ankeet, mis põhiprogrammis – ECBI. Lisandusid lapsevanema kompetentsusega seotud ankeet PSOC ning stressi/depressiooni taseme kaardistamiseks DEPS. Kasutatud küsimustike kirjeldus:

1. Taustaankeet: Koolituse eelse küsitluse käigus vastasid vanemad küsimustele peamiste taustatunnuste kohta nagu vanus, sugu, perekonnaseis, laste arv jmt.
2. Tagasisideankeet: Koolituse lõpus täitsid osalejad koos teiste küsimustikega tagasisideankeedi, kus uuriti koolituse keerukuse ja kasulikkuse, grupijuhtidega rahulolu ja toimunud muutuste kohta.
3. Eybergi lapse käitumise ankeet ehk ECBI (*Eyberg Child Behaviour Inventory*) lapse käitumise intensiivsuse ja probleemse kaardistamiseks (vt kirjeldust eelmise alapeatüki alt).
4. Tajutud vanemliku kompetentsuse ankeet PSOC (*Parenting Sense Of Competence*) on välja arendatud teadlaste grupi poolt (Gibaud-Wallston ja Wandersman 1978, Johnston ja Mash 1989) ning selle abil mõõdetakse kuni 18-aastaste laste vanemate rahulolu oma vanemlike oskustega ja enesetõhusust vanema rolli täitmisel. Instrument sisaldab 16 väidet, mida hinnatakse 6-pallisel nõustumise skaalal. PSOC küsimustik on Sotsiaalministeeriumi tellimisel eesti ja vene keelde kohandatud 2016. aastal ning on välja valitud hindamisvahenina, mis sobib hästi Eesti oludes laiemaks kasutamiseks perede olukorra hindamisel (vt Akkermann jt 2016).
5. Meeleoluküsimustik DEPS (*Depression Scale*) on välja töötatud soome teadlaste poolt valdkonnas kauaaegselt kasutusel olnud pikemate küsimustike baasil (Salokangas jt 1995). Küsimustik sisaldab 10 väidet vastaja üldise meeleolu kohta viimase kuu aja vältel, millele vastatakse 4-pallisel skaalal. DEPS-i on 90ndatel eesti ja vene keelde kohandanud Tartu Ülikooli teadlased. TAI on saanud küsimustiku originaali autorilt loa selle kasutamiseks.

Andmete analüüs

Andmebaasis on 67 vastaja andmed, kes alustasid jätkuprogrammi koolitusega. Eel- ja järelküsitluse võrdlevasse analüüsi on kaasatud 49 inimese andmed, kes lõpetasid koolituse ja olid korrektselt täitnud mõlema küsitluse ankeedid. Uuringu küsimustikud olid eelkodeeritud ning andmete sisestamine ja andmebaasi moodustamine toimus analoogselt põhiprogrammi andmetega. Andmebaas on anonüümne ning vastajad on eel- ja järelküsitluse andmete ühendamiseks tähistatud koodiga.

PSOC ankeedi puhul pöörati andmebaasis 16-st väitest 9 vastuste skaala ümber (vastavalt sellele kumb skaala ots tähistab suuremat tõhusust). Lisaks arvutati välja kolm skoori (instrumendi autorite poolse analüüsi põhine jaotus): rahulolu (kuhu koonduvad 9 väidet), enesetõhusus (7 väidet), vanemliku kompetentsi koondskoor (kõik väited). Skoori arvutamisel liideti kõikidele väidetele antud väärtused 6-pallisel skaalal. Rahulolu skoor saab olla vahemikus 9 – 54, enesetõhususe skoor vahemikus 7 – 42 ning koondskoor vahemikus 16 – 96. Mida kõrgem skoor, seda suurem vanema poolt tajutud kompetents vanemliku rolli täitmisel.

DEPS ankeedi puhul arvutati välja üks skoor kõigi 10 väite pealt kokku. Seejuures arvestati vastuste vahemikuga 0 kuni 3 ning skoor saab antud vastuste summana olla vahemikus 0 – 30. ECBI ankeedi osas lisati andmebaasi kaks skoori: lapse käitumise intensiivsuse skoor ja probleemsuse skoor (skooride arvutamise põhimõtted on kirjeldatud eelnevas alapeatükis).

Andmete analüüsil on kasutatud statistilise andmetöötamise paketti Stata 13. Tulemuste kirjeldamisel on kasutatud sagedusi ning keskmisi näitajaid. Erinevuste hindamiseks eel- ja järelküsitluse andmetes on kasutatud χ^2 -testi, Fisheri täpset testi ja Wilcoxon'i testi. Erinevused loeti oluliseks, kui olulisuse tase $\alpha \leq 0,05$. Kuna jätkuprogrammis osalenud vanemaid on vähe, ei ole alarühmade analüüsi teostatud.

3. Põhiprogrammi tulemused

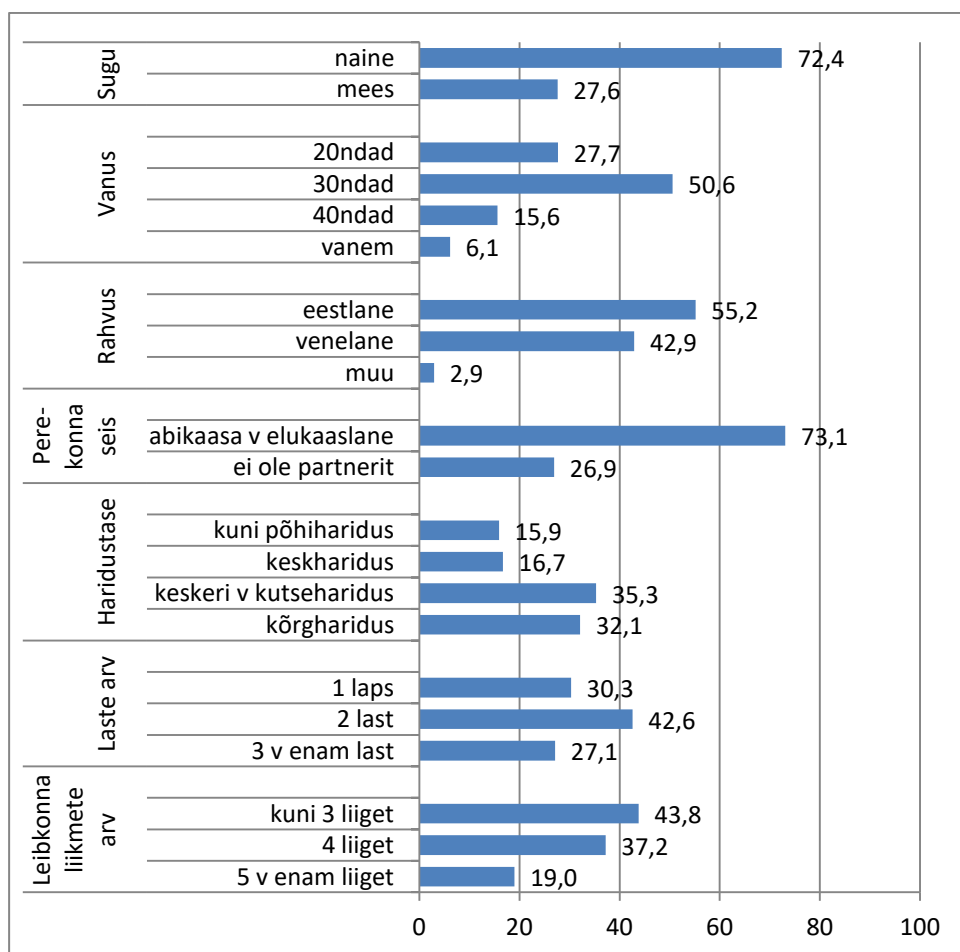
3.1. Osalenud vanemate taust

„Imelised aastad“ põhiprogrammi koolitusega alustas pilootprojekti jooksul kokku 636 inimest, nendest ligi kolmveerand olid naised ja veidi üle veerandi mehed. Vanuseliselt oli kõige rohkem 30ndates eluaastates inimesi (pooled osalenutest). Koolitatute hulgas olid ka mõned vanavanemad, kuna koolitusele võib tulla lisaks lapse vanemale ka vanavanem, kui ta osaleb aktiivselt lapse kasvatamises (nt elatakse koos).

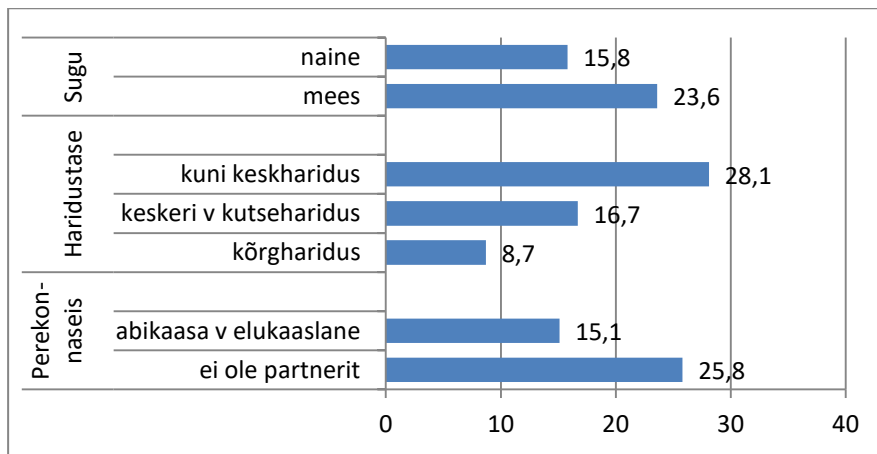
Kolmandik koolitusele saabunutest olid kõrgharidusega lapsevanemad ning umbes sama palju oli neid, kellel on kuni keskharidus. Koolitusele saabunutel on keskmiselt 2,1 last, sh 1,4 3–8-aastast last. Kõige suurem osakaal on seejuures 2 lapse vanemaid. Ligi kolmveerand lapsevanematest elavad koos abikaasa või elukaaslasega ja 27% kasvatavad last ilma partnerita. Täpsemad andmed koolitusele saabunute kohta on esitatud joonisel 4.

Koolitusele saabunutest lõpetas koolituse 4-kuulise tsükli 82% ehk 523 inimest ning protsessi katkestas 18% ehk 113 lapsevanemat. Katkestanute osakaal on suurem (umbes neljandik) meeste, madalama haridustasemega ja ilma partnerita elavate inimeste seas (vt joonis 5).

Mõjutatud 3–8-aastaste laste arv on sarnane osalenud vanemate arvuga. Vanematel on keskmiselt 1,4 antud vanuses last, kuid osadel juhtudel osalesid koolitusel ühe lapse kohta kaks täiskasvanut.



Joonis 4: Põhiprogrammi koolitusele saabunud lastevanemate sotsiaal-demograafilised näitajad, %



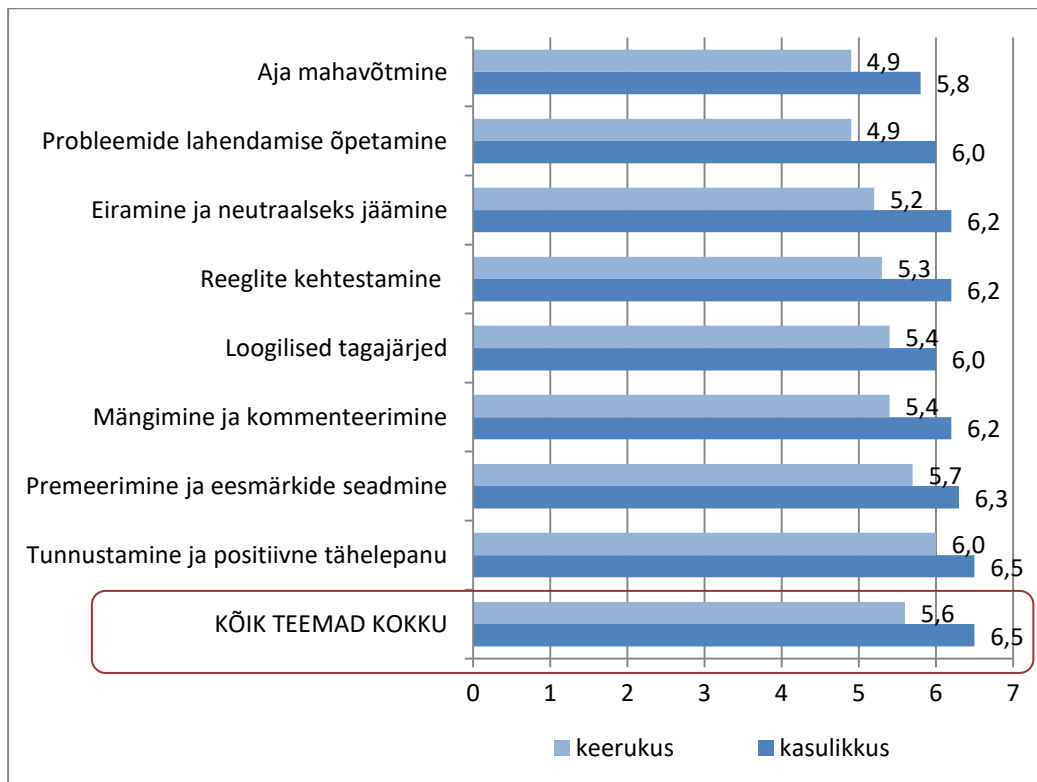
Joonis 5: Koolituse katkestanute osakaal kõigist alustanutest soo, hariduse ja perekonnaseisu lõikes, %

3.2. Lastevanemate tagasiside koolitusele

Koolituse viimase grupikohtumise lõpus täidetud tagasisideankeedis hindasid osalejad seda, kui keeruliseks ning kui kasulikuks osutusid nende jaoks koolituse meetodid ja teemad ning kui hästi tulid oma tööga toime grupijuhid. Hinnanguid anti 7-pallisel skaalal, kus 7 tähendas maksimaalselt positiivset hinnangut.

Vanemlusega seotud teadmiste ja oskuste edasiandmise meetoditest pidasid lapsevanemad koolitusel kõige keerulisemaks iseseisvaid kodutöid ja lapsega praktiseerimist kodus (keskmine hinnang 5,2). Grupitöö sessioonide tegevustest osutus mõnevõrra keerukamaks rollimängudes osalemine (hinnang 5,3). Ülejäänud meetodid nagu arutelud grupis, videote analüüs ja grupijuhtide poolt edastatud info said kõrgema keskmise hinnangu (vahemikus 5,9 – 6,1). Ka keerulisemaks osutunud meetodilisi lähenemisi peeti siiski enda jaoks kasulikuks – keskmised hinnangud erinevatele lähenemisviisidele on vahemikus 5,9 – 6,5.

Koolituse erinevatest osadest pidasid lapsevanemad enda jaoks kõige keerulisemaks lõpupoole jäänud teemasid: aja mahavõtmist rahunemiseks ning lapsele probleemide lahendamise õpetamist. Kõige kergem oli omandada lapse tunnustamise ja kiitmisega seotud oskuseid. Ka need teemad, mida peeti koolituse käigus keerulisemaks, on osutunud lastevanemate jaoks kasulikuks. Ka siin saab kõige kõrgema hinnangu lapse tunnustamine ning kasulikkuse osas mõnevõrra madalama tulemuse aja mahavõtmise temaatika (vt joonis 6).



Joonis 6: Põhiprogrammi koolitusel käsitletud teemade keerukus ja kasulikkus lastevanemate jaoks, keskmine 7-pallisel skaalal

I – III etapi järgselt toimunud fookusgrupi intervjuudes lastevanematega saab koolituse teemade kohta arutatust esile tuua järgmist:

- Koolituse alguses võõristati grupis üksteist, aga peagi kasvas grupiliikmete vahel usaldus ja sõprus. Meeldis võimalus teiste vanematega oma probleeme ja õnnestumisi jagada. Grupiliikmete erinevused rikastasid arutelusid ja andsid uusi ideid. Lisaks grupijuhtidele pakkusid ka lapsevanemad ise üksteisele tuge.
- Osad raskemad teemad, mis jäid koolituse lõppu (nagu aja mahavõtmine või probleemide lahendamise õpetamine lapsele), oleks mitmete vanemate jaoks vajanud rohkem aega käsitlemiseks. Lõpuosa tempo läks kiireks ja koolituse algus, kus keskenduti eelkõige mängimise teemale, tundus osadele selle valguses liiga pikk.
- Koolituse teemadest valmistasid suuremaid raskusi eiramine ja aja mahavõtmine rahunemiseks (meetod tekitas võõristust või vanem leidis, et ei ole vajalik tema lapse käitumise puhul). Viimatimainitud meetodit osad vanemad kasutama ei hakanud. Samas antud tehnikaid proovinud lastevanemad nägid ka positiivseid tulemusi ja õpetlikku lapse jaoks.
- Kiireid positiivseid tulemusi kogesid vanemad lastega kommenteerivat mängimist, tunnustamist ja preemiaid kasutades. Meetodid motiveerisid ja arendasid lapsi. Eelnevalt ei osanud vanemad pöörata tähelepanu last arendavale mängimisele ja sisukale kiitmisele.
- Alguses tundus koolituse periood väga pikk, aga kord nädalas kooskäimine sai harjumuseks. Kogu periood möödus ruttu ja pärast oli kahju lõpetada. Kokkuvõttes toodi esile programmi terviklikkust, praktilisust, mitmekülgset ning teemade loogilist järgnevust üksteisele.

Kvantitatiivne tagasisideankeet sisaldas ka mõningaid küsimusi selle kohta, kuidas on koolitus suutnud lahendada lapsega seotud probleeme ja kas osaleja soovitaks programmi teistele. Tabelis 2 on näidatud hinnangute keskmised ning toodud nende osalejate osakaal, kes andsid vastuseks 6 või 7 palli. Tulemused näitavad, et osalenud soovitaks „Imelised aastad“ programmi kindlasti ka teistele vanematele. Nad leiavad, et programmi lähenemine lapse käitumise muutmisele on olnud sobiv ning

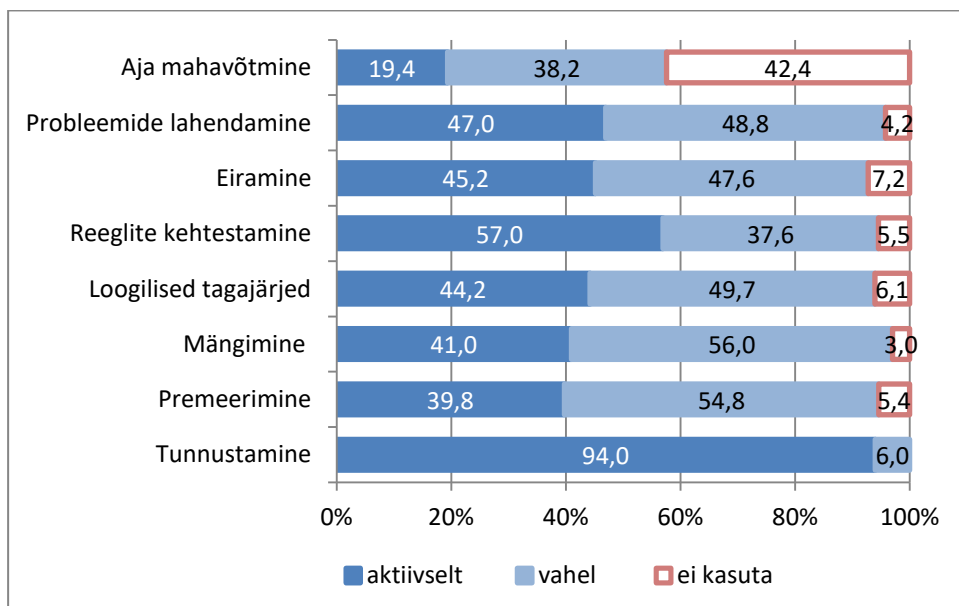
nende jaoks on toimunud olulised edusammud. Kõige madalam on näitaja seoses suhete muutumisega täiskasvanud pereliikmetega, aga sellele ei olnud põhiprogrammi tegevused ka eraldi suunatud.

Tabel 2: Põhiprogrammis osalenute hinnangud koolituse üldisele tulemuslikkusele

Väide	7-pallise skaala otsad	Keskmine	Nende %, kes märkis 6-7 palli
Ma arvan, et viis, kuidas selle programmi abil läheneti minu lapse käitumise muutmisele...	ei ole üldse sobiv, on väga sobiv	6,3	84,5
Oma lapse edusamme jälgides tunnen ma täna, et...	ei ole üldse rahul, olen väga rahul	6,2	81,3
Minu lapse käitumisprobleemid, mida ma püüdsin antud programmi meetodeid kasutades lahendada...	halvenesid tunduvalt, paranesid tunduvalt	5,6	67,1
Minu oskused iseenda emotsioonidega toimetulekuks ja mõtete suunamiseks...	halvenesid tunduvalt, paranesid tunduvalt	6,0	70,4
Minu suhted oma lapse või lastega...	halvenesid tunduvalt, paranesid tunduvalt	6,1	77,1
Minu suhted teiste pereliikmete või lähedastega (nt abikaasaga, oma vanematega)	halvenesid tunduvalt, paranesid tunduvalt	5,4	48,1
Kui kindel Te täna olete, et saate programmis õpitu abil ise oma lapsel ilmnevate käitumisprobleemidega hakkama?	ei ole üldse kindel, olen väga kindel	5,9	73,9
Kas Te soovitaksite selles programmis osalemist oma sõpradele või sugulastele?	kindlasti ei soovitaks, kindlasti soovitaks	6,7	97,2

6 kuud peale koolitust lastevanematele koju saadetud ankeedis küsiti uuesti selle kohta, kuivõrd nad soovitaks vanemlusprogrammis osalemist teistele ning kui kindlad nad täna on, et saavad lapsel ilmnevate käitumisprobleemidega hakkama. Võrreldes koolituse lõpu seisuga on antud näitajad sarnasel tasemel – keskmine vastavalt 6,5 ja 5,8.

Pool aastat peale koolituse lõppu kasutatakse kõige rohkem lapse kiitmist ja tunnustamist – seda teevad kõik ankeedile vastanud vanemad, sh 94% aktiivselt. Kõige vähem kasutamist leiab aja mahavõtmine rahunemiseks ning 42% lapsevanematest ei rakenda antud meetodit üldse. Mõnevõrra aktiivsemat kasutamist leiab ka reeglite kehtestamine ning ülejäänud meetodite osas on nende kasutamisaktiivsus vanemate hulgas sarnane (vt joonis 7).



Joonis 7: Põhiprogrammi koolitusel omandatud meetodite kasutamine lapse kasvatamisel 6 kuud peale koolitust, %

3.3. Vanemlik stiil lapse käitumisele reageerimisel

Alates pilootperioodi III etapist oli kasutusel küsimustik lapsevanema käitumise kaardistamiseks (PS ankeet). Esitatud on lapsevanemate poolt antud hinnangud enda reageerimise viisile, kui laps käitub mittesoovitud viisil. Ankeedis on toodud kaks erinevat reageerimise viisi ning vanem valib 7-pallisel skaalal, kumma vanemluse stiili poole tema käitumine rohkem kaldub. Ankeedi 30 väidet jagunevad kolme erineva skoori alla: vähene kindlameelsus, ülereageerimine ja sõnaohtrus. Seejuures kuuluvad kaks väidet korraga kahe skoori alla ning neli väidet ei kuulu ühegi skoori alla. Lisaks vaadatakse koondskoori kõigi 30 väite põhjal kokku. Skoorid arvutatakse välja keskmise vastusena vahemikus 1 – 7 (summa kõikide väidete vastustest jagatuna väidete arvuga). Mida kõrgem keskmine näitaja, seda ebaefektivsem vanemluse stiil.

Kahe küsitluse võrdlus

Väited ja vastuste keskmised 7-pallisel skaalal on järgnevalt esitatud alavaldkondade kaupa. Tabelis 3 on toodud 11 väidet, mis kuuluvad vähese kindlameelsuse skoori alla ning on seotud sellega, kui järjekindel ja konkreetne on lapsevanem kasvatusmeetodite rakendamisel. Eelküsitluse andmetel esineb lapsevanemate hulgas kõige rohkem järgmisi mitteefektiveid lapse käitumisele reageerimise viise: kui laps pärast kahetseb oma halba käitumist, ei tee vanem sellest välja; kui laps ei tee, mida palutakse, teeb vanem lõpuks asja ise ära; kui keelamine ei mõju, pakub vanem lapsele midagi meeldivat, et ta hästi käituks; vanem ei vii täide oma õigustatud hoiatusi, kui laps on halvasti käitunud. Vähese kindlameelsuse koondskoor on koolituse lõpuks vähenenud 0,65 punkti võrra. Statistiliselt oluline muutus on toimunud kõigi väidete vastuste osas.

Tabelis 4 on esitatud 10 väidet, mis kuuluvad ülereageerimise skoori alla ning on seotud sellega, millisel määral vanem ärritub ja käitub kas sõnades või füüsiliselt agressiivsemalt. Eelküsitluse andmetel esineb lapsevanemate hulgas kõige rohkem järgmisi mitteefektiveid lapse käitumisele reageerimise viise: kui laps käitub halvasti, siis vanem ärritub nähtavalt, tõstab lapse peale häält või karjub, vaidleb temaga pikalt ning ei suuda ennast ja olukorda kontrollida. Ülereageerimise koondskoor on koolituse lõpuks vähenenud 0,84 punkti võrra. Statistiliselt oluline muutus on toimunud kõigi väidete vastuste osas.

Tabelis 5 on näha 7 väidet, mis kuuluvad sõnaohtruse skoori alla ning on seotud sellega, kui pikalt vanem probleemi ilmlemisel sellest lapsele räägib, noomib ja selgitusi nõuab. Eelküsitluse andmetel esineb lapsevanemate hulgas kõige rohkem järgmisi mitteefektiveid reageerimise viise: probleemi esinemisel kutsub vanem last korduvalt korrale enne selle lahendamata asumist, nõuab selgitusi lapse käitumisviisi kohta, seletab ise pikalt lapse keelamise tagamaid. Sõnaohtruse skoor on enne koolituse algust kõige kõrgemal tasemel ning on koolituse lõpuks kõige rohkem vähenenud – 1,02 punkti võrra. Ka siin on kõikide väidete vastuste osas toimunud muutus statistiliselt oluline.

Viimases tabelis on toodud ka need 4 väidet, mida arvestatakse kõigi väidete koondskoori arvutamisel, kuid mis ei kuulu ühegi alavaldkonna alla. Nendest väidetest kahe puhul ei ole järelküsitluse ajaks olulist muutust toimunud. Suurenenud on aga lapsevanemate osakaal, kes suudab lapse käitumisest mitte välja teha, kui ta vanemat tüütab ning omab lapse tegemistest head ülevaadet ka siis, kui ta on silma alt ära (vt tabel 5).

Kõigi 30 väite alusel arvutatud koondskoor on eelküsitlusel 3,45 ja järelküsitluse 2,70. Toimunud muutus (skoori vähenemine 0,75 punkti võrra) on statistiliselt oluline.

Tabel 3: Väheese kindlameeluse skoori alla kuuluvad väited, keskmine

Väide	Reageerimise viisid (7-pallise skaala otsad)	Enne koolitust	Pärast koolitust	Muutus*
Kui mu laps käitub halvasti ja seejärel kahetseb...	Lahendan olukorra nagu tavaliselt – Ei tee ma sellest sellel korral välja	4,07	3,59	-0,48
Kui mu laps ei tee, mida ma palun...	Proovin mõnda muud lahendamise viisi – Jätan asja sinnapaika või teen selle lõpuks ise ära	3,72	2,59	-1,13
Kui keelamine e ei mõju...	Proovin mõnda muud lahendamise viisi – Pakun lapsele midagi meeldivat, et ta hästi käituks	3,67	3,35	-0,31
Kui ähvardan või hoian õigustatult...	Viin lubatu alati täide – Ei vii ma seda sageli täide	3,56	2,65	-0,91
Ma ähvardan karistamiseks teha asju...**	Mille suhtes olen kindel, et suudan seda teoks teha – Mida ma tegelikult ei teeks	3,40	2,52	-0,87
Kui ma lapsele midagi keelan...	Jään endale kindlaks – Lasen tal seda lõpuks ikkagi teha	3,08	2,29	-0,79
Kui me ei ole kodus...	Käitun lapsega samamoodi nagu kodus – Annan ma lapsele palju rohkem järele	3,00	2,55	-0,45
Kui ma tahan, et laps mingi tegevuse lõpetaks...	Ütlen konkreetselt, et ta lõpetaks – Keelitan või anun, et ta lõpetaks	2,87	2,06	-0,81
Olen selline lapsevanem, kes...	Seab piire sellele, mida laps tohib teha – Laseb lapsel teha kõike, mida ta tahab	2,74	2,35	-0,39
Kui mu laps keelamise peale ärritub...	Jään oma seisukohale kindlaks – Taganen oma seisukohast ja annan lapsele järele	2,74	1,92	-0,82
Kui mu laps teeb midagi, mis mulle ei meeldi...	Võtan selle suhtes midagi ette iga kord, kui see juhtub – Jätan selle tihti tähelepanuta	2,69	2,50	-0,19
VÄHESE KINDLAMEELSUSE SKOOR		3,23	2,58	-0,65

* Kõik muutused on statistiliselt olulised.

** Väide kuulub korrakahe skoori alla (kindlameelsus ja sõnaohtrus).

Tabel 4: Ülereageerimise skoori alla kuuluvad väited, keskmine

Väide	Reageerimise viisid (7-pallise skaala otsad)	Enne koolitust	Pärast koolitust	Muutus*
Kui mu laps käitub halvasti...	Lahendan olukorra ilma ärritumata – Ärritun või saan nii vihaseks, et mu laps näeb, et olen pahane	4,31	2,88	-1,43
Kui mu laps käitub halvasti...	Räägin temaga rahulikult – Tõstan tema peale häält või karjun	4,06	2,76	-1,30
Kui mu laps käitub halvasti...	Ei hakka ma temaga vaidlema – Vaidlen temaga pikalt	3,70	2,47	-1,23
Kui mu lapsega on probleem...	Suudan ma olukorda kontrollida – Väljub olukord kontrolli alt ning ma teen asju, mida ei kavatsenud teha	3,54	2,51	-1,02
Kui mu laps käitub halvasti... **	On mu jutt lühike ja konkreetne – Noomin teda põhjalikult	3,52	2,56	-0,96
Kui ma olen halvas tujus või stressis...	Ei ole ma tujukam kui tavaliselt – Olen tujukas ja näägutan lapse kallal	3,49	2,90	-0,59
Kui mu lapsega on olnud probleem...	Muutub olukord kiiresti tavapäraseks – Olen pikka aega pahane	2,69	2,25	-0,44
Kui mu laps käitub halvasti...	Sõiman teda väga harva – Sõiman teda peaaegu alati	2,15	1,74	-0,41
Kui mu laps käitub halvasti, annan laksu, sakutan või löön oma last...	Mitte kunagi või väga harva – Enamasti	2,09	1,50	-0,59
Kui mu laps teeb midagi, mis mulle ei meeldi, siis ma ütlen talle halvasti või norin tema kallal...	Mitte kunagi või väga harva – Enamasti	2,01	1,57	-0,44
ÜLEREAGEERIMISE SKOOR		3,15	2,31	-0,84

* Kõik muutused on statistiliselt olulised.

** Väide kuulub korrakahe skoori alla (ülereageerimine ja sõnaohtrus).

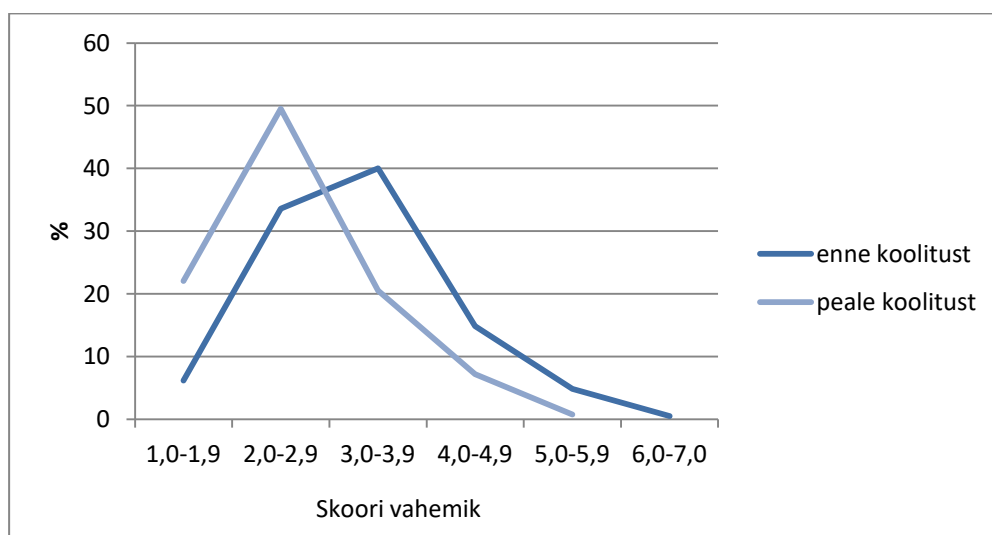
Tabel 5: Sõnaohtruse skoori alla kuuluvad ja skooride alla mitte liidetud väited, keskmine

Väide	Reageerimise viisid (7-pallise skaala otsad)	Enne koolitust	Pärast koolitust	Muutus*
Enne, kui asun probleemi lahendama...	Kutsun teda korrale või hoiatan ainult ühe korra – Kutsun last korrale ja hoiatan teda mitu korda	5,50	4,18	-1,32
Kui mu laps käitub halvasti...	Keelan või kasutan mõnda muud lahendamise viisi – Nõuan selgitust, miks ta nii tegi	4,72	4,09	-0,63
Kui keelamine kohe ei mõju...	Proovin mõnda muud lahendamise viisi – Jätkan selgitamist, et mu laps saaks asjast aru	4,36	3,70	-0,66
Kui ma keelan lapsel midagi teha...	Ütlen seda lühidalt – Räägin sellest pikalt	3,94	2,73	-1,21
Kui laps vaidleb mulle vastu või nuriseb sellel ajal, kui ma püüan mingit olukorda lahendada...	Ignoreerin nurisemist a jään endale kindlaks – Pean talle loengu, et ta nurisemise lõpetaks	3,78	2,23	-1,55
Kui mu laps käitub halvasti... **	On mu jutt lühike ja konkreetne – Noomin teda põhjalikult	3,52	2,56	-0,96
Ma ähvardan karistamiseks teha asju... **	Mille suhtes olen kindel, et suudan seda teoks teha – Mida ma tegelikult ei teeks	3,40	2,52	-0,87
SÕNAOHRUSE SKOOR		4,17	3,15	-1,02
Kui ma pean lahendama lapsega seotud probleemi...	Ei vabanda ma selle pärast – Ütlen talle, et mul on selle pärast kahju	4,50	4,46	-0,04
Kui mu laps tüütab mind...	Suudan sellest mitte välja teha – Ei suuda ma seda ignoreerida	4,11	2,89	-1,22
Kui mu laps on mu silma alt ära...	On mul tema tegemistest alati hea ülevaade – Ei tea ma sageli, millega ta tegeleb	3,19	2,89	-0,30
Kui mu laps käitub halvasti...	Reageerin sellele kohe – Tegelen sellega hiljem	2,40	2,46	0,06

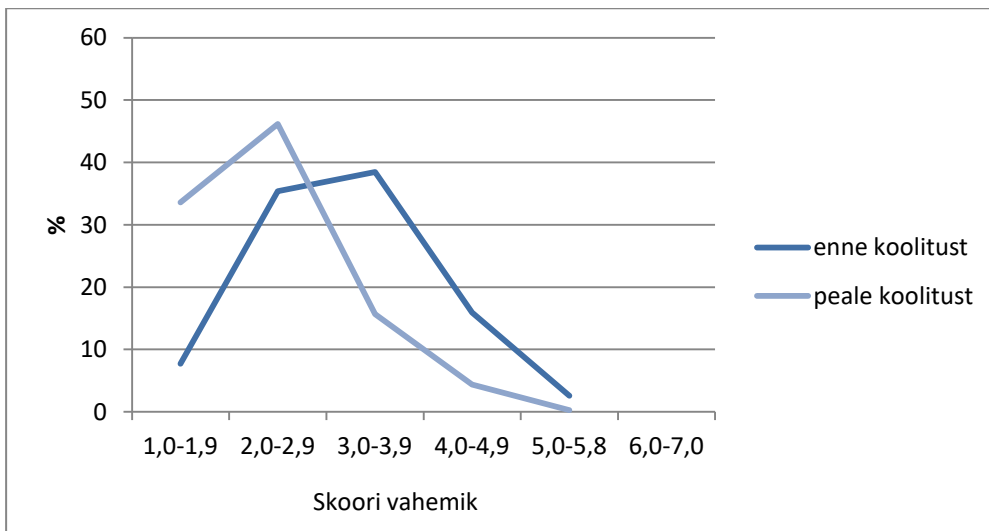
* Halli taustaga on tähistatud statistiliselt olulised muutused.

** Väide kuulub korraga kahe erineva skoori alla.

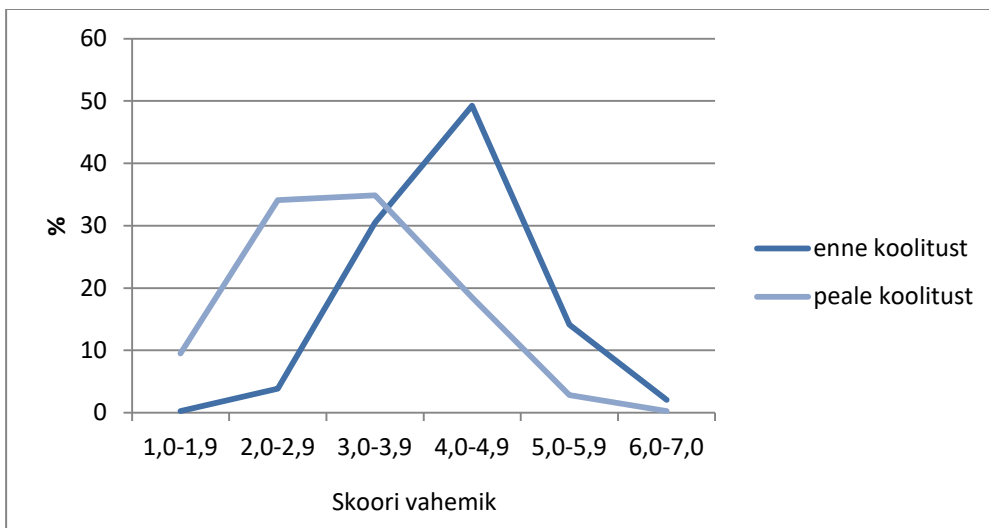
Joonistel 8 – 10 on kolme skoori tulemused esitatud ka 1-punktiste vahemikena enne ja pärast koolitust. Esitatust on näha näitajate nihkumine väiksemate väärtuste ehk suurema efektiivsusega vanemliku käitumise suunas järelküsitluse ajaks.



Joonis 8: Vähesel kindlameelsusel skoori tulemuste jaotus 2 küsitluskorra võrdluses, %

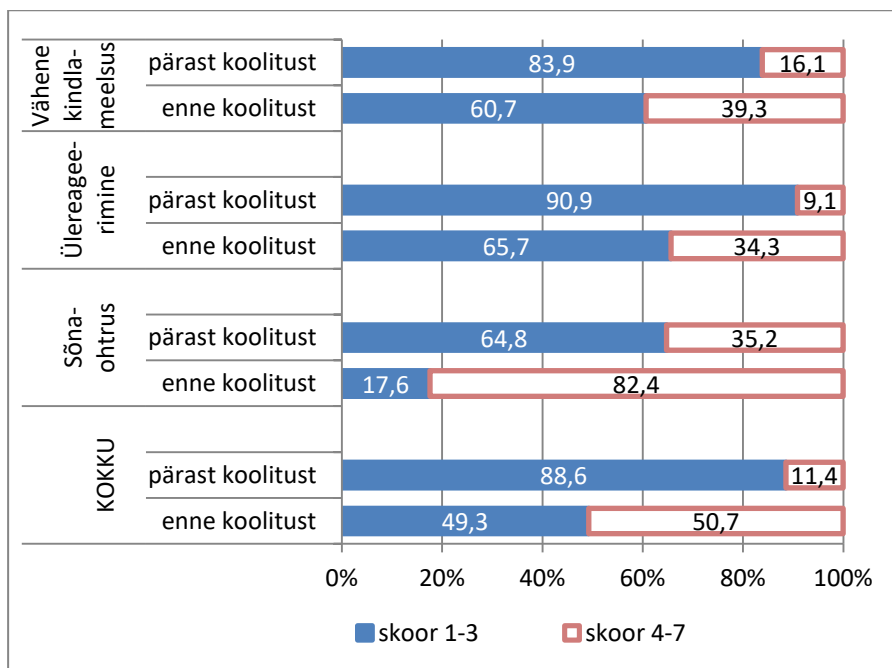


Joonis 9: Ülereageerimise skoori tulemuste jaotus 2 küsitluskorra võrdluses, %



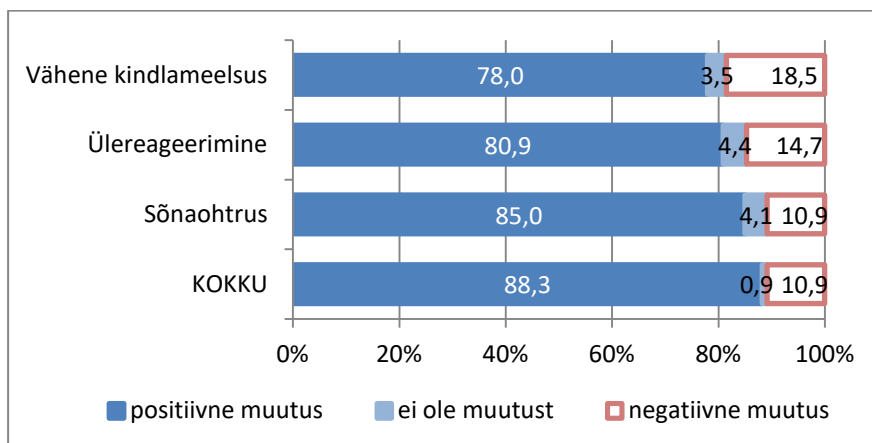
Joonis 10: Sõnaohtruse skoori tulemuste jaotus 2 küsitluskorra võrdluses, %

Et tulemusi paremini tõlgendada, on joonisel 11 vanemate poolt antud vastuste põhjal arvatud skoorid jagatud kahte gruppi: skoor vahemikus 1 – 3 ja vahemikus 4 – 7. Ehk tulemus alla 7-pallise skaala keskmist ning vähemalt keskmisel tasemel või sellest kõrgem näitaja. Koolituse lõpuks on vanemate osakaal, kelle skoor on vahemikus 4 – 7, vähenenud kaks-kolm korda. Kolme valdkonna võrdluses tuleb selgelt esile sõnaohtrus, mida esineb koolituse eelselt ülekaalukalt kõige enam ning millega seotud muutused on kõige suuremad.



Joonis 11: Vanemliku stiili skooride jaotus kahte gruppi 2 küsitluskorra võrdluses, %

Lisaks kõikide koolitatute keskmisele näitajale on vaadatud ka individuaalseid tulemusi ehk kui paljude vanemate puhul on toimunud skoori kahanemine (positiivne muutus), skoori kasvamine (negatiivne muutus) või selle täpselt samale tasemele jäämine, kui eelküsitlusel (ei ole muutust). Siin lähevad arvesse ka väikesed muutused tulemusel. Valdava osa vanemate puhul on järelküsitluse ajaks aset leidnud positiivse suunaga muutus (vt joonis 12). Seega ei ole kõigi vanemate keskmise näitaja suurenemine tingitud vaid väikese osa koolitatute headest tulemustest. Vanemate osakaal, kelle puhul on aset leidnud väiksem või suurem negatiivse suunaga muutus, on kõige kõrgem vähesel kindlameelsuse skoori puhul.

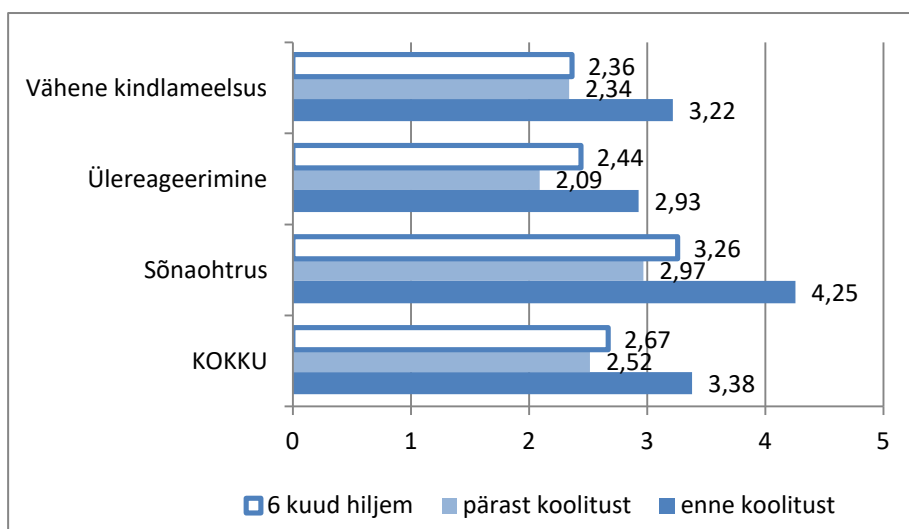


Joonis 12: Muutused individuaalsetes tulemustes PS ankeedi eel- ja järelküsitluse skooride võrdlusel, %

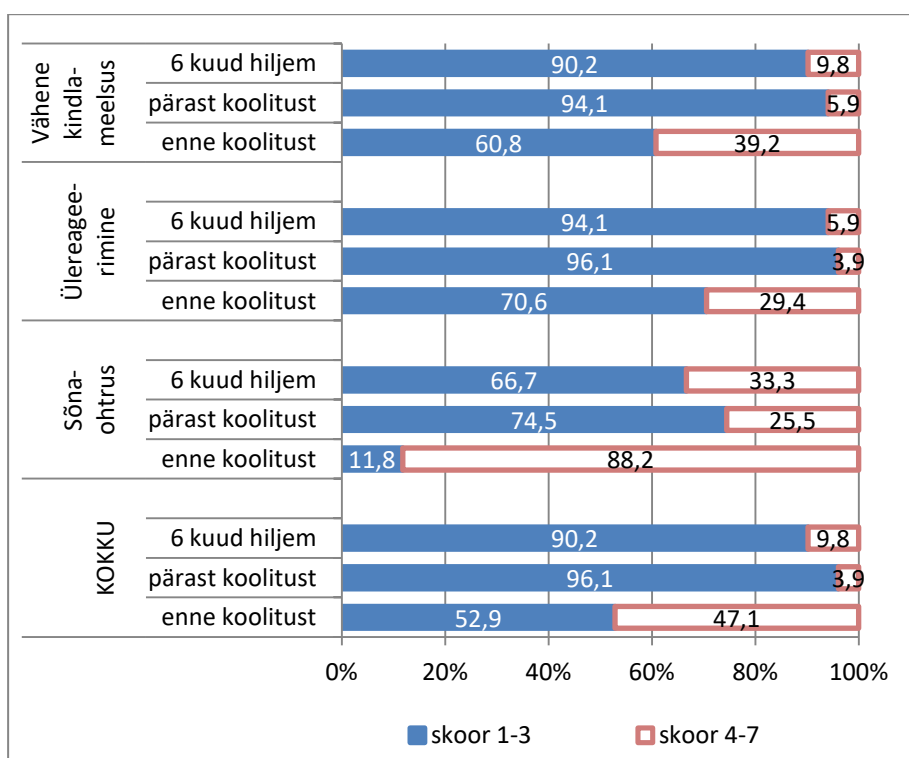
Kolme küsitluse võrdlus

PS ankeedi osas on võimalik kolme küsitluskorra võrdluses vaadata 51 lapsevanema andmeid ehk analüüsitava grupp on väike. Info on kogutud III – IV etapi koolitustel osalenutelt, keda ei planeeritud samal ajal kutsuda jätkuprogrammi. Vaadatud on üksnes nende vanemate andmeid, kes on korrektset vastanud kõigil kolmel küsitluskorral.

Pool aastat peale koolitust on vähese kindlameelsuse skoori ja koondskoori tulemus samal tasemel nagu vahetult peale koolitust. Ülereageerimise ja sõnaohtruse skoori tõus 0,35 ja 0,29 punkti võrra osutus aga statistiliselt oluliseks ehk nende kahe näitaja osas on toimunud mõningane tagasilangus (vt joonis 13). Joonisel 14 on andmed esitatud ka nii, et vastajad on jagatud kahte gruppi – need, kelle skoor on vahemikus 1 – 3 ning vahemikus 4 – 7. Osakaaludes toimunud muutused teise ja kolmanda küsitluskorra vahel statistiliselt olulised ei ole.



Joonis 13: Vanemluse stiili skoorid 3 küsitluskorra võrdluses, keskmine



Joonis 14: Vanemliku stiili skooride jaotus kahte gruppi 3 küsitluskorra võrdluses, %

Muutused, mida vanem iseendas tunnetab

Peale koolituste lõpetamist toimunud fookusgrupi intervjuudel (kokku 11 fookusgruppi) paluti lastevanematel oma sõnadega kirjeldada, milliseid muutusi on nad tajunud seoses õpitud meetodite rakendamisega. Iseendas toimunud muutuste osas toodi esile järgnevat:

- Paranenud on oskus enda reaktsioone jälgida ja juhtida. Suurenenud on enesekontroll.
- Vanem on rahulikum, konkreetsem ja järjekindlam. Vähem asju häirivad või tekitavad muret.
- Keskendumine positiivsele, mitte negatiivsele. Vähenenud on käsklused, domineerimine, hääle tõstmine ja järsud reaktsioonid.
- Vanem on õppinud last tähele panema, kuulama, dialoogi pidama ja asju kokku leppima.
- Vanem saab paremini aru lapse käitumisest ja enda soovidest lapse suhtes.
- Suurenenud on enesekindlus lapsevanemana ning paranenud oskused lapse suunamisel.
- Muutunud on mõttemaailm ja arusaamine teistest inimestest.
- Ka mehe poolt on tekkinud lapsekasvatamisel huvi ja toetus ning isa suhtleb lapsega rohkem.
- Kogu pere on tasakaalukam ja kasvanud on koostöö. Omavahel räägitakse rohkem ja veedetakse rohkem aega koos.

Lastevanemate tsitaate tajutud muutuste kohta:

“Kursused annavad rohkem enesekindlust. Et sina seisad jalgel ja lapsel on ka nii parem. Varem oli situatsioone, kus ei teadnud, mida teha. Nüüd ma üldiselt tean, mida teha. Nii-õelda vundament on jalge all.”

“Mees avastas, et meil on pere. Et lastega on vaja mängida ja suhelda. Ei ütleks, et ta enne nendega üldse ei suhelnud, kuid nüüd on see palju efektiivsem. Ja see, et me käisime koolitusel koos.”

“Minu jaoks oli kõige parem, et ma õppisin ennast paremini tundma, kuna tuli analüüsida iseenda käitumist ka. Saad aru, et sa reageerid üle tegelikult.”

“Mina sain ka palju järjekindlamaks. Varem ma andsin tihti igale jonnile järgi ja ei olnud endal seda püsivust. Ja nüüd olen palju rahulikum. Enam ma ei ärritu, kui ta kukub poes mul röökima. /.../ Kokkuleppeid sõlmin temaga. Ma jään ise endale kindlaks ja ei anna järgi. Ja just see konkreetsus. Kõik reeglid on paigas ja on nii nagu mina ütlen.”

“Poole pealt saadi aru, et pole vaja lapsi muuta, vaid ennast, enda käitumist. See on järjekordne samm – enda tundmine ja enesekontroll. Seda ei ole vaja ainult lastega, vaid elus üldse.”

3.4. Vanema hinnangud lapse käitumisele

Eybergi lapse käitumise küsimustik ehk ECBI oli kasutusel kõigis koolitusgruppides pilootprojekti algusest peale. Antud ankeedi abil hindab vanem 36 erineva käitumise esinemise sagedust ning probleemsust enda jaoks. Tulemuste põhjal arvutatakse välja lapse käitumise intensiivsuse ja probleemsuse skoor, millest esimene saab olla vahemikus 36 – 252 (7-pallisel skaalal märgitud sageduste summa) ja teine vahemikus 0 – 36 (käitumiste arv, mis on vanema jaoks probleemiks). Mida kõrgemad skoorid, seda suuremad probleemid lapse käitumisega.

Kui vanemal on mitu last, siis täitis ta ankeedi selle lapse kohta, kelle käitumisega on tal kõige enam muresid. 63% vanematest täitsid ankeedi poisi ja 37% tüdruku kohta. Vanusrühmadest esines enam nooremaid lapsi – 45% 3–4-aastaseid, 35% 5–6-aastaseid ning 19% 7–8-aastaseid. Kuigi programm on suunatud 3–8-aastaste laste vanematele, on esindatud ka mõned 2- või 9-aastased lapsed, kes on kas peatselt kolmeseks saamas või just üheksaseks saanud. Nemad on arvestatud vastavalt kas 3–4- või 7–8-aastaste gruppi.

Kahe küsitluse võrdlus

Tabelis 6 on esmalt esitatud lastevanemate poolt antud hinnangud lapse käitumise esinemise intensiivsusele koolituse eelselt ja vahetult pärast koolitust. Igat käitumist hinnati 7-pallisel skaalal, kus 1 tähendas, et antud käitumist ei esine kunagi ning 7, et seda esineb alati. Ankeedi 36 väidet on tabelis järjestatud käitumise esinemise sageduse alusel eelküsitluse ajal. Kõige rohkem esineb järgnevaid käitumisi: vihastamine (kui ei saa oma tahtmist), pidev tähelepanu otsimine, vahele segamine, riietumisel või magamaminekul venitamine, kuuletumisest keeldumine.

36 väitest 35 puhul on koolituse järgse küsitluse ajaks lapse käitumise sagedus oluliselt vähenenud. Välja arvatud varastamine, mida esineb juba eelküsitluse ajal väga vähe. Üldiselt võib märgata tendentsi, et eelküsitlusel enam esinenud käitumisi on õnnestunud ka rohkem vähendada. Kõige suuremad muutused on toimunud järgmiste käitumiste osas: venitamine riietumisel või magamaminekul, kuuletumisest või magamaminekust keeldumine, vihastamine (kui ei saa oma tahtmist), trotslik käitumine. Kõige vähem muutunud käitumisteks on voodi märgamine, õdede-vendadega tülitsemine, sõpradega kaklemine, teiste laste provotseerimine (ja nende käitumiste algtase on ka madalam).

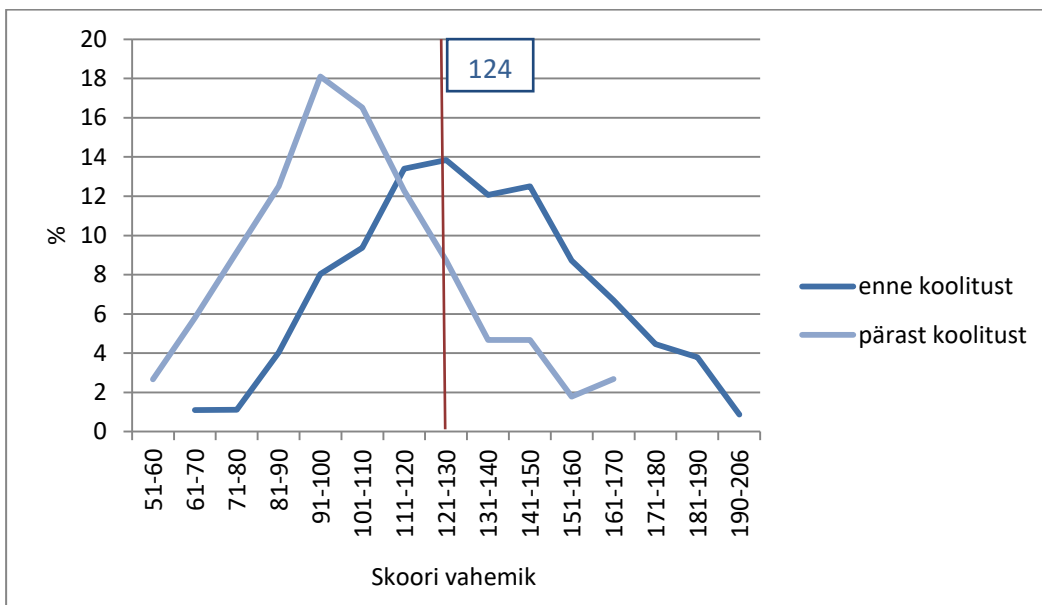
Teise aspektina hindasid vanemad samade väidete puhul, kas lapse taoline käitumine on tema jaoks probleemiks („jah“ või „ei“ vastusena). Tabeli 6 teises osas on esitatud nende lapsevanemate osakaal, kelle jaoks üks või teine lapse käitumisviis murekohaks on. Üldiselt näevad vanemad rohkem esinevaid käitumisi ka probleemsematena, aga see ei ole alati nii. Näiteks lapsepoolne pidev tähelepanu otsimine on sagedasti esinev käitumine, kuid üle poole vanematest selles probleemi ei näe. Vähemalt 60% vastanute jaoks on eelküsitluse andmetel mureks lapse mitte kuuletumine, vihastamine, trotsiv käitumine, jonnihood ja vahele segamine. Kõige vähem probleeme tekitab varastamine ja voodi märgamine, mida ka esineb kõige vähem.

36 väitest 35 puhul (v.a. varastamine) on koolituse järgse küsitluse ajaks statistiliselt olulisel määral vähenenud lapsevanemate osakaal, kes antud käitumises probleemi näevad. Kõige suuremat positiivset muutust on märgata järgmiste käitumiste osas: vihastamine, kuuletumisest keeldumine, trotslik käitumine, jonnihood, reeglite üle vaidlemine, venitamine riietumisel.

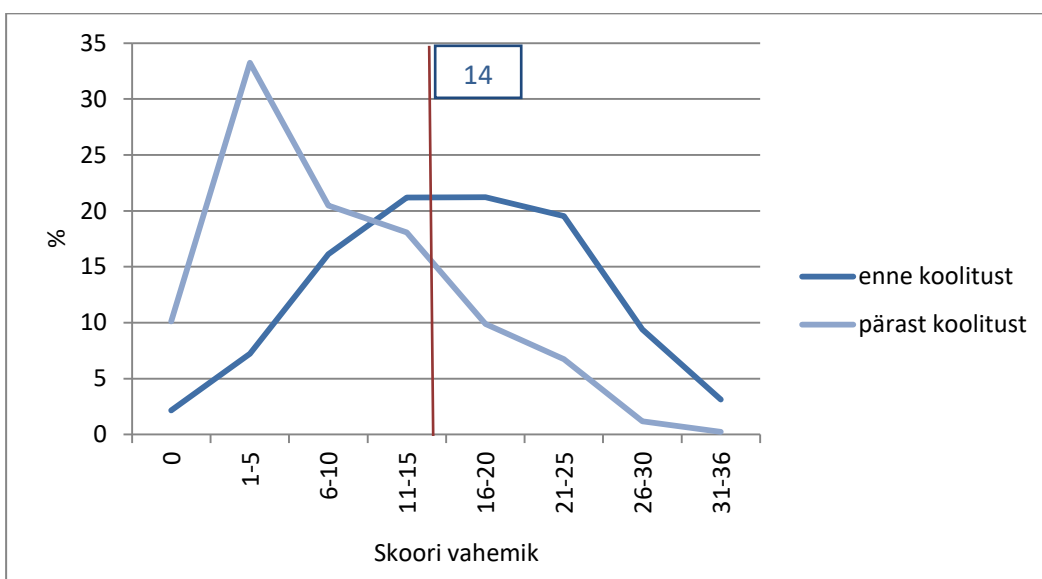
Lapse käitumise intensiivsuse skoor oli eelküsitlusel 131 ning järelküsitlusel 104 (muutus 27 punkti). Probleemsuse skoor oli eelküsitlusel 16,2 ning järelküsitlusel 8,7 (muutus 7,5 punkti). Mõlemad muutused on statistiliselt olulised. Joonisel 15 on intensiivsuse skoori tulemused esitatud ka 10-punktiste vahemikena ning joonisel 16 probleemsuse skoori tulemused 5-punktiste vahemikena enne ja pärast koolitust. Esitatust on näha näitajate nihkumine väiksemate skooride ehk käitumisega seotud probleemide vähenemise suunas järelküsitluse ajaks.

Eelviidatud joonistel on punase joonega näidatud riskirühma piir, millest alates on käitumisega seotud probleeme rohkem, kui antud vanuses lapse jaoks tavapärane on, ning oleks vaja sekkumist. Selleks kasutatakse äralõikepunkti, mida on võimalik määrata lastevanemate rahvastikupõhise uuringu andmetel. Riskirühma piir võib erinevates riikides sotsiaal-kultuurilisest kontekstist tulenevalt mõnevõrra erineda. Eestis on vastavad normatiivsed andmed rahvastikus kogutud 2016. aasta lõpus ning andmete analüüs on käimas. Kuna pilootprojekti raames ei olnud Eesti enda andmeid äralõikepunkti määramiseks ning koolitusi alustati venekeelsete gruppidega, on kasutatud Venemaa (kes samuti rakendab IA vanemlusprogrammi) 4–8-a laste vanemate uuringu alusel saadud äralõikepunkte. See on intensiivsuse skoori puhul 124 (sh poiste osas 126 ja tüdrukute puhul 122) ning probleemsuse skoori puhul 14 (sh poisid 15 ja tüdrukud 14).

Kahe skoori tulemused on gruppidesse jagades sarnased – kui enne koolitust kuulub riskirühma üle poole lastest (nende vanemate poolt antud hinnangute alusel), siis pärast koolitust umbes viiendik (vt joonis 17).



Joonis 15: Intensiivsuse skoori tulemuste jaotus 2 küsitluskorra võrdluses, %

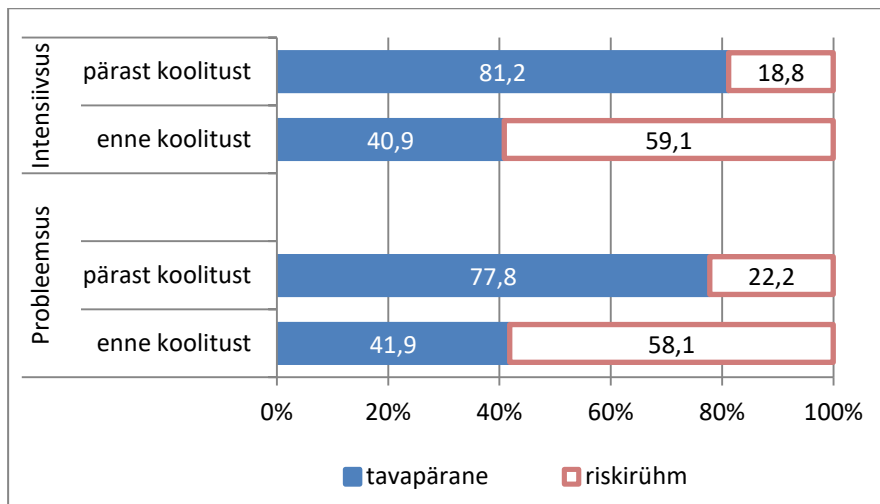


Joonis 16: Probleemsuse skoori tulemuste jaotus 2 küsitluskorra võrdluses, %

Tabel 6: Vanemate hinnangud lapse käitumise intensiivsusele ja probleemsele

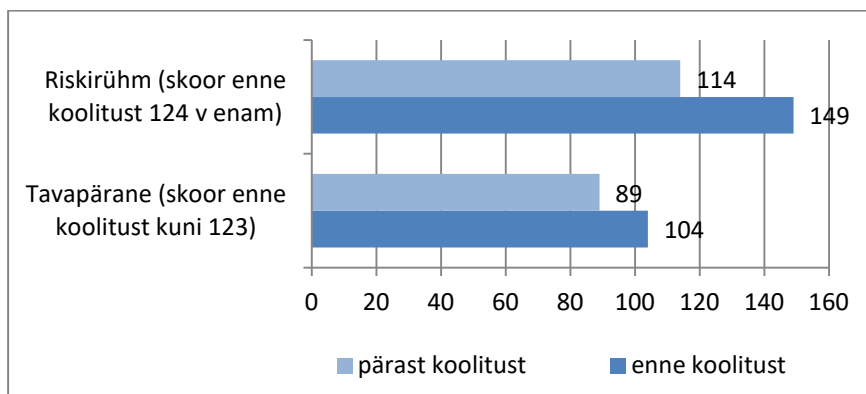
Väited (järjestatud käitumise intensiivsuse järgi eelküsitle ajal)	Käitumise intensiivsus, 7-pallise skaala keskmine			Vanemate %, kes peavad käitumist probleemiks		
	enne koolitust	pärast koolitust	muutus*	enne koolitust	pärast koolitust	muutus*
Vihastab, kui ei saa oma tahtmist	5,17	3,93	-1,23	70,4	32,3	-38,1
Otsib pidevalt tähelepanu	4,86	4,04	-0,82	35,2	17,4	-17,8
Segab vahele	4,68	3,83	-0,85	60,2	39,3	-21,0
Venitab riidesse panemisel	4,65	3,39	-1,26	54,2	24,8	-29,4
Keeldub kuuletumast, kuni ähvardatakse karistusega	4,52	3,26	-1,26	73,7	36,4	-37,3
On aeglane magamaminekuks valmistumisel	4,52	3,37	-1,15	50,4	25,5	-24,8
Keskendumine on kergesti häiritav	4,35	3,67	-0,68	50,4	28,9	-21,4
Vingub	4,28	3,38	-0,91	57,4	30,4	-27,0
Venitab või viivitab söögiajal	4,27	3,26	-1,01	40,0	21,0	-19,0
Keeldub õigel ajal magama minemast	4,26	3,19	-1,07	50,1	27,7	-22,4
On liiga aktiivne või rahutu	4,24	3,45	-0,79	47,5	23,1	-24,3
Tähelepanuvõime on lühiajaline	4,15	3,38	-0,76	51,1	27,7	-23,4
Keeldub söömast pakutavat toitu	4,12	3,43	-0,69	44,1	28,4	-15,7
Ei allu iseseisvalt kodureeglitele	4,11	3,08	-1,04	53,5	25,5	-28,0
Keeldub tegemast majapidamistööid, kui seda palutakse	4,05	3,20	-0,85	49,9	25,8	-24,1
Tal on jonnihood	3,99	3,09	-0,90	61,2	30,8	-30,4
Käitub trotsivalt, kui tal palutakse midagi teha	3,96	2,85	-1,10	64,6	29,6	-34,9
Ülesannete või tegevuste lõpuni viimine ebaõnnestub	3,93	3,21	-0,72	50,4	26,0	-24,3
Vaidleb vanematega reeglite üle	3,92	2,91	-1,02	54,7	24,8	-29,9
Hakkab kergesti nutma	3,91	3,10	-0,81	38,8	18,3	-20,5
Röögib või karjub	3,86	3,03	-0,83	57,1	31,6	-25,5
Tal on raskusi ühele asjale keskendumisega	3,59	2,98	-0,61	39,5	19,8	-19,8
Tal on halvad lauakombed	3,33	2,58	-0,76	37,6	19,5	-18,1
On hooletu mänguasjade ja muude esemetega	3,29	2,56	-0,72	40,0	19,5	-20,5
Tülitseb oma õdede ja vendadega (verbaalselt)	3,28	2,93	-0,35	40,0	31,6	-8,4
Tal on raskusi üksinda olles enda lõbustamisega	3,24	2,72	-0,52	30,8	16,9	-14,0
Tülitseb omaealiste sõpradega (verbaalselt)	3,12	2,69	-0,44	28,9	14,0	-14,9
On täiskasvanutega häbematu	2,85	2,12	-0,74	41,7	21,2	-20,5
Kakleb oma õdede ja vendadega (füüsiliselt)	2,85	2,40	-0,45	41,0	31,6	-9,4
Õrritab või provotseerib teisi lapsi	2,77	2,35	-0,42	39,0	23,9	-15,2
Lõhub mänguasju ja teisi esemeid	2,63	2,04	-0,59	31,8	15,7	-16,2
Kakleb omaealiste sõpradega (füüsiliselt)	2,48	2,09	-0,39	34,5	20,2	-14,2
Valetab	2,47	1,99	-0,47	37,1	22,7	-14,5
Lööb oma vanemaid	2,33	1,80	-0,53	35,9	19,0	-16,9
Märgab voodit	1,79	1,56	-0,23	13,0	8,7	-4,3
Varastab	1,32	1,18	-0,14	11,3	7,7	-3,6

* Värvilise taustaga on tähistatud statistiliselt olulised muutused. Mida suurem muutus, seda tumedam toon.

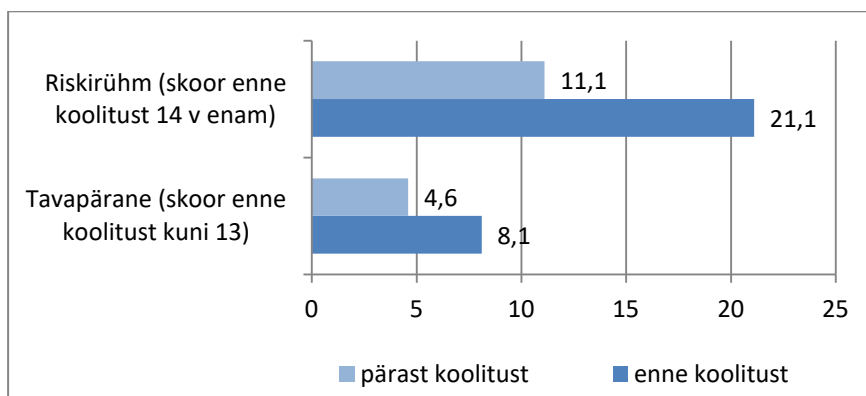


Joonis 17: Lapse käitumise skooride jaotus kahte gruppi 2 küsitluskorra võrdluses, %

Veel on võimalik vaadata toimunud muutust tavapärase käitumisega ja riskirühma kuuluvate laste puhul. Joonistelt 18 ja 19 on näha, et mõlemas grupis on toimunud oluline positiivne muutus ning see on ootuspäraselt suurem grupis, kus enne koolitust on lapse käitumisega olnud olulisi probleeme. Intensiivsuse skoor on tavapärase käitumisega laste puhul kahanenud 15 punkti võrra ning riskirühmas 35 punkti võrra. Probleemsuse skoori muutus on vastavalt 3,5 ja 10,0 punkti.



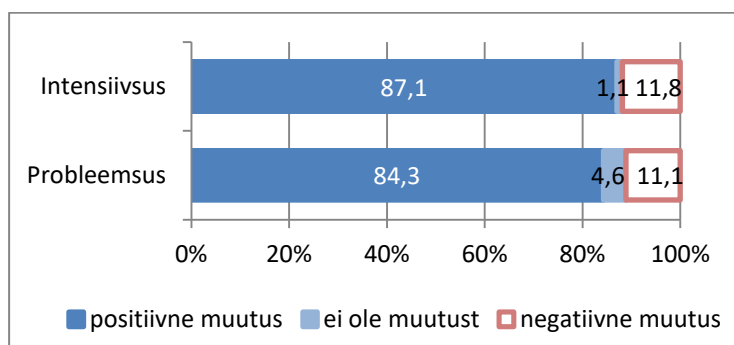
Joonis 18: Intensiivsuse skoori tulemus tavapärase käitumisega ja riskirühmas 2 küsitluskorra võrdluses



Joonis 19: Probleemsuse skoori tulemus tavapärase käitumisega ja riskirühmas 2 küsitluskorra võrdluses

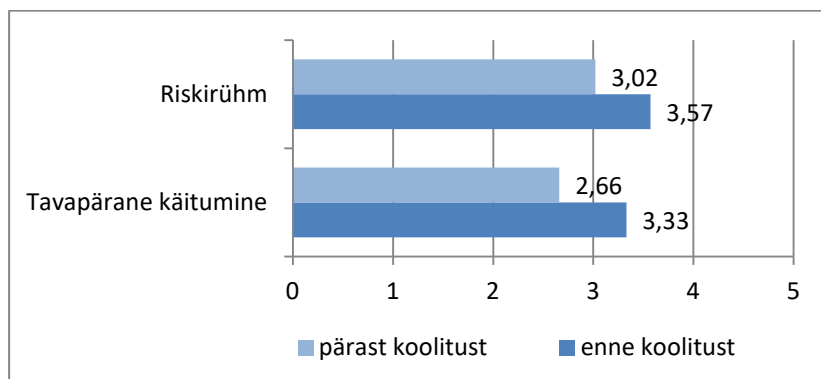
Lisaks kõikide koolitatute keskmisele näitajale vaadati ka individuaalseid tulemusi ehk kui paljude vanemate puhul on toimunud skoori kahanemine (positiivne muutus), skoori kasvamine (negatiivne muutus) või selle täpselt samale tasemele jäämine võrreldes eelküsitlusega. Enam kui 80% vanemate puhul on toimunud intensiivsuse ja probleemsuse skoori kahanemine vähemalt ühe punkti võrra.

Vanemate hulk, kelle puhul on aset leidnud negatiivse suunaga muutust, on veidi üle kümnendiku (vt joonis 20).



Joonis 20: Muutused ECBI ankeedi skooride individuaalsetes tulemustes eel- ja järelküsitusluse võrdlusel, %

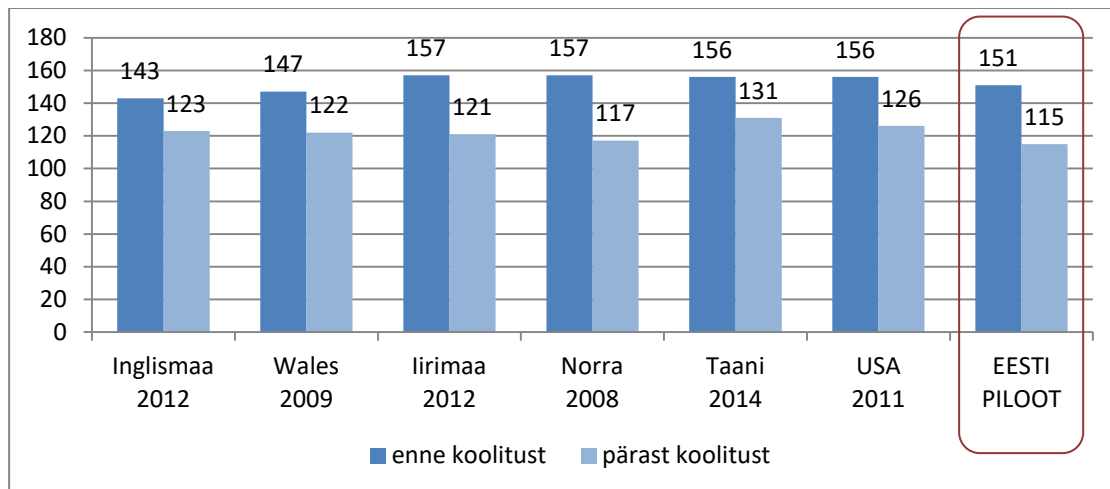
Korrelatsioonanalüüsi kasutades on vaadatud ka ECBI skooride ja PS ankeedi koondskoori vahelist seost. Vanemliku stiili ning lapse käitumise intensiivsuse ja probleemsuse vahel esineb mõõdukas positiivne seos, mis on statistiliselt oluline (Spearmani korrelatsioonikoefitsient $r_s = 0,43$ mõlemal juhul). Ehk vanema kasvatusviiside efektiivsuse kasvades kahaneb lapse käitumise sagedus ja probleemsus. Kui vastajad jagada eelküsitusluse lapse käitumise intensiivsuse skoori alusel kahte gruppi (tavapärane käitumine ja riskirühm), siis riskirühma kuulujate hulgas on vanemliku stiili koondskoor mõnevõrra kõrgemal tasemel ehk vanemlik efektiivsus madalam nii enne kui pärast koolitust (vt joonis 21). Järelküsitusluse ajaks on vanemliku stiili skoori tase statistiliselt oluliselt kahanenud ja vanemlikud oskused paranenud mõlemas grupis.



Joonis 21: Vanemliku efektiivsuse koondskoor tavapärase käitumisega ja riskirühmas ECBI intensiivsuse skoori alusel 2 küsitluskorra võrdluses

Kuna ECBI ankeet on 3–8-aastaste laste vanemate põhiprogrammi rakendavate riikide hulgas rahvusvaheliselt väga laialt levinud, on võimalik esitada ka võrdlus teiste riikide uuringutega. Uuringutes, mille kohta on teadusartikleid avaldatud, vaadatakse valdavalt tugevate käitumisprobleemidega lapsi ning programmis osalevate vanemate lastel on kas käitumisega seotud häire diagnoos või ületab ECBI intensiivsuse skoori tulemus äralõikepunkti. Siinjuures on mitmes uuringus kasutatud äralõikepunkti 127, mis pärineb ECBI küsimustiku väljatöötaja Sheila Eybergi USA andmete põhisest originaaluuringust (Eyberg & Ross 1978). Seetõttu on ka Eesti pilootperioodi andmetest võrdluseks välja võetud vanemate grupp, kelle eelküsitusluse näitaja on vähemalt 127. Jooniselt 22 on näha, et Eesti pilootprojekti tulemus on üldplaanis teiste riikidega võrreldav ning muutuse suuruse osas (36 punkti võrra vähenemist) kõige sarnasem Iirimaa ja Norra andmetega (Furlong jt 2012, Larsson jt 2008). Teiste riikide uuringute puhul on muutus mõnevõrra väiksem, vahemikus 20 – 30 punkti (Little jt 2012, Bywater jt 2009, Trillingsgaard jt 2014, Webster-Stratton jt 2012).

Mitmetes riikides on teostatud ka juhuvalimiga kontrollgrupi uuringuid ehk tõsiste käitumisprobleemidega laste vanemate grupp on juhuvaliku alusel jagatud kaheks – vanemad, kes osalevad vanemlusprogrammis ja vanemad, kes uuringu perioodil sekkumist ei saa. On selgunud, et neljakuulise koolituse perioodi jooksul võib toimuda mõningaid laste käitumise muutusi ka kontrollgrupis, kuid sekkumisgrupis on tuvastatud muutus mitmeid kordi suurem (vt Webster-Stratton jt 2011, Gardner jt 2006, Hutchings jt 2007, Bywater jt 2009, Furlong jt 2012, Larsson jt 2008).



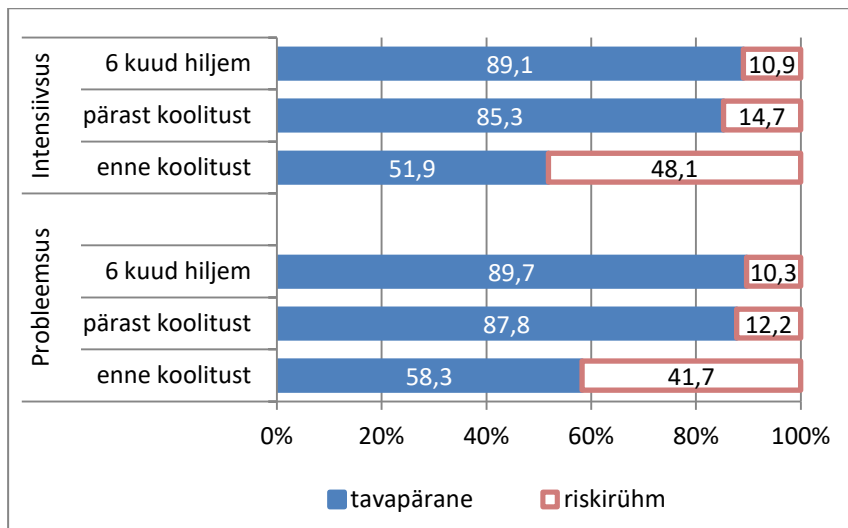
Joonis 22: Eesti piloodi ECBI ankeedi intensiivsuse skoori võrdlus teiste riikide uuringutega suurte käitumisprobleemidega laste vanemate gruppis

Kolme küsitluse võrdlus

Kolme küsitluskorra võrdluses on võimalik vaadata I – IV etapi koolitusgruppide andmeid. III – IV etapi puhul on siinjuures info koolitustel osalenutelt, keda ei planeeritud samal ajal kutsuda jätkuprogrammi. Vaadatud on üksnes nende isikute andmeid, kes on korrektselt vastanud kõigil kolmel küsitluskorral.

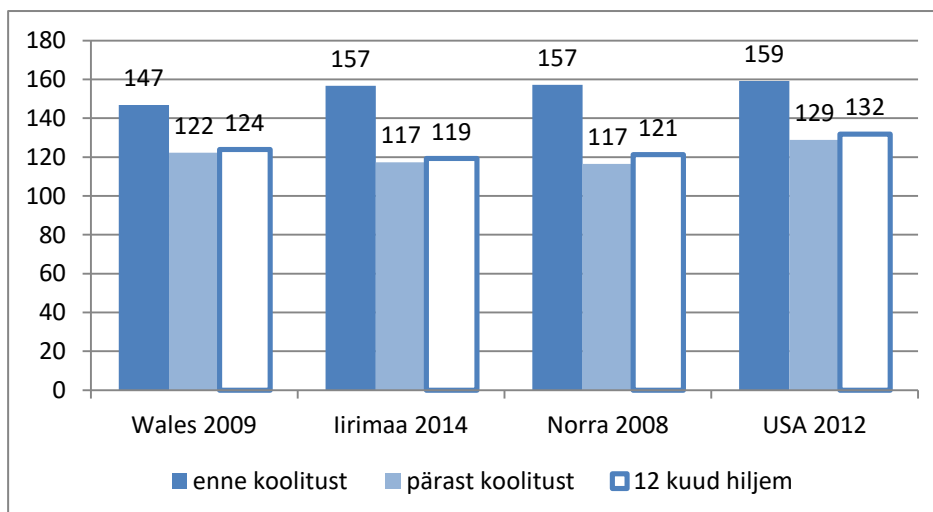
Võrreldud vanemate gruppis on intensiivsuse skoori eelküsitluse näitaja 123, vahetult peale koolitust 98 ja 6 kuud peale koolitust 93 (muutus kahe viimase küsitluskorra vahel on 5 punkti). Probleemsuse skoori puhul on eelküsitluse näitaja 13,3, järelküsitlusel 7,0 ja pool aastat peale koolitust 6,1 (muutus 0,9). Koolituse lõpuks saavutatud tulemus on pool aastat hiljem säilinud ning toimunud on ka skooride mõningane lisakanemine, mis on statistiliselt oluline. Joonisel 23 on esitatud ka jaotus tavapärasesse ja riskirühma. Osakaalude jaotuse osas teise ja kolmanda küsitluskorra andmed oluliselt ei erine.

Toimunud muutus on säilinud ka mõlemas alarühmas (tavapärane ja riskirühm). Nende vanemate puhul, kelle laps kuulus eelküsitluse andmetel probleemse käitumisega gruppi (intensiivsuse skoor 124 ja enam, n = 61), on kolme küsitluskorra intensiivsuse skoori näitajad 144, 111 ja 103 ning probleemsuse skoori näitajad 17,9, 9,3 ja 7,9. Vanemate hulgas, kelle laps eelküsitluse andmetel kuulus tavapärase käitumisega gruppi (n = 68), on intensiivsuse skoori tulemused 104, 87 ja 84 ning probleemsuse skoori tulemused kolmel küsitluskorral 9,3, 5,0 ja 4,4. Teise ja kolmanda küsitluskorra andmed erinevad statistiliselt olulisel määral riskirühma intensiivsuse skoori puhul.



Joonis 23: Lapse käitumise skooride jaotus kahte gruppi 3 küsitluskorra võrdluses, %

Ka teistes IA põhiprogrammi rakendavates riikides on tuvastatud koolituse lõpuks saavutatud muutuse püsijäämine (Bywater jt 2009, McGilloway jt 2014, Larsson jt 2008, Webster-Stratton jt 2012). Tulemusi on vaadatud 12 kuud peale koolitust, mistõttu ei saa neid Eesti piloodi tulemustega otseselt kõrvutada (vt joonis 24).



Joonis 24: ECBI ankeedi intensiivsuse skoor erinevate riikide uuringutes 3 küsitluse võrdluses

Muutused, mida vanem lapses märkab

Peale koolituste lõpetamist toimunud fookusgrupi intervjuudel kirjeldasid lastevanemad ka oma sõnadega, milliseid muutusi on nad koolitusel omandatud meetodeid praktiseerides oma lapses märganud. Esile toodi järgmist:

- Tegevused kulgevad kiiremini, koordineeritumalt ja ilma jonnita.
- Laps suudab oma käitumist paremini reguleerida. Vähem on nutmist, kapriise ja agressiivset eneseväljendust.
- Laps teab, kuidas asjad käivad. Ta on sõnakuulelikum ja saab paremini aru.
- Pidev „ei“ ütlemine on asendunud vanemaga koostöö tegemisega. Asju saab ilma vaidlusteta kokku leppida.
- Laps on rahulikum, rõõmsam, viisakam ja tähelepanelikum.

- Laps on iseseisvam, avatum ja julgem.
- Laps räägib rohkem oma tunnetest ning paranenud on eneseväljendusoskus ja sõnavara.
- Paranenud on lapse läbisaamine õdede-vendadega ning käitumine koolis või lasteaias. Rohkem on koostööd ja jagamist teistega.
- Laps ja vanem veedavad rohkem aega koos. Suurenenud on lähedus- ja kindlustunne ning üksteisemõistmine.

Lastevanemate tsitaate tajutud muutuste kohta:

„Et ei pea enam nii palju käske andma. Ta teab, kuidas asjad käivad. Ja laps räägib ka rohkem oma tunnetest ja lasteaiapäevast, millest ta varem mitte midagi... Me saime ainult lasteaiäpetajate käest teavet, mis lasteaias toimus.“

„Tänu kursustele hakkasin rohkem leidma lapsega ühist keelt. Õppisime temaga paremini kokku leppima ja ta muutus tähelepanelikumaks. Kui ta varem oli väga motoorne, siis nüüd ta kuulab, mida ma talle ütlen, reageerib, kui ma teda kutsun, täidab minu palveid. Ja ma ei räägi temaga enam käskivas toonis.“

„Hästi suur muutus oli see, kui ma hakkasin kiitma neid. Siis tüdruk hakkas ise ka kiitma teisi ja nägema. Ükskord ütles lasteaias õpetajale, et ta oli täna hea õpetaja. Kiidab teisi inimesi ja mind ka. Lapsed on rahulikamad ja ei virise ja ei jonna nii palju. Ei ole nii palju seda abitust, aga vahel ikka on.“

„Riietusruumis asjad lendasid, WC-s uputas sõna otseses mõttes, peksis ustega ja loopis jalanõudega õpetajat. Aga nüüd hakkasid õpetajad muutuseid märkama ja lausa küsima, et mismoodi te seda tegite. Nüüd tuleb välja, et minu laps ei olegi enam rühmas probleemne laps.“

„Nad hakkasid sõbralikumalt mängima ja vähem omavahel kaklema. Ja vanem laps võtab vähem nooremalt mänguasju ära ja kuidagi nad kallistavad rohkem. Nüüd ma võin neid juba rahulikult jätta mängima ja minna midagi kõõgis tegema.“

„Praegu ma tunnen, et meil on palju lihtsam. Meil on nüüd palju vaiksem korteris. Meil tõesti, laps karjus, mina karjusin. Mitte midagi meil ei töötanud. Nüüd on peres karjumine väga haruldane nähtus.“

3.5. Erinevused lastevanemate alarühmades

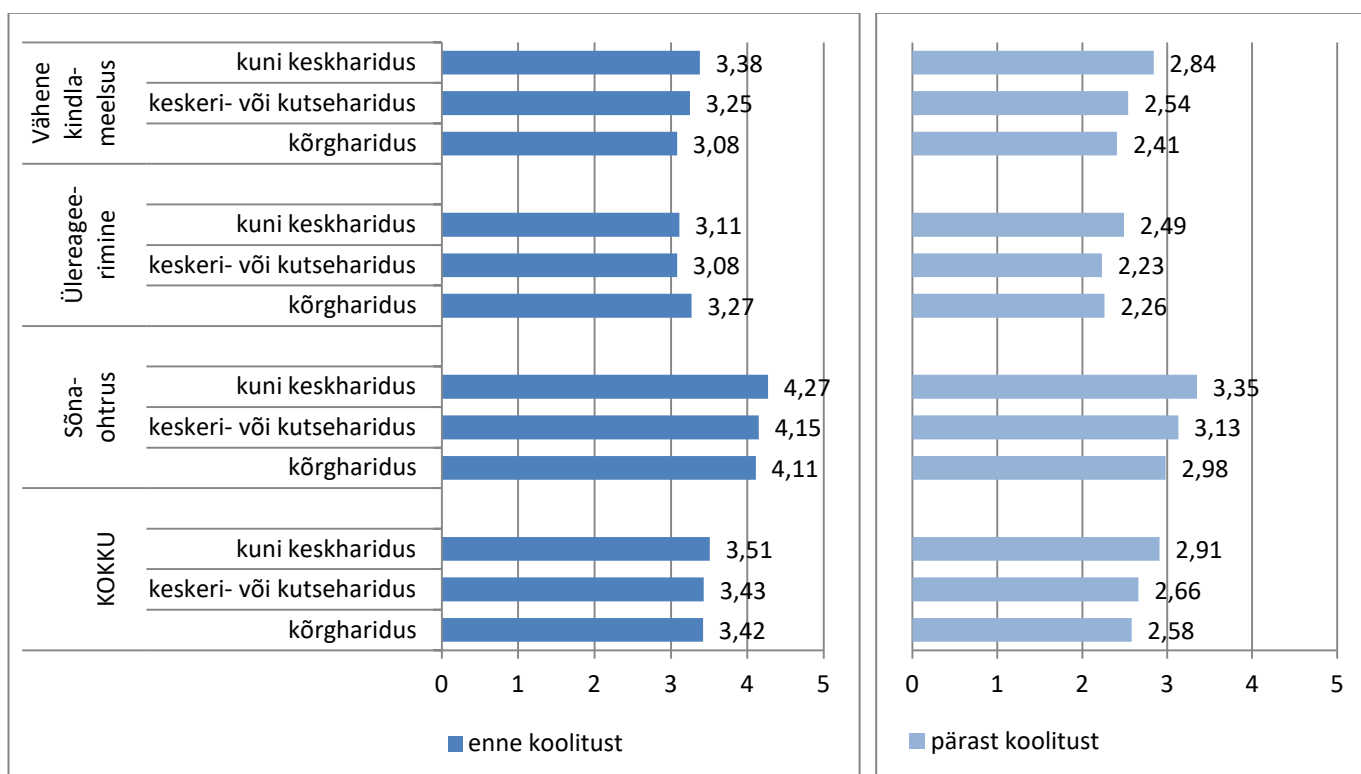
Viie eelkajastatud skoori tulemusi (4 vanemliku stiili ja 2 lapse käitumise skoori) on vaadatud ka järgnevates sotsiaal-demograafilistes lõigetes: lapsevanema sugu, vanus, haridustase, perekonnaseis, laste arv, sissetuleku tase leibkonna liikme kohta, lapse vanus ja sugu (kelle kohta täideti ECBI ankeet). Kõigis analüüsitud alarühmades on kõigi arvatud skooride osas toimunud koolituse lõpuks statistiliselt oluline positiivne muutus. Mõnedes gruppides on aga mõne näitaja algseis kõrgem või muutus väiksem, kui teistes alagruppides, kellega neid on võrreldud. Vaadatud on kahe küsitluskorra andmeid ning vanemaid, kelle kohta on olemas nii eel- kui järelküsitluse ankeet.

Lastevanemate vanusrühmade lõikes (20ndades, 30ndates ja vanemad) ning perekonnaseisu lõikes (elab abikaasa/elukaaslasega, ei ole partnerit) skooride tulemuste osas koolituse eel ega järel erinevusi ei esine. Vanema **soo lõikes** osutub statistiliselt oluliseks üks erinevus. Koolituse eelse seisuga näevad naised lapse käitumises suuremat probleemi, kui mehed – ECBI probleemseuse skoor on vastavalt 16,5 ja 15,0. Järelküsitlusel olulist erinevust enam ei esine ja naiste seas on toimunud veidi suurem muutus (skoor on naiste puhul 8,9 ja meeste puhul 7,7).

Laste arvuga seoses saab samuti kajastada probleemsuse skoori tulemusi. Eelküsitlusel näitajad statistiliselt oluliselt ei erine (1 laps – skoor 15,5, 2 last – skoor 16,0, vähemalt 3 last – skoor 17,3), kuid pärast koolitust on 1 lapsega vanemate näitaja madalam, kui vähemalt 3 lapsega vanematel (1 laps – 7,1, 2 last – 8,9, vähemalt 3 last – 10,5). Nende hulgas on toimunud suurem muutus selles, kui suurt probleemi vanem oma lapse käitumises näeb.

Rohkem näitajaid tuleb esile seoses lapsevanemate **haridustasemega**. Vanemluse stiili skoorid koolituse eelselt statistiliselt oluliselt ei erine, kuid koolituse järgselt on need kõrgemal tasemel kuni keskharidusega vanemate seas võrreldes kutse- või kõrgharidusega vanematega (seejuures sõnaohtrus on erinev võrreldes vaid kõrgharitudetega). Keskeri- või kutseharidusega ning kõrgharidusega vanemad omavahelises võrdluses ei erine (vt joonis 25). See tähendab, et madalama haridustasemega vanemate hulgas on toimunud muutused väiksemad. Kuid ka nende puhul on positiivsed muutused siiski aset leidnud.

Lapse käitumisega seoses tuleb erinevus jällegi esile seoses probleemsuse skooriga. Eelküsitluse andmed haridustaseme lõikes ei erine (kuni keskharidus – 16,5, kutseharidus – 16,5, kõrgharidus – 15,5), kuid järelküsitlusel on kõige madalama haridustasemega vastajate näitaja kõrgem ning muutus väiksem, kui teises kahes grupis (kuni keskharidus – 10,6, kutseharidus – 7,9, kõrgharidus – 8,1).



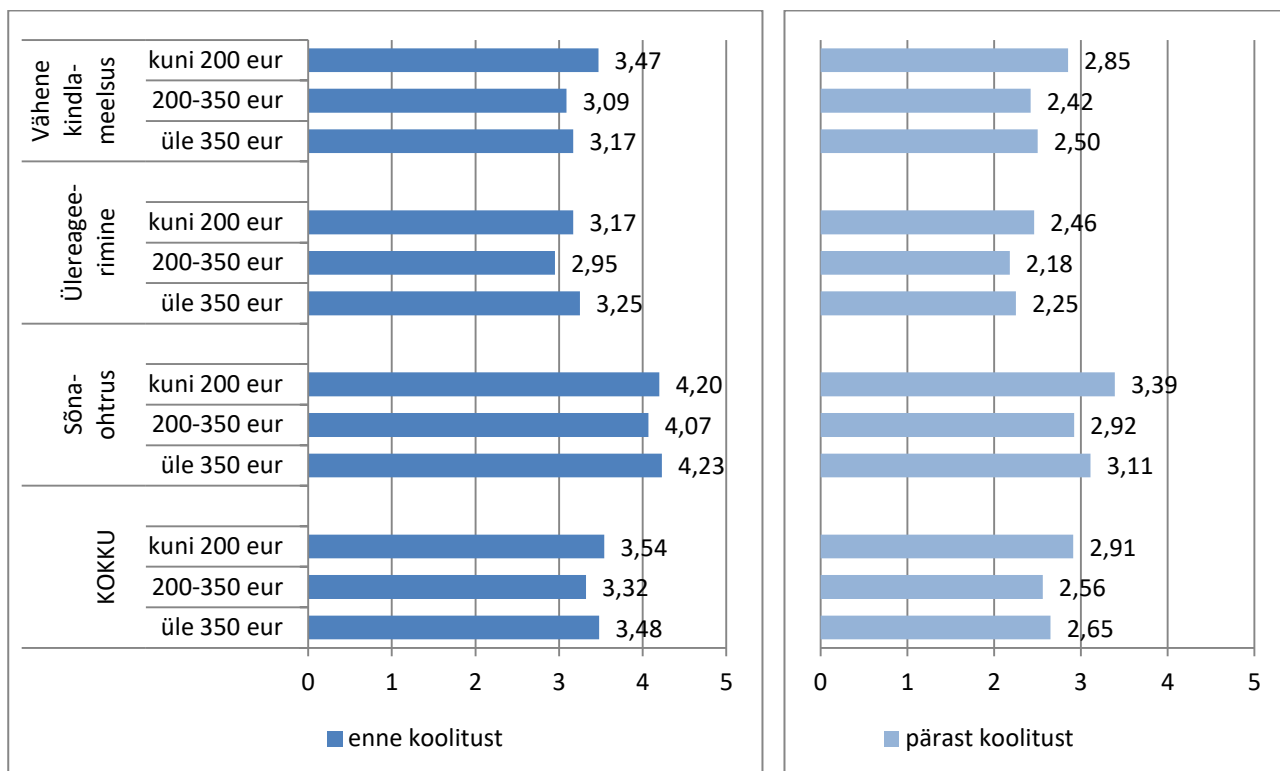
Joonis 25: Vanemluse stiili skoorid vastavalt vanemate haridustasemele 2 küsitluskorra lõikes

Sissetuleku taseme puhul leibkonna liikme kohta leiab erinevusi kõigi vaadeldud skooride osas ning esile tulevad kõige madalama sissetulekuga (kuni 200 eurot pereliikme kohta kuus) vastajad. Vanemliku stiili osas on eelküsitlusel erinevust märgata vähese kindlamaelsuse skoori puhul, mis on madalaima sissetulekuga grupis kõrgem. Lisaks esineb statistiliselt oluline erinevus ülereageerimise skoori osas, mis on keskmise sissetuleku tasemega grupis madalam, kui kahes teises grupis. Järelküsitlusel on kõigi vanemluse stiili skooride näitajad kõrgemad vanemate seas, kelle sissetuleku tase ühe pereliikme kohta kuus on kuni 200 eurot. Nende seas on toimunud muutused väiksemad, kui kahes teises grupis (kuid koolituse lõpuks on näitajad samuti oluliselt vähenenud) (vt joonis 26).

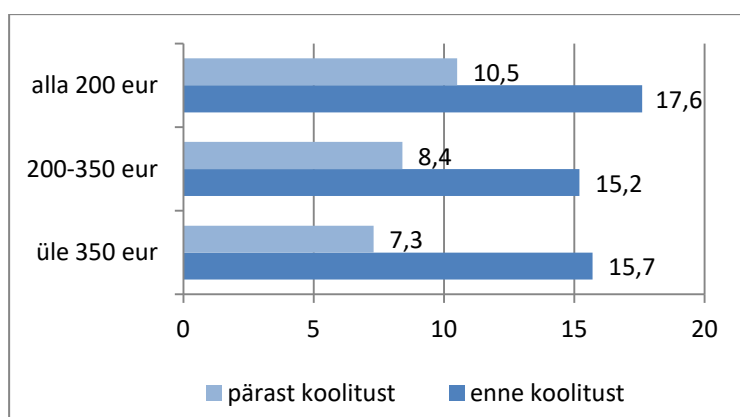
ECBI skooride osas lapse käitumise intensiivsuse näitaja koolituse eelselt ei erine (kuni 200 eur – skoor 134, 200 – 350 eur – skoor 128, üle 350 eur – skoor 130). Küll aga erineb see koolituse järgselt, kuna

madalaima sissetuleku tasemega grupis on toimunud muutus mõnevõrra väiksem (kuni 200 eur – skoor 109, kaks teist gruppi – skoor 101). Lapse käitumise probleemsuse näitaja erineb mõlema küsitluskorra ajal ning on madalaima sissetuleku tasemega vanemate grupis kõrgem, kui kahes teises grupis (vt joonis 27). Aga ka nende hulgas on toimunud lapse probleemse käitumise oluline vähenemine.

Sissetuleku ja haridustaseme näitajad on ka omavahel seotud. Kõrgharitute grupis on kõige suurem osakaal (53%) vanemaid, kelle sissetulek leibkonna liikme kohta on üle 350 euro kuus ning kuni keskharidusega vanemaga grupis on suurem osakaal (51%) vanemaid, kes kuuluvad sissetuleku gruppi kuni 200 eurot pereliikme kohta kuus.



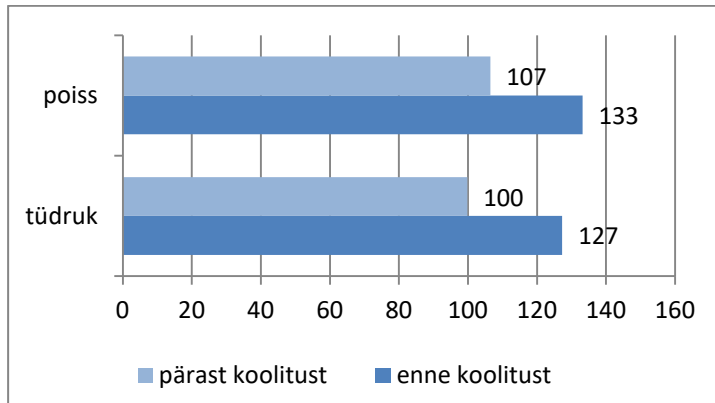
Joonis 26: Vanemluse stiili skoorid vastavalt kuus sissetuleku tasemele ühe leibkonna liikme kohta 2 küsitluskorra lõikes



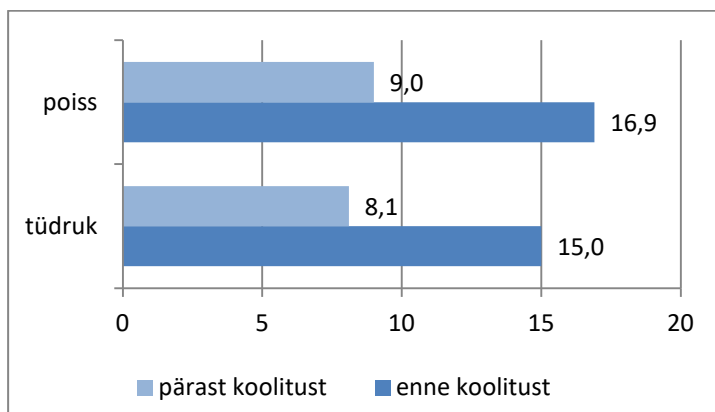
Joonis 27: Lapse käitumise probleemsuse skoor vastavalt kuus sissetuleku tasemele ühe leibkonna liikme kohta 2 küsitluskorra lõikes

Lapse vanuse lõikes (kelle kohta ECBI ankeet täideti) tuleb esile vaid üks erinevus eelküsitlusel, kus vanema vähese kindlameelsuse skoor on nooremate laste vanemate hulgas kõrgem (3–4-a vanemad – skoor 3,4, 5–6-a lapse vanemad – 3,1, 7–8-a lapse vanemad – 3,0). Järelküsitlusel vanemluse stiilis osas erinevusi enam ei esine. Lapse vanusrühmade lõikes vaadeldud skoorid oluliselt ei erine.

Lapse soo lõikes andmeid analüüsid on erinevused näha seoses lapse käitumise skooridega. Nimelt on käitumise intensiivsuse skoor poiste hulgas tüdrukutest mõnevõrra kõrgemal tasemel nii koolituse eelselt kui ka järgselt. Toimunud muutus on mõlema soo osas sarnasel tasemel (vt joonis 28). Käitumise probleemsuse skoori puhul erineb koolituse eelne seis – näitaja on poiste hulgas kõrgem, kui tütarlastel. Kuna koolituse käigus on poiste puhul toimunud suurem muutus, siis koolituse järgne näitaja enam soo lõikes ei erine (vt joonis 29).



Joonis 28: Lapse käitumise intensiivsuse skoor vastavalt lapse soole 2 küsitluskorra lõikes

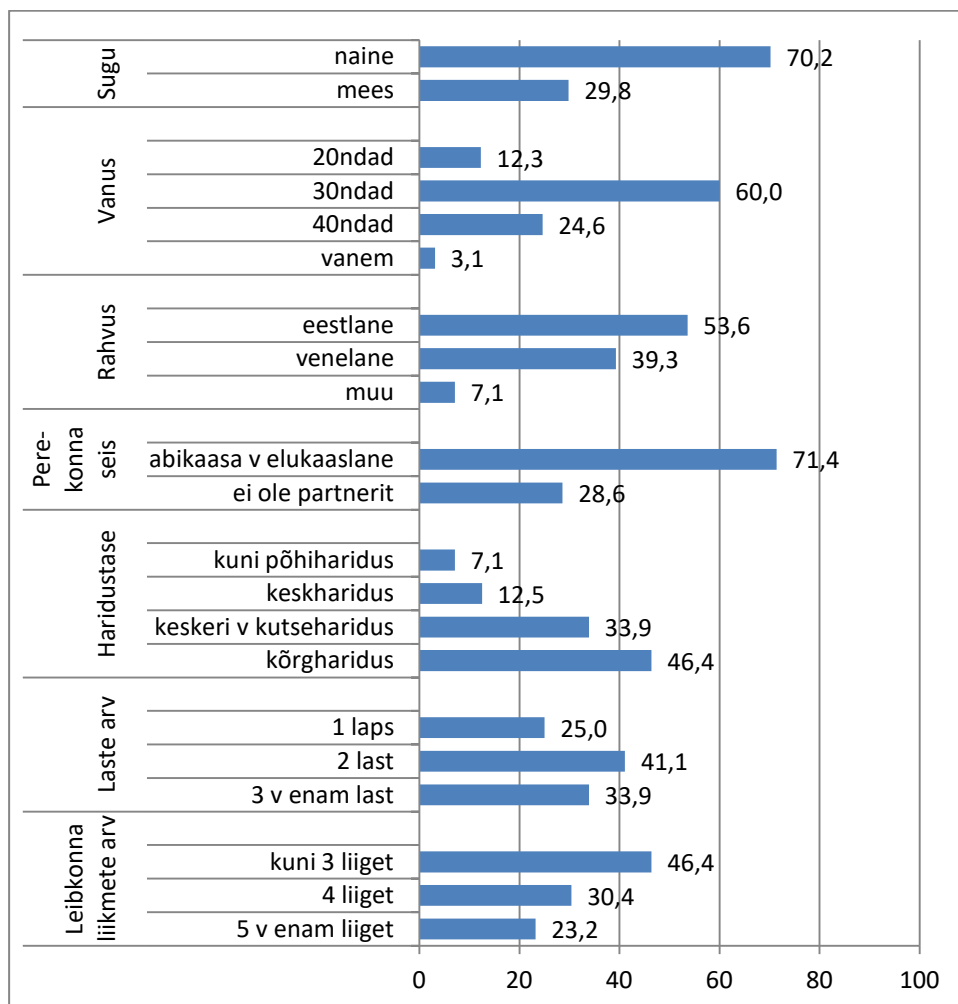


Joonis 29: Lapse käitumise probleemsuse skoor vastavalt lapse soole 2 küsitluskorra lõikes

4. Jätukuprogrammi tulemused

4.1. Osalenud lastevanemad ja tagasiside koolitusele

„Imelised aastad“ jätkuprogrammi koolitusega alustas pilootprojekti jooksul 67 inimest, nendest 70% olid naised ja 30% mehed. Vanuseliselt oli kõige rohkem 30ndates eluaastates inimesi. Ülevaade koolitusele tulnute sotsiaal-demograafilistest näitajatest on toodud joonisel 30. Koolitusele saabunutest lõpetas protsessi 61 inimest ning katkestas 6 lastevanemat ehk 9% alustanutest.



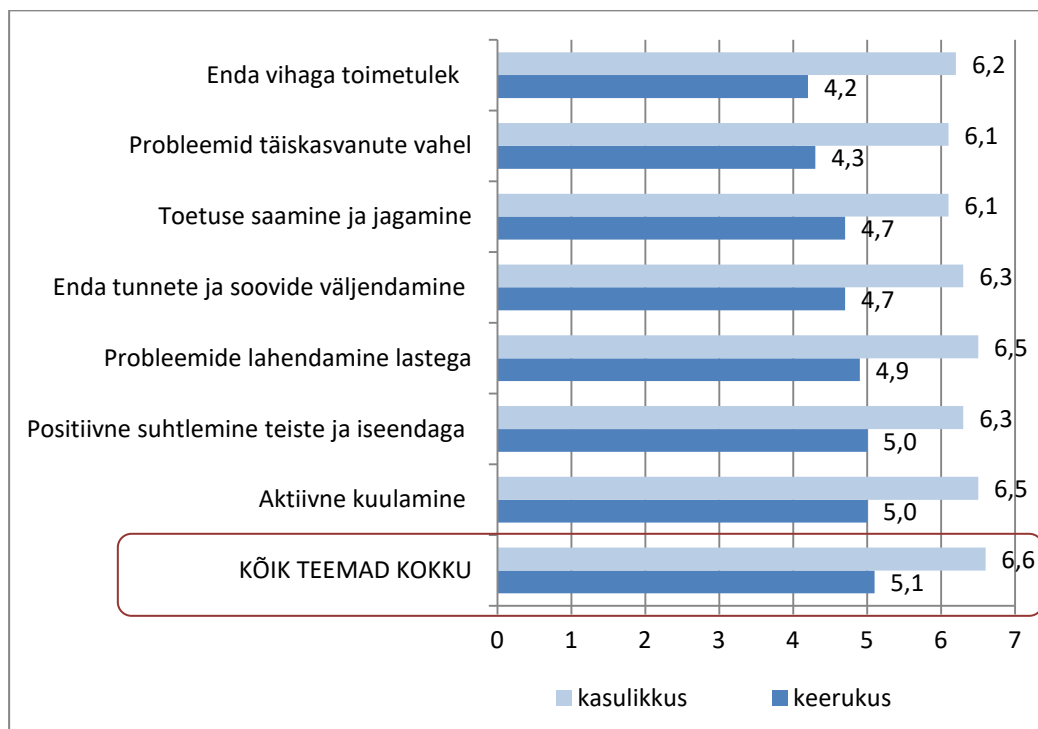
Joonis 30: Jätukuprogrammi koolitusele saabunud lastevanemate sotsiaal-demograafilised näitajad, %

Sarnaselt põhiprogrammiga täitsid osalejad viimase grupikohtumise lõpus tagasisideankeedi ja hindasid, kui keeruliseks ning kui kasulikuks osutusid nende jaoks koolituse meetodid ja teemad ning kui hästi tulid oma tööga toime grupijuhid. Hinnanguid anti 7-pallisel skaalal, kus 7 tähendas maksimaalselt positiivset hinnangut.

Koolitusel kasutatud meetoditest pidasid lapsevanemad kõige keerulisemaks kodus täiskasvanute või lastega oskuste praktiseerimist ja iseseisvat tööd materjalidega (keskmine hinnang 4,3 – 4,6). Grupitöö jooksul teostatud tegevustest olid kõige keerulisemad rollimängud (keskmine hinnang 5,3). Ülejäänud meetodid nagu arutelud grupis, videote analüüs ja grupijuhtide poolt edastatud info said kõrgema keskmise hinnangu (vahemikus 5,8 – 6,1). Kõiki meetoodilisi lähenemisi peeti enda jaoks kasulikuks. Keskmised hinnangud erinevatele lähenemisviisidele on vahemikus 6,0 – 6,6.

Koolituse erinevatest teemadest pidasid lapsevanemad enda jaoks kõige keerulisemaks enda vihaga toimetulekut ja probleemide lahendamist täiskasvanute vahel. Kõige kergem oli omandada aktiivse

kuulamise ja positiivse suhtlemisega seotud oskuseid. Ka need teemad, mida peeti koolituse käigus keerulisemaks, olid lastevanemate jaoks kasulikud (vt joonis 31). Võrreldes põhiprogrammile antud tagasisidega on jätkuprogrammi teemad osalejate jaoks keerulisemad omandada, aga kasulikkuse hinnangud on samasugusel kõrgel tasemel.



Joonis 31: Jätkuprogrammi koolitusel käsitletud teemade keerukus ja kasulikkus lastevanemate jaoks, keskmine 7-pallisel skaalal

Sarnaselt põhiprogrammi tagasisidega sisaldas ka jätkuprogrammi ankeet küsimusi selle kohta, kuidas on koolitus suutnud lahendada erinevaid probleeme ja kas osaleja soovitaks programmi teistele. Tabelis 7 on näidatud hinnangute keskmised ning toodud nende vastajate osakaal, kes andsid vastuseks 6 või 7 palli. Tulemused näitavad, et osalenud soovitaks „Imelised aastad“ jätkuprogrammi kindlasti ka teistele vanematele ja leiavad, et programmi lähenemine lapse käitumise muutmisele on olnud sobiv. Need kaks näitajat on analoogsed ka põhiprogrammi tagasisidega. Teiste näitajate osas on tulemused mõnevõrra madalamad kui põhiprogrammile antud hinnangud. Seejuures tuleb arvestada, et antud vanemad on juba põhiprogrammi läbinud ning sellega kaasnesidki esmalt suuremad muutused, kui hiljem lisandunud jätkuprogrammi puhul.

Jätkuprogrammi lõppedes fookusgrupi intervjuusid ei tehtud, kuid tagasisideankeedis küsiti vanematelt ka lahtine küsimus selle kohta, milline läbikäidud teemadest oli kõige abistavam ning milles saadud kasu seisnes. Kirjutatud vastused saab kokku võtta järgnevalt:

- Kõige suuremat kasu oli lapsevanematel probleemide lahendamise oskustest nii laste kui täiskasvanutega suhtlemisel kui ka lastele antud oskuse õpetamisel. Õpitu abil on võimalik tekkinud probleemile rahulikult läheneda, see konkreetselt sõnastada, osapooltega selgeks rääkida ja koostöös võimalikud lahendused leida. Kui laps õpib ise oma probleemidega toime tulema, kasvab tema enesekindlus ja iseseisvus.
- Eeltooduga seotult toodi esile ka aktiivse kuulamise ja tunnete peegeldamise oskust ning perekoosolekute vormi koostöök, mis võimaldab leida ülesse murede põhjused ja nende lahendamise võimalused.
- Veel toodi olulisema teemana välja enda vihaga toimetulekut, negatiivsete mõtete kontrollimist ja ümbersõnastamist positiivseteks. Oskus õigeaegselt peatuda ja ennast suunata annab võimaluse sobilikumalt väljenduda ja efektiivsemalt suhelda.

Tabel 7: Jätukuprogrammis osalenute hinnangud koolituse üldisele tulemuslikkusele

Väide	7-pallise skaala otsad	Keskmine	Nende %, kes märkis 6-7 palli
Ma arvan, et viis, kuidas selle programmi abil läheneti minu lapse käitumise muutmisele...	ei ole üldse sobiv, on väga sobiv	6,3	83,3
Oma lapse edusamme jälgides tunnen ma täna, et...	ei ole üldse rahul, olen väga rahul	5,9	62,5
Minu lapse käitumisprobleemid, mida ma püüdsin antud programmi meetodeid kasutades lahendada...	halvenesid tunduvalt, paranesid tunduvalt	5,5	41,7
Minu oskused iseenda emotsioonidega toimetulekuks ja mõtete suunamiseks...	halvenesid tunduvalt, paranesid tunduvalt	5,6	56,5
Minu suhted oma lapse või lastega...	halvenesid tunduvalt, paranesid tunduvalt	5,5	52,1
Minu suhted teiste pereliikmete või lähedastega (nt abikaasaga, oma vanematega)	halvenesid tunduvalt, paranesid tunduvalt	5,3	51,1
Kui kindel Te täna olete, et saate programmis õpitu abil ise oma lapsel ilmnevate käitumisprobleemidega hakkama?	ei ole üldse kindel, olen väga kindel	5,6	58,3
Kas Te soovitaksite selles programmis osalemist oma sõpradele või sugulastele?	kindlasti ei soovitaks, kindlasti soovitaks	6,8	97,9

4.2. Vanemlik kompetents ja depressiivsuse tase

Tajutud vanemlik kompetents

Vanemlusega seotud näitajaid mõõdeti jätkuprogrammi koolituste raames PSOC ankeedi ehk tajutud vanemliku kompetentsuse küsimustiku abil. Ankeedi väidetele annab vanem hinnangu 6-pallisel nõustumise skaalal („ei nõustu üldse“ kuni „nõustun täielikult“). Ankeedi vastuste põhjal on arvatud kolm skoori: rahulolu, enesetõhusus ja vanemliku kompetentsi koondskoor. Rahulolu skoor saab olla vahemikus 9 – 54, enesetõhususe skoor vahemikus 7 – 42 ja kõigi väidete põhjal arvatud koondskoor vahemikus 16 – 96. Skoorid on summa väidetele antud vastustest skaalal 1 – 6. Mida kõrgem skoor, seda suurem on vastaja poolt tajutud kompetents vanema rolli täitmisel.

Tabelis 8 ja 9 on PSOC ankeedi väited jagatud kahte alavaldkonda ning tulemused on näidatud kahel viisil – 6-pallise skaala keskmise vastusena ning vastajate osakaaluna, kes kas nõustuvad või ei nõustu väitega (vastavalt sellele, kumb pool skaalast tähistab suuremat tajutud kompetentsi). Väited on järjestatud keskmise suuruse alusel eelküsitusel ning mida kõrgem keskmine, seda suurem tajutud rahulolu või enesetõhusus. Eel- ja järelküsitluse tulemuste erinevust on vaadatud keskmiste näitajate alusel.

Rahulolu skoori alla kuuluvad väited väljendavad lapsevanema mure, frustratsiooni ja motivatsiooni taset. Viie väite osas üheksast on koolituse lõpuks toimunud positiivne muutus. Suurenenud on vanemate hulk, kes ei arva, et ta ei saa midagi tehtud, et vanemaks olemine on nende lapse praeguses vanuses raske, et vanemaks olemine tekitab ärevust ja pinget, et tema enda ema või isa oli paremini valmistunud heaks lapsevanemaks olemiseks või et ta pole väga palju saavutanud. Seoses sellega on koolituse lõpuks oluliselt suurenenud ka rahulolu skoori tase (2,9 punkti võrra) (vt tabel 8 ja joonis 31).

Tabelis 9 on toodud väited, mis kuuluvad enesetõhususe skoori alla ja väljendavad lapsevanema kompetentsi, suutlikkuse ja probleemide lahendamise oskuste taset. Kolme väite osas seitsmest on koolituse lõpuks toimunud muutus statistiliselt oluline. Suurenenud on lastevanemate hulk, kes leiavad, et nad oleks heaks eeskujuks noortele emadele või isadele, kes tunnevad ennast vanema rollis koduselt ning arvavad, et lapsevanemana on võimalik mistahes probleemid lahendada. Koolituse lõpuks on

suurenenud ka enesetõhususe skoori tase (2,0 punkti võrra) ning tajutud kompetentsuse koondskoori tase (4,8 punkti võrra) (vt joonis 32).

Tabel 8: Rahulolu skoori alla kuuluvate väidete kohta antud vastused

Väide	Keskmine 6-pallisel skaalal			Vanemate %, kes ei nõustu**	
	Enne koolitust	Pärast koolitust	Muutus*	Enne koolitust	Pärast koolitust
Üks keerulisemaid probleeme seoses lapsevanemaks olemisega on see, et sa ei tea, kas sa teed seda hästi või halvasti.	2,59	2,82	0,23	26,5	26,5
Mõnikord ma tunnen, et ma ei saa midagi tehtud.	3,04	3,65	0,61	28,6	51,0
Olgugi, et lapsevanemaks olemine võib olla rahuldustpakkuv, on see minu lapse praeguses vanuses raske.	3,10	3,59	0,49	36,7	57,1
Mõnikord, kui ma peaksin omama kontrolli, tunnen, et pigem olen mina see, kellega manipuleeritakse.	3,57	3,76	0,19	49,0	59,2
Ma lähen magama ja ärkan üles tundega, et ma pole väga palju saavutanud.	3,71	4,10	0,39	57,1	73,5
Lapsevanemaks olemine tekitab minus pinget ja ärevust.	3,88	4,27	0,39	63,3	77,6
Minu anded ja huvid on teistes valdkondades, mitte vanemluses.	4,10	4,27	0,17	69,4	75,5
Kui emaks/isaks olemine oleks huvitavam, oleksin ma motiveeritud olema parem lapsevanem.	4,55	4,63	0,08	81,6	89,8
Mu ema/isa oli paremini valmistunud olemaks hea lapsevanem kui mina olen.	4,61	4,98	0,37	83,7	91,8

* Halli taustaga on tähistatud statistiliselt olulised muutused.

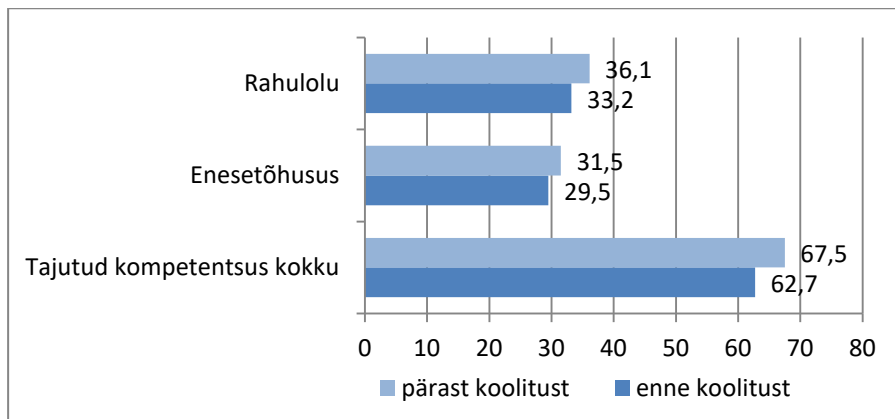
** Vastanud "ei nõustu üldse", "ei nõustu" või "pigem ei nõustu".

Tabel 9: Enesetõhususe skoori alla kuuluvate väidete kohta antud vastused

Väide	Keskmine 6-pallisel skaalal			Vanemate %, kes nõustub**	
	Enne koolitust	Pärast koolitust	Muutus*	Enne koolitust	Pärast koolitust
Ma oleksin heaks eeskujuks noortele emadele/isadele, kes peavad õppima, mida tähendab olla hea lapsevanem.	3,67	4,16	0,49	59,2	77,6
Ma vastan oma ootustele lapse eest hoolitsemise osas.	3,82	4,04	0,22	69,4	77,6
Arvestades, kui kaua ma olen ema/isa olnud, tunnen ma ennast selles rollis täiesti koduselt.	3,92	4,33	0,41	66,7	79,6
Lapsevanemaks olemisega on võimalik hakkama saada ja mistahes probleemid on kergesti lahendatavad.	4,10	4,43	0,33	71,4	85,7
Kui keegi on võimeline leidma vastuse küsimusele, mis mu lapsele muret valmistab, olen see mina.	4,40	4,59	0,19	75,0	87,8
Ma usun siiralt, et mul on olemas kõik oskused selleks, et olla oma lapsele hea ema/isa.	4,41	4,65	0,24	73,5	83,7
Olen jõudnud arusaamisele, et lapse eest hoolitsemise probleeme on lihtne lahendada, kui tead, kuidas sinu teod last mõjutavad.	5,39	5,27	-0,12	95,9	98,0

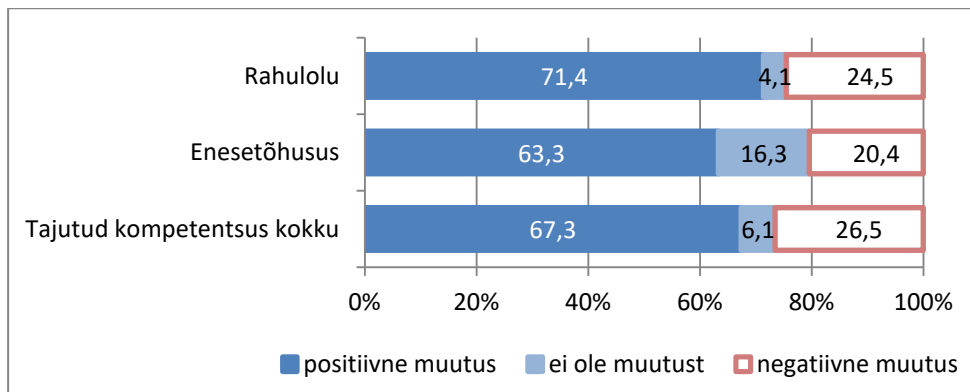
* Halli taustaga on tähistatud statistiliselt olulised muutused.

** Vastanud "nõustun täielikult", "nõustun" või "pigem nõustun".



Joonis 32: Vanemliku kompetentsuse skoorid 2 küsitluse võrdluses

Lisaks kõikide koolitatute keskmisele näitajale on vaadatud ka individuaalseid tulemusi ehk kui paljude vanemate puhul on toimunud skoori kasvamine (positiivne muutus), kahanemine (negatiivne muutus) või selle samale tasemele jäämine, kui eelküsitlusel. Siin lähevad arvesse ka 1-pallised muutused tulemuses. Joonise 33 põhjal on näha, et enamuse vanemate puhul on järelküsitluse ajaks aset leidnud positiivse suunaga muutus. Negatiivse suunaga muutus on toimunud umbes neljandiku vastajate puhul.



Joonis 33: Muutused individuaalsetes tulemustes PSOC eel- ja järelküsitluse skooride võrdlusel, %

Üldine meeleolu ja depressiivsus

Depressiivsusega seotud näitajaid mõõdeti küsimustiku DEPS abil. Ankeedi kümnele väitele annab vastaja hinnangu 4-pallisel skaalal („üldse mitte“ kuni „väga palju“) mõeldes viimase kuu aja peale. Vastuste põhjal arvutatakse üldise depressiivsuse taseme skoor. Skoor on summa väidetele antud vastustest skaalal 0 – 3 ja saab olla vahemikus 0 – 30. Mida kõrgem skoor, seda halvem on vastaja üldine meeleolu ja kõrgem depressiivsuse oht. Soomes DEPS küsimustiku väljatöötajate ja teiste teadlaste poolt teostatud uuringu põhjal on skoori äralõikepunktiks, mis viitab depressiooni kliinilisele tasemele, 11/12 ning olulistele depressiooni sümptomitele laiemalt 9/10 (Poutanen jt 2010). Äralõikepunkti 10 on kasutatud ka antud uuringu tulemuste tõlgendamisel.

Vastused kõigile väidetele enne ja pärast koolitust on toodud joonisel 34. Väited on järjestatud vastavalt sellele, millist sümptomit koolituse eelselt kõige enam esines. Ankeedi väidete täielik sõnastus on järgmine (joonisel esitatud lühendatult):

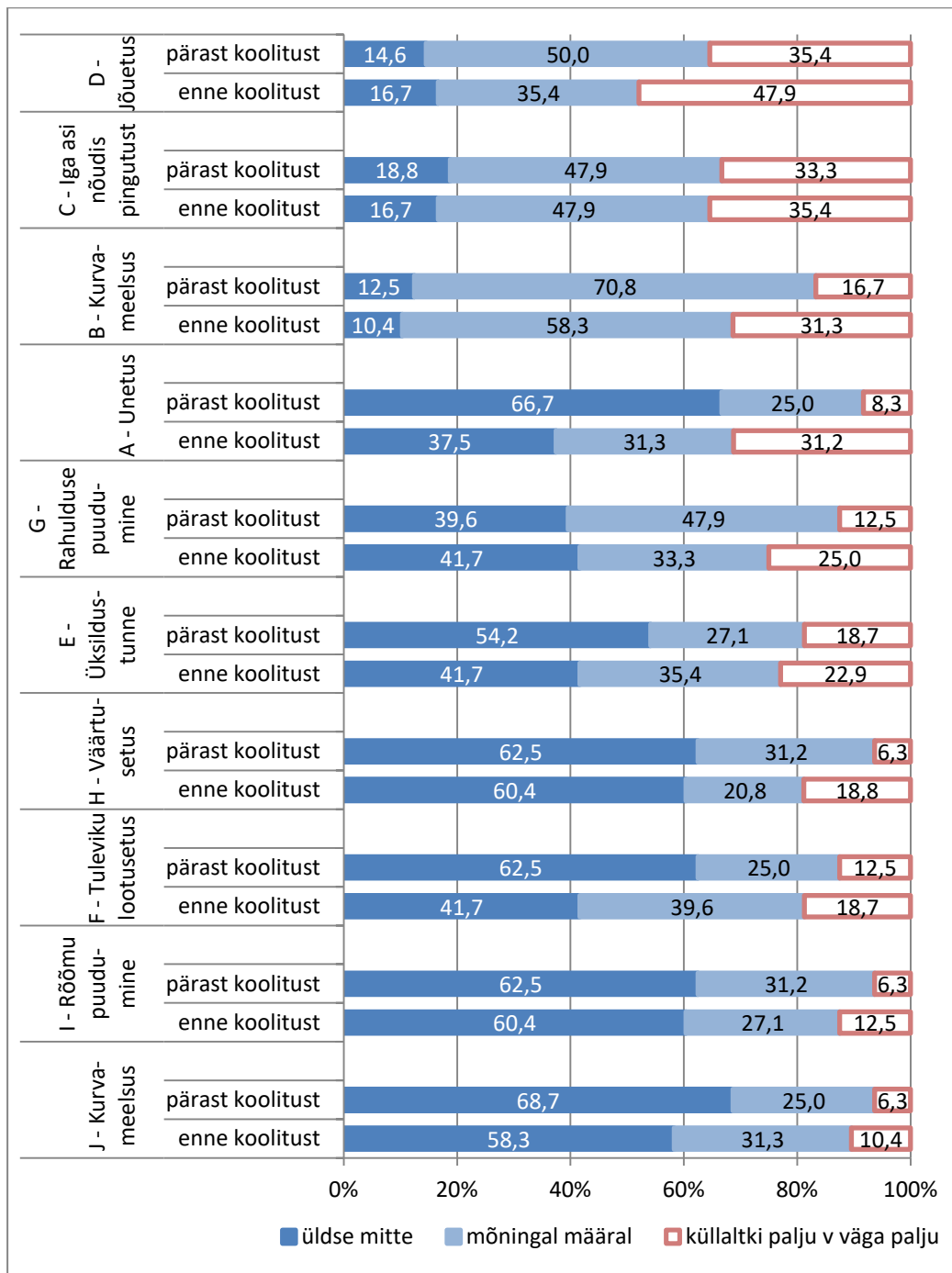
- Kannatasin unetust
- Tundsin end kurvameelsena
- Minule tundus, et iga asi nõudis pingutust
- Tundsin end jõuetuna
- Tundsin end üksikuna
- Tulevik tundus lootusetuna

- G. Ei tundnud elust rahuldust, naudingut
- H. Tundsin end väärtusetuna
- I. Tundsin, et elus ei ole enam mingit rõõmu
- J. Minule tundus, et oma kurvameelsust ma ei oleks suutnud leevendada isegi perekonna või sõprade abiga

Koolituse eelselt esines lastevanematel kõige rohkem jõuetust, kurvameelsust, unetust ja tunnet, et iga asi nõuab pingutust. Vähemalt 31% vastajatest märkis, et antud sümptomit esines viimase kuu aja jooksul palju. Viie väite osas kümnest (A, B, D, G, H), on nende inimeste osakaal, kes väidavad, et neil esineb antud sümptomit küllaltki palju või väga palju, koolituse lõpuks vähenenud üle kümne protsendi. Kuna aga vastajate hulk on väike (N = 48), osutub statistiliselt oluliseks vaid üks muutus – eelküsitleusega võrreldes on järelküsitleuse ajaks 23 protsendipunkti võrra vähem vastajaid, kes kannatasid unetust.

Kõigi väidete vastuste põhjal arvatud skoori tase on koolituse eel 9,33 ja järel 7,35 ning see muutus on statistiliselt oluline (vähenemine ligi 2 punkti võrra). Kasutades äralõikepunkti 10, on vastajad jagatud kahte gruppi – 1) esineb olulisel määral depressiooni sümptomeid, 2) ei ole palju sümptomeid. Enne koolituse algust kuulus oluliste sümptomitega vanemate gruppi 43,8% vastajatest ning peale koolitust 22,9%. See muutus (vähenemine 21 protsendipunkti võrra) on statistiliselt oluline.

Kui vaadata lisaks ka individuaalseid tulemusi on näha, et 64,5% vastajatest on koolituse lõpuks depressiivsusega seotud skoori tase kahanenud vähemalt 1 punkti võrra. 6,3% ei ole muutust toimunud ning 29,2% vanematest on skoori tase tõusnud vähemalt 1 punkti võrra.



Joonis 34: Vastused DEPS ankeedi väidetele 2 küsitluskorra võrdluses, %

4.3. Vanema hinnangud lapse käitumisele

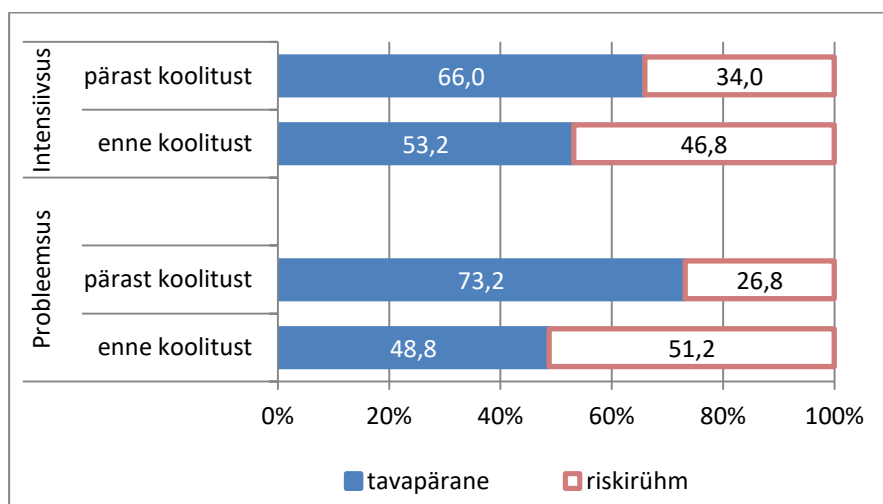
Eybergi lapse käitumise küsimustik oli pilootprojektis kasutusel nii põhi- kui jätkuprogrammi koolitusgruppides. 36 väitele antud vastuste põhjal arvutatakse välja lapse käitumise intensiivsuse ja probleemsuse skoor, millest esimene saab olla vahemikus 36 – 252 ja teine vahemikus 0 – 36. Mida kõrgemad skoorid, seda suuremad on lapse käitumisega esinevad probleemid.

Kui vanemal on mitu last, siis täitis ta ankeedi selle lapse kohta, kelle käitumisega on tal rohkem muresid. 72% jätkuprogrammis osalenud vanematest täitis ankeedi poisi ja 28% tüdruku kohta, 60% eelkoolialise (4–6-a) ja 40% koolialise lapse kohta (7–11-a).

Tabelis 10 on esmalt esitatud lastevanemate poolt antud hinnangud lapse käitumise esinemise intensiivsusele. Igat käitumist hinnati 7-pallisel skaalal, kus 1 tähendas, et antud käitumist ei esine kunagi ning 7, et seda esineb alati. Ankeedi väited on tabelis järjestatud käitumise esinemise sageduse alusel eelküsitluse ajal. 36 väitest 11 puhul on koolituse järgse küsitluse ajaks lapse käitumise sagedus oluliselt vähenenud. See on kaasa toonud ka käitumise intensiivsuse skoori vähenemise, mis oli eelküsitluse ajal 122 ning järelküsitlusel 113 (muutus 9 punkti).

Teise aspektina hindasid vanemad, kas lapse käitumine on tema jaoks probleem („jah“ või „ei“ vastusena). Tabeli 10 teises osas on esitatud lastevanemate osakaal, kes on märkinud, et lapse käitumine on probleem. 36 väitest 8 puhul on koolituse järgse küsitluse ajaks vähenenud vastajate osakaal, kes antud käitumist murekohaks peavad. Ka mitmete teiste käitumiste puhul on muutus üle kümne protsendi, kuid ei osutu väikese valimi tõttu (N = 41) statistiliselt oluliseks. Käitumise probleemsususe skoor oli eelküsitlusel 13,1 ja järelküsitlusel 9,1. See muutus (vähenemine 4 punkti võrra) on statistiliselt oluline.

Joonisel 35 on skoori tulemused jagatud kahte gruppi: tavapärase käitumisega ja riskirühma kuuluvad lapsed (arvestades intensiivsuse skoori äralõikepunkti 124 ja probleemsususe skoori äralõikepunkti 14). Intensiivsuse skoori osas on riskirühma kuulujate osakaal koolituse lõpuks vähenenud 13 protsendipunkti võrra ja probleemsususe skoori osas 24 protsendipunkti võrra. Statistiliselt oluliseks osutub viimane tulemus.



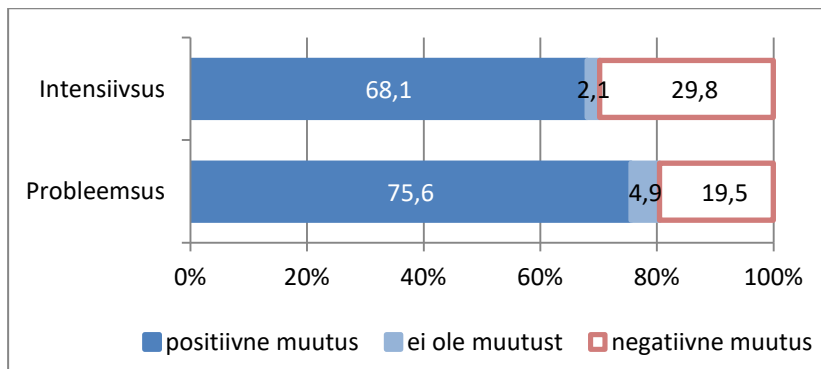
Joonis 35: Lapse käitumise skooride jaotus kahte gruppi 2 küsitluskorra võrdluses, %

Tabel 10: Vanemate hinnangud lapse käitumise intensiivsusele ja probleemsusele

Väited (järjestatud käitumise intensiivsuse järgi eelküsitlemise ajal)	Käitumise intensiivsus, 7-pallise skaala keskmine			Vanemate %, kes peavad käitumist probleemiks		
	enne koolitust	pärast koolitust	muutus*	enne koolitust	pärast koolitust	muutus*
Vihastab, kui ei saa oma tahtmist	4,72	4,23	-0,49	48,8	31,7	-17,1
Otsib pidevalt tähelepanu	4,53	4,09	-0,45	31,7	9,8	-22,0
On aeglane magamaminekuks valmistumisel	4,38	3,87	-0,51	63,4	31,7	-31,7
Segab vahele	4,36	4,02	-0,34	58,5	36,6	-22,0
Keskendumine on kergesti häiritav	4,23	3,98	-0,26	36,6	26,8	-9,8
Keeldub kuuletumast, kuni ähvardatakse karistusega	4,17	3,66	-0,51	70,7	43,9	-26,8
Venitab riidesse panemisel	4,09	4,00	-0,09	39,0	39,0	0,0
Keeldub söömast pakutavat toitu	4,06	3,96	-0,11	36,6	26,8	-9,8
Keeldub õigel ajal magama minemast	3,98	3,66	-0,32	46,3	31,7	-14,6
Vingub	3,83	3,32	-0,51	51,2	34,2	-17,1
On liiga aktiivne või rahutu	3,83	3,38	-0,45	34,2	22,0	-12,2
Tähelepanuvõime on lühiajaline	3,70	3,62	-0,09	29,3	26,8	-2,4
Käitub trotsivalt, kui tal palutakse midagi teha	3,68	3,15	-0,53	56,1	31,7	-24,4
Keeldub tegemast majapidamistööid, kui seda palutakse	3,66	3,40	-0,26	48,8	29,3	-19,5
Venitab või viivitab söögiajal	3,66	3,30	-0,36	14,6	17,1	2,4
Röögib või karjub	3,66	3,17	-0,49	51,2	34,2	-17,1
Ei allu iseseisvalt kodureeglitele	3,62	3,43	-0,19	36,6	26,8	-9,8
Tal on jonnihood	3,62	3,23	-0,38	46,3	24,4	-22,0
Vaidleb vanematega reeglite üle	3,57	3,13	-0,45	41,5	14,6	-26,8
Tülitseb oma õdede ja vendadega (verbaalselt)	3,55	3,53	-0,02	46,3	39,0	-7,3
Ülesannete või tegevuste lõpuni viimine ebaõnnestub	3,47	3,17	-0,30	31,7	19,5	-12,2
Õrritab või provotseerib teisi lapsi	3,40	3,19	-0,21	51,2	41,5	-9,8
Tal on raskusi üksinda olles enda löbustamisega	3,32	3,17	-0,15	29,3	26,8	-2,4
Tal on raskusi ühele asjale keskendumisega	3,26	2,94	-0,32	26,8	14,6	-12,2
Hakkab kergesti nutma	3,21	3,04	-0,17	24,4	9,8	-14,6
Tülitseb omaealiste sõpradega (verbaalselt)	3,11	3,09	-0,02	19,5	14,6	-4,9
Tal on halvad lauakombed	3,06	2,72	-0,34	19,5	22,0	2,4
Kakleb oma õdede ja vendadega (füüsiliselt)	2,94	2,96	0,02	41,5	51,2	9,8
On hooletu mänguasjade ja muude esemetega	2,74	2,77	0,02	34,2	26,8	-7,3
On täiskasvanutega häbematu	2,70	2,70	0,00	29,3	26,8	-2,4
Kakleb omaealiste sõpradega (füüsiliselt)	2,49	2,40	-0,09	24,4	19,5	-4,9
Valetab	2,40	2,32	-0,09	29,3	19,5	-9,8
Lõhub mänguasju ja teisi esemeid	2,26	2,15	-0,11	24,4	19,5	-4,9
Löüb oma vanemaid	1,96	1,83	-0,13	29,3	7,3	-22,0
Märgab voodit	1,55	1,49	-0,06	4,9	7,3	2,4
Varastab	1,36	1,28	-0,09	7,3	4,9	-2,4

* Halli taustaga on tähistatud statistiliselt olulised muutused.

Joonisel 36 toodud individuaalsed tulemused näitavad kui paljude vanemate puhul on toimunud skoori kahanemine (positiivne muutus), skoori kasvamine (negatiivne muutus) või selle samale tasemele jäämine, kui eelküsitlel (ei ole muutust). Enamuse vanemate puhul on toimunud mõlema skoori suurenemine vähemalt ühe punkti võrra. Probleemsuse skoori puhul on positiivse tulemusega vanemate osakaal suurem kui intensiivsuse skoori puhul.



Joonis 36: Muutused ECBI skooride individuaalsetes tulemustes eel- ja järelküsitleluse võrdlusel, %

Tunnetatud muutused lapses ja iseendas

Jätkuprogrammi koolituste tagasisidelehel oli vastamiseks ka kaks avatud vastustega küsimust, et vanemad saaksid välja tuua, milliseid muutusi nad koolituse lõpuks endas ja oma lapses märganud on. Iseenda kohta tuuakse esile järgmist:

- On rohkem teadmisi ja oskusi probleemsete olukordade lahendamiseks.
- Suurenenud on teiste osapoolte kuulamine, nendega arvestamine ja üldine tähelepanelikkus ümbritseva suhtes.
- Tekkinud on tahe lahendada probleeme ühiselt, teha selleks perekonnas koostööd ja sõlmida kokkuleppeid.
- Vanem on kannatlikum, stabiilsem ja rahulikum.
- Suurenenud on oskus peatada negatiivseid mõtteid ning oma emotsioone ja viha kontrollida. Tekkinud on positiivne meelestatus.
- Paranenud on oskus väljendada enda tundeid.
- Suurenenud on enesekindlus ja usk iseendasse.

Näiteid lastevanemate poolt kirjutatu kohta:

“Kasutan rohkem mina-sõnumeid ning peegeldan tundeid. Püüan mitte ärritada, kuigi see vajab veel treenimist.”

“Otsin probleemide lahendamiseks aega. Võtan aega teiste kuulamiseks. Küsin lapse arvamust. Püüan olla ja õppida veel rohkem rahulikuks jäämist.”

“Oskan paremini kontrollida oma emotsioone, sh hulgas viha, mis on tingitud väsimusest ja stressist. Suudan lihtsamini lahendada probleeme, mis on seotud lapse käitumisega. Koos otsime lahendusi keerulistele situatsioonidele.”

“Ma olen alati positiivne. Hetkel ma mõistan paremini, et laps on laps ja et tema käitumine ongi lastekohane.”

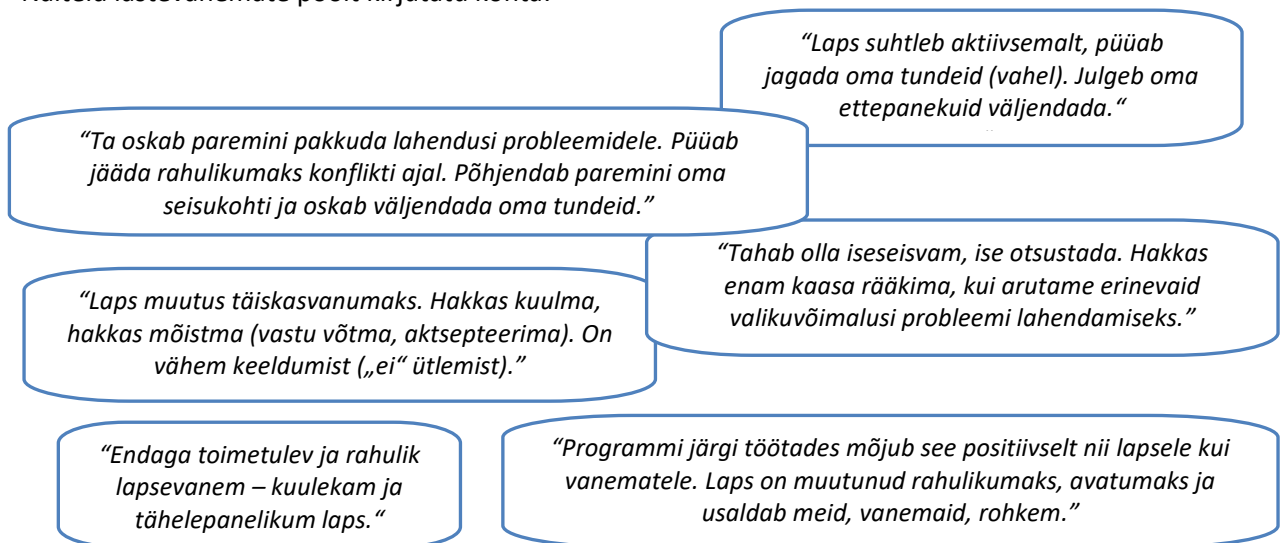
“Kindlus selles, et lapsega saab õppida sõbraks olema ja anda talle edasi osad oma teadmised.”

“Tekib oskus peatada negatiivsed mõtted. Olen aru saanud lapsevanemate koostöö tähtsusest. On suurem soov lahendada probleeme ühiselt.”

Lapsega toimunud muutuste osas märkasid vanemad järgmist:

- Laps on muutunud veel rahulikumaks, püüdlikumaks, sõnakuulelikumaks, vastutustundlikumaks ja rõõmsamaks.
- Laps on mõistvam ja koostööaltim. Sagenenud on kokkulepete saavutamine.
- Laps räägib rohkem kaasa, on enesekindlam ja iseseisvam.
- Laps oskab probleeme sõnastada ja oma seisukohti põhjendada, pakub ise probleemidele lahendusi.
- Laps väljendab rohkem enda tundeid ja mõistab oma tundeid. On tähelepanelikum teiste inimeste tunnete suhtes.
- Suurenenud on lähedus lapsega. Vanem ja laps räägivad rohkem ja kuulavad teineteist.

Näiteid lastevanemate poolt kirjutatu kohta:



5. Kokkuvõte

2014. aastal alustas Sotsiaalministeerium ning Tervise Arengu Instituut laste ja perede arengukava eesmärkide täitmise raames tõenduspõhise vanemlusprogrammi „Imelised aastad“ Eestisse toomist. Programmi piloteerimise perioodiks oli 10.2014 – 03.2017. Käivitati kahe koolituse pakkumine Eestis – põhiprogramm suunatuna 3–8-aastaste laste vanematele ning jätkuprogramm 4–12-aastaste laste vanematele, kes on eelnevalt läbinud põhiprogrammi koolituse. Põhiprogramm keskendub positiivse vanemluse ja proaktiivse distsipliini arendamisele ning jätkukoolitus probleemide lahendamise, vihaga toimetuleku ja koostöö oskustele. „Imelised aastad“ programmide pikaajaseks eesmärgiks on ennetada ja vähendada lapseas väljakujunenud käitumisprobleemidest tulenevat akadeemilist edasijõudmatust, sõltuvusainete kuritarvitamist, vägivaldsust ja õigusrikkumisi.

Lastevanemate koolitus on iganädalase grupitöö põhine ning ühe grupiga tegeleb nelja kuu jooksul kaks grupijuhti. Pilootperioodil teostati 32 grupijuhi väljaõpe rahvusvaheliste koolitajate poolt. Lastevanemate koolitusi pakuti tihedas koostöös kohalike omavalitsustega ning projektis osales kokku 21 KOV-i. Koolituse läbis 523 lastevanemat, kellest 73% olid naised ning 27% mehed. Mõjutatud 3–8-aastaste laste arv on sarnane osalenud vanemate arvuga (vanematel on keskmiselt 1,4 antud vanuses last, kuid osadel juhtudel osalesid koolitusel ühe lapse kohta kaks täiskasvanut).

„Imelised aastad“ vanemlusprogrammi rakendatakse üle maailma ligi kolmekümnes riigis ning selle tõenduspõhisust on mitmekümne aasta jooksul näidatud paljude teadusuuringutega. Pilootperioodi jooksul teostatud andmekogumise eesmärk oli vaadata, kas Eestis on võimalik saavutada analoogseid tulemusi teiste riikidega ja näha muutusi laste käitumises, milleni jõutakse läbi muutuste lapsevanemas. Selleks teostati põhiprogrammi andmekogumist kolmes etapis: enne koolituse algust, vahetult peale koolituse lõppu ning kuus kuud peale koolitust. Vanemate poolt kasutatavate lastekasvatusemeetodite efektiivsust mõõdeti vanemliku stiili ankeedi abil ning lapse käitumisele andsid vanemad hinnangu Eybergri lapse käitumise küsimustiku abil. Mõlemad instrumendid on soovitatud IA programmide arendaja poolt ning kasutusel ka teistes vanemlusprogrammi rakendavates riikides. Lisaks täitsid osalejad koolituse lõpus tagasisideankeedi ning teostati fookusgrupi intervjuusid.

Lastevanemate poolt antud tagasiside alusel olid osad põhiprogrammi koolituse teemad kergemad ja teised keerulisemad omandada, kuid kõiki kasutatud koolitusmeetodeid ja õpitud oskusi peeti enda jaoks kasulikuks (keskmised hinnangud kasulikkusele olid 7-pallisel skaalal vahemikus 5,8 – 6,5). Mõnda meetodit (nt aja mahavõtmine rahunemiseks) osad vanemad siiski praktikas kasutama ei hakanud. Osalejad soovitaks „Imelised aastad“ programmi kindlasti ka teistele lastevanematele ning leiavad, et nende endi ja laste puhul on toimunud olulised edusammud.

Vanema efektiivsust kasvatusemeetodite rakendamisel mõõdeti küsimustikuga, mille vastused koonduvad järgmisteks skoorideks: vähene kindlameelsus, ülereageerimine, sõnaohtrus ja efektiivsuse koondskoor. Kõikide skooride tase oli koolituse lõpuks kahanenud ehk vanem oli muutunud lapse mittedoovitud käitumisele reageerimisel järjekindlamaks, konkreetsemaks, rahulikumaks ja tasakaalukamaks. Kõige rohkem esines koolituse eelselt liigset sõnaohtrust ning antud näitaja tase vähenes koolituse lõpuks ka kõige enam (vt järgnev joonis). Pool aastat peale koolitust oli ülereageerimise ja sõnaohtruse näitaja osas toimunud mõningane tagasilangus, kuid selle ulatus oli väike (skooride suurenemine 0,3 punkti võrra).

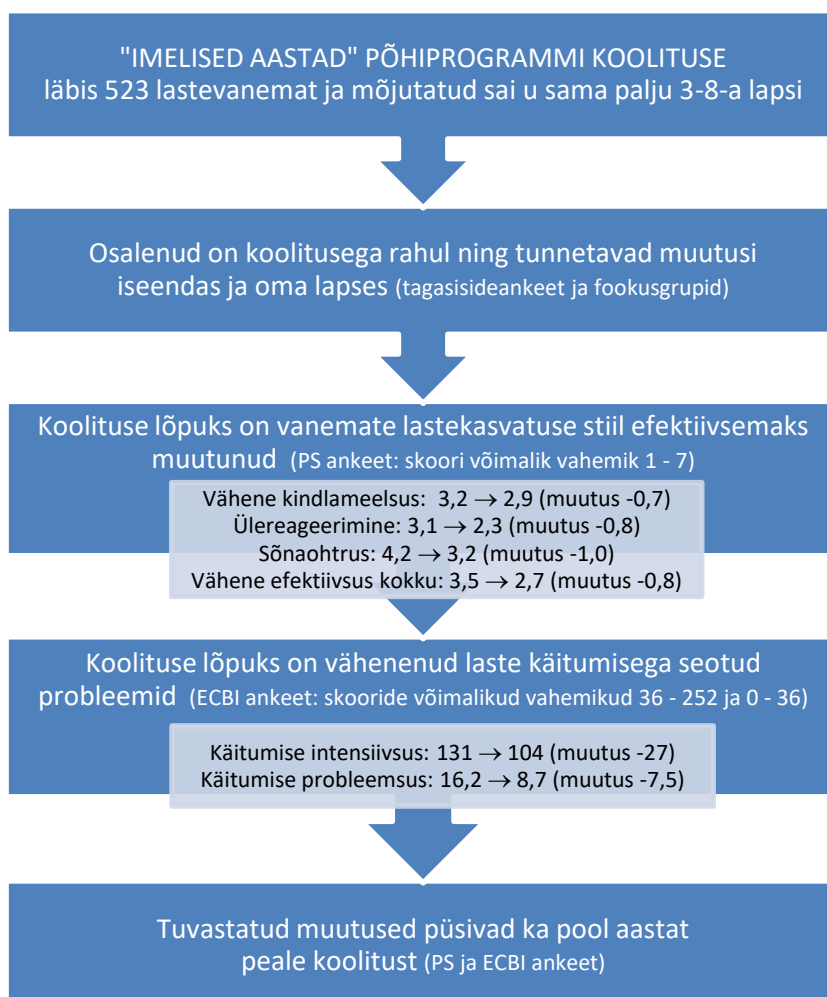
Lapse käitumist mõõdeti küsimustikuga, mille abil vanem hindas nii erinevate käitumiste esinemise sagedust kui ka probleemsust enda jaoks. Vastuste põhjal arvutati kaks skoori: intensiivsuse ja probleemsuse skoor. Mõlema skoori tase oli koolituse lõpuks tunduvalt kahanenud ehk lapse käitumisega oli vähem probleeme (vt järgnev joonis). Pool aastat peale koolitust oli mõlema skoori tase veel veidi kahanenud (intensiivsuse skoori puhul 5 punkti võrra ja probleemsuse skoori puhul 0,9 punkti võrra). Korrelatsioonanalüüsi kohaselt on lapse käitumise ja vanemliku stiili vahel mõõdukas positiivne

seos ning mida suurem on vanema kasvatusviiside efektiivsus, seda vähem on lapsel probleemset käitumist.

Antud ankeedi puhul on võimalik skoori tulemus jagada kahte gruppi: tavapärase käitumine ja riskirühm, kus esineb suurel määral käitumisprobleeme. Enne koolitust kuulus probleemse käitumisega gruppi 59% vanemate poolt hinnatud lastest ning vahetult peale koolitust 19% ehk kolm korda vähem lapsi. Mõlemas grupis oli lapse käitumise skooride tase koolituse lõpuks oluliselt vähenenud ning see muutus säilis ka kuus kuud peale koolitust.

Lisaks kõikide koolitatute keskmisele näitajale vaadati ka individuaalseid tulemusi ehk kui paljude vanemate puhul on mõõdetud skoor kahenenud või kasvanud või on see jäänud samale tasemele eelküsitlelusega. Rohkem kui kolmveerandi vanemate puhul oli kõigi eeltoodud skooride osas toimunud selle taseme kahanemine ehk positiivse suunaga muutus. Seega ei ole kõigi vanemate keskmise tulemuse muutus tingitud vaid väikese osa koolitatute headest tulemustest.

Vanemliku stiili ja lapse käitumisega seotud skooride taset vaadati ka vastajate alarühmades arvestades lastevanemate sugu, vanust, hariduse ja sissetuleku taset, laste arvu, perekonnaseisu, lapse vanust ja sugu (kelle kohta täideti ankeet). Kõigis vaadeldud alarühmades oli koolituse lõpuks toimunud statistiliselt olulised positiivsed muutused. Eristusid aga eelkõige madalama haridustasemega (kuni keskharidus) ning madalama sissetuleku tasemega (kuni 200 eur kuus pereliikme kohta) lastevanemad, kelle seas on kasvatusmeetodite efektiivsuse ja lapse käitumise probleemse osas toimunud muutused väiksemad, kui kõrgema hariduse ja sissetuleku tasemega osalejate seas. Ehk osade vanemate puhul on olnud keerulisem koolitusel käsitletud meetodeid omandada ja praktikas rakendada, kuid ka nende seas on soovitud muutused siiski aset leidnud.



Pilootperioodi lõpus teostati ka esimesed jätkuprogrammi koolitused eelnevalt põhiprogrammis osalenud vanematele. Osalema kutsuti eelkõige neid lastevanemaid, kellel oli põhiprogrammi koolituse eelselt esinenud laste käitumisega rohkem probleeme. Koolituse lõpetas 61 inimest.

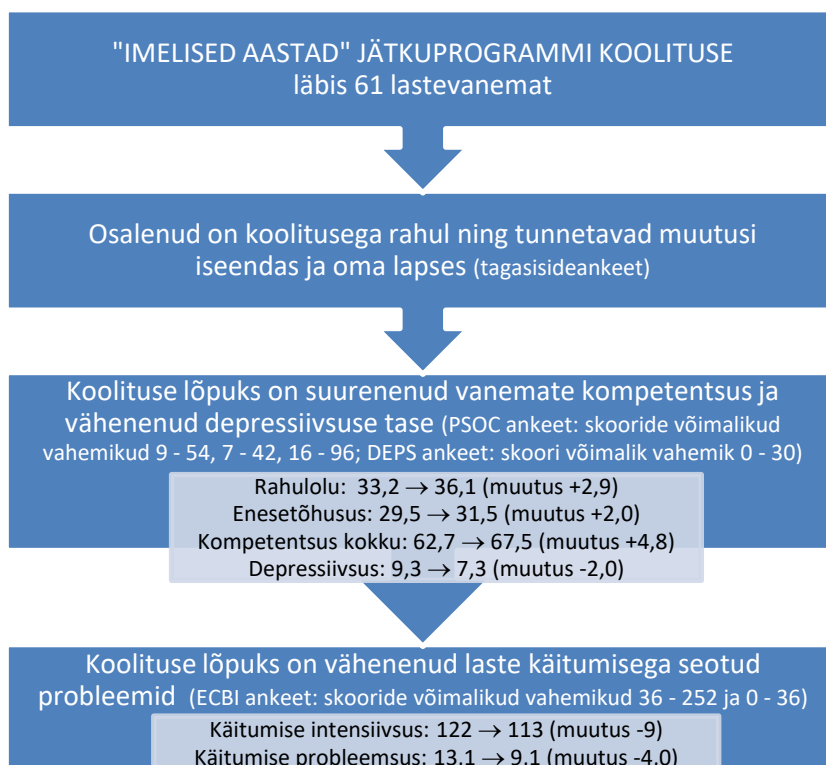
Jätkuprogrammi koolituse teemad osutusid vanemate jaoks mõnevõrra keerulisemaks, kui põhiprogrammi puhul, kuid meetodite ja oskuste kasulikkuse osas anti ka siin kõrgeid hinnanguid (keskmised hinnangud 7-pallisel skaalal olid vahemikus 5,8 – 6,6) ning koolituse tulemuslikkust peeti enda jaoks heaks. Enne koolituse algust ja vahetult peale selle lõppu mõõdeti vanema tajutud kompetentsust, depressiivsuse taset ning lapse käitumist.

Vanema tajutud kompetentsust vaadati ankeediga, mille vastuste põhjal arvutatakse välja järgnevad skoorid: rahulolu, enesetõhusus ja kompetentsus kokku. Kõigi kolme skoori tulemus oli koolituse lõpuks statistiliselt oluliselt kasvanud ehk vastajad tundsid ennast oma lapsevanema rollis motiveeritumana, rahulolevamana ja suutlikumana, kui enne koolitust.

Jätkuprogramm on suunatud ka vanematele, kes kogevad pereelus suuremat stressi ja depressiivsust. Üldist meeleolu ja depressiooni sümptomite esinemist mõõdeti küsimustikuga, mille vastused koonduvad üheks skooriks. Selle tulemuse kohaselt oli lastevanemate depressiivsuse tase koolituse lõpuks oluliselt vähenenud (vt järgnev joonis).

Lapse käitumist mõõdeti sama küsimustikuga, mida kasutati põhiprogrammis ning vanemate poolt antud vastuste põhjal arvutati välja kaks skoori: lapse käitumise intensiivsuse ja probleemse skoor. Mõlema skoori tase oli koolituse lõpuks kahanenud (vt järgnev joonis). Muutused on väiksemad, kui põhiprogrammi puhul. Jätkuprogrammi tulemuste tõlgendamisel tulebki arvestada, et need vanemad on eelnevalt läbinud ka põhiprogrammi koolituse, mille raames on suuremad muutused juba toimunud. Samuti on jätkuprogrammi osalema kutsutud teistel alustel ning esimestel koolitustel osalejate hulk on põhiprogrammiga võrreldes väike.

Lisaks kõikide koolitatute keskmistele näitajatele vaadata ka individuaalseid tulemusi. Rohkem kui kuuekümneprotsenti vanemate puhul on kõigi eeltoodud skooride osas toimunud positiivse suunaga muutus.



Põhiprogrammi lõpuks saavutatud muutusi lapse käitumises on võimalik kõrvutada teiste riikide uuringute tulemustega, kus on kasutatud sama küsimustikku. Üldine võrdlus näitab, et Eestis vanemlusprogrammi rakendamisel saavutatud muutuste tase on analoogne ka teistes Euroopa riikides saavutatuga ning antud koolitust on võimalik Eesti kontekstis tulemustikult pakkuda. Ka IA programmi kohta teostatud meta-analüüsid, mis vaatavad suurema grupi teadusuuringute tulemusi korraga, on jõutud järeldustele, et „Imelised aastad“ vanemlusprogrammi näol on tegemist hästi väljaarendatud sekkumisega, mis annab soovitud tulemusi erinevates kultuurikontekstides ning erinevate perekondade puhul (Menting jt 2013, Gardner jt 2015).

Kasutatud kirjandus

Akkermann, K., Peet, K., Velling, L. (2016). Hindamisvahendite kohandamine laste vaimse tervise probleemide varajaseks märkamiseks. Uuringu Lõppraport.

Arnold, D. S., O'Leary, S. G., Wolff, L. S., Acker, M. M. (1993). The Parenting Scale: A measure of dysfunctional parenting in discipline situations. *Psychological Assessment*, 5(2), 137–144

Bywater, T., Hutchings, J., Daley, D., Whitaker, C., Yeo, S.T., Jones, K., Eames, C., Edwards, R.T. (2009) Long-term effectiveness of a parenting intervention for children at risk of developing conduct disorder. *The British Journal of Psychiatry*, 195 (4), 318–324

Eyberg, S. M., Ross, A. W. (1978). Assessment of Child Behaviour Problems: The validation of a new inventory. *Journal of Clinical Child Psychology*, 7(2), 113–116

Furlong, M., McGilloway, S., Bywater, T., Hutchings, J., Smith, S., Donnelly, M. (2012). Cochrane Review: Behavioural and cognitive-behavioural group-based parenting programmes for early-onset conduct problems in children aged 3 to 12 years (Review). *Cochrane database of systematic reviews (Online)*, 2(2), DOI: 10.1002/14651858.CD008225.pub2

Gardner, F., Burton, J., Klimes, I. (2006). Randomised controlled trial of a parenting intervention in the voluntary sector for reducing child conduct problems: outcomes and mechanisms of change. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 47(11), 1123–1132

Gardner, F., Montgomery, P., Knerr, W. (2015). Transporting evidence-based parenting programs for child problem behavior (age 3 – 10) between countries: systematic review and meta-analyses. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 0, 1–14

Gilbaud-Walston, J., Wandersman, L. P. (1978). Development and utility of the Parenting Sense of Competence Scale. Esitletud töö *Americal Psychological Association* koosolekul Torontos.

Hutchings, J., Bywater, T., Daley, D., Gardner, F., Whitaker, C., Jones, K., Eames, C., Edwards, R.T. (2007). Parenting intervention in Sure Start services for children at risk of developing conduct disorder: pragmatic randomised controlled trial. *British Medical Journal*, 334, 678–682

Johnston, C., Mash, E. J. (1989). A measure of parenting satisfaction and efficacy. *Journal of Clinical Child Psychology*, 18, 167–175.

Larsson, B., Fossum, S., Clifford, G., Drugli, M.B., Handegard, B.H., Mørch, W.-T. (2008). Treatment of oppositional defiant and conduct problems in young Norwegian children: Results of a randomized controlled trial. *European Child and Adolescent Psychiatry*, 18, 42–52

Little, M., Berry, V., Morpeth, L., Blower, S., Axford, N., Taylor, R., Bywater, T., Lehtonen, M., Tobin, K. (2012). The Impact of Three Evidence-Based Programmes Delivered in Public Systems in Birmingham, UK. *International Journal of Conflict and Violence*, 6(2), 260–272

McGilloway, S., NiMhaille, G., Bywater, T., Leckey, Y., Kelly, P., Furlong, M., Comiskey, C., O'Neill, D., Donnelly, M. (2014). Reducing child conduct disordered behaviour and improving parent mental health in disadvantaged families: a 12-month follow-up and cost analysis of a parenting intervention. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 23(9), 783–794

Menting, A. T. A., Orobio de Castro, B., Matthys, W. (2013). Effectiveness of the Incredible Years parent training to modify disruptive and prosocial child behavior: a meta-analytic review. *Clinical Psychology Review*, 33, 901–913

Perekoolitusühing Sina ja Mina (2014). Vanemlusprogrammide Triple P ja Incredible Years süsteemide võrdlev analüüs. Lõppraport.

Poutanen, O., Koivisto, A.-M., Kääriä, S., Salokangas, R. K. R. (2010). The validity of the Depression Scale (DEPS) to assess the severity of depression in primary care patients. *Family Practice*, 27, 527–534

Salokangas, R. K. R., Poutanen, O., Stengard, E. (1995). Screening for depression in primary care. Development and validation of the Depression Scale, a screening instrument for depression. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 92(1), 10–16

Trillingsgaard, T., Trillingsgaard, A., Webster-Stratton, C. (2014). Assessing the effectiveness of the „Incredible Years“ parent training to parents of young children with ADHD symptoms – a preliminary report. *Scandinavian Journal of Psychology*, 55(6), 538–545

Webster-Stratton, C., Rinaldi, J., Reid, M.J. (2011). Long-Term Outcomes of Incredible Years Parenting Program: Predictors of Adolescent Adjustment. *Child and Adolescent Mental Health*, 16(1), 38–46