

Sekkumise nimetus: SOS

Kokkuvõtte koostaja: Kadri Suija, Maali-Liina Remmel

Kuupäev: 2.2.2022

Sekkumise soovitud mõju

Hinnang sekkumisele

Teaduslik tõendusmaterjal jm objektiivne informatsioon

Efekti suurus väike

SOS programmi efekti suurus on hinnatud 2 süstemaatilises ülevaateartiklis (Calear 2015, Wei 2015). Neist Calear hõlmas 2 juhuslikustatud kontrolluuringut (Aseltine 2004, Aseltine 2007) ja Wei 5 uuringut (Aseltine 2004, Aseltine 2007, Aseltine 2003, Schilling 2014, Freedenthal 2010), millest üks (Freedenthal 2010) ei puudutanud SOS programmi ja üks (Aseltine 2003) ei olnud juhuslikustatud kontrolluuring. Calear 2015 ülevaates oli SOS programmiga statistiliselt oluline suitsiidikatsete arvu vähenemine, samas mõju suitsiidimõtetele ei olnud. Efekti suurus oli väike ($\phi < 0.1$), suitsiidikatsete arvu vähenemisele oli $\phi = 0.04$ ja suitsiidimõtete vähenemisele $\phi = 0.02-0.03$. Wei 2015 ülevaates efekti suurus arvuliselt hinnatud ei olnud, aga kokkuvõtte oli, et tulenevalt kaasatud uuringute ebapiisavast tõendusest ja kuna puuduvad uuringud programmi ohutuse osas, ei saa programmi soovitada laialdaseks kasutamiseks.

Täiendav informatsioon ekspertidelt jt ülevaate koostajatelt

Eksperdid tõid esile, et eri eagrupid (nt 6. vs 12. kl õpilased) võivad kasutatavat küsimustikku erinevalt tõlgendada ja täita, kui see ei ole eri eagruppidele kohandatud ning et sekkumist muudab olemuslikult koolidele antud valik, kas sekkumine on anonüümne või isikustatud, viimase puhul on adekvaatse jätkutoe pakkumise võimalus suurem, kuid vastuste usaldusväärsus võib olla madalam.

Rõhutati, et kuigi võib tunduda paradoksaalne, et suitsiidikatsed vähenevad, kuid suitsiidimõtted mitte, siis on pakutud seletust, et kui julgustada avatumalt vaimsest tervisest ja suitsiidikäitumisest rääkima ning tõsta teadlikkust, siis võibki juhtuda see, et suitsiidimõtteid avaldatakse rohkem, kuid käitumise sagenemist sellele ei järgne. Eriti kui mõtete avaldamisele järgneb adekvaatne abi.

Mõju tulemusnäitajatele kaasatud uuringutes

Hinnang sekkumisele	Teaduslik tõendusmaterjal jm objektiivne informatsioon
Suitsiidikatsete arvu vähenemine	SOS mõju suitsiidikatsete vähenemisele oli hinnatud 4 uuringus, millest 3 uuringus (Aseltine 2004, Aseltine 2007, Schilling 2016) oli sekkumisgrupis statistiliselt oluliselt vähem suitsiidikatsmeid võrreldes kontrollgrupiga. (Aseltine 2004 oli 40%, Aseltine 2007 oli 37% ja Schilling 2016 oli 64% vähem suitsiidikatsmeid ja võrreldes kontrollgrupiga). Schilling 2014 uuringus ei olnud tulemusi esitatud. Programmi efekti suurus tulemusnäitajale oli hinnatud 1 süstemaatilises ülevaateartiklis, mis kaasas 2 uuringut (Aseltine 2004, Aseltine 2007) ja tulemus oli $\phi=0.04$.
	Täiendav informatsioon ekspertidelt jt ülevaate koostajatelt
	Ekspertidid töid esile, et suitsiidikatsete vähenemist on raske saavutada ja hinnata, sest see on pigem harv käitumine ning valimid ei anna sageli uuringutele piisavat võimekust anda statistiliselt olulisi tulemusi. Kui suitsiidikatsete arvu vähendav efekt on märgata, siis tundub oluline tulemus.
Hinnang sekkumisele	Teaduslik tõendusmaterjal jm objektiivne informatsioon
Suitsiidimõtete vähenemine	SOS mõju suitsiidimõtete vähenemisele oli hinnatud 4 uuringus (Aseltine 2004, Aseltine 2007, Schilling 2014, Schilling 2016) ning ei esinenud statistilist olulist vahet sekkumisgrupi ja kontrollgrupi vahel. Programmi efekti suurus tulemusnäitajale oli hinnatud 1 süstemaatilises ülevaateartiklis, mis kaasas 2 uuringut (Aseltine 2004, Aseltine 2007) ja tulemus oli $\phi=0.02-0.03$.
	Täiendav informatsioon ekspertidelt jt ülevaate koostajatelt
	Vt. eelnev kommentaar suitsiidikatsete vähenemise osas.

Mõju tulemusnäitajatele kaasatud uuringutes

Hinnang sekkumisele	Teaduslik tõendusmaterjal jm objektiivne informatsioon
Suitsiidist ja depressioonist teadmiste paranemine	SOS mõju teadmiste paranemisele suitsiidi ja depressiooni osas oli hinnatud 6 uuringus, millest 2 olid läbilõikelised uuringud. Kõikides uuringutes (Aseltine 2004, Aseltine 2007, Schilling 2014, Schilling 2016, Tennant 2017, Volungis 2020) oli kirjeldatud teadmiste paranemist statistiliselt olulisel määral kas võrreldes kontrollgrupiga või enne-peale programmi võrdluses.
Suitsiidi ennetamiseks abi otsimise paranemine	SOS mõju suitsiidi (enda või sõbra) ennetamiseks abi otsimise paranemisele oli hinnatud 4 uuringus (Aseltine 2004, Aseltine 2007, Schilling 2014, Schilling 2016). Ühes uuringus (Schilling 2016) paranes programmi mõjul abi otsimine statistiliselt olulisel määral võrreldes kontrollgrupiga.

Sekkumise mõju tõendatuse aste -- sekkumise mõju hinnatud uuringute kvaliteet meid huvitavas (Eesti) kontekstis

Hinnang sekkumisele	Teaduslik tõendusmaterjal jm objektiivne informatsioon
Uuringute tõendatuse aste madal või väga madal	SOS programmi mõju kohta sai läbi vaadatud 6 uuringut, millest 4 olid juhuslikustatud kontrolluuringud (Aseltine 2004, Aseltine 2007, Schilling 2014, Shilling 2016) ja 2 läbilõikelist uuringut (Tennant 2017, Volungis 2020). Lisaks oli 1 läbilõikelises uuringus uuritud SOS programmi vastuvõetavust ja sobivust personalile. Uuringute tõendatuse aste oli kas madal või väga madal. Peamised probleemid olid seotud tõenduse kaudsuse ning suure nihke riskiga (uuringud olid viidud läbi erilistes koolides, näiteks militaartaustaga vanemate lastele; palju oli eri nahavärviga lapsi; mõju oli hinnatud uurimismeeskonna poolt koostatud erinevate valideerimata küsimustikega, mida esitatud polnud; uuringuperiood oli lühike - kuni 3 kuud; osa andmeid oli esitamata). Analüüsitud uuringutes enesekohaste küsimustikega suitsiidimõtete/katsete vähenemise hindamine ei pruugi võimalda adekvaatselt hinnata reaalsete suitsiidisurmade ennetamist, USA epidemioloogilistel andmetel on noorte inimeste seas väga palju iseraporteeritud suitsiidimõtteid ja -katseid, kuid suitsiidisurmasid siiski väga vähe, seega ka suur muutus subjektiivsetes näitajates nagu enesekohane hinnang ei pruugi omada olulist efekti suitsiidisurmadele, mida võiks pidada olulisemaks tulemusnäitajaks (Wei 2015).

Sekkumise mõju tõendatuse aste -- sekkumise mõju hinnanud uuringute kvaliteet meid huvitavas (Eesti) kontekstis

Hinnang sekkumisele	Täiendav informatsioon ekspertidelt jt ülevaate koostajatelt
Uuringute tõendatuse aste madal või väga madal	Ekspertid rõhutasid, et suitsiidikatsed (ja eriti korduvad suitsiidikatsed) on siiski üks kõige olulisematest riskiteguritest suitsiidisurmale. Suitsiidisurm on noorte vanusgrupis tõesti veelgi harvem sündmus kui katsed ning nende peale programmi hindamist üles ehitada ei saa. Pigem on suitsiidisurmadega seotud rohkem suitsiidikatsed kui suitsiidimõtted (vt kommentaari eelpool sekkumise soovitud mõjule). Neid tuleb võtta väga tõsiselt, isegi kui reaalne oht elule suitsiidikatse tagajärjel oli pigem väike. Sellistes ennetusprogrammides peaks olema olulisel kohal nn safety plan (milline käsitlusmudel rakendub nendele, kes on akuutselt suitsiidised ning millega seda riski hinnatakse).

Sekkumise sihtrühma (nende inimeste, kellele sekkumine on suunatud) eelistused ja väärtushinnangud

Hinnang sekkumisele	Teaduslik tõendusmaterjal jm objektiivne informatsioon
Heterogeenne rühm	Uuringus osalemise nõusoleku andis 12 (Tennant, 2017) kuni 69% (Schilling, 2014) sihtgrupist, peamine mitteosalemise põhjus oli, et lapsevanemad ei andnud luba programmis osaleda. Uuringud olid kõik viidud läbi USA-s aastatel 2001-2009. Uuritavate hulgas oli erineva nahavärviga, erineva kultuurilise taustaga, erinevast soost isikuid. Kaasatud oli nii <i>middle-school</i> (11-13-a) kui <i>high-school</i> (14-18-a) õpilasi. Uuritavate arvud uuringutes varieerusid palju, alates 12-st lapsest kuni üle 4000. Mõned uuringud olid viidud läbi eri koolides (näiteks militaartaustaga vanemate lastel või tehnilise kallakuga).
	Täiendav informatsioon ekspertidelt jt ülevaate koostajatelt
	Ekspertid tõid esile, et laste ja noorte programmi / uuringusse kaasamisel on ilmselt oluline eelnev lapsevanemate informeerimine ja nende teadlikkuse tõstmine (st mitte ainult kirja teel nõusolek, vaid nt infotund, kaasavas vormis). See võiks huvi ja valmidust osaleda suurendada.

Sekkumise kasu-kahju tasakaal -- mis mille üles kaalub

Hinnang sekkumisele	Teaduslik tõendusmaterjal jm objektiivne informatsioon
Riskide kaalumine	<p>Wei 2015 rõhutab oma süstemaatilises ülevaates, et on olulist varasemat tõendust, et suitsiiditeema suhtes teadlikkuse tõstmine/selleletemaline haridus noortele võib omada kahjulikku mõju, mistõttu on enne programmi laialdaselt kasutusele võtmist oluline hoolikas ohutuse hindamine, sellekohaseid uuringuid seni tehtud ei ole. Clark 2021 kvalitatiivses uuringus tuli esile, et läbiviiva personali hinnangul on oluline küsida õpilastelt nõusolekut programmis osalemiseks.</p> <p>Aktiivse suitsiiditeema käsitlemise kahjulikud mõjud võivad olla: enam lootusetustunnet ja ebefektivsemad toimetulekustrateegiad (Kalafat & Elias, 1994), enam negatiivseid reaktsioone kõrge riskiga noorte seas (Shaffer, Vieland, Garland, Rojas, Underwood, Busner, 1990) ning suitsidaalse käitumise normaliseerimine (Beautrais et al., 2007).</p>
	Täiendav informatsioon ekspertidelt jt ülevaate koostajatelt
	<p>Ekspertid rõhutasid, et oluline on mõelda ohutusele ja läheneda ettevaatlikult, läbi tuleb mõelda nn safety plan. Mida lühem sekkumine, seda olulisem on kaaluda, et teema aktualiseerimisele kaasneks piisav kohane tugi. Praktiliselt tekib esimene oluline küsimus laste osas, kellel on risk kõrge, aga usalduslikku täiskasvanut küsimustikus ei nimeta.</p>

Sekkumise läbiviimiseks vajaminevad ressursid

Hinnang sekkumisele	Teaduslik tõendusmaterjal jm objektiivne informatsioon
Litsents	<p>1. litsents, mis hõlmab videoid, juhendmaterjale läbiviijatele (õpetajad), materjale lapsevanematele. Eraldi põhikoolile ja keskkoolile ning videoõpe. https://shop.mindwise.org/</p>
	Täiendav informatsioon ekspertidelt jt ülevaate koostajatelt
	<p>Ekspertid tõid välja, et materjal (sh videod) vajab tõlkimist (EST/RUS) ja kultuurilist kohandamist (sest tuleb siiski USA-st). Ka läbiviijad peaksid valdama keelt ja konteksti.</p> <p>TÜ psühholoogia magistritööna adapteeritakse käimasolevalt SOS programmi.</p>

Sekkumise läbiviimiseks vajaminevad ressursid

Hinnang sekkumisele	Teaduslik tõendusmaterjal jm objektiivne informatsioon
Küsimustik	2. Küsimustik The Brief Screen for Adolescent Depression (BSAD)-7 küsimusest koosnev sõeltest depressiooni ja suitsiidi kohta. Ei ole Eestis kasutusel (ilmselt)-vajalik tõlkida ja valideerida. https://moschoolcounselor.org/files/2016/09/Student_BSAD-Screening-Form.pdf
	Täiendav informatsioon ekspertidelt jt ülevaate koostajatelt Ekspertidid tõid esile, et kuna küsimustik ei ole eesti keeles kohandatud (st on tegemata edasi-tagasi tõlge, testi psühhomeetriline analüüs, pole teada normväärtused/ äralõikepunkt, saadava tagasiside mõju ja arusaadavus erinevates eärühmades, vahendi piloteerimine valiidsuse tagamiseks), nõuab selle kasutuselevõtt eeltööd. Ühe eksperdi hinnangul ei tundu väga mõistlik tuua juurde täiendav instrument juba niigi kirjusse instrumentide maastikku ning et pigem oleks mõistlik valida mõni juba Eestis olemasolev instrument, mida aga ei pruugi programmi omanikud lubada. Rõhutati ka, et küsimustiku täitmine/ teistele näitamine peaks olema õpilastele vabatahtlik.
Tugivõrgustik	Teaduslik tõendusmaterjal jm objektiivne informatsioon
	3. Tugivõrgustik: kuhu kõrgema riskiga isikuid suunata, kuidas teha koostööd tervishoiusüsteemiga, kuidas suhelda lapsevanematega
	Täiendav informatsioon ekspertidelt jt ülevaate koostajatelt
	Ekspertidid rõhutasid, et võrgustikutöö on väga oluline ja kui projekt aitab kaasa selle arendamisele, siis on sellel eeldatavasti positiivne "kõrvalmõju" ka muude vaimse tervise probleemide ja riskikäitumise ennetamisele. Erilist tähelepanu väärrib algoritm, mis peaks rakenduma akuutse suitsiidiriski korral.
Inimesed	Teaduslik tõendusmaterjal jm objektiivne informatsioon
	4. Huvitatud osapooled (koolid, pedagoogid, lapsevanemad)
	Täiendav informatsioon ekspertidelt jt ülevaate koostajatelt
	Ekspertide hinnangul on positiivne, et programmi saab pärast esmast väljaõpet integreerida koolis olemasolevatesse struktuuridesse.

Sekkumise läbiviimiseks vajaminevad ressursid

Hinnang sekkumisele	Teaduslik tõendusmaterjal jm objektiivne informatsioon
Eetilised-juriidilised teemad läbiarutada	5. Eetilised ja juriidilised teemad-kvaliteedi tagamine, andmekaitse, turvalisus
	Täiendav informatsioon ekspertidelt jt ülevaate koostajatelt
	Ekspertide hinnangul ei ole programmi rakendamisega eetilisi-juriidilisi küsimusi tõenäoliselt teravamalt üleval, kui tavapäraselt kooli tugiteenuste personali poolt oma tööd tehes, kuid toodi esile, et kui õpilane keeldub programmis osalemast, on küsimuseks, kuidas tagada, et teda ei taba keeldumisest tulenevad ebameeldivad mõjud või märgistamine.
Raha	Teaduslik tõendusmaterjal jm objektiivne informatsioon
	6. Raha-litsentsi ostuks ja töötajatele tasumiseks
	Täiendav informatsioon ekspertidelt jt ülevaate koostajatelt
	Ekspertid tõstatasid küsimuse, et kui sekkumist hakkavad oma kooli tugiteenuste osutajad ja õpetajad läbi viima, siis kas see tähendaks ka täiendavat töötasu.

Sekkumise kulutõhusus

Hinnang sekkumisele	Teaduslik tõendusmaterjal jm objektiivne informatsioon
Info puudub	Kulutõhususe alaseid uuringuid ei leidunud. Oluline oleks võrrelda, kas SOS väike mõju teadmiste ja suhtumise paranemisele on suurem kui see, mida üldine kooli õppekava juba hetkel pakub, andes ilmselt samuti teatud määral infot suitsiidi/depressiooni/vaimse tervise teemadel ja seega kas programmi eest lisatasu maksmine annab piisavalt lisaväärtust.
	Täiendav informatsioon ekspertidelt jt ülevaate koostajatelt
	Ekspertid tõid esile, et on oluline läbi mõelda, kas ja kui palju lisaks SOS vaimse tervise teemaatikale, mis õppekavas juba niikuinii on (näiteks inimeseõpetuse terviseteadmine v psühholoogia ained gümnaasiumis). Lisati, et Eestis on psühhiaatrilise abi ja psühholoogilise toe kättesaadavus võrdlemisi halb. Osades koolides on parem, seal kus tugisüsteemid efektiivselt töötavad. Mõneti kompenseerib seda telefoni- ja veebinõustamine, aga akuutse suitsiidiohu korral sellest küll ei ole abi.

Kas sekkumise tulemusena või selle käigus võib mingi osa sihtrühmast jääda ebavõrdsesse seisu?

Hinnang sekkumisele	Teaduslik tõendusmaterjal jm objektiivne informatsioon
Võimalik	<p>Jah, kui läbiviija ei oska või on ülekoormatud; kui lapsevanematega koostöö ei laabu; kui puudub tugivõrgustik, kuhu edasi suunata</p> <p>Täiendav informatsioon ekspertidelt jt ülevaate koostajatelt</p> <p>Ekspertid rõhutasid, et vanemate kaasamise aspekt võib olla problemaatiline. Vanemate võimekus või huvi võib olla erinev, eri koolides väga erinev vanemate kaasamise traditsioon ja kultuur, mis võib mõjutada vanemate osalusmäära. Oluline on võrgustikutöö, lapsevanemate informeerimine, safety plan.</p> <p>Ühes uuringus nimetatud skriiningu valepositiivsete hulk võib olla probleemiks, ent arvestama peab ka võimalike valenegatiivsetega, mis võib olla suurem probleem. Ühe eksperdi hinnangul tundub SOS olevat suhteliselt soodne ja kiire sekkumine, mis võiks koolide osalemist lihtsustada, kuid teisalt võib sekkumise lühiduse tõttu tekkida olukord, kus probleem avatakse, juhitakse tähelepanu, kuid käsitlus võib jääda poolikuks. Kui mõni laps-noor tunnebki, et see on just tema probleem, tal on suitsiidimõtted (või tal ongi selline kergelt suitsidaalne sõber, kelle depressiivsuses-eluisu kaos ta natuke kahtleb, siis kas ta saab olla kindel, et sekkumine aitab teda lahenduse juurde.</p>

Sekumise vastuvõetavus (selle korraldamisega ja läbiviimisega seotud osapooltele)

Hinnang sekkumisele	Teaduslik tõendusmaterjal jm objektiivne informatsioon
Teadlikkuse paranemine, lühike ajakulu. Läbiviimiseks vajalik inimressurss	<p>Ühes ülevaateartiklis (Zupp, 2013) oli toodud, et SOS programmi töötajatele mõeldud moodul pakub koolitöötajatele, sh kooliõdedele olulist informatsiooni, kuidas suitsiidi riski ja ohutegureid paremini märgata. Ühes läbilõikelises uuringus (Tennant, 2017) oli toodud SWOT analüüs, mille alusel programmi nõrkustena oli mainitud haavatavat sihtgruppi ja madalat osalusmäära, tugevusena võimalust meeskonda harida ja lühikest ajakulu. Ühes väikese valimiga (N= 26) läbilõikelises uuringus (Clark 2021) oli osalenud personalil programmist positiivne kogemus, tugevusena tuli esile selliste riskiõpilaste väljaselgitamine, keda varem ei osatud märgata; väljakutsed olid suur ressursikulu, võõraste koolitajate kaasamise efektiivsus küsitav, skriiningus palju valepositiivseid, eriti nooremate õpilaste seas.</p> <p>Täiendav informatsioon ekspertidelt jt ülevaate koostajatelt</p> <p>Ekspertid tõid esile, et koolidel on kindlasti valmisolek vaimse tervise teemadega tegeleda, kuid suitsiidipreventsioon võib tekitada vastupanu (tekitab liialt ärevust). Üks ekspert pidas vähetõenäoliseks, et Eestis õpetajad üldjuhul võtaks sellise sekkuja rolli. Pikemaajalisel sekkumisel on juhendajal võimalus õppuritega suhe luua, ühekordse sekkumise korral võimalus selleks väiksem. Teise eksperdi kogemus on, et koolid ja koolipersonal janunevad selliste toetavate programmide järele, vastuvõetavus sõltub ressursimahust, mida peavad panustama (raha, aeg vm). Lapsevanemad vajavad rohkem julgustamist ja võimestamist (on väga teadlikke ja on ka ignorantseid). Õpilased ise pigem osalevad sellistes programmides, kui üldine õhkkond koolis seda soosib. Üks ekspertidest seadis kahtluse alla, et kui sekkumine on sisuliselt ühe koolitunni pikkune (50 min) ning läbiviijad on õpilastele tundmatud, et sellise ajaga saavad kaetud programmi eesmärgid või millega/kuidas need saavutatakse. Aeg ei võimalda sügavat refleksiooni.</p>

Sekkumise teostatavus

Hinnang sekkumisele

Teaduslik tõendusmaterjal jm objektiivne informatsioon

Vajalik lühikoolitus läbiviimiseks

SOS programmi läbiviimiseks vajalik läbiviija (õpetaja, sotsiaaltöötaja, kooliõde) lühikoolitus 90 minutit ja lapsevanemate koolitus 60 minutit (Singer 2019).

Täiendav informatsioon ekspertidelt jt ülevaate koostajatelt

Positiivsena tõid eksperdid välja, et sekkuja ei pea olema vaimse tervise spetsialist ja väljaõpe on lühike ning et koolitus on mõistliku ajakuluga mitmetele osapooltele. Samas on lühikese väljaõppe tõttu risk madalaks kvaliteediks, koolituse väike maht eeldab baasteadmiste-kogemuse olemasolu. Üldjuhul vajavad sekkujad jätkutuge. Läbiviijate puhul tuleks täpsustada nõuded, milline ettevalmistus/haridus/töökogemus peab olema. Läbiviija peab oskama noortega suhelda, valdama teemat, omama kogemust, olema valmis ootamatusteks jne. Psühholoog ja sotsiaaltöötaja ilmselt saaks hakkama, õpetajate puhul on see küsitavam.

Sekkumise soovimatu mõju

Hinnang sekkumisele

Teaduslik tõendusmaterjal jm objektiivne informatsioon

Ohutus

Süsteemiline ülevaade (Wei et al 2015) rõhutab, et pole selge, kas ja kui palju noorte teadlikkuse tõstmine suitsiiditeema suhtes/selleletemaline haridus vähendab noorte suitsiidiriski. Seetõttu soovitatakse enne SOS-programmi laialdast kasutusele võtmist hoolikalt analüüsida ning hinnata programmi soovivat mõju ja mittesoovitava mõju võimalikkust. Sellekohaseid uuringuid seni tehtud ei ole.

Täiendav informatsioon ekspertidelt jt ülevaate koostajatelt

Ekspertid rõhutasid, et asjakohase ja turvalise safety plani olemasolu on väga vajalik.