

Kuidas Imelised aastad programm lapsevanematele motiveerivamaks sai

Ly Kasvandik, TAI vanemahariduse ekspert
Inga Karton, *PhD*, KVÜÕA dotsent, EMITA liige



Tõenduspõhine vanemlusprogramm “Imelised aastad” (The Incredible Years)

☐ Eesmärgid:

- ☐ Suurendada laste sotsiaalset kompetentsust.
- ☐ Vähendada laste ja noorte agressiivset ja antisotsiaalset käitumist, sõltuvusainete tarvitamist, koolist välja langemist.

☐ Tõenduspõhine programm:

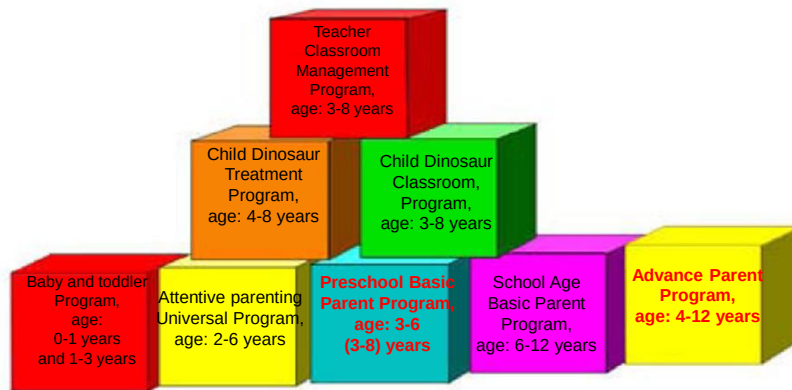
- ☐ kombinatsioon programmilistest elementidest või strateegiatest, mis on kavandatud selleks, et esile kutsuda muutusi üksikisikute või kogu elanikkonna käitumises või parandada nende tervislikku seisundit.
- ☐ korduvalt testitud usaldusväärsete mõõdikutega ja andnud positiivset efekti kindlate näitajate osas (nt. *Eyberg Child Behaviour Inventory (ECBI)* ankeet)



Incredible Years (IY) programmide süsteem



ARCHIMEDES



Vanemlusprogrammi “Imelised aastad” ülesehitus



ARCHIMEDES

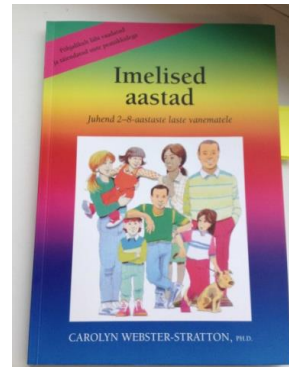
- ☐ Meetodid: miniloengud, arutelud (videomaterjalide põhjal), grupidööd, koduülesanded;
- ☐ Osalejad: kuni 14 lapsevanemat ühes grupis (7 peret)
- ☐ Läbiviijad: 2 IA grupijuhti;
- ☐ Aeg: 1 kord nädalas 2-2,5 tundi, 14-16 sessiooni (4-4,5 kuud);
- ☐ Teemad:
 - ☐ lapse arendamine mängu abil
 - ☐ lapse julgustamine ja kiitmine
 - ☐ lapse empaatiavõime kasvatamine
 - ☐ lapsele piiride ja reeglite seadmine
 - ☐ konfliktide lahendamise meetodid
 - ☐ stressiga toimetuleku viisid



Vanemlusprogrammi “Imelised aastad” (IA) rakendamine



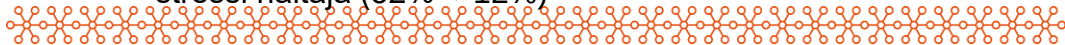
- IA grupijuhid: 15 venekeelset, 17 eestikeelset
- Gruppide komplekteerimine:
 - KOV lastekaitse spetsialistid koos IA grupijuhtidega
- Lisateenused koolituste ajal:
 - Lastehoid
 - Toitlustus
 - Transport koolitustele



Vanemlusprogrammi “Imelised aastad” õnnestumised



- ☐ Koolituse lõpetanute osakaal
 - ☐ Tänapäevaks on koolituse läbinud kokku 245 lapsevanemat (83% alustanutest)
 - ☐ Koolitusele jõuab aina rohkem mehi (I etapp – 19%, III etapp – 32%)
 - ☐ Suureneb vanemate osakaal, kellel on 3 ja enam last (I etapp – 14%, III etapp – 30 %)
- ☐ Programmi mõju-uuringute tulemused
 - ☐ Vanemate poolt antud hinnangute alusel vähenes laste probleemse käitumise skoor koolituse lõpuks 3,5 korda madalam (57% 16%)
 - ☐ Vähenes lapsevanematele lapse käitumisest tekkinud stressi näitaja (52% ->12%)



Vanemlusprogrammi “Imelised aastad” rakendamise kitsaskohad



ARCHIMEDES

- ☐ Grupijuhtide superviseerimine
 - ☐ Koolitussessionnide filmimine grupijuhtide poolt
 - ☐ Supervisioonid regulaarselt kuus korra (kohtumistel ja Skype teel)
- ☐ Lapsevanemate motiveerimine koolitusprogrammis osalema
 - ☐ Vanemad ei soovi olla “halvad”, kes peaksid käima õppimas
 - ☐ Leitakse palju erinevaid vabandusi, miks ei saa osaleda
 - ☐ Tulevad esimesel kahel korral ja jäävad siis puuduma



MI koolitus programmi Imelised aastad grupijuhtidele



ARCHIMEDES

- ☐ Telliti Sotsiaalministeeriumi poolt, et pakkuda tuge grupijuhtidele, et motiveerida avnemaid
- ☐ Kaasas koolituse mõju uuringu
- ☐ Koolitus arvestas grupijuhtide vajadustega
- ☐ Kõigil olid koolituse suhtes kõrged ootused: nii koolitavatel kui koolitajatel kui ka tellija 😊

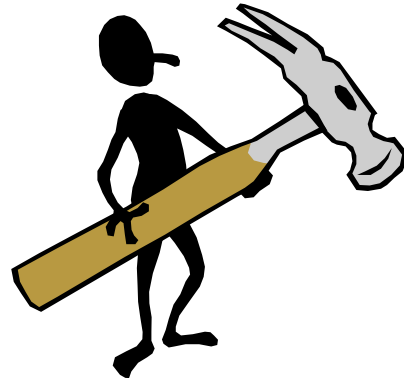


MI definitsioon (Rollnick jt, 2008)



ARCHIMEDES

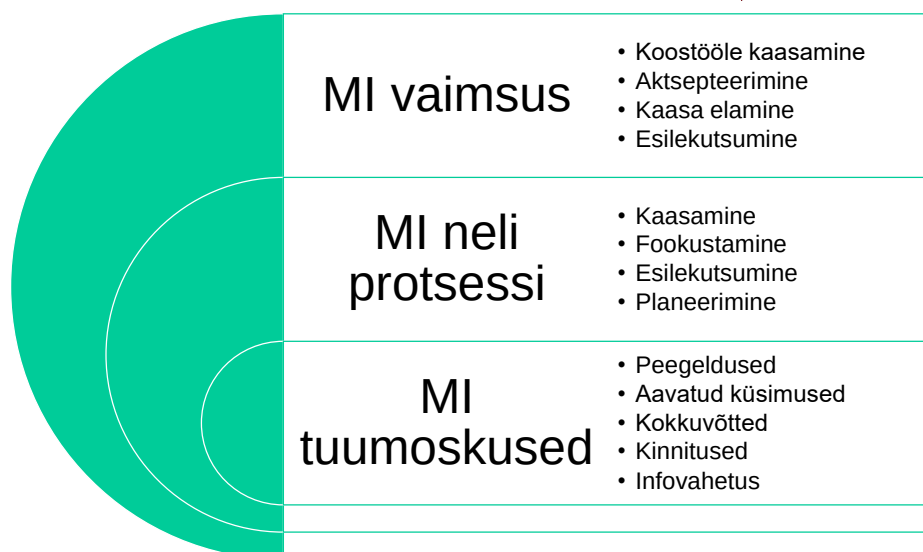
□ MI on isikukeskne, eesmärgile suunatud nõustamismeetod ambivalentsuse lahendamiseks ja positiivse muutuse esilekutsumiseks läbi isiku enese motivatsiooni välja toomise ning tugevdamise



$3 \times [4 + 4 + (4 + 1)] = \text{kõik MI-st}$



ARCHIMEDES



Muutuste võtmesõnad



ARCHIMEDES

☐ Abivalents

- ☐ On normaalne ja OK



- ☐ Eneseusk/tõhusus X Teadlik olek/tähtsustamine =
Positiivne muutus käitumises

☐ Vastasseis

- ☐ Tekib lükkamisest

☐ Isikukesksus

- ☐ Usk inimesse



Dilemma ja ambivalents



ARCHIMEDES



Muutustejutt

Muutuste kasud ja
samaks jäämise kahjud



Samaksjäämisejutt

Samaks jäämise kasud ja
muutuste kahjud



MI vaimsus



ARCHIMEDES

- ☐ Kaasamine - partnerlus, koostöö - *partnership*
- ☐ Aktsepteerimine, nõustumine - heakskiit, nõusolek – *acceptance*
 - ☐ Absoluutne, täielik võrdväärtustamine - võrdväärsus – *Absolute Worth*
 - ☐ Õieti enda teise inimese olukorras tundmine – empaatia - *Accurate Empathy*
 - ☐ Autonoomia toetamine – autonoomia - *Autonomy Support*
 - ☐ Kinnitamine - kinnitus - *Affirmation*
- ☐ Kaasa elamine (teise heaolust lähtumine) - kaastunne - *compassion*
- ☐ Esilekutsumine - *evocation*

(Miller ja Rollnick, 2013)



Mida grupijuhid koolituselt kaasa võtsid?



ARCHIMEDES

- ☐ Kuidas vanemaid kaasata?
 - ☐ Probleemide küsimine vs. Mis praeguses olukorras võiks olla teisiti?
 - ☐ Muutustejutu esilekutsumine ja võimendamine
- ☐ Kuidas aidata vanemal eesmärgi poole liikuda?
 - ☐ Mis aitab vanemal õpitud oskusi proovida, ka siis kui kohe ei õnnestu?
 - ☐ Kinnitused: nt pos. kommentaar, mõistmise väljendamine, kompliment, toe väljendus
 - ☐ Info jagamiseks küsi enne luba!



MITI 4.2



- ❑ MITI jaguneb kaheks osaks: üldhinnangud ja käitumiste loend
 - ❑ Üldhinnangud hõlmavad endas:
 - ❑ tehnilisi komponente: muutustejutu tugevdamine ja samaksjäämisjutu vähendamine ning
 - ❑ suhte komponente: partnerlus ja empaatia.
 - ❑ Hinnangud antakse viiepallisel Likerti skaalal.
 - ❑ Käitumiste loendis eristatakse kümme käitumise põhikoodi:
 - ❑ Info jagamine, Veenmine loaga, Veenmine, Vastandumine,
 - ❑ Küsimused, Lihtsad peegeldused, Keerulised peegeldused,
 - ❑ Kinnitused, Koostööle kaasamine, Autonoomia rõhutamine



EMITA SoM uuring



- ❑ Uuring viidi läbi Sotsiaalministeeriumi poolt Eesti Motiveeriva Intervjueerimise ja Treeningu Assotsiatsioonilt tellitud motiveeriva intervjueerimise koolitusprojekti raames
- ❑ Uuringus osales kokku 25 koolitatavat, lõppvalimisse jäi 20, kelle puhul sai salvestatud mõlemad intervjuud
- ❑ Uuringu raames viidi koolituse eelselt ning järgselt läbi koolitusel osalejate nõustamisoskuste hindamine ja analüüs, mis tugines motiveeriva intervjueerimise hindamissüsteemile MITI 4.2.
 - ❑ MITI on mõeldud nt kasutamiseks:
 - ❑ (1) motiveeriva intervjueerimise hindamissüsteemina teadusuuringutes;
 - ❑ (2) vahendina, mis annab struktureeritud, formaalset tagasisidet nõustamisoskuste parandamiseks teadustöö väliselt.



Tulemused



ARCHIMEDES

- ❑ Analüüs: *GLM ANOVA (general linear model – repeated measures ANOVA)* ja *t-test (paired samples t-test)*, et võrrelda kahe andmerühma keskmisi
- ❑ Üldhinangute puhul ilmnes oluline tulemus **nii enne ja pärast ($F(1,19)=27.78$; $p<0.001$)** kui ka hinangute endi ($F(1,19)=9.02$; $p<0.001$) lõikes. Interaktsiooni intervjuu salvestamise hetke ja hinnangute osas ($F(1,19)=1.21$; $p=0.31$) ei ilmenud.
- ❑ Käitumiste loendi puhul intervjuu salvestamise hetke osas olulist erinevust ei ilmnenu ($F(1,19)=2.63$; $p=0.12$). Sarnaselt ilmnes oluline erinevus käitumiste endi lõikes ($F(1,19)=54.09$; $p<0.001$) ning ilmnes ka oluline interaktsioon **salvestamise hetke ja hinangute vahel ($F(1,19)=10.04$; $p<0.001$)**.



Üldhinnangud

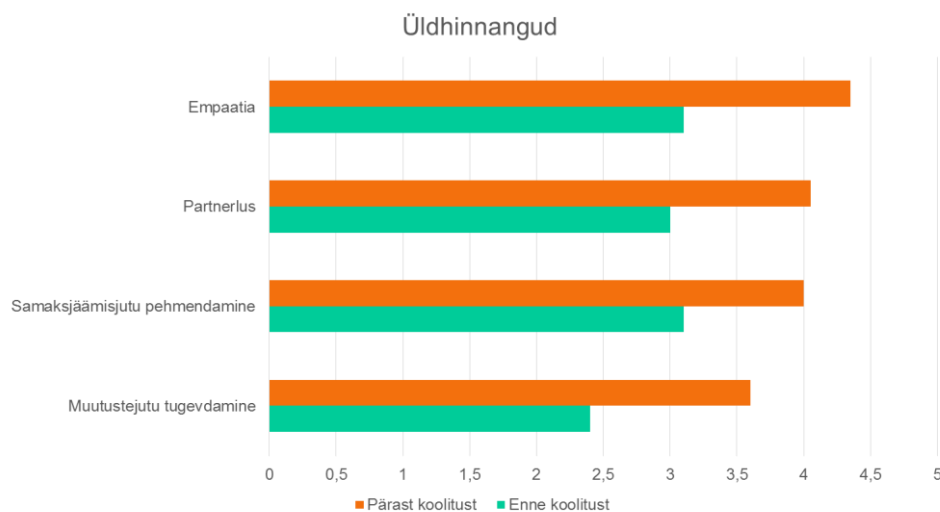


ARCHIMEDES

	Enne koolitust		Pärast koolitust		t	p
	M	SD	M	SD		
Muutustejutu tugevdamine	2,40	1,14	3,60	0,94	-4,19	0,00
Samaksjäämisjutu pehmendamine	3,10	0,72	4,00	0,65	-4,41	0,00
Partnerlus	3,00	0,97	4,05	0,83	-4,10	0,00
Empaatia	3,10	0,97	4,35	0,75	-5,78	0,00



Üldhinnangud



Käitumiste loend



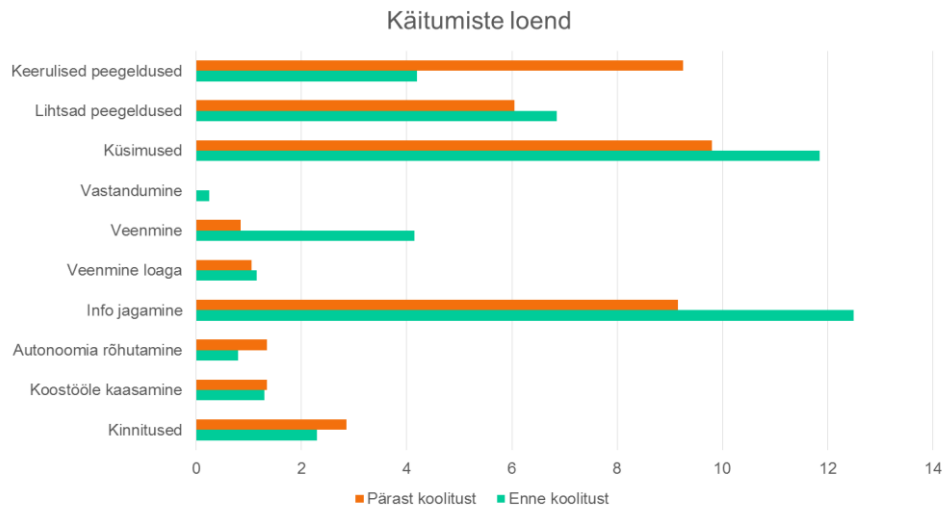
	Enne koolitust		Pärast koolitust		t	p
	M	SD	M	SD		
Kinnitused	2,30	1,66	2,85	1,90	-1,33	0,20
Koostööle kaasamine	1,30	1,26	1,35	1,31	-0,16	0,87
Autonoomia rõhutamine	0,80	0,95	1,35	1,69	-1,40	0,18
Info jagamine	12,50	4,44	9,15	5,07	2,99	0,01
Veenmine loaga	1,15	1,39	1,05	1,54	0,18	0,86
Veenmine	4,15	2,66	0,85	2,03	5,47	0,00
Vastandumine	0,25	0,64	0,00	0,00	1,75	0,10
Küsimused	11,85	5,19	9,80	3,78	1,83	0,08
Lihtsad peegeldused	6,85	5,11	6,05	4,10	0,81	0,43
Keerulised peegeldused	4,20	2,78	9,25	5,06	-4,88	0,00



Käitumiste loend



ARCHIMEDES



Skaalad jt töödeldud tulemused



ARCHIMEDES

☐ Käitumisloendi tulemuste töötlemine:

- ☐ MI-le kohase (kiinitused, kaasamine, autonoomia) ja mittekohase (veenmine ja vastandumine) käitumiste summeerimine eraldi skaaladesse
- ☐ peegelduste ja küsimuste suhte arvutamine
- ☐ keeruliste peegelduste protsenid arvutamine

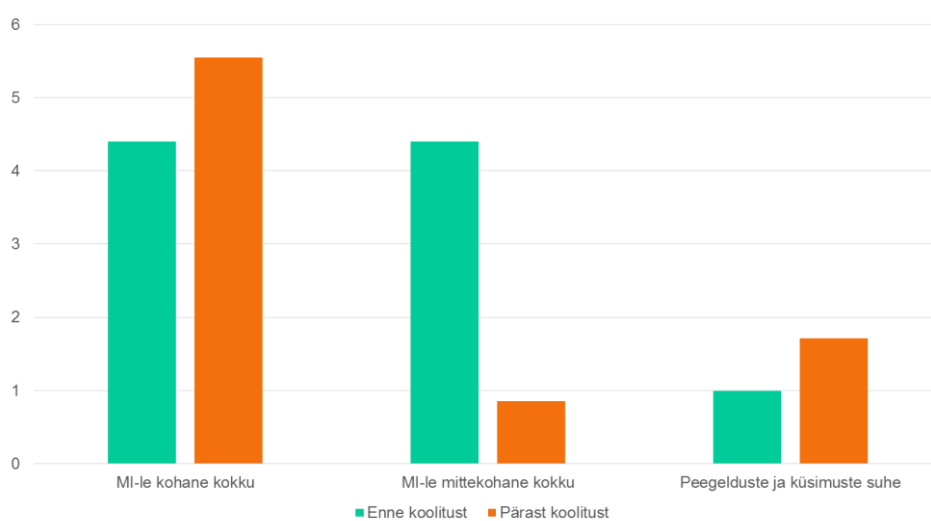
- ☐ Asetades mudelisse kõik töödeldud käitumisteloendi tulemused ilmned olulised erienvused nii enne kui pärast koolitust (**$F(1,19)=16.15$; $p=0.001$**) kui ka töödeldud skaalade faktorite sees (**$F(1,19)=186.015$; $p<0.001$**). Lisaks ilmned veel oluline interaktsioon käitumiste loendi skaalde ja salvestamise hetke vahel (**$F(1,19)=19.77$; $p<0.001$**).



	Enne koolitust		Pärast koolitust			
	M	SD	M	SD	t	p
MI-le kohane kokku	4,40	2,87	5,55	3,15	-1,86	,078
MI-le mittekohane kokku	4,40	2,91	,85	2,03	5,26	,000
Peegelduste ja küsimuste suhe	0,99	0,46	1,71	1,15	-3,03	0,01
Keeruliste peegelduste osakaal	37,39	22,17	60,74	15,35	-4,35	0,00



Töödeldud tulemused



Keeruliste peegelduste osakaal



ARCHIMEDES

