

# Mitmedimensioonilise pereteraapia tõhususe uuring

Uuringu tulemuste tutvustus  
27.03.2017, Tallinn

Laura Aaben  
Uuringu projektijuht  
Mõttekoda Praxis

# Eesti MDFT programmi hinnati kolmel moel

1. Kolme juhtumi narratiivne analüüs  
(süvaintervjuude põhjal)
2. Riskitaseme hindamine programmi eel ja järel  
(YLS/CMI hindamisküsimustiku põhjal, valim 105 osalejat)
3. Programmi kulutõhususe hinnangu arvutamine

# Juhtumite analüüs jutustab kolme perekonna lood

Valdava enamuse perede jaoks MDFT programmis osalemine positiivne kogemus

MDFT teraapia on üles ehitatud pere ja terapeudi vahelisele usalduslikule, toetavale ja hinnanguvabale suhtele.

Paljude noorte ja lapsevanemate jaoks on MDFT ka esmakordne meeldiv ja lootustandev kogemus abistavate spetsialistidega.



RÄÄGIVAD EMAD

*„Ma ei usaldanud oma poega. Üldse ei usaldanud. Ma ei saanud teda usaldada, sest ta ainult valetas mulle. Ei olnud absoluutselt mittemingisugust usaldust.“*

*„Ta ei kuulanud mind, ei mõistnud, ei tahtnud minuga rääkida. Ta võis mind kuradile saata. Ta võis ropendada, kui ma riidlesin temaga, võis näiteks öelda „lits“. Meie suhted olid kohutavad. Me ei mõistnud üksteist. See ei olnud elu vaid põrgu.“*

*„Mingil hetkel oli mul selline tunne, et käime seal ja midagi hakkas välja tulema.. aga siis näen, et poisil on jälle mingi jama ja jälle kõik vanamoodi. Mul tekkisid mõtted, et milleks seda kõike üldse vaja on. Ma isegi mõtlesin pooleli jätta. Hiljem aga jälle kõik paranes.“*

*„Mulle meeldis, et terapeut oli mures meie probleemi, minu lapse pärast isegi rohkem kui mina. Ta käis koolis, helistas kõigile ja ... oli nagu emmeke meie jaoks, see meeldis väga ... Ta on üldse selline helge inimene. Tuled tema juurde ja juba siis, kui ukse lahti teeb, siis juba naeratab ja ütleb rõõmsalt: „Tere!“ Isegi kui tuju oli halb, siis kohe läks paremaks.“*

*„Terapeut helistas mulle kogu aeg, vahest isegi telefonis kuulis, et ma olen ärevil ja ütles mulle, et võta rahulikult. Ta kuidagi leiab selliseid sõnu.. et kui ta ei helistaks, siis ma oleksin vast loobunud, jätnud pooleli. Tema aga kogu aeg helistas ja kohtusime ja rääkisime.. ja kõik sai jälle korda.“*

*„Poolteist aastat tagasi oleksin kindlasti öelnud, et see mees raudselt kukub trellide taha. Aga täna ma seda enam ei arva. Ma arvan, et temast tuleb väga tubli mees“*

*“Poiss tuli eile koolist koju ja ütles: „Ema, ma olen nii õnnelik, mul on nüüd kõik kolmed!” Ainult 2 nädalat tagasi olid enamus kahed. Kahe nädalaga jooksis ta õpetajate vahet, parandas kõike ja eile ütleb: „Ma olen nii õnnelik, mul on kõik kolmed!” Mu arvates me saavutasime kõik eesmärgid, mis me seadsime. Meie suhted kodus on head ja koolis.. noh praegu ei saa öelda, et lõpetab, sest eksamid on veel ees, aga vähemalt pole ühtegi kahte!”*

*„Poiss on õppinud oma emotsioonidega hakkama saama. Enne, kui mees ütles talle midagi, siis ta vihastas ja reageeris. Aga praegu ta.. lihtsalt vaikselt läheb mööda.“*

*„Ta on hakanud mulle rohkem rääkima. Enne oli endassesulgunud, midagi ei rääkinud. Võib olla terapeut õpetas usaldama? Sest nii palju kordi terapeut ütles, et sa pead ema juurde tulema, rääkima, ta alati kuulab sind, hellitab, annab nõu. Ja praegu... isegi kui koolis midagi juhtub, ikka tuleb ja räägib.“*



RÄÄGIVAD NOORED ISE



*„Terapeut tekitas mulle sellise tunde, et mis mõttega ma neid lollusi teen, kui ma mitte midagi sellest kasu ei saa, ainult endale kurja. Ja lõpuks on olnud nii palju jamasid, et see on mu mõistuse koju toonud.“*

*„Mulle meeldis, et terapeut palus meil emaga rääkida omavahel. Ta kuulas meid, meie istusime ja rääkisime emaga omavahel. Nüüd on see saanud meil emaga harjumuseks, et me istume ja räägime. Varem seda ei olnud.“*

*„Jah, muidugi ma olin enne teraapiat ka teadlik, et ma pean end kokku võtma. Ma olen normaalsemaks saanud küll, aga arvan, et ilma teraapiata oleks ma siiani neid tegusid teinud.“*

*„Mõned inimesed hakkavad pahandama, kui paned koolist poppi. Ütlevad, et sa oled halb, et sinust ei tule midagi head välja. Meie terapeut ei öelnud selliseid asju. Ta ütles, et ma ei tohi puududa, kool on vaja lõpetada, sest terve elu on veel ees. Kui ma sain hindeks kahe, siis ta motiveeris mind pingutama. Alates sellest hetkest hakkasin korralikult koolis käima ja käin siiani.“*

*“Enne teraapiat olin ma unistaja, arvasin, et saan miljardäriks. Tänu terapeutile sain aru, et miljardäriks ma ei saa. Aga keevitaja teenib head raha ja ma õpin keevitajaks. Mu ellusuhtumine muutus.”*



RÄÄGIVAD SPETSIALISTID

*„Meil kõigil oli nagu mõistus otsas, et need tema juhtumid läksid juba nii sagedaseks, et.. Sest huvitegevusega ta ei tegelenud ja sõpradega koos tegi pahandusi. Pere oli küll keelanud, et nende sõpradega ei suhelda, aga see ei andnud tulemusi. Ja emale oli ka ta juba nii palju valetanud ja lubadusi andnud, et ema oli ka sellises, et ei osanud nagu teha midagi temaga. Me olime komisjonis üsna nõutud, kuni selle MDFT pereteraapiani.“*

*„Mul kuulsin esimest korda sellest programmist ja arvasin, et äkki see aitab teda, sest kõigele vaatamata, me kõik armastame teda. Ta teeb palju halba ja temaga on palju probleeme, kuid samal ajal kõik armastavad teda. Ta võidab oma headusega.“*

*„Arvan, et kõige olulisem läbimurde punkt oli see, kui poiss otsustas, et vahetab kooli. Siis ta kasvas, ma arvan, 20 cm ja tema ema oli ka uues olukorras. Kui enne oli ta poisi ema, kes peab käima igal pool kõrvad ludus, siis nüüd pidi ema kellegi võõra jaoks oma poega esitama kellegi sellisena, millesse ta ise veel päris ei uskunud, et ta laps on. Et see oli ka ema jaoks murdepunt.“*

*„Emal on tekkinud oma poja eest seismise oskus. Enne oli nii, et ta ründas poissi, sest kõik ründasid teda ja ütlesid, et tee oma lapsega midagi ja ta ei osanud midagi teha. Aga nüüd ta räägib sellega ja tollega, viib paberid sinna ja tänna, vaatab, kuidas poissi toetada ja heast küljest näidata.“*

*„Neil olid enne ainult süüdistused, aga lõpu poole hakkasid nad koos unistama. Ema hakkas rääkima sellest, et poiss peaks hakkama õppima gümnaasiumis ja ülikoolis ja et ta on nii tark poiss, et jõuab kaugele. Varem oli emal soov, et saaks ta ainult kuhugile ära peita ja et poiss ometi ei teeks mingit järgmist jama.“*

# Edu saavutamiseks peab perel olema piisavalt ressursse

MDFT programmi väheedukate juhtumite ebaedu põhjused saab jaotada kaheks:

1. pere vähene valmisolek olukorra lahendamisele pühenduda
2. mitmed äärmuslikud olud ühes perekonnas (juurdunud vägivallamustrid, tõsised psüühikahäired, teravad sotsiaalse toimetuleku probleemid jms)

# Eesti MDFT programmi suunatud noored on keskmiselt 15-aastased, sagedamini poisid ja enamik juhtumitest on keskmise raskustasemega. Vähem kui pooled juhtumitest on kõrge riskitasemega.

66% poisid

10-19 aastased

Keskmine vanus poistel 15,1 ja tüdrukutel 14,4 eluaastat.

Keskmise raskusastmega juhtumeid 56%

Kõrge raskusastmega juhtumeid 40%, sh 3% väga rasked juhtumid

Tüdrukute ja poiste jaotus raskusastmetes sama

Enamlevinud riskitegurid:

- sihitu vaba aeg ja huvitegevuste puudumine
- riskikäitumist soodustav tutvusringkond
- probleemsed peresuhted
- probleemid koolis

Õigusrikkumiste ja sõltuvusainete riskid kõige vähem levinud

Tüdrukutel enam probleeme peresuhtete ja sõltuvusainetega

Poistel enam probleeme sihitu vaba aja ja õigusrikkumistega

# Kõigi programmis osalenute riskitasemed vähenesid

1. Valdava enamuse MDFT programmi suunatud noorte eludes saavutatakse positiivseid muutusi – poole aasta jooksul vähenesid käitumisprobleeme soodustavad riskid kõigil analüüsi kaasatud noortel enam kui poole võrra.
2. MDFT programm oli tulemuslik nii keskmise kui ka kõrge riskitasemega juhtumite seas – riskid vähenesid mõlemas grupis samal määral.
3. MDFT programm saavutas kõige märkimisväärsemat paranemist koolielu, peresuhete, emotsioonide juhtimise ja vaba ajaga seotud riskides.
4. Nooremate ja vanemate programmis osalejate seas olid muutused mõnevõrra erinevad. Riskide koondtase vähenes küll mõlemas rühmas samal määral, kuid õigusrikkumised on enam vähenenud alla 15-aastaste seas ning koolielu ja vaba ajaga seotud riskid on vähenenud enam 15-aastaste ja vanemate seas.
5. Õigusrikkumiste vähendamisel oli MDFT programm tulemuslikum tüdrukute seas ja vaba aja veetmise harjumuste muutmisel edukam poiste seas.



<b>Riskikategooria</b> (kategooria alatunnuste arv)	<b>Baasskoor</b> (N=63)	<b>Järelskoor</b> (N=63)	<b>Muutuse määr</b>
Uimastid (5)	1,2	0,3	-75%
Haridus- ja tööelu (7)	3,8	1,1	-71%
Peresuhted (6)	3,5	1,0	-71%
Ellusuhtumine (5)	1,9	0,6	-67%
Iseloomulik käitumine (7)	3,3	1,3	-60%
Vaba aeg (3)	2,3	1,3	-44%
Tutvusringkond (4)	2,5	1,6	-36%
Õigusrikkumised (5)	1,2	0,8	-31%
<b>Riskide koondtase</b>	<b>19,7</b>	<b>8,1</b>	<b>-59%</b>

# Eesti MDFT programm on kulutõhus

- MDFT Eestis käivitamise kulu 1,38 miljonit eurot
- MDFT programmi jätkamise kulud igas aastas 570 tuhat eurot
- MDFT programmi kulu ühe noore kohta on Eestis ligikaudu 4300 eurot (3-7 korda soodsam kui ühe noore erikoolis või vanglas viibimise aastane kulu, mis on vahemikus 14 300 – 29 400 eurot aastas)
- Eeldusel, et hinnanguliselt vähendab MDFT programmis osalenud noorte seas õigusrikkumisi -30% ja vähendab koolitee katkemist enam kui -45%, siis **iga MDFT programmi investeeritud 1 euro säästab riigile 5,3 eurot.**
- Pigem konservatiivne alahinnang, kuna MDFT programmi mitmed teised positiivsed mõjud on jäänud analüüsis arvestamata

*„MFDT tulemuslike perede üks ühine joon on see, et **keset kõike seda põrgut on neil tegelikult suur igatsus üksteise mõistmise järele. Kuigi see näeb alguses välja, et kõik vihkavad üksteist.**“*

# Aitäh!

[www.praxis.ee](http://www.praxis.ee)

[laura.aaben@praxis.ee](mailto:laura.aaben@praxis.ee)