



## **Pereteraapia võimalikkusest väärkoheldud lapse ja tema perega**

Detsember 2019

*„Aga selleks, et aidata last, on vaja aidata tema vanemaid. Ma võin lapsega töö ära teha, et ta oskaks öelda EI, tugevdada ta enesehinnangut, arvamust ja emotsioone. Aga kiu keskkond ei soovi, siis on mu töö tühja läinud.“*

Eesti lastemajade võrgustiku juures töötab 25 (12 Põhja-Eestis, 13 Lõuna-Eestis) pereterapeuti, kes on 2019.aastal (teenuse piloteerimise periood) teenindasid 165 (125 Põhja-Eestis, 40 Lõuna-Eestis) lastemaja klienti.

2019.aasta novembris ja detsembris viisime pereterapeutidega läbi avatud küsimustega intervjuud, hindamaks pereterapeutide rahulolu koostööga, nende isiklikku nägemust oma töö sisust väärkoheldud lapse ja tema perega, teraapia protsessist, ettetulevatest takistustest ja võimalustest.

Kõik intervjuueeritud terapeudid olid kas sotsiaaltöö või psühholoogia magistrikraadiga, millele lisandus pereterapeudi 5-aastane väljaõpe. Paljudel oli ka erinevaid lisateadmisi, nagu PREP paarisuhtekoolitaja, Imelised Aastad koolitaja, skeemiteraapia ja grupiteraapia väljaõpe.

Kõik uskusid, et nende töö on tulemuslik ja pereteraapia on väärkoheldud lapsi ja nende peresid tõhusalt abistav meetod.

Positiivselt toodi välja oma mineviku töökogemused erinevates meeskondades, kus rollid olid jaotatud nii, et terapeut pidi tegema rohkem juhtumitööd, mille nüüdseks on lastemaja spetsialistid oma õlule võtnud. Samas on terapeudi jaoks puudu Sotsiaalkindlustusameti kõrval seisev tugev kohaliku omavalitsuse sotsiaaltöö võimekus. Näiteks kui pere pole toimetulev (puudub elamispind, hooldusõigusvaidlused, transpordivõimalusi pole, vägivallatseja elab lähedal), siis ei ole võimalik teraapiat tulemuslikult ellu viia.

Pereterapeut näeb enda rolli klienditeenindajana. Kõik intervjuueeritavad töid välja, et nende esimene eesmärk peale turvalise suhte loomist lapse ja perega on selgitada välja nende igapäevasuhtluse kitsaskohad ning asuda tööle just selle küsimusega. *„Tihtipeale on standardsoov olukorras selgust saada. -- .Vanemad seavad kahtluse alla, kas juhtus või ei juhtunud. --. Kui sellised asjad üldse juhtuda saavad, kas on ikka ainult laps klient? Kui suhted on head, siis laps ei kao silmist. Peres peab tekkima ka tervislik usaldamine.“*



Usaldussuhte loomiseks on erinevaid viise. Mõni terapeut kutsub kõigepealt kogu perekonna koos, et näha nende omavahelist sünergiat ja koostab genogrammi peresuhete uurimiseks. Teised jälle peavad vajalikuks kohtuda eraldi lapsega ja eraldi vanema(te)ga, et saada aru pereliikmete eriilmelisusest ja hetkeolukorrast. Hiljem jagunevad sessioonid kohtumisteks a)lapsega; b)vanematega; c)kõigiga koos selleks, et aru saada, mis tähenduse keegi loole annab.

Oluline verstapost kõigi terapeutide jaoks on moment, mil laps ja perekond saavad juhtunust avatult, süütundeta ja üksteist hoidvalt rääkida. Välistada võimalus, et väärkoheldud laps jääb suletud situatsiooni, kus vanemad ei oska ega julge teda aidata. Sellises positsioonis pole ükski teraapia tulemuslik, sest kodu ei toeta last.

Terapeudid kasutavad eriti just laste puhul mängulisi lähenemisi, joonistamist, kujundeid ja situatsioonide loomist. Neil on palju töölehti ja vahendeid mitte ainult pereteraapia väljaõppest, vaid ka teistest toetavatest koolitustest.

Puudust tuntakse tõenduspõhistest töövahenditest nagu näiteks traumaskriiningu-küsimustik, kuigi on kahtlus, kas neid Eestis on ning kas need igale vanuseastmele (näiteks 7-aastane laps) sobiksid. Ühel terapeudil on oma magistr töö raames välja töötamisel pere toimetuleku hindamise küsimustiku SCORE 15 Eestile kohaldamine.

*„Ma pole väärkoheldud laste lugudega väga pikalt kokku puutunud, sestap olen otsinud erinevaid koolitusi, kuidas traumaga toime tulla, kui on vägivald peres, kasutada süsteemiteraapiat.--.Kohati tunnen, et koban pimeduses, teen seda, mida oskan. Võiks olla keeruliste klientidega tegelemisel psühholoogide täiendkoolitus, aktiivne võrgustik. Olla ka aeg-ajalt kovisioonid ja supervisioonid.“*

Olulisena tuuakse välja pereteraapia lepituslik pool. Kui väärkohtlemine on toimunud näiteks õdede ja vendade vahel, siis peavad nad paratamatult suutma koos edasi elada ning ka lapsevanemad nendega toime tulema. Samuti on väärkohtlemine tihti põlvkondade ülene ning pereteraapias tulevad välja lood, kus hoopis isa peab vanaisaga rahu sõlmima selleks, et tänane lapsohver saaks paranemisprotsessiga alustada. Seega vahel läheb pereteraapia hoopis laiaks ning korraga võib sama terapeudi juures olla teenusel näiteks ema, isa, nende 3 tütart ja 4 tütretütart.

Pereteraapia ajalise kestvuse osas töid terapeudid välja huvitavad erialaspetsiifilised lähenemised sessioonide sagedusele, teraapiaperioodi pikkusele ning järelkontrollile. Näiteks üks terapeut hindas perega tehtava töö tulemuslikkust eelkõige selle järgi, kui kaua võtab aega perekonna ühendamine (join), sest pärast seda on juba võimalik sisulise tööga alustada. Kui see läheb



kiiresti, saab ka töö kiiresti hoo sisse, kuid mõnel perel võib juba ainuüksi join võtta aega 10 seanssi.

Sagedus peaks olema kas iga nädal või üle nädala, sest kord kuus kohtudes kannatab terapeudi ja kliendi vaheline usaldussuhe ning iga kord tuleb justkui uuesti alustada.

Ükski terapeut ei teadnud juhtumeid, kus laps ja pere oleks käinud teraapias näiteks 10 aastat ja kord nädalas. Samas on kõigi kogemustes juhtumeid, kus vahepeal kaob lapse ja pere jaoks teraapiavajadus, kuid see tõuseb taas. Eriti märgiline on see näiteks juhul, kus 7-aastane väärkoheldud tüdruk saab teismeliseks: millisenä ta hindab oma kogemust siis, kui avastab iseenda seksuaalsust. Uuesti täisikka jõudes, emaks saades. Ehk tarvilik oleks lapsi hoida silmapiiril ning vajaduse kerkides uuesti terapeudile märku anda. Selline lapse ja pere check-up võiks toimuda näiteks 6 kuu tagant. Praegu Eestis sellist süsteemi ei ole ning mõne märkimisväärsema kliendi puhul (keerulised kompleksed juhtumid) teevad seda terapeudid ise.

Keeruline on töötada vanematega, kes lapse olukorda pisendavad ja keerukusele vaatamata naeratavad ning teenusest loobuvad. Terapeudid ei saa sellisel juhul midagi teha, sest ka kohtumisi jätkates pörkuvad nad jäiga seina vastu. Eriti keerulised on isiksushäiretega vanemad või vanemad, kelle isiklik trauma on nii suur ja ravimata, et nad ei suuda näha lapse vajadusi. Vahel võtab lapsevanemal endal aega terve aasta, et end kokku võtta ning teraapiasse tulla. Kui peres on teisi lapsi, siis ka juhul, kui nad ei ole väärkohtlemise ohvrid, tuleb nendega rääkida ja neid hinnata, sest trauma mõju katab tervet perekonda, mitte ainult politseimenetluse käigus fikseeritud ohvrit. Paljudel juhtudel käibki näiteks väike õde vanema vennaga koos teraapias, sest neil on usaldussuhe ja koos on kergem.

Eestis on üldse välja õppinud üle 200 pereterapeudi, kellest kõik ei ole aktiivselt tegutsevad. Tööpõldu jagub, kuigi terapeute tuleb kogu aeg juurde. Süsteemse pereteraapia kõrvale on tulnud veel EFT; IMAGO; skeemiteraapia. Klientide kaustad on praktiseerivate terapeutil paksud – korruga on töös ca 80 klienti ning mitmel terapeudil on kalendrid järgmisteks kuudeks suletud, st uuesti kliente enam juurde ei võeta.

*„Nende peredega peaks palju julgemalt ja rohkem tegema pereteraapiat. Kuid mul on täna piisavalt kliente. Reklaami ma endale väga ei tee.“*