



VÕRUMAA
ARENDESKESKUS



SOTSIAALMINISTEERIUM

KAGU-EESTI LAPSEVANEMATE VAJADUSED

UURINGU RAPORT
2025



Sa võrumaa Arenduskeskus
MTÜ RA stuudio
Sotsiaalministeerium

KAGU-EESTI LAPSEVANEMATE UURING

RAPORT

Raporti analüüsi koostasid:
Küllike Hein, Kerli Kõiv, Tiina Jaanimägi

Võru
2025

SISUKORD

Lühendid	4
Kokkuvõte	5
Sissejuhatus.....	7
Tulemused	8
Vastaja profiil.....	8
Tugivõrgustik.....	13
Vajadused.....	20
Kuulumine formaalsesse või mitteformaalsesse võrgustikku	22
Lapsevanemate koolitusvajadused ja valmisolek õppida	27
Infoallikad	31
Lapsevanemate vaimne heaolu ja stressiallikad	33
Lisa 1. Kagu-Eesti lapsevanemate uuringu küsimustik.....	36

Hoolduspere - on perekond, kuhu laps paigutatakse kas ajutiselt või pikemaks ajaks olukorras, kus ta ei saa elada oma sünniperes.

Kärgpere - on pere, kus vähemalt üks vanem toob peresse lapse või lapsed eelmisest suhtest ning elatakse koos uue partneri ja tema (või mõlema partneri) lastega.

Formaalne lapsevanemate kogu - on ametlikult moodustatud ja struktureeritud vanemate esindusorgan näiteks koolis, lasteaias või huviringis.

Mitteformaalne lapsevanemate kogu - on vähem ametlik ja suunatud vabatahtlikule vanemate grupile, mis tegutseb ilma formaalse struktuurita.

AI - ehk tehisintellekt (*artificial intelligence*) on tehnoloogiaru, mis võimaldab masinatel ja arvutisüsteemidel jäljendada inimlikku mõtlemist, õppimist, otsustamist ja probleemide lahendamist.

KOKKUVÕTE

2025. aasta kevadel läbi viidud uuring kaardistas Võru, Põlva ja Valga maakonna lapsevanemate vajadusi, ootusi ja kogemusi vanemahariduse, tugivõrgustike ning info liikumise osas. Uuringus osales 266 lapsevanemat, kellest enamik olid emad (95,9%) ning valdav osa (88,3%) Võru maakonnast. Uuring andis detailse ülevaate just selle piirkonna perede olukorrast ja toetas edasiste teenuste kavandamist.

Vastajatest ligi pooltel (48,9%) oli kõrgharidus. Peremudelites domineerisid traditsioonilised pered (75,6%), kuid märkimisväärne osa vastajaid kuulus ka kärgperede või üksikvanemate hulka, mis andis võimaluse tuua esile erinevate peretüüpide vajadused.

Üks keskseid teemasid oli tugivõrgustiku olemasolu. 84,6% vastajatest tajus, et neil on vähemalt mingil määral olemas tugi lapse kasvatamisel. Suurimaks toetusallikaks olid vanavanemad, neid nimetas olulise toena 69,5% vastanutest. Traditsioonilistes peredes oli tugisüsteem tugevam (16,4%), samas kui üksikvanematest koges ligi kolmandik tuge toe täielikku puudumist. See toob esile vajaduse kogukondlike tugistruktuuride arendamiseks ja üksikvanemate sihipärasemaks toetamiseks.

Uuring näitas, et lapse kasvatamine ei ole üksikisiku ülesanne, vaid nõuab kogukondlikku tuge ja tasakaalu töö- ja pereelu vahel. Vanemad ei otsi üksnes rahalist abi, vaid vajavad emotsionaalset mõistmist, infot ja kindlustunnet.

Lastevanemate koolitusvajadus on kõrge - enim soovitakse teadmisi lapse kuulamisest, õpimotivatsiooni toetamisest ja sotsiaal-emotsionaalse arengu mõistmisest. Koolitusvormidest eelistatakse mitmekesiseid ja paindlikke lahendusi, veebikeskkonnas osalemist, järele vaadatavaid koolitusi või hübriidi. Vanemad on valmis õppima, kuid vajavad selleks sobivat formaati ja koolituste kättesaadavust.

Peamiste infoallikatena vanemlusinfo otsimiseks kasutatakse internetti, haridusasutusi ja oma lähedasi inimesi. AI-vahendite kasutamine on veel vähene, kuid esimesed märgid huvist on olemas. Kohalikke koolitusi eelistab üle 80% vanematest, mis kinnitab vajadust kogukonnapõhise toe arendamise järele.

Vanemad hindavad oma vaimset heaolu mõõdukaks (6,34/10). Stressiallikatena kerkivad esile ajapuudus, töö- ja pereelu tasakaal, mured laste käitumise ja hariduse pärast ning rahalised raskused. Oluline murekoht on professionaalse nõustamise kättesaadavus, ligi 60% vanematest on vajanud abi, kuid ei ole seda osanud või julgenud otsida.

Uuring toob esile, et lapsevanemad vajavad tuge, usaldusväärset teavet ja võimalusi oma vanemlike teadmiste ja oskuste arendamiseks. Neid tuleb pakkuda paindlikult, süsteemselt ja kogukondlikult, eriti oluline on pöörata tähelepanu üksikvanemate

vajadustele. Vanemahariduse arendamisel on võtmetähtsusega mitmekesised koolitusviisid (kontaktkoolitused, veebikoolitused), et toetada võimalikud paljude erinevate perede vajadusi. Terviklik ja kaasav lähenemine loob tugeva aluse perede toetamiseks, laste heaolu parandamiseks ning Kagu-Eesti kogukondade jõustamiseks.

SISSEJUHATUS

Käesolev raport põhineb 2025. aasta aprill-mai perioodil kogutud andmetel, mis pärinevad Põlva, Võru ja Valga maakonna lapsevanematelt. Andmete kogumine toimus anonüümselt *Microsoft Forms*i kaudu.

Andmete kogumiseks vajaliku küsimustiku jõudmiseks sihtrühmani panustasid aktiivselt haridusasutused, arendusorganisatsioonid, kohalikud omavalitsused, vabaühendused ning piirkonna lapsevanemad. Küsimustikule oli loodud ligipääs nii veebilingi kui ka QR-koodi abil, mis oli kättesaadav infopostritel organisatsioonide füüsilistes ruumides, kui ka veebikeskkondades.

Infopostreid jagati mitmel digitaalsel platvormil: Võrumaa Arenduskeskuse ning kohalike omavalitsuste kodulehtedel, erinevate vabaühenduste veebilehtedel ja aktiivsete võrgustike kanalites, nagu näiteks Võrumaa Puuetega Inimeste Koda ja Põlvamaa Tervisetuba. Samuti avaldas *Võrumaa Teataja* artikli lapsevanemate vajaduste uuringust, mis ilmus nii paberväljaandes kui ka veebis.

Uuringu eesmärk oli kaardistada Kagu-Eesti perede vajadusi ja ootusi seoses vanemahariduse, info liikumise ja koostöövõrgustikega. Selle kaudu saab kujundada lapsevanematele veelgi paremaid toetavaid teenuseid ja õppimisvõimalusi.

Uuring viidi ellu SA Võrumaa Arenduskeskuse projekti „Vanemlust toetav kiirendi“ raames, mida toetatakse RES.7.3 Riigieelarvelised toetused vahenditest.

Andmete baasil analüüsi ning kokkuvõtva raporti koostasid Küllike Hein, Kerli Kõiv ja Tiina Jaanimägi.

TULEMUSED

VASTAJA PROFIIL

Uuringus osales 266 lapsevanemat Võru (88,3%), Põlva (9,8%) ja Valga (1,9%) maakonnast (Tabel 1). Enamik küsimustikule vastanud olid emad (95,9%) (Tabel 2).

Tabel 1. Maakond, kus vastanud lapsevanem elab.

	Vastanute arv	%
Võru maakond	235	88.3
Põlva maakond	26	9.8
Valga maakond	5	1.9
KOKKU	266	100

Tabel 2. Lapsevanema roll.

	Vastanute arv	%
Ei soovi vastata	3	1.1
Ema	255	95.9
Isa	8	3.0
KOKKU	266	100

Uuringus osalenutest olid ligi pooled vastajad omandanud kõrghariduse - kokku 130 inimest (Tabel 3), mis moodustab 48,9% kogu valimist. Omandatud kõrgeimaks haridustasemeks märkis keskhariduse 32 (12,0%) ning kutsekeskhariduse 28 vastajat (10,5%). Põhihariduse baasil kutsehariduse on omandanud 18 inimest (6,8%) ning põhihariduse 8 inimest (3,0%). Uuringule vastanud on valdavalt kõrgema haridustasemega, kui Kagu-Eesti elanikkond keskmiselt (20,3%). See võib mõjutada uuringu tulemuste üldistatavust, kuna vastused ei pruugi peegeldada erineva haridustasemega inimeste muresid ja vajadusi. Madalama haridustasemega vastajate vähene osalus võib viidata keerukusele sihtrühma uuringusse kaasamisel. Keskhariduse

ja kutsekeskhariduse omandanud lapsevanemate märkimisväärne esindatus näitab sihtgrupi huvi ja valmisolekut uuringus osalemiseks. Haridustaseme jättis märkimata suhteliselt suur osa vastanutest – 18,8%. See tähendab, et uuringu tulemused võivad kajastada eelkõige teadlikuma ja paremate sotsiaalsete ressurssidega sihtrühma vaateid ning ei pruugi olla otseselt ülekantavad madalama haridustasemega elanikkonnale.

Tabel 3. Vastanute haridustase.

	Vastanute arv	%
Põhiharidus	8	3.0
Keskharidus	32	12.0
Kutseharidus	18	6.8
Kutsekeskharidus	28	10.5
Kõrgharidus	130	48.9
Ei vastanud	50	18.8
KOKKU	266	100

Uuringus osalenud lapsevanemate vanemluskogemus on jaotunud suhteliselt ühtlaselt, kuid suurem osa vastajatest on olnud lapsevanemad vähemalt 4 aastat (*Tabel 4*). Kõige arvukam rühm on olnud lapsevanemad 4–7 aastat (24,1%), kellele järgnevad need, kel vanemluskogemust 19 aastat või rohkem (22,2%) ning 12–15 aastat (18,0%).

Vähema kogemusega lapsevanemaid ehk neid, kelle vanemluskogemus jääb vahemikku 0–3 aastat, on 28 inimest (10,5%). See näitab, et värskete lapsevanemate osakaal on valimis pigem väike. Keskmise staažiga vanemaid (8–11 aastat) on 38 (14,3%) ja 16–19 aastat lapsevanemaks olnud inimesi 29 (10,9%).

Tabel 4. Lapsevanemaks olemise kogemus aastates.

	Vastanute arv	%
0-3 aastat	28	10.5
4-7 aastat	64	24.1
8-11 aastat	38	14.3
12-15 aastat	48	18.0
16-19 aastat	29	10.9
19 ja rohkem	59	22.2
KOKKU	266	100

Kõige levinum laste arv peres on kaks last (110 vastanut), mis moodustab 41,4% kõigist vastanutest. Sellele järgnevad kolme lapsega pered 67 vastajat (25,2%) ja ühe lapsega pered 55 vastajat (20,7%). Suuremate perede osakaal vastanute hulgas on väiksem (Tabel 5).

Tabel 5. Laste arv peredes.

	Vastanute arv	%
1	55	20.7
2	110	41.4
3	67	25.2
4	25	9.4
5	4	1.5
6	2	0.8
7 ja enam	3	1.1
KOKKU	266	100

Uuringu andmetel elab valdav enamus vastajaid (75,6%) traditsioonilises peremudelis, kus mõlemad vanemad kasvatavad lapsi koos. Selliseid peresid oli 201, mis viitab tugevale esindatusele klassikalises kahe vanemaga perestruktuuris. Välja on toodud ka keerulisemaid peresuhteid (1,5%) (Tabel 6).

Tabel 6. Peremudel.

	Vastanute arv	%
Traditsiooniline pere	201	75.6
Kärgpere	35	13.2
Kasvatan last/lapsi üksi	25	9.4
Muud – jagatud vastutus/ keerulised suhted	4	1.5
Hoolduspere	1	0.3
KOKKU	266	100

Uuringu küsitluse põhiline kommunikatsioon oli Võru maakonnas ja sellest tulenevalt võib öelda, et üle 88% vastajatest on pärit Võru maakonnast, see aga piirab tulemuste üldistatavust teiste maakondade suhtes, kuid annab väärtusliku ülevaate Võru maakonna vanemate olukorrast ja vajadustest. Uuringus osales tagasihoidlik arv isasid (3,0%), mis viitab sellele, et tulemused peegeldavad seega pigem emade seisukohti. Peaaegu pooled vastanud olid kõrgharidusega (48,9%), seega võib järeldada, et kõrgharidusega lapsevanemad on altimad sellistes uuringutes osalema. Enam, kui kolmandikul vanematest oli vanemluskogemust üle 12 aasta, mis viitab küpsele ja lapsevanemana kogenud sihtrühmale ehk neil on kogemus hinnata nii varajase kui ka hilisema lapsepõlve arenguetappe.

Analüüsi käigus selgus, et uuringu vastajate seas on enim esindatud traditsioonilise pere mudel, mis viitab sellele, et suurem osa vastajatest elab stabiilses perestruktuuris, kus lapse kasvatamise vastutus on jagatud kahe vanema vahel. See võib mõjutada ka vanemlusega seotud hoiakuid ja vajadusi, näiteks töö- ja pereelu tasakaalu

ning tugivõrgustike kättesaadavust. Iga neljas vastaja ei kuulu traditsioonilisse peremudelisse. Sellistes peredes võib esineda erisuguseid väljakutseid, nagu kohandatud suhtlus- ja koostöömudelid, hooldusõiguslikud küsimused või vajadus täiendava sotsiaalse toe järele. Selle rühma kuulumine uuringusse võimaldab paremini mõista nende olukorda kohaliku poliitika ja teenuste planeerimisel.

TUGIVÕRGUSTIK

Suur osa küsimustele vastanutest (84,6%) tajuvad, et neil on olemas tugivõrgustik, mis toetab neid lapsevanema rollis (Tabel 7).

Tabel 7. Tugivõrgustiku olemasolu.

	Vastanute arv	%
Tugev võrgustik	118	44.4
Osaline tugi	107	40.2
Tugivõrgustik puudub	38	14.3
Muu	3	1.1
KOKKU	266	100

Tugivõrgustiku liikmetena tuuakse esile eelkõige laste vanavanemaid, peamiselt vastaja enda poolseid aga ka teise lapsevanema poolseid. Lisaks vanavanematele nimetatakse tugivõrgustiku olulise osana ka enda tädisid ja onusid. Kokku on lapsevanemate sugulastega seotud inimesi esile toodud 221 korral. Teine oluline võrgustiku grupp on vastaja enda ja abikaasa/elukaaslase õed ja vennad, keda on tugivõrgustiku liikmena nimetatud 55 korral. Sõpru ja lähedasi tuttavaid nimetatakse 32 korral. Vähem on tugivõrgustikuna nimetatud abikaasat/elukaaslast ja laste isa (20), mis võib tuleneda sellest, et eelkõige käsitleti vastamisel võrgustikku väljaspool igapäevast pereringi. Nimetatud on ka naabreid (9 korral), erinevad asutusi (kool, lasteaed, noortekeskus, huviring) ja spetsialiste (sh psühholoog, pereterapeut, õpetaja, lastekaitse, erinevad tugispetsialistid, perearst ja pereõde). Üksikud on välja toonud, et otsivad tuge ajakirjandusest, sotsiaalmeediast ja internetist.

Kui kõrvuta traditsioonilise peremudeli ja tugivõrgustiku olemasolu, siis näitab uuring, et traditsioonilises peremudel (kus mõlemad vanemad kasvatavad koos lapsi) on tugivõrgustik kõige tugevam (47,3% neist vanematest hindas oma tugisüsteemi tugevaks) (Tabel 8). See viitab stabiilsemale sotsiaalsele ja praktilisele toele, mille aluseks võib olla jagatud vanemlik vastutus ja laiem perering.

Üksikvanematest tunneb kõigest 24% tugeva tugivõrgustikku olemasolu, samas kui 28%, tunnistab täielikku tugivõrgustiku puudumist. See on kõrgeim puuduliku toetuse osakaal kõikidest peremudelitest ning tulemusi kõrvutades selgub, et üksikvanemlus võib suurendada riski jääda ilma sotsiaalsest toest, mis omakorda võib tõsta stressitaset ja koormust (*Tabel 8*).

See-eest kärgpered on üsna tugevalt toetatud. Tugev ja osaline tugi on kokku 91,5% (traditsioonilisel perel 85,1%), see viitab, et kärgpered võivad pakkuda lastele hoopis mitmekesisemat ja laiemat tugivõrgustikku (*Tabel 8*). Laps saab tuge mitte ainult mõlemalt vanemalt, vaid ka laiendatud peredelt (näiteks kasuvanemate kaudu). See on märkimisväärne tugevus, mida võiks ühiskondlikus arutelus rohkem esile tõsta.

Tabel 8. Peremudeli ja tugivõrgustiku olemasolu.

	Tugev võrgustik	Osaline tugi	Tugi puudub	Muu
Traditsiooniline pere	95	76	28	3
	47.3%	37.8%	13.9%	1.0%
Kärgpere	15	17	3	0
	42.9%	48.6%	8.6%	0.0%
Kasvatan last/lapsi üksi	6	12	7	0
	24.0%	48.0%	28.0%	0.0%
Muu	1	2	0	0
Hoolduspere	1	0	0	0
KOKKU	118	107	38	3

Uuringu tulemused kinnitavad, et vanavanemad on paljude perede jaoks oluline tugisammas, kokku 69,5% lapsevanematest saab mingil määral tuge vanavanematelt

(Tabel 9). Samas 21,1% vanematest saab tuge harva ning 9,4% vastajatest ei saa üldse vanavanemate abi, mis tähendab, et ligi kolmandik peredest jääb sellest ressursist valdavalt või täielikult ilma.

Tabel 9. Vanavanemate osalus.

	Vastanute arv	%
Jah, aktiivselt	41	15.4
Jah, aeg-ajalt abistades	144	54.1
Harva	56	21.1
Ei osale	25	9.4
KOKKU	266	100

Peremudelil on selge seos vanavanemate toetusega. Andmed näitavad, et vanavanemad on aktiivsemalt toeks traditsioonilistes peredes ja kärgperedes, kus nende roll on ilmselt loomulikumalt integreeritud igapäevaellu. Üksikvanemaga peredes on vanavanemate toetus oluliselt madalam – koguni 20% võrra väiksem kahe peamise näitaja (tugev ja osaline tugi) kokkuvõttes. See viitab, et üksikvanemad võivad olla rohkem sotsiaalselt isoleeritud, ning vajavad seetõttu enam kogukondlikku või institutsionaalset tuge.

Kuna vanavanemad täidavad sageli märkimisväärselt rolli lapsehoiu, emotsionaalse toe ja praktilise abi pakkujatena, tuleks neid käsitleda teadlikult osana perede tugisüsteemist. Seetõttu on oluline suurendada nende rolli nähtavust ning pakkuda vajadusel tuge ja kaasamisvõimalusi ka neile endile – näiteks koolituste või paindlike teenuste kaudu.

Üksikvanemate (24%) ja kärgperede (28,6%) puhul on vanavanemate toe puudumise osakaal kõrgem, kui traditsioonilistes peredes (18,6%). See võib viidata keerukamatele peresuhetele, vahemaadele või suhtlusraskustele eri peresüsteemide vahel. Üksikvanemate puhul paistab silma suur „muu“ kategooria (24%), mis võib viidata

ebatavalistele või katkestatud suhetele vanavanematega, näiteks konfliktid, distantis või terviseprobleemid (Tabel 10).

Tabel 10. Peremudel ja vanavanemate toetus.

	Tugev võrgustik	Osaline tugi	Tugi puudub	Muu	Kokku
Traditsiooniline pere	33	112	38	18	201
	16.4%	55.7%	18.9%	9.0%	100%
Kärgpere	5	20	10	0	35
	14.3%	57.1%	28.6%	0%	100%
Kasvatan last/lapsi üksi	3	10	6	6	25
	12.0%	40.0%	24.0%	24.0%	100%
Muu	0	2	1	1	4
	0%	50%	25%	25%	100%
KOKKU	41	144	56	25	266

Uuringust selgub, et laste arvu kasvades väheneb tugeva toe olemasolu. Suurperede vanemad kogevad sagedamini osalist või täielikku toe puudumist. Peredes ühe kuni kolme lapsega on tugev tugivõrgustik säilinud suhteliselt stabiilselt (umbes 45–46% peredest). Alates nelja lapsega peredest hakkab tugev tugi vähenema ja osalise toe osakaal suureneb. Viie ja enama lapsega peredes on tugeva tugivõrgustiku olemasolu väga harv: 5 lapsega peres oli tugev tugi vaid 25%-l, 6 lapsega peres puudus tugevalt toimiv võrgustik täielikult, 7 ja enama lapsega peredel puudus igasugune sotsiaalne tugi (Tabel 11). See muster viitab vajadust arendada ja laiendada kogukondlikku ning institutsionaalset tuge just neile peredele.

Tabel 11. Laste arv ja võrgustiku toetus.

Laste arv peredes	Tugev võrgustik	Osaline tugi	Tugi puudub
1	25	22	7
	45.5%	40.0%	12.7%
2	50	47	11
	45.5%	42.7%	10.0%
3	31	24	12
	46.3%	35.8%	17.9%
4	11	9	5
	44.0%	36.0%	20.0%
5	1	3	0
	25.0%	75.0%	0.0%
6	0	2	0
	0.0%	100.0%	0.0%
7 ja enam	0	0	3
	0.0%	0.0%	100.0%
KOKKU	118	107	38
	44.4%	40.2%	14.3%

Võrgustiku olulisust hindavad lapsevanemad väga kõrgeks, keskmine hinnang on 9,18 palli 10-pallisüsteemis (*Tabel 12*). Hinnangud ei sõltu märgatavalt ei laste arvust ega vanemluskogemuse pikkusest. See kinnitab, et tugivõrgustik on tähtis kõigile vanematele, sõltumata nende peretüübist või kogemustest.

Tabel 12. Võrgustiku olemasolu olulisus lapsevanematele.

	Vastanute arv	Miinum hinnang	Maksimum hinnang	Keskmine
Võrgustiku olulisus	266	2 (1 vastanud)	10 (47 vastanut)	9.18

Analüüsidest tulemusi saab järeldada, et laste arv peres ei oma olulist tähendust võrgustiku olemasolu tähtsuse hindamisel. Vähemate lastega perede hinnang võrgustiku olemasolu tähtsusele on isegi pisut kõrgem kui paljulapselistes peredes, kuid arvestades valimit ei saa selle põhjal teha järeldusi.

Kokkuvõtvalt saab öelda, et tugivõrgustik on vanematele oluline ja vajalik sõltumata peremudelist või laste arvust, kuid selle olemasolu ei ole kõikidele võrdselt tagatud. Vanavanemate roll on oluline tugiallikas enam kui 70%-le vastanutest (15,4% tugev tugi + 54,1% osaline tugi). Üksikvanemad ja suuremate perede vanemad kogevad oluliselt rohkem tuge puudutavaid raskusi, mis viitab vajadusele sihipäraste sekkumiste järele.

Tugivõrgustiku tugevus on selgelt seotud peremudeliga – traditsioonilises peres ja kärgperedes elavatel lapsevanematel on toetavam keskkond, samas kui üksikvanemad on märgatavalt haavatavamad. Üksikvanemad vajavad enam tähelepanu ja sihipäraseid tugimeetmeid, kuna enam kui veerand neist tunneb täielikku tugivõrgustiku puudumist. Uuringu tulemused rõhutavad vajadust kohalike ja kogukondlike tugisüsteemide arendamiseks, et tagada tugivõrgustiku olemasolu kõigile peremudelitele – eriti aga üksikvanematele.

See-eest vanemluskogemuse pikkus ei mõjuta oluliselt hinnanguid võrgustiku tähtsusele – sõltumata vanemaks olemise staažist jäävad keskmised hinnangud kõrgele (vahemikus 8,73–9,41), mis kinnitab, et sotsiaalne tugi on ühtlaselt oluline.

Analüüsi tulemusel saab öelda, et vanavanemad on peamine tugi lapsevanemaks olemisel, sõltumata peremudelist, mistõttu nende rolli tuleks toetada ja väärtustada. Kõik vanemad ei saa loota vanavanemate abile – eriti kehtib see üksikvanematele ja

suurpere vanematele (6+ last), kelle seas puudub tugev võrgustik täielikult ning sageli ka osaline tugi. Joonistub välja vajadus sihipärase toe järele suurperedele, kelle igapäevane koormus on suurem ning ligipääs sotsiaalsetele tugivõrgustikele sageli piiratum.

VAJADUSED

Lapsevanemate vastused küsimusele „Millised on sinu, kui lapsevanema, kõige olulisemad vajadused seoses laste kasvatamisega?“ toovad esile mitmetasandilised ootused ja toetusevajadused, mis ulatuvad emotsionaalsest ja sotsiaalsest toest kuni praktiliste ja süsteemsete lahendusteni. Kõige olulisemana toodi esile tugivõrgustiku olemasolu (77,7%) (Tabel 13). Tugivõrgustik hõlmab nii pereliikmeid, sõpru kui ka professionaale ning on lapsevanema jaoks võtmetähtsusega igapäevase toimetuleku ja emotsionaalse heaolu seisukohalt. Selline toetus aitab leevendada stressi, jagada vastutust ja pakub kindlustunnet erinevates vanemlusega seotud olukordades. Teisel kohal oli paindliku tööaja vajadus (60,9%). See peegeldab selgelt vanemate püüdlust saavutada parem töö- ja pereelu tasakaal, mis on vajalik nii laste vajaduste täitmiseks kui ka vanema enda vaimse tervise hoidmiseks. Paindlikkus tööelus võimaldab lapsevanemal olla oma lastele olemas siis, kui neid kõige enam vajatakse. Kolmandana tõusis esile hariduse ja huvitegevuste võimaldamine lastele (53,4%), mis näitab, et vanemad väärtustavad laste arengut ja soovivad pakkuda neile võimalikult laia silmaringi ning eneseteostuse võimalusi. See omakorda eeldab nii informatsiooni kättesaadavust kui ka rahalist ja logistilist tuge. Rahalised võimalused olid olulised 126 vastajale (47,4%), peegeldades vajadust kindla ja stabiilse majandusliku baasi järele, mis võimaldaks katta laste vajadused, tagada turvalisus ja vähendada igapäevast majanduslikku survet.

Väiksema, kuid siiski olulise osana töid vastajad esile ka vajaduse lapsevanemaks olemisega seotud teadmiste ja enesearengu järele (25,2%). See viitab soovile areneda ja olla teadlikum kasvatuses, suhetes ja lapse arengu toetamisel. Samuti märgiti vajadust lapsehoiuteenuste kättesaadavuse (21,8%) ja võimaluse järele jagada muresid teiste vanematega (5,64%).

Tabel 13. Lapsevanema kõige olulisemad vajadused seoses laste kasvatamisega.

Olulisemad vajadused	%
Tugivõrgustik (perefond, sõbrad, spetsialistid)	77,7%
Paindlik tööaeg	60,9%

Hariduse ja huvitegevuste võimaldamine	53,4%
Rahalised võimalused	47,4%
Lapsevanemaks olemisega seotud teadmised ja eneseareng	25,2%
Lapsehoiuteenuste kättesaadavus	21,8%
Võimalus jagada muresid teiste vanematega	5,64%

Kokkuvõttes peegeldavad need tulemused lapsevanemate vajadusi mitmel tasandil: vajadusi praktilisel, emotsionaalsel, kogukondlikku ja süsteemsel tasemel. Kõige tugevam sõnum on see, et lapse kasvatamine ei ole individuaalne ülesanne, vaid kogukondlik protsess, mis vajab tuge nii lähedastelt, kui ka laiemalt ühiskonnalt. Lapsevanemad vajavad paindlikumaid töötamise võimalusi, et mitte tööturult kõrvale jääda. Ühtlasi vanemad ei oota üksnes rahalist abi, vaid otsivad tasakaalu, mõistmist ja võimalusi olla oma rollis parimal võimalikul viisil. See seab olulised suunad ka vanemlust toetavatele poliitikatele ja teenustele. Lapsehoiuteenuste kättesaadavust peab probleemiks vaid väike osa lapsevanemaid (21,8%), mis viitab sellele, et teenused on valdavalt hästi kättesaadavad ning olemasolev tugistruktuur toimib tõhusalt.

KUULUMINE FORMAALSESSE VÕI MITTEFORMAALSESSE VÕRGUSTIKKU

Uuringu tulemused näitavad, et valdav enamus lapsevanematest ei ole seotud formaalsete lapsevanemate kogudega (nt hoolekogud, vanematekogud). Ainult 21,1% vastanutest (*Tabel 14*) kuulub või on kuulunud formaalsesse lapsevanemate esindusorganisse, samas kui 78,9% ei ole sellist kogemust saanud.

Tabel 14. Kuuluvus võrgustikesse.

	Vastanute arv	%
Varasem kuuluvus	7	2.6
Jah	49	18.4
Ei	210	78.9
KOKKU	266	100

Kõrgharidusega vanemad osalevad formaalsetes kogudes kõige aktiivsemalt, neist 25,4% on sellesse kuulunud (*Tabel 15*). Mida madalam on haridustase, seda väiksem on osalusmäär. Kõrgem haridustase annab vajalikud teadmised ja oskused otsustusprotsessides kaasa lüüa ja eelise esinduskogusse valitud saada.

Tabel 15. Haridustase ja formaalsesse kogusse kuulumine.

	Kuulun	Ei kuulu	Ei vastanud	Kokku
Põhiharidus	2%	3,3%	0	3
Keskharidus	12,3%	12,4%	0	12%%
Kutsekeskharidus	8,2%	11,4%	0	10,5%
Kutseharidus	4,1%	7,6%	0	6,8%
Kõrgharidus	61,2%	46,2%	42,8%	48,9%

Haridustase määramata	12,2%	19,1%	57,2%	18,8%
Kokku	18,4%	78,9%	2,63%	100%

Formaalsete kogude liikmesuse määr kasvab ka vanemluskogemuse ja laste vanusega. Kõige enam formaalsesse kogusse kuulub lapsevanemaid, kelle vanim laps on 12–15-aastane (31,3%) (*Tabel 16*). Selles vanuses laste lapsevanemad on järelilikult kõige aktiivsemad osalema haridusotsustes.

Tabel 16. Lapsevanemaks olemise kogemuse pikkus ja seos kuulumisega formaalsesse kogusse.

Lapse vanus	Jah	Ei	Kokku
0-3	7	21	28
	25%	75%	100%
4-7	9	55	64
	14.1%	85.9%	100%
8-11	7	31	38
	18.4%	81.6%	100%
12-15	15	33	48
	31.3%	68.8%	100%
16-19	7	22	29
	24.1%	75.9%	100%
19+	11	48	59
	18.6%	81.4%	0,0%
KOKKU	56	210	266

Suurperedes (6 või enam last) pole keegi osalenud formaalsetes kogudes, mis võib viidata ajapuudusele, ülekoormusele või huvi ja võimaluste puudumisele (*Tabel 17*).

Tabel 17. Laste arv ja seos kuulumisega formaalsesse kogusse.

Laste arv	Jah	Ei	Kokku
1	9	46	55
	16.4%	83.6%	100%
2	25	85	110
	22.7	77.3%	100%
3	14	53	67%
	20.9%	79.1%	100%
4	7	18	25
	28.0%	72.0%	100%
5	1	3	4
	25%	75%	100%
6	0	2	2
	0%	100%	100%
7	0	3	3
	0%	100%	100%
KOKKU	56	210	266

Kuigi formaalses kogukonnas osalemine on vähene, osaleb enamik lapsevanemaid aktiivselt mitteformaalsetes võrgustikes. Kokku 60,9% vanematest kuulub mõnda mitteformaalsesse lapsevanemate gruppi (*Tabel 18*). Vanemluskogemuse suurenedes kasvab ka osaluse aktiivsus, eriti kui lapse arenguetapp vajab vanema suuremat kaasatust (nt kooliga seotud küsimustes).

Tabel 18. Lapsevanemate kuulumine mitteformaalsesse gruppi.

	Vastanute arv	%
Ei kuulu	104	39.1
Kuulub	162	60.9
KOKKU	266	100

Nendest:

- 57,4% on liitunud sotsiaalmeedia gruppidega, mis on seotud laste kasvatamisega;
- 23,9% kuuluvad vanemahariduse infolistidesse;
- 18,7% on osa mõnest temaatilisest tugigrupist.

See näitab, et lapsevanemad eelistavad mitteformaalset, paindlikku ja igapäevaeluga sobivat tuge. Interneti ja sotsiaalmeedia kaudu toimivad võrgustikud võimaldavad kiiret infot, tuge ja kogemuste jagamist ajaliselt sobival viisil. See viitab ka asjaolule, et lapsevanematel on oluliselt lihtsam jääda passiivseks – olla pelgalt info vastuvõtja, mitte aktiivne arvamuse avaldaja. Infolistis osalemine ei eelda vanemalt sisulist kaasatust ega isegi saadetud teabe läbivaatamist.

Lapsevanemad hindasid oma huvi suhtlemise ja teabe jagamise vastu teiste vanematega keskmiselt 6,48 punktiga 10-pallisel skaalal. See viitab mõõdukale huvile, mis näitab, et vanemad on valmis suhtlema ja infot jagama, kuid selle soodustamiseks võiks pakkuda rohkem võimalusi ja tuge.

Kõrgharidusega ja staažikamad lapsevanemad on aktiivsemad osalema formaalses võrgustikus. Formaalseid kogusid nagu hoolekogud, iseloomustab piiratud liikmeskond, mistõttu ei saa neid pidada piisavaks vahendiks kogu lapsevanemate kogukonna kaasamiseks. Kuigi mitte kõik vanemad ei saa olla liikmed, peaksid nad siiski teadma, et sellised kogud eksisteerivad, millega need tegelevad ja kuidas nende kaudu esindatus toimib. Vähene ligipääsetavus vähendab omakorda kaasatuse tunnet, isegi nende seas, kes võiksid huvi tunda. Seetõttu on oluline parandada nii info kättesaadavust formaalsete

kogude kohta kui ka pakkuda laiemalt mitmekesiseid, paindlikke osalusvõimalusi lapsevanematele, et tugevdada kogukondlikku kuuluvust ja osalusvõimekust.

Uuringu tulemused näitavad, et vanemad eelistavad ja kasutavad aktiivselt mitteformaalseid võrgustikke, kuna need pakuvad suuremat paindlikkust, kiiret ligipääsu teabele ning tugevdavad kogukonnatunnet. See viitab vanemate valmisolekule ja võimekusele otsida tuge ja teadmisi väljaspool ametlikke, struktuursete piirangutega süsteeme.

Soovituslikult tuleks tulevikus soodustada lapsevanemate aktiivsemat osalust nii ametlikes kui mitteformaalsetes võrgustikes, pakkudes sobivaid vorme, teavitades võimalustest ja arvestades erinevate peretüüpide vajadustega.

LAPSEVANEMATE KOOLITUSVAJADUSED JA VALMISOLEK ÕPPIDA

Uuringu tulemused näitavad, et lapsevanemad tunnevad suurt huvi erinevate kasvatusteemaliste koolituste vastu. Kõige enam soovitakse õppida, kuidas suhelda lapsega nii, et ta tõesti kuulaks (59,4%), kuidas toetada tema kooliteed ja õpimotivatsiooni (58,3%) ning kuidas mõista ja toetada sotsiaal-emotsionaalset arengut (57,8%) (Tabel 19). Samuti peetakse oluliseks teadmisi teismelistega suhtlemisest ja peresiseste konfliktide lahendamisest. Veidi vähem, kuid siiski olulist huvi tuntakse ohutu internetikasutuse, erivajadustega laste toetamise, tervisliku toitumise, liikumisharjumuste kujundamise ja uneprobleemide vastu. See näitab, et vanemad vajavad enesetäiendamise võimalusi väga erinevates kasvatusliku tähendusega teemades, mis ulatuvad igapäevastest praktilistest küsimustest kuni erituge vajavate laste toetamiseni.

Tabel 19. Lapsevanemate koolituste vajadused.

Koolitus, mida vajatakse	%
Kuidas suhelda lapsega nii, et ta kuulaks	59,4%
Kuidas toetada lapse kooliteed ja õpimotivatsiooni	58,3%
Sotsiaal-emotsionaalne areng	57,8%
Teismelistega suhtlemine	48,9%
Konfliktide lahendamine peres	46,6%
Ohutu interneti kasutamine	38,5%
Kuidas toetada ATH, autismi või õpiraskustega last	30,4%
Tervislik toitumine	24,8%
Liikumisharjumuste kujundamine	24,8%
Unevajadus ja uneprobleemid lastel	19,7%

Varasem koolituskogemus on enamikul positiivne: ligi 60% vanematest, kes on osalenud koolitusel, hindavad seda kasulikuks (Tabel 20). Märkimisväärne osa (29,3%) ei ole seni koolitustel osalenud, kuid tunnevad selle vastu huvi, mis näitab suurt potentsiaali tulevaste vanemahariduse programmide jaoks. Väga väike osa vanemaid (2,6%) ei ole osalenud ega tunne ka huvi osaleda, mis viitab, et enamik vanematest mõistab enesearengu ja toetuse olulisust lapse kasvatamise või on neil tänu heale tugivõrgustikule need teadmised olemas.

Tabel 20. Lapsevanemate koolitustel osalemise kogemus.

	Vastanute arv	%
Jah, see oli kasulik	159	59.8
Jah, aga see ei vastanud minu ootustele	21	7.9
Ei, aga oleksin huvitatud	78	29.3
Ei ja ei ole huvitatud	7	2.6
Andmed puuduvad	1	0.4
KOKKU	266	100

Koolitusvormide osas ei paista välja selget eelistust. Enim eelistatakse kohapealset osalemist (27,8%), kuid sellele järgnevad hübriidvorm (25,9%), järele vaatamise võimalusega videod (22,9%) ja veebi teel osalemine (21,8%) (Tabel 21). Seega võib järeldada, et lapsevanematele sobivad kõige enam paindlikud lahendused, mis võimaldavad õppimist oma tempos ja kohas. Väga oluline roll on koolituse ligipääsetavusel. Sagedamini nimetatud takistustena toodi välja ajapuudus, raskused lapsehoiu korraldamisel, koolituse maksumus, töökohustused ja kaugus. Üksikutel juhtudel nimetati takistusena ka vajadust konfidentsiaalsuse järele.

Tabel 21. Eelistus koolitusvormile.

	Vastanute arv	%
Kohapeal osalemine, silmast silma	74	27.8
Veebikeskkonnas osalemine	58	21.8
Hübriid	69	25.9
Järele vaadatavad videod	61	22.9
Andmed puuduvad	4	1.5
KOKKU	266	100

Lapsevanemad väärtustavad võimalust iseseisvalt õppida – näiteks vaadata koolitusmaterjale järele või tutvuda sisuga omas tempos. Seda toetab ka üldine valmisolek panustada koolitusel osalemisse: kümnepallisüsteemis oli vanemate keskmine valmisolekuhinne 6,43 (*Tabel 22*), mis näitab mõõdukat, kuid siiski märkimisväärtset valmisolekut panustada aega ja ressursse enda vanemlike oskuste arendamisse. Samas näitab standardhälve 2,14, et vastajate hulgas esineb ka üsna suuri erinevusi – osa vanematest on väga motiveeritud, osa aga vähem. Seetõttu on oluline pakkuda mitmetasandilisi võimalusi nagu paindlikud veebikoolitused, kohapealsed töötoad ning individuaalsed nõustamised, et iga lapsevanem saaks valida enda vajadustele ja võimalustele vastava õppimisviisi.

Selline mitmekihiline lähenemine võimaldab nii kõrgelt motiveeritud vanematel süvitsi minna kui ka vähem motiveeritud osalejatel teha esimesed sammud väiksema ajakohustusega vormides. Samuti toetab see erinevatel eluperioodidel olevate perede vajadusi – näiteks väikeste laste vanemad võivad eelistada järel vaadatavaid videoid, samas kui teismeliste vanemad vajavad rohkem kogemuste jagamist ja aruteluvõimalust.

Tabel 22. Valmidus investeerida oma aega ja ressursse koolitusel osalemiseks.

Keskmine hinnang	Vastanute arv	Standardhälve
6.43	266	2.140

Uuring kinnitab, et lapsevanemad vajavad tuge ja teadmisi mitmesugustes kasvatuses seotud valdkondades. Huvi vanemahariduse vastu on suur ja potentsiaal õppetegevustes osalemiseks keskmine. Selleks, et pakkuda mitmekülgseid arenguvõimalusi, tuleb arvestada vanemate ajapiirangute, logistiliste takistuste ja paindliku õppimisviisi vajadusega. Koolituste planeerimisel ja pakkumisel on eelistatud paindlikud lahendused, mis võimaldavad õppimist veebi teel, järele vaadatavate materjalide abil või hübriidvormis.

Vanemahariduse arendamine vajab süsteemset ja mitmekesist lähenemist, mis toetaks vanemate oskusi ja teadlikkust, parandaks nende toimetulekut ning seeläbi ka laste heaolu. Vanemad on valmis õppima – oluline on luua neile selleks sobivad ja kättesaadavad võimalused.

INFOALLIKAD

Uuringu tulemused näitavad, et lapsevanemad otsivad laste kasvatamiseks vajalikku teavet ja teadmisi mitmesugustest infokanalitest. Enim on levinud interneti kasutamine, mida mainis 201 vastajat (75,6%) (Tabel 23). Olulisteks allikateks on haridusasutustelt saadav info (64,7%), pere ja lähedased (60,9%) ning teised lapsevanemad (59,4%). Need neli on vanemate jaoks peamised viisid, mille abil vajalikku teavet hankida.

Tabel 23. Infokanalid.

Infokanal	Vastanute arv	%
Internetist otsides	201	75,6%
Haridusasutuse info	172	64,6%
Pere ja lähedased	162	60,9%
Teised lapsevanemad	158	59,4%
Lastevanemate võrgustikud	67	25,2%
Teemakohased ajakirjad	55	20,7%
Teemakohased listid	52	19,5%
Foorumid	44	16,5%
AI	17	6,4%

Vähem, kuid siiski märkimisväärselt kasutatakse ka lapsevanemate võrgustikke (25,2%), teemakohaseid ajakirju (20,7%), liste (19,5%) ja foorumeid (16,5%). Tehisintellekti tööriistu mainis 17 vanemat (6,4%), mis viitab nende vahendite veel piiratud, kuid olemasolevale kasutusele lapsevanemahariduses. Kuigi varasemate andmete puudumisel ei saa kindlalt väita kasvutrendi, võib see siiski osutada huvi ja teadlikkuse tekkimisele AI-vahendite kasutamise võimaluste suhtes vanemlike oskuste arendamisel. Avatud vastustes tõid mõned vanemad esile ka teaduskirjanduse, raamatud ja

spetsialistidega konsulteerimise, mis näitab usaldust professionaalse ja kvaliteetse teabe vastu.

Koolitusprogrammidest eelistab valdav enamus (83,8%) maakonnapõhiseid koolitusi, samas kui vaid 16,2% (43 inimest) eelistab üleriigilisi formaate (*Tabel 24*). See rõhutab vajadust arendada kohalikke vanemahariduse ja tugiteenuste võimalusi – just kogukonnapõhisus on lapsevanemate jaoks oluline ning piirkondlikud vajadused võivad olla erinevad.

Tabel 24. Vanemahariduskoolituste eelistus.

	Vastanute arv	%
Maakonnapõhised koolitused	223	83.3
Üle-eestilised	43	16.2
KOKKU	266	100

Kokkuvõtvalt on näha, et internetist leitud ja haridusasutuste poolt saadetak info on lapsevanemate peamised infokanalid, kuid oluline roll on ka huvi- ja kuuluvuspõhisel võrgustikul – pere, sõbrad ja teised lapsevanemad. Tehisintellekt on alles kujunemas teabeallikateks, kuid näitavad tulevikupotentsiaali. Maakonnapõhised ja piirkondlikud koolitused on vanemate selge eelistus.

LAPSEVANEMATE VAIMNE HEAOLU JA STRESSIALLIKAD

Lapsevanemad hindasid oma vaimset heaolu keskmiseks (6,34 kümnepalliskaalal), mis viitab mõõdukale rahulolule, kuid ka võimalikele raskustele. Seda peegeldavad ka peamised stressiallikad, mille seas domineerib ajapuudus ja töö- ja pereelu tasakaal leidmisel (67,7%). Samuti on olulised stressitegurid lapse käitumine ja distsipliin (56,8%), mure lapse hariduse ja tuleviku pärast (47,7%) ja rahalised raskused (40,2%) (Tabel 25). Puudulik tugivõrgustik (24,1%) on samuti oluline stressiallikas – vanemad tunnevad, et neil puuduvad head eeskujud ja toetavad suhted ümberringi, mis võiksid pakkuda emotsionaalset või praktilist tuge. Lisaks toodi vastustes esile haigestumised, mis võivad mõjutada pere igapäevaelu ja toetusvajadust. Samuti mainiti nutiseadmete mõju, mis võib mõjutada lapsevanemate ja laste omavahelist suhtlust ning pere dünaamikat. Rahalised raskused (40,2%) on samuti levinud, kuid vastustest ilmnas, et stress ei pruugi tuleneda üksnes rahapuudusest, vaid ka teadmatusest ja keerukusest sotsiaaltoetuste taotlemisel/tugisüsteemidest arusaamisel. Teadmatuse, mis seondub nii õiguste, toetuste kui ka teenuste kättesaadavusega, tekitab lisastressi.

Tabel 25. Peamised stressiallikad lapsevanemaks olemisel.

Peamised stressiallikad	Vastanute arv	%
Ajapuudus ning töö- ja pereelu tasakaal	180	67,7%
Lapse käitumine ja distsipliin	151	56,8%
Lapse hariduse ja tuleviku pärast muretsemine	127	47,7%
Rahalised mured	107	40,2%
Puudulik tugivõrgustik	64	24,1%

Pea 60% vastajatest (159 inimest) on kogenud olukordi, kus nad on vajanud tulenevalt lapsevanema rollist tekkinud küsimuste või probleemide osas professionaalset

nõustamist, kuid ei ole osanud või julgenud seda otsida. See on väga oluline näitaja, mis viitab psühhosotsiaalse toe kättesaadavuse ja teavitustöö puudujääkidele. 36,8% (98 inimest) on saanud spetsialistidelt tuge, mis kinnitab nõustamisteenuste vajalikkust ja tõhusust. Vastanud on toonud välja veel, et nad on osalenud „Imeliste aastate“ programmis või leidnud abi Rajaleidjast. Samuti, et nad on tundunud abi vajadust, kuid pole leidnud õiget ajahetke või tundnud hoopis puudust õigest sõbrast ja teisest lapsevanemast. Üks uuringus osaleja leidis, et kõigil lapsevanematel oleks tarvis mõningat baasinfot tänapäeva nii muutuv maailmas (Tabel 26).

Tabel 26. Professionaalse nõustamise vajadus.

	Vastamise sagedus	%
Jah, olen saanud tuge spetsialistidelt	98	36.8
Jah, aga ei ole osanud või julgenud abi otsida	159	59.8
Muud vastused	9	3.4
KOKKU	266	100

Lapsevanemad vajavad mitmekesisest ja paindlikku tuge, mis arvestaks nende igapäevaste väljakutsete, ajakitsikuse ja emotsionaalse koormusega. Uuringu tulemused näitavad, et kuigi vanemad tajuvad mõõdukat vaimset heaolu, on peamisteks stressiallikeks ajapuudus, mured lastega ning majanduslik surve. Väga paljud lapsevanemad on tundnud vajadust professionaalse toe järele, kuid pole seda erinevatel põhjustel saanud. See viitab otseselt vajadusele parandada nõustamis- ja tugiteenuste kättesaadavust ning nähtavust.

Vanemad vajavad ennekõike vaimse tervise ja psühholoogilise toe teenuseid. Siia alla kuuluvad individuaalne ja pereteraapia, kriisinõustamine ning tugigrupid, kus vanemad saavad jagada kogemusi ja leida emotsionaalset tuge. Samuti vajatakse teadlikkust tõstvaid ja oskusi arendavaid lapsekasvatuse programme, mis aitavad parandada

suhtlemist lastega, lahendada kasvatust puudutavaid keerulisi olukordi ning toetavad peresuhteid laiemalt.

Olulisel kohal on ka igapäevaelu toetavad praktilised teenused – näiteks paindlik ja taskukohane lapsehoid, et vanematel oleks võimalik hoolitseda ka enda heaolu eest. Samuti on oluline pakkuda tuge koduste toimetustega, eriti neile, kellel on piiratud ajavaru või väiksem sotsiaalsõrgustik. Ajakasutuse ja stressijuhtimise töötoad võivad pakkuda väärtuslikke oskusi toimetulekuks tiheda elutempo ja erinevate rollidega.

Lapsevanemad vajavad ka usaldusväärset ja arusaadavat infot. Kohalikud peretugiüksused võiksid olla keskseks kohaks, kus saab nõu nii vaimse tervise, peresuhete, sotsiaaltoetuste kui ka lapse hariduse ja arengu teemadel. Erinevad digitaalsed lahendused, näiteks e-nõustamine, võivad olla eriti kasulikud vanematele, kellel on raskusi teenuste füüsilisel külastamisel.

Lisaks emotsionaalsele ja praktilisele toetusele on paljud vanemad hädas ka majandusliku toimetulekuga. Selleks on vaja pakkuda finantsnõustamist, et aidata peredel paremini planeerida oma eelarvet, leida sobivad toetused ja vajadusel tulla toime võlgadega. Tähtis on ka see, et toetuste taotlemise protsess oleks lihtne, juhendatud ja kergesti arusaadav.

Kokkuvõttes on oluline, et lapsevanematele suunatud teenused oleksid paindlikud, kohalikul tasandil kättesaadavad ning arvestaksid vanemate tegelikke vajadusi ja võimalusi. Ainult nii on võimalik tõhusalt toetada lapsevanema vaimset heaolu ning aidata kaasa tugevate, tasakaalus peresuhete kujunemisele.

1. Millises maakonnas te elate?

- Võru maakond
- Põlva maakond
- Valga maakond

2. Olen:

- Isa
- Ema
- Ei soovi vastata

3. Milline on teie kõrgeim omandatud haridus?

- Algharidus
- Põhiharidus
- Keskharidus
- Kutseharidus
- Kutsekeskharidus
- Kõrgharidus

4. Mitu aastat on sul lapsevanemaks olemise kogemust ehk kui vana on sinu vanim laps?

- 0-3 aastat
- 4-7 aastat
- 8-11 aastat
- 12-15 aastat
- 16-19 aastat
- 19 ja vanem

5. Mitu last on teie peres?

- 1

- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7 ja enam

6. Kuidas iseloomustaksite oma perekonda?

- Traditsiooniline pere (abielu või kooselu lastega).
- Kärgpere (abielu või kooselu lastega nii ühisest suhtest kui ka varasematest suhetest).
- Kasvatan last/lapsi üksinda.

7. Kas teil on laste kasvatamisel toetav tugivõrgustik?

- Jah, mul on tugev tugivõrgustik (nt pere, sõbrad, spetsialistid).
- Osaliselt, mul on mõningane tugi, kuid see võiks olla parem.
- Ei, tunnen, et mul puudub piisav tugivõrgustik.

8. Kui teil on olemas tugivõrgustik siis palun täpsustage, kes kuuluvad teie tugivõrgustikku.

9. Kas vanavanemad osalevad lapse/laste kasvatamises?

- Jah, aktiivselt igapäevaelus
- Jah, aeg-ajalt abistades
- Harva või erandjuhtudel
- Ei osale üldse

10. Hinda 10 palli süsteemis, kuivõrd oluliseks pead tugivõrgustikus olemasolu? (0 ei pea üldse vajalikuks..... 10 pean väga vajalikuks).

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

11. Millised on sinu peamised ootused võrgustikule?

- Toetus ja kogukonnatunne.
- Lapsevanema positsiooni eestkõnelemine kogukonnas.
- Ühiste algatuste loomine.
- Huvipakkuvad koolitused ja kursused, et parandada oma oskusi lapsevanemana.
- Sotsiaalne suhtlus ja koostöö laiemalt.
- Muu.

12. Millised on sinu, kui lapsevanema kõige olulisemad vajadused seoses laste kasvatamisega?

- Tugivõrgustik (perekond, sõbrad, spetsialistid).
- Lapsehoiuteenuste kättesaadavus.
- Rahalised võimalused.
- Hariduse ja huvitegevuste võimaldamine.
- Paindlik tööaeg.
- Võimalus jagada muresid teiste vanematega.
- Lapsevanemaks olemisega seotud teadmised ja eneseareng.

13. Kas sa kuulud mõnda formaalsesse lastevanemate kogusse, nt kooli või lasteaia hoolekogu vms?

- Jah
- Ei

14. Kas sa kuulud mõnda mitteformaalsesse lastevanemate gruppi:

- Sotsiaalmeedia gruppi, mis on seotud laste kasvatamisega
- Tugigrupp, mis ühendab lapsevanemaid mõne lastega seotud teemas
- Vanemahariduse infolisti liige
- ei kuulu ühtegi gruppi

15. Kuidas hindad sinu vajadustele ja huvile vastavate lastevanemate võrgustike olemasolu sinu maakonnas? (0- ei ole minu vajadusele vastavat...10-maakonnas on piisavalt võrgustikke lastevanematele)

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

16. Kuivõrd oled ise huvitatud kogukonnapõhisest suhtlemisest ja teabe jagamisest teiste vanematega? (0 ei ole üldse huvitatud... 10 olen väga huvitatud).

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

17. Mis teemal lastevanematele suunatud koolitusi vajad?

- Sotsiaal-emotsionaalne areng
- Tervislik toitumine
- Liikumisharjumuste kujundamine
- Kuidas toetada ATH, autismi või õpiraskustega last
- Unevajadus ja uneprobleemid lastel
- Ohutu interneti kasutamine
- Kuidas toetada lapse kooliteed ja õpimotivatsiooni
- Kuidas suhelda lapsega nii, et ta kuulaks
- Konfliktide lahendamine peres
- Teismelistega suhtlemine

18. Kas oled kunagi osalenud lapsevanematele suunatud koolitusel?

- Jah, ja see oli kasulik
- Jah, aga see ei vastanud minu ootustele
- Ei, aga oleksin huvitatud
- Ei, ja ei ole huvitatud

19. Mil viisil sobib sulle kõige paremini lapsevanemana koolitustel osaleda/teadmisi saada?

- Kohapeal osaleda, silmast silma
- Veebi teel osaleda
- Hübriid ehk osaliselt veebis ja osaliselt kohapeal
- Järele vaadatavaid videoid kuulata

20. Kas ja millised on võimalikud takistused, mis võivad koolitusel osalemiseks tekkida?

21. Kuivõrd oled valmis ise investeerima oma aega ja ressursse koolitustel osalemiseks?(0 ei ole üldse valmis... 0 olen väga huvitatud ja valmis osalema).
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

22. Milliseid infokanaleid kasutad lapsevanemana vajaliku teabe/teadmise kättesaamiseks?

- Pere ja lähedased.
- Teised lapsevanemad.
- Haridusasutuse info.
- Teemakohased ajakirjad.
- Internetist otsides.
- Lastevanemate võrgustikud.
- Al.
- Foorumid.
- Teemakohased listid.

23. Milline oleks sulle kõige meelepärasem koordineeritud infokanal:

- Meililist.
- Sotsiaalmeedia grupp.
- Infoleht e-mailile.
- Veebileht.
- Ajaleht.
- Seminarid ja koolitused.
- Regulaarsed kohtumised teiste lastevanematega.

24. Milline on sinu eelistus:

- Maakonnapõhised koolitused, infokanalid ja grupid.
- Üle-eestilised koolitused, infokanalid ja grupid.

25. Kuidas hindad enda vaimset heaolu, stressitaset lapsevanemana? (0 – väga madal, 10 – väga kõrge)

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

26. Millised on peamised stressiallikad lapsevanemaks olemisel?

- Lapse käitumine ja distsipliin
- Rahalised mured
- Ajapuudus ja töö- ja pereelu tasakaal
- Lapse hariduse ja tuleviku pärast muretsemine
- Puudulik tugivõrgustik

27. Kas olete kunagi tundnud, et vajate professionaalset nõustamist lapsevanemaks olemisega seotud küsimustes?

- Jah, olen saanud tuge spetsialistidelt.
- Jah, aga ei ole osanud või julgenud abi otsida.
- Ei ole tundnud vajadust.