

Raseduskriisi nõustamine ja nõustamisvaldkonna arenguga seotud tegevused 2021

## KOKKUVÕTE

### 1. Eesti Haigekassa tervise edendamisele suunatud projekt “Raseduskriisi nõustamine”

Projekti periood: 01. jaanuar 2021 – 31. detsember 2023

Projektijuhid: Margit Emberg; Kaia-Kapsta Forrester

Projekti meeskonda kuulus 2021.a vähemalt 17 raseduskriisi nõustajat üle-Eesti, kes on läbinud raseduskriisinõustajate vähemalt 2-aastase täiendkoolituse ja kellel on vähemalt üheaastane praktilise nõustamise kogemus.

Superviisorid 2021.a projektis:

Kristiina Uriko – psühholoog, TLU teadur ja lektor

Pille Isat – psühholoog, psühhodraama terapeut

Andres Sild – psühhiaater, psühhoterapeut

Mari Saari – psühhoterapeut ja superviisor

2021.a EHK projekti jooksul korraldati 6 raseduskriisi nõustajate grupisupervisiooni.

Alates 2013.a saab tasuta raseduskriisi nõustamist tervishoiutöötaja suunamiskirja alusel.

#### *1.1. Projekti eesmärgid ja saavutatud tulemused:*

Projekti eesmärgiks oli rasedust planeerivatele ja lapseootel naistele ning nende lähedastele (eelkõige partnerile) asjakohase raseduskriisi nõustamisteenuse kättesaadavuse tagamine eesmärgiga aidata neil langetada informeeritud otsuseid rasedusega seonduvates küsimustes. Samaaegselt tõstes teadlikkust võimalikest riskidest ja saades informeeritud riigi poolt pakutavatest tugiteenustest ja toetustest. Rasedusaegselt alustatud ja/või sünnituse järgselt kriisiolukorras nõustamisel, võib teenust osutada ka pärast lapse sündi kuni 1 aasta pärast sünnitust.

- 1.1.1. Projekti põhieesmärgiks oli pakkuda raseduskriisi nõustamisteenust sihtrühma esindajatele aastas keskmiselt kuni 3750 nõustamiskorral tervishoiutöötaja suunamisel.

Tervishoiutöötaja suunamisel on raseduskriisinõustamist saanud **1693 inimest kokku 3630-l nõustamiskorral**. Kiireloomuliste kriisinõustamiste puhul on teostatud kriisiväljasõit esimesel võimalusel või vähemalt 2 tööpäeva jooksul peale väljakutse saamist. **2021.a tehti 264 erakorralist kriisiväljakutset**, neist 263 tervishoiuasutustest ja 1 kriisiväljasõit kokkuleppel perega nende juurde koju piirkondliku sotsiaaltöötaja soovil. Väljasõite tehti 2021.a Ida-Tallinna Keskhaiglas, Lääne-Tallinna Keskhaiglas, Rakvere Haiglas, Lõuna-Eesti Haiglas, Kuressaare Haiglas, Järvamaa Haiglas, Hiiumaa Haiglas, Pärnu Haiglas.

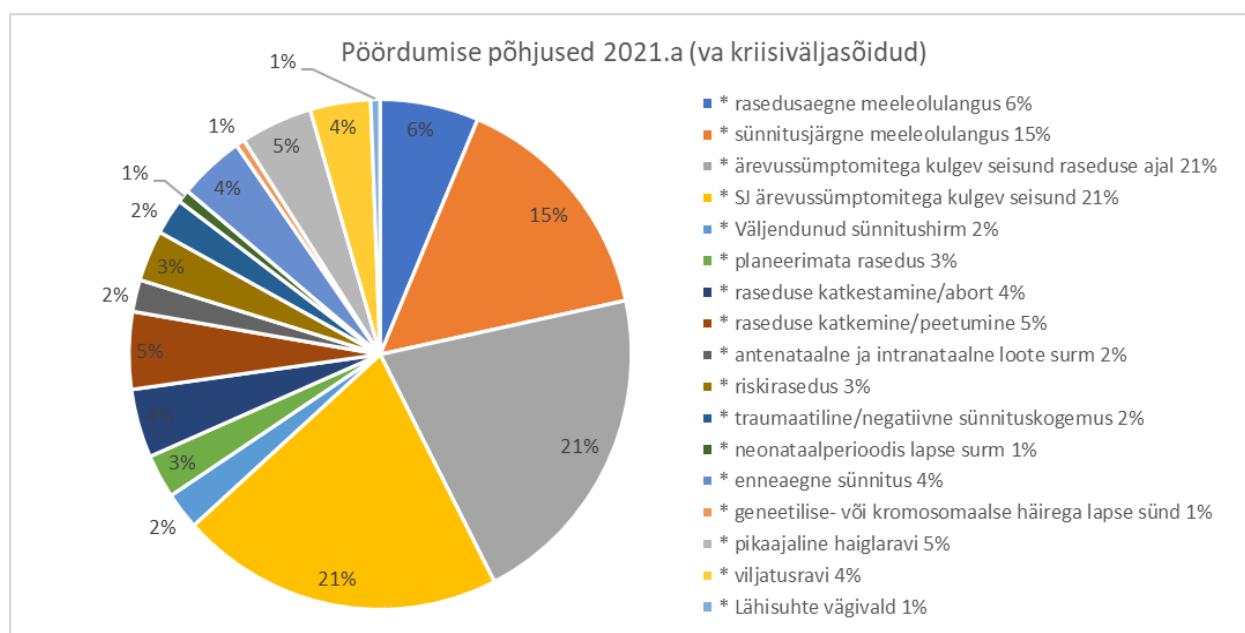
Positiivse arenguna on sihtrühma esindajatele ka 2021.a olnud EKH projekti toel kättesaadav saatekirjaga raseduskriisi kaugnõustamine. Saatekirjaga kaugnõustamisvõimalust on kasutatud 750-l korral, st ligi 20% nõustamiskordades. Kaugnõustamisvõimalusena kasutatakse enim nõustamisvõimalust telefoni teel (49%) ja video vahendusel veebis (48.5%).

- 1.1.2. Projekti teiseks eesmärgiks oli pakkuda raseduskriisi nõustamisteenust vähemalt 10 maakonnas ja 12 asutuses. Samuti üks lisaeesmärke oli võimalusel parandada teenuse kättesaadavust piirkondades, kus see on olnud raskendatud või piiratud.

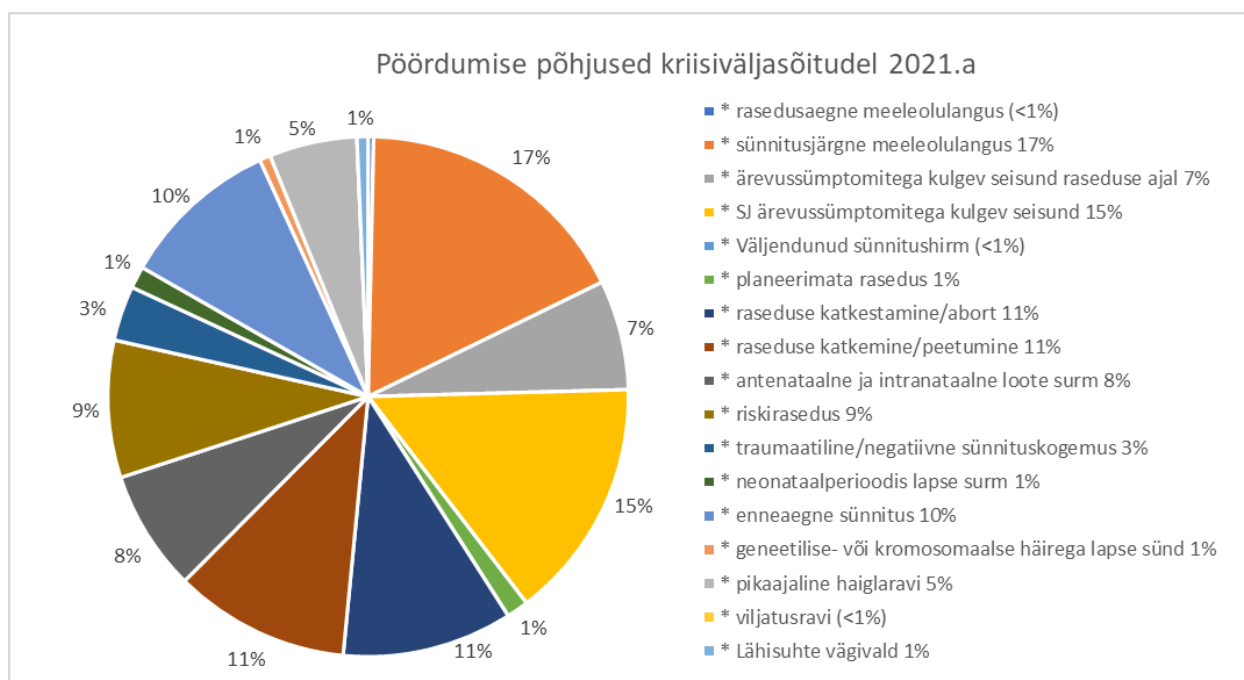
Projekti käigus tagati klientide vajadustest lähtuvalt kvaliteetne raseduskriisi nõustamisteenus erinevate piirkondlike tervishoiu- ja/või sotsiaalvaldkonna asutuste juures. 2021.a projektiperioodi jooksul on saatekirjaga raseduskriisi kontakt nõustamisteenus olnud kättesaadav vähemalt 12 Eesti maakonnas ja vähemalt 15 asutuses: Ida-Tallinna Keskhaigla, Lääne-Tallinna Keskhaigla, Tallinna Raseduskriisikeskus, Erakabinetis Tallinnas, Rakvere Haiglas, Pärnus Marieta Med Kliinikus, Lõuna-Eesti Haiglas, Tartu Perekeskuses, Viljandi Perepesas, Haapsalus, Narva Perekoolis, Rapla Erakliinikus Praxis, Järvamaa Haiglas, Kuressaare Haiglas, Hiiumaa Haiglas, Muhemaal. Valmisolek nõustada on olnud ka Põlvas. Saatekirjaga kaugnõustamisvõimalusele pöördujaid on üle Eesti, kokku 13-st maakonnast (va Põlvamaa ja Saaremaa).

### 1.2. Projekti sihtrühm:

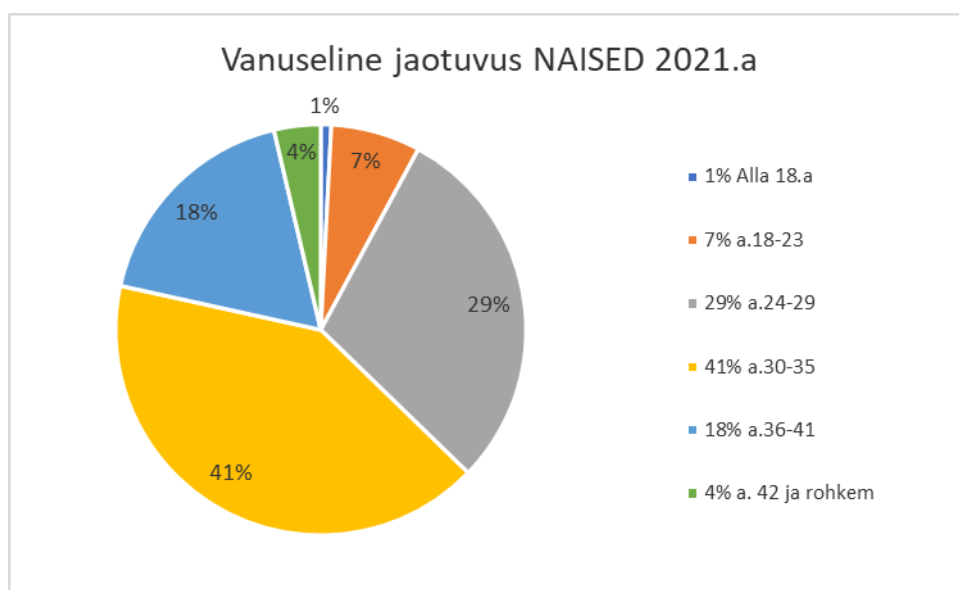
Raseduskriisinõustamine on suunatud eesti, vene ja inglise keelt valdavatele fertiilses eas olevatele naistele ja meestele, kes on sattunud raseduskriisi olukorda (nt planeerivad lapseootele jääda, soovivad rasedust katkestada, on toimunud raseduse katkemine või kellel on muid rasedusaegseid või sünnitusjärgsel perioodil esinevaid probleeme, nt kohanemiskasvatus ema ja/või isa rolliga). Projekti sihtrühmaks olid eeskätt lapseootel naised ja nende lähedased (eelkõige partner), kellel on tervishoiutöötaja hinnangul näidustus vaimse tervise ja rasedusega seotult ning kes vajavad asjatundlikku nõu rasedusega seotud otsuste tegemisel ja hirmude leevendamisel. Rasedusaegselt alustatud ja/või sünnituse järgselt kriisiolukorras nõustamisel osutati teenust vajaduspõhiselt ka peale lapse sündi kuni 1-aasta jooksul. Sihtrühma kuuluvad nõustamised eriolukorras sünnitus- ja sünnitusjärgsetes osakondades viibivatele klientidele.



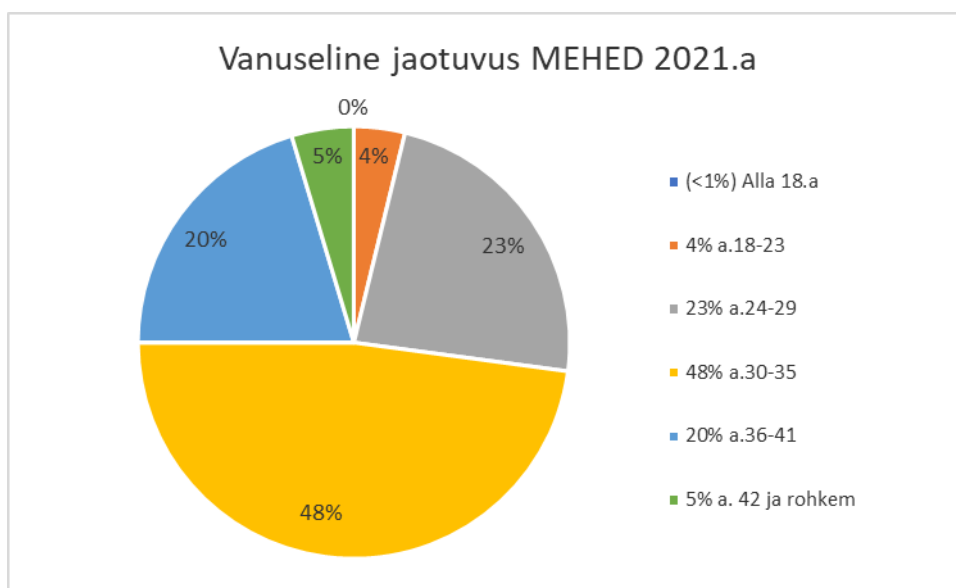
Joonis 1. Pöördumise põhjused 2021.a nõustatud isikute lõikes (va kriisiväljasõidud).



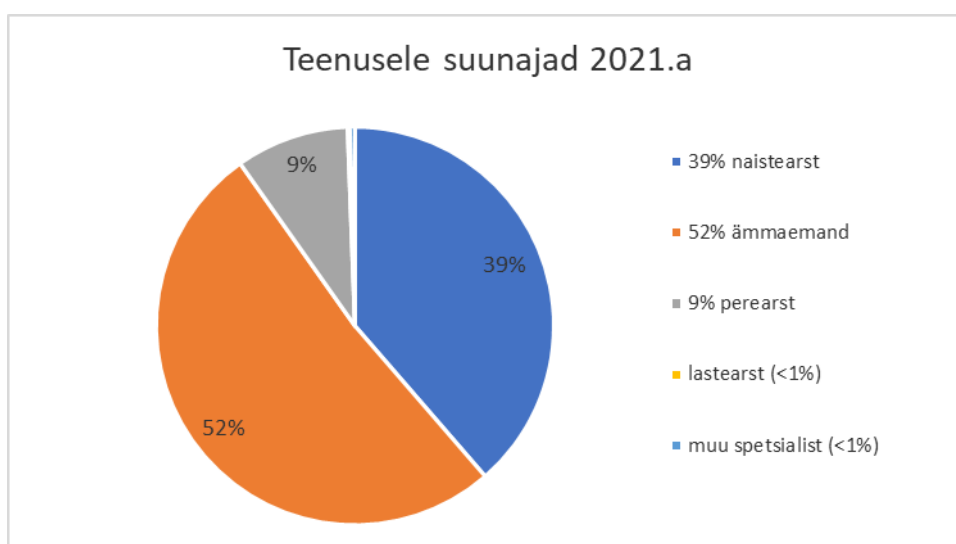
Joonis 2. Pöördumise põhjused 2021.a nõustatud isikute lõikes kriisiväljasõitudel.



Joonis 3. Naiste vanuseline jaotuvus (esmased pöördumised).



Joonis 4. Meeste vanuseline jaotuvus perioodil (esmased pöördumised).



Joonis 5. Teenusele suunajad esmaste pöördumiste lõikes isikuti. *N=1693*

Raseduskriisi nõustamisteenuse lõppkasusaajad on lapsed, kes kasvavad üles paremate sotsiaalpsühholoogiliste toimetulekuoskustega ning vaimselt ja emotsionaalselt tervemates perekondades. Samuti riik, kelle kodanikud tulevad edukamalt toime oma lähisuhetes perekonnas ning on seeläbi ka töökohtadel vastutustundlikumad ning keskendumisvõimelisemad.

## **2. Sotsiaalministeeriumi projekt “Laste ja perede heaolu tagavate teenuste koostööpakkumine“ Projekti tunnus: RE.3.01.19-0378**

Saatekirjata raseduskriisi kaugnõustamine. Teenuse üle-eestilise kättesaadavuse tagamine läbi e-nõustamise, skype-nõustamise ja telefoninõustamise (sh kliendile tasuta raseduskriisi nõustamistelefoni 8002008 käigus hoidmine).

Raseduskriisi nõustamistelefon on 2021.a töös olnud 365 päeva, kõnelele vastamise aeg on kl 09:00-21:00. Kahe kliendi puhul on erandkorras osutatud saatekirjata kontaktnõustamisteenust kokku 5-l nõustamiskorral kliendi olukorrast ja võrgustikust tingitud põhjustel, mistõttu ei olnud kliendil võimalust pöörduda saatekirjaga nõustamisele.

**Kokku on 2021.a saanud saatekirjata raseduskriisi nõustamist 220 isikut 297-l korral.**

Projekt toetab ka raseduskriisi nõustamisvaldkonnaga seotud arendustegevust.

### **3. Sotsiaalministeeriumi projekt: „Lasterikast Eestit toetavate ja perede heaolu tagavate teenuste koostööpakkumine“ Projekti Tunnus: RE.3.01.19-0560**

Raseduskriisi kontaktnõustamine teenuse üle-eestilise kättesaadavuse tagamine väljaspool tervishoiusüsteemi (piloot). Eesmärk on kliendi omaosalusega (saatekirjata) raseduskriisi kontaktnõustamisteenuse pakkumine. Ettevalmistused piloodi käivitamiseks ja nõustajate värbamiseks algasid 2021.a septembri lõpus. 2021.a lõpuks on nõustamine käivitatud 5 piirkonnas: Rakveres, Viljandis, Põltsamaal, Pärnus, Haapsalus. 2022.a alguses on plaan nõustamine käivitada veel 3 piirkonnas: Raplas, Paides ja Harjumaal.

Info kodulehel: <https://rasedus.ee/piloot-2021-2022/>

### **4. Raseduskriisi nõustaja, tase 6 kutse**

2019.a jooksul uuendati raseduskriisi nõustaja, tase 6 kutsestandard (esmaversion kinnitati 2014.a); <https://www.kutseregister.ee/ctrl/et/Standardid/exportPdf/10804275/>

2021.a uuendati kutse endamise korda ja hetkel on uuendamisel hindamisstandard. Uus kutse kaotlemise voor on plaanis välja kuulutada 2022 kevadel.

Kutse andmisega seotud dokumendid on kättesaadavad: <http://save.ee/kutse-andmine/>

Kokku on antud välja 10 raseduskriisi nõustaja tase 6 kutset.

### **5. Raseduskriisi nõustamise täienduskoolitus 2018-2020(2021)**

2018.a töötati välja ja kinnitati raseduskriisi nõustamise täiendkoolituse õppekava. Raseduskriisi nõustamise õppekava maht on 90 EAP, mis algselt planeeriti 2,5 aastale. Täiendkoolitust korraldab SA Väärtustades Elu koostöös Tallinna Ülikooli ja Tallinna Tervishoiu Kõrgkooliga. **Raseduskriisi nõustamise täienduskoolitust rahastab Sotsiaalministeerium.** Juhendatud nõustamispraktika juhendajate tasusid toetati 2019.a ja 2020.a osaliselt ka EHK projekti vahenditest. 2020.a võeti vastu otsus tingituna covid-19 eriolukorrast riigis ja kontaktõppe peatamisest pikendada täiendkoolitust väljaõppe praktilise iseloomu tõttu kuni 2021 suveni. Võimaldades seeläbi optimeerida nii õppetöö korraldust kui ka vajaliku õppepraktika läbimist, mis on pandeemia tingimustes olnud oluliselt piiratud.

**Raseduskriisi nõustamise täienduskoolituse III lennu lõpetas juunis 2021.a 16 raseduskriisi nõustajat.** Teadaolevalt on vähemalt 6 neist alustanud tööd haiglate palgal. Projektiga on 2021.a lõpuks liitunud 6 nõustajat ja läbirääkimised projektiga liitumiseks on veel vähemalt 2 nõustajaga.

2022.a hinnatakse RKN täienduskoolituse vajadust ja alustatakse läbirääkimisi raseduskriisi nõustajate täiendkoolituse korraldamiseks järgmistel aastatel.

**KOKKUVÕTE:** Professionaalne varane psühhosotsiaalne sekkumine aitab viia miinimumini varasemat elukvaliteeti märgatavalt häirivate sümptomite süvenemist ja sellest tuleneva võimaliku hilise (pikaajalise ja kuluka) psühhoteraapilise sekkumise vajadust. Raseduskriisi nõustamise projekti raames on peredele on tagatud nõustamine vähemalt kahe nädala jooksul pöördumisest, kiirete küsimuste puhul esimesel võimalusel või vähemalt kahe tööpäeva jooksul. Kriisiväljakutsetele reageeritakse enamasti 2-3 tunni jooksul olenevalt asukohast ja nõustaja kättesaadavusest, kuid hiljemalt ööpäeva jooksul üle-Eesti. Lisaks on nõustajatel valmisolek skype-nõustamise võimaluse pakkumiseks. Tagatud on ka tasuta nõustamistelefon 8002008 ja tasuta e-nõustamise võimalus peredele üle-Eesti. Raseduskriisi nõustaja järgib oma töös professionaalse nõustamise häid tavasid - austades inimese isikupuutumast, püüdes kaitsta kliendi enesemääramisõigust ning täites konfidentsiaalsuse nõudeid.

Läbi aastate oleme teinud olulist tööd teenuse mõtestamiseks ja integreerimiseks nii tervishoiusüsteemi kui ka Eesti ühiskonda tervikuna. Näeme raseduskriisi nõustamist tervishoiu tugiteenusena ning peame olulisena vaimse tervise nõustamisalase kvaliteetse ja teaduspõhise nõustamispädevuse hoidmist ja säilitamist läbi kvaliteetse erialaõppe ja jätkusuutliku superviseeritud nõustamispraktika rakendamise. Võime öelda, et teenus on hästi vastu võetud ja oleme hinnatud koostööpartnerid tervishoiuasutustele ja sihtrühmaga kokkupuutuvale sidusrühmale. Jätkame raseduskriisinõustamise kontseptsiooni arendamist süsteemsema mõtlemise suunas ning seisame kvaliteetse ja teaduspõhise vaimse tervise alase nõustamispädevuse hoidmise ja säilitamise eest antud erialal.

Raseduskriisi alase põhiinfo leiab: [www.rasedus.ee](http://www.rasedus.ee), [www.save.ee](http://www.save.ee).

Ülevaate koostas Margit Emberg

Kuupäev: 07.02.2021