

Huvi korral on võimalik saada täispikkuses (12+2 lk) artikkel TASUTA eesti või vene keeles oma e-posti aadressile, saates vastava soovi artikli autori e-postile tiina@mahena.org.

Väljavõte artiklist

KRIISISEKKUMISE OLEMUS JA ROLL ÜKSIKISIKU SOTSIAALSE TOE EDENDAMISEL KRIISISITUATSIOONIDES

Artikli autorid:

Tiina Naarits ja Liidia Meel

Sissejuhatuseks

Üksikisiku kriisis toimetulek on seotud mitmete tegurite koosmõjuga: isiksusetüübist tuleneva eripära, ealiste iseärasuste, eelnevate kogemuste, tervisliku seisundi, kriisimõjude ulatuse ja lähedusastega. Samuti teadmistega konkreetsetes olukorras efektiivse tegutsemise kohta, aga ka sotsiaalse toe olemasoluga. Sotsiaalne toetus on kriisisekkumise üks oluline tegur vahetult kliendiga tööd tegevatel spetsialistidel. Samaväärselt oluline on sotsiaalse toetuse väärtustamine argielu suhete kaudu nii igapäevasuhetes kui kriisijuhtumi korral.

Põhjusi, miks olemasolev sotsiaalne tugi võib kriisis jääda väheefektiivseks, võib olla erinevaid. Kriisis inimene võib oma seisundist tulenevalt ise luua takistusi toe saamisel, kui tuge pakkuvale inimesele puuduvad teadmised esmaste barjääride eemaldamiseks, mistõttu oskamatu esmane abi kriisis võib olla põhjuseks hilisema professionaalse abi tagasitõukamisel. Ka ei pruugi kriisis inimese tavapärase tugivõrgustiku liikmed tulla toime oma isiklike emotsioonidega, mis antud kriisisituatsiooniga kaasnevad, mistõttu napib energiat sotsiaalse toetuse pakkumiseks. Oluline takistus kriisis inimese mõistmisel ja toetamisel on seotud kriisi olemuse ja mõju kohta selgitava informatsiooni vähesuse või puudumisega. Samuti ei ole vähe tähtis kriisiabi andvate eri valdkonna spetsialistide erinev arusaam kriisi fookusest ja kriisisekkumisest ning sotsiaalse toe olulisusest abivajava inimese elukvaliteedi taastamisel. Vaidlusi on kriisisekkumise valdkonna erinevate spetsialistide gruppide vahel, kes kõik kasutavad mingil moel erinevat kriisisekkumismudelit, omavad erinevat ettevalmistust ja erinevaid haridusnõudeid (Roberts 2005, 21). Käesolev artikkel

keskendub kriisisekkumise ja sotsiaalse toe olemuse, omavahelise seotuse ja rakendamise põhimõtete selgitamisele.

...

Kriis ja kriisisekkumine

Üksikisiku tasandil on kriisi käsitus konkreetsem ja pole seotud kriisireguleerimise, vaid psühhosotsiaalse kriisisekkumisega. Üksikisikule on oluline tema ja tema lähedaste heaolu mõjutavate olukordadega toimetulek ning füüsilisest arengust ja tavapärastest või inimsuhetes sageli esinevatest sündmustest tuleneda võivate arengukriisidega toimetulek. Üksikisiku jaoks on kriis mistahes taustaga paratamatute tegurite kogum, mis toob kaasa füüsilise või emotsionaalse tervise häirumise ning tasakaalu rikkumise elu nõuete ja toimetuleku vahel. Sellise kriisi taustaks on isikut vahetult puudutav olukord, enamasti arengukriisist tulenev või tema enese või talle emotsionaalselt lähedase inimese sattumine kannatustesse, halvenenud tervislik seisund, püsivalt kurnavad sisepinged, konfliktus või vägivaldus suhetes, elu mõtte kaotus, lähedase inimese surm. Samuti kriisilolija tavatud ja vahel nii enesele kui teistele raskelt mõistetavad reageeringud, mis tulenevad tema tervislikust seisundist või talumatust ja ebanormaalsest olukorrast.

Üksikisiku kriisi saab määratleda tema kannatuste intensiivsusega akuutses kriitilises vahejuhtumis, mil üksikisik kogeb abitust ja võimetust hakkama saada (Everly, Mitchel 1997). Mida keerukam on kriis, seda raskem on inimesel toime tulla iseenda, oma kohustuste, elusündmuste või teistega suhtlemisega ning seda olulisemaks muutub sotsiaalse toe olemasolu. Kriisis kogeb inimene, et tema elu, elukvaliteet, turvalisus või sotsiaalne identiteet (enesemääratlemine teiste inimeste seas) on tõsiselt ohus ning varasemad kogemused ja tegutsemisviisid ei ole olukorraga toimetulemiseks piisavad.

Kuigi arengukriis on ette ennustatav periood inimese arengus, mil toimub mingi suurem muutus, mis nõuab kohanemist ja ootamatuse faktor on vähene, siis sotsiaalse toe vajadus on oluline iga kriisi korral. Sotsiaalse toe kaudu on võimalik leida uusi lähtekohti toimuvaga leppimiseks ning edasiliikumiseks.

Üksikisiku puhul kirjeldatakse tema kriisiolukorda (*crisis situation*) sattumist samaväärselt mõistega traumaolukorda (*traumatic event*) sattuma, andes erinevates käsitlustes neile paralleeltähenduse. Trauma mõiste võeti algselt, 1650-ndatel kasutusele füüsilise vigastuse kirjeldamiseks, tulenedes sellisisulisest kreeka keelsest sõnast. Trauma mõiste laienemine psüühilise haavatavuse kirjeldamiseks toimus 1889. aastal, mis ajast on termin kasutusel ka kui ebaloomulikkude stressi tekitav ebameeldiv olukord (Etymology Dictionary 2011). Samuti

välistest teguritest tingitud vigastus; tõsisest vaimsest või emotsionaalsest stressist või füüsilisest vigastusest tulenev häiritud psüühika või käitumine. (Medical Dictionary 2011). Traumaolukord on situatsioon, mis traumat esile kutsub.

Kriisisekkumine on tugevalt isikukeskne ja rõhutab kommunikatsiooni, koostöö, hoolivuse ja teadmiste jagamise tähtsust (Bell 1995). Kriisisekkumine on käesoleva artikli ühe autori töö sisuks olnud juba aastaid. Tiina Naarits peab professionaalse kriisisekkumise olulisimaks osiseks teaduspõhistel teadmistel ja kogemustel põhinevat kriisinõustamist, mida vajab traumaolukorda kogenud üksikisik või omavahel seotud inimesed eeskätt traumakogemuse akuutses faasis (esimesel võimalusel ja kuni 6 nädala jooksul kogetud traumasündmusest), erandjuhtudel ka hilisemas faasis, kandes mõlemal puhul eesmärki pakkuda kliendile emotsionaalset tuge, aidata läbielatud kogemust neutraliseerida ja olnud emotsionaalset elukvaliteeti taastada, samuti jõustada inimese toimetulekut teadmiste täiendamise kaudu, s.h traumaatilise stressi olemuse selgituse, sotsiaalse toe ja vajadusel täiendava spetsialisti toetuse selgitamisega, et minimaliseerida hilisema ravi ja psühhoteraapia vajadust.

Kriisiolukordadest tulenevat traumaatilise stressi olemust ja mõju inimese käitumisele on kirjeldatud juba 19. sajandi lõpus ja 20. sajandi alguses avaldatud artiklites. Inglise kirurg, John Eric Erichsen kirjeldas (1866, 1886) psühholoogilisi probleeme tõsiselt orgaaniliselt kahjustunud patsientidel, kellel kirjeldas hüsteeria tunnuseid. Iseäranis oluline oli neuroosi kirjeldus lahingsõduritel ja asjaolu, et vahetult tulevahetuse alla mittesattunud lahingsõduritel ei leitud lahing-šokki (*shell-shock*). (Esmakordselt, 1915, sõnastas *shell-shock'i* mõiste Charles Samuel Myers, Briti armee psühhiaater.) Kuid psühholoogilist traumat võeti esialgu kui haigust, mistõttu sekkumine oli vaid meditsiiniline. (Van der Kolk, McFarlane, Weisaeth 1996, 48-50)

Esimesena pälvisid meditsiinist väljaspool oleva süsteemse psühhosotsiaalse kriisiabi suitsiidihuga inimesed. Tegemist ei olnud veel spetsialistide töö põhineva kriisisekkumisega, kaasati palju vabatahtlikke. Alguse sai see 1906. aastal, mil Inglismaal Londonis Päästarmee avas antisuitsiidi kontori neile, kes olid sooritanud nurjunud suitsiidkatse, parasuitsiidi. Peaaegu samal ajal avas pastor ja hingehoidja Harry M. Warren Ameerikas, New York Citys samuti suitsiidipreventsioonile orienteeritud keskuse, *National Save-A-Life League*, koos 24 h töötava kriisitelefoni. (Roberts 2005, 42, 54, 815) Tegutseti tunnuslause all „Siruta käsi ja puuduta kedagi!“ („*Reach out and touch someone*“).

...

Artikli „Kriisisekkumise olemus ja roll üksikisiku sotsiaalse toe edendamisel kriisisituatsioonides“ kokkuvõte:

Eesmärk: Anda ülevaade kriisisekkumise ja sotsiaalse toe olemusest, omavahelisest seotusest ning selgitada nende rakendamise põhimõtteid tulenevalt üksikisiku vajadustest kriisisituatsioonides. *Meetod:* Rakendatud on kirjanduslikate analüüsimist artikli eesmärgist tulenevalt. *Kokkuvõte:* Artikkel kirjeldab kriisisekkumise kujunemist maailmas, selgitab kriisisekkumise ja kriisireguleerimise erinevusi, annab ülevaate kriiside mitmetasandilisusest, kirjeldab sotsiaalse toe avaldumise kolme põhivormi. Selgitatakse spetsialistide oskusteabe, kriisiuuringute tulemuste ning kriisi kogenud inimeste vahetute kogemuste ühendamise olulisust kompaktselt ja tavakeeles mõistetavaks tervikuks, et seda oleks võimalik eetiliselt, harivalt, kohalikke kultuurinorme arvestavalt ja emotsionaalset tuge pakkuvalt esitada kergesti kättesaadaval kujul laiale elanikkonnale. *Viited:* Kasutatud on 26 viidet. *Võtmesõnad:* kriis, kriisisekkumine, sotsiaalne tugi, hädaolukord, kriisireguleerimine

Autorite tutvustus:

TIINA NAARITS, MA (s 1966)

Artikli kirjutamise ajal Tallinna Ülikooli sotsiaaltöö instituudi doktorant. Hariduselt psühholoogia õpetaja, lõpetanud 2-aastase koolipsühholoogide täienduskoolituse, kaitsnud sotsiaalteaduste magistrikraadi *cum laude* sotsiaalpedagoogika ja lastekaitse erialal, õppinud erinevatel kriisikäitumise valdkonna peamiselt rahvusvahelistel täienduskoolitustel. Mittekorraline lektor kahes Eesti kõrgkoolis. Praktilise kriisikäitumise täienduskoolituse läbiviija üle kümne aasta. Praktiseeriv kriisinõustaja üle 15 aasta, rahvusvahelise kriisitöö kogemusega, juhib kriisinõustamise keskust Mahena (www.mahena.org).

LIIDIA MEEL, Bac (s 1978)

Artikli kirjutamise ajal Tallinna Ülikooli sotsiaaltöö instituudi magistrant. Hariduselt sotsiaaltöötaja. Praktiseerinud haigla sotsiaaltöötajana ühe aasta. Loonud ja toimetab leinatoe veebilehte „Leinaleht” (www.leinaleht.info) ja „Leinalehe” ödelehekülge surmast „Üle läve...” (www.ulelave.eu).

Tallinn, aprill 2011.

Artikkel valmis 11. aprillil 2011 suunitlusega ajakirjale Sotsiaaltöö. Ajakirja vastuses teavitati: „Artiklit lugenud kolleegiumi liikmed leidsid, et sellisest uuduse momendist jääb artiklis puudu, kuidõrd sotsiaalse toe pakkumine on kriisinõustamise loomulik osa.“ Sama aasta suvel otsustas kriisisekkumise praktilist koolitust ettevalmistanud projektimeeskond, et artikkel on oluline sihtrühmaks olevale 77 üldharidusliku kooli pedagoogile-tugispetsialistile. Artikkel avaldati täienduskoolituse juurde kuulvas pedagoogidele suunatud meetodilises raamatus, oktoobris 2011 eesti keeles („Kriisisekkumine koolisuhetes“) ja novembris 2011 sama raamatu venekeelses versioonis (Кризисное вмешательство в школьных отношениях). Loetu kohta raamatus arvamust avaldavad koolijuhid ja spetsialistid peavad meetodilist materjali tervikuna oluliseks, s.h kirjeldatud artiklit.
