

## KOKKUVÕTE

Me oleme üksteisega seotud suhteskeskkondade kaudu. Nii nagu ühiskond on muutunud üha keerukamaks ja tulevik vähem ennustatavaks, muutuvad keerukamaks ka suhteskeskkonnad – perekonnad toimivate võrgustikena, töösuh- ted erinevates vormides ja viisidel, haridusmaastik oma mitmekesisuses. Suhteskeskkondi luuakse ühiselt, koos toimides. Hariduses on väga oluline pöörata õpiedu kõrval võrdväärset tähelepanu ka õpikeskkonna kliimale ja õppurite austavale kohtlemisele ning aktiivse osalemise võimaldamisele hariduselus laiemalt. Tööturust eemale jäänute puhul on vaja leida uusi võima-

lusi nende tööturule toomiseks, oluline on eri vanuses inimeste töö tähendus- rikkuse tunnistamine heaolu loomes ja vaimse tervise säilitamisel.

Selleks et märgata uusi tärvavaid sotsiaalseid probleeme ning leida uusi lahendusi olemasolevate probleemide kahandamiseks, on oluline eri vanuses inimeste heaolu seire neile tähendusrikastes suhteskeskkondades. Vaimse tervise probleemide tekkimisele järgneva sekkumise asemel tuleb suurem rõhk asetada ennetus- tööle, sealhulgas ühiskonna sidusust toetavale kogukondade arendami- sele. ●

## VIIDATUD ALLIKAD

Bowlby, J. 1982. Attachment and loss: Retrospect and prospect. – American Journal of Orthopsychiatry, 52(4), 664–678. <https://doi.org/10.1111/j.1939-0025.1982.tb01456.x>.

Brierley, D., Steiner, R. 2012. Educating the art of life: Resilience and creativity in contemporary education. – Clouder, C., Heys, B., Matthes, M., Sullivan, P. (eds.). Improving the Quality of Childhood in Europe. Volume 3. East Sussex (UK): ECSWE, 66–87.

Bronfenbrenner, U., Morris, P. A. 2006. The bioecological model of human development. – Damon, W., Lerner, R. M. (eds.). Handbook of Child Psychology, Volume 1: Theoretical Models of Human Development. New York: John Wiley, 793–828.

Hildebrandt, S. 2009. Multiple intelligences in the knowledge-based society. – Clouder, C., Heys, B., Matthes, M. (eds.). Improving the Quality of Childhood in the European Union. Current Perspectives. Belgium: Alliance for Childhood European Network Foundation, 142–151.

Miller, E., Almon, J. 2009. Crisis in the Kindergarten: Why children need to play in school. College Park (MD): Alliance for Childhood.

Soo, K., Kutsar, D. 2021. Minu lapsepõlve „õnn“ ja „õnnetus“ seoses hariduse ja õppimisega: üliõpilaste mälestusi kooliajast. – Mäetagused, 74, 99–124.

# 3.1

## Peresuhted ning pereliikmete hinnang oma vaimsele tervisele ja heaolule

MARIANN MÄRTSIN, OLIVER NAHKUR JA LIILI ABULADZE

### PÕHISÕNUM

Eesti perevormid on ajas mitmekesisestunud. Ometi ei sõltu pereliikmete vaimne tervis ja heaolu pelgalt perevormist. Pere koosseisust olulisemad on pereliikmete omavahelised suhted. Mitmekesiste perevormidega Eesti ühiskond vajab perede mitteformaalset ja formaalset toetusvõrgustikku, et tagada vaimset tervist ja heaolu toetavate ennetus- ja sekkumisviiside kättesaadavus kõigile pereliikmetele ja kõigile peredele.

### SISSEJUHATUS

ga inimene on osa perekonnast. Peresuhted seovad meid pereliikmetega ka siis, kui me nendega igapäevaselt kokku ei puutu või nendega koos ei ela. Pere on lapse peamine sotsialiseerumise kontekst, kus ta kogeb teistega koos olemise tähendust. Pereliikmetelt õpib laps suhtes olemist, oma murede ja rõõmude äratundmist ja jagamist. Kodust kaasa saadud suhtemustrid antakse märkamatult edasi järgmistele põlvedele.

Tänapäeva peresid iseloomustab perevormide mitmekesisus – abielude lahutamine ja uute kooselude loomine ei ole haruldased sündmused. Kärgepere, kus vähemalt üks vanem on n-õ teisele ringile läinud ning perre kuuluvad „sinu, minu, meie“ lapsed, ei ole ebataoline perevorm, mis iseloomustab vaid üksikuid peresid. Perevormi muutumine toob kaasa muutused kõigi pereliik-

mete omavahelistes suhetes ning mõjutab seda, kuidas nad end pere sees ja sellest väljaspool tunnevad. Samas ei tähenda perevormi muutus ilmtingimata peresuhete muutust halvemuse suunas. Sageli viib see pigem paremat toimetulekut võimaldavate suheteni pereliikmete vahel (nt vägivalda kasutava vanema väljakolimine). Igal juhul eeldab muutus peresuhetes kohanemist ning teadlikku pingutamist parema toimetuleku nimel.

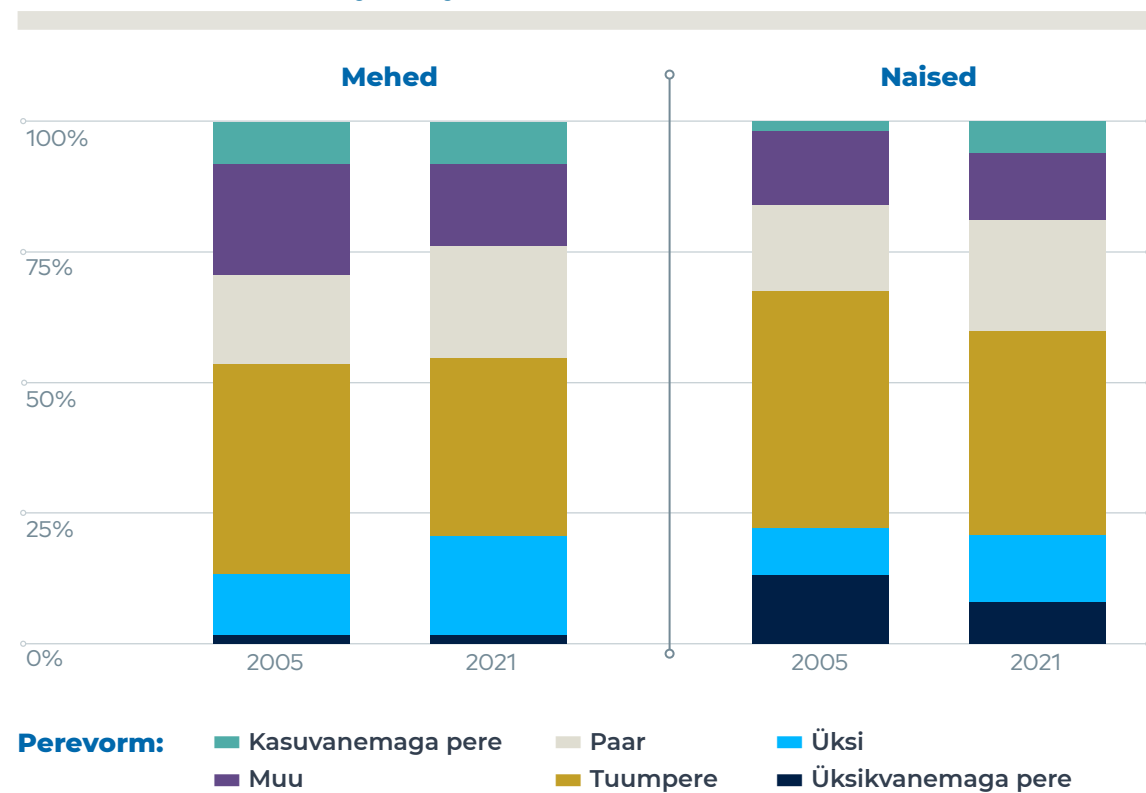
**Tänapäeva peresid iseloomustab perevormide mitmekesisus, mis eeldab kohanemist ning teadlikku pingutamist parema toimetuleku nimel.**

Rahvusvahelised uuringud näitavad, et peresuhted mõjutavad oluliselt täiskasvanute heaolu, omades määravat rolli eluga rahulolus just neis riikides, sealhulgas Eestis, kus üksikisikul on paarisuhte loomise, lapsevanemaks saamise ja late arvu osas suur otsustusõigus ning tegutsemisvabadus (Margolis ja Myrskylä 2013). Erinevate eluga rahulolu aspektide hulgas on pereliikmete positiivsed suhted Eesti puhul halvemas seisus – võrreldes teiste Euroopa riikidega on Eesti täiskasvanutel vähem inimesi, kellelt saadakse vajadusel tuge (Ruggeri jt 2020). Peresuhted mõjutavad olulisel määral ka laste eluga rahulolu. Olukord, kus vanemate lahutus ja uue pere loomine on lapse jaoks arusaamatu ning ta ei ole oma edasist elu puudutavate otsuste tegemisse kaasatud, võib viia lapse heaolu kahanemiseni (Nahkur ja Kutsar 2021).

Siin artiklis otsime vastuseid kolmele küsimusele: 1) kuidas on Eesti

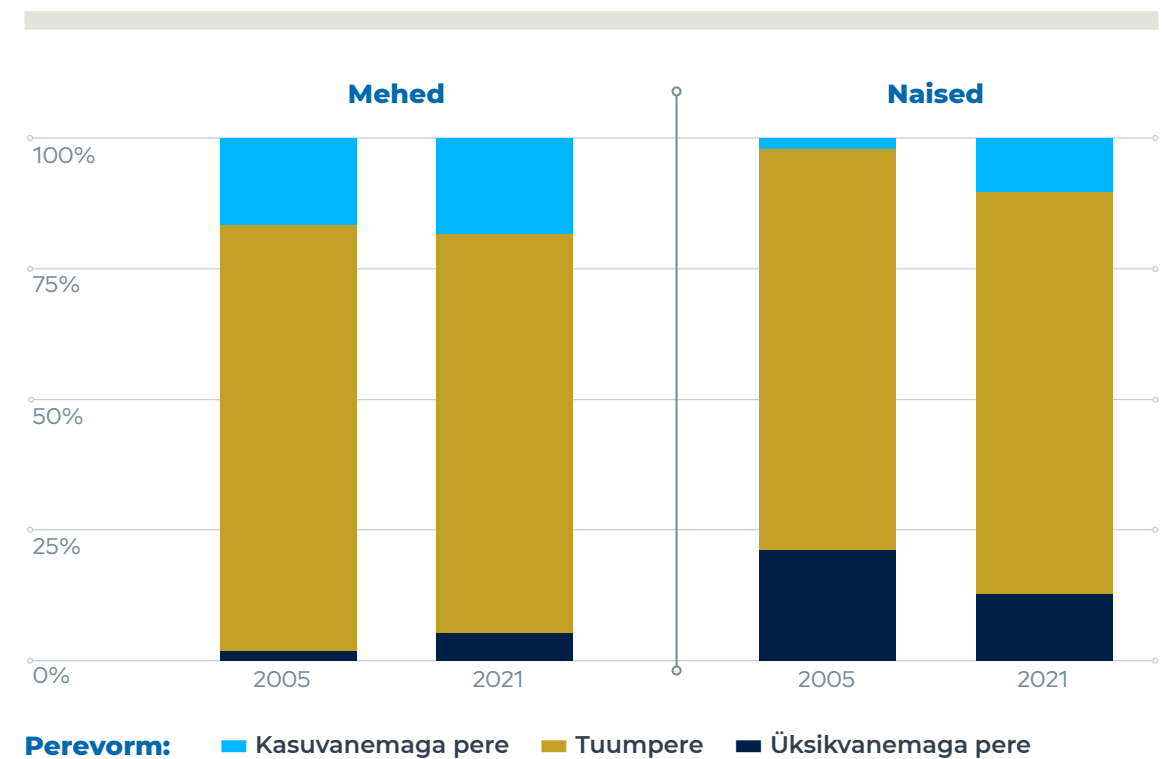
perevormid aja jooksul muutunud, 2) kuidas on laste ja täiskasvanud pereliikmete vaimne tervis ja heaolu erinevates perevormides seotud peresuhetega rahuloluga ning 3) milliseks hindavad erinevates perevormides elavad lapsed ja täiskasvanud oma vaimset tervist ja heaolu. Lisaks arutleme selle üle, kuidas mõjutas COVID-19 pandeemia algusperiood Eesti laste ja lapsevanemate vaimset tervist ja heaolu. Vaimse tervise ja heaolu all peame silmas eelkõige üldist eluga rahulolu. Perekonnana käsitleme inimesi, keda seob ühine eluruum ning omavaheline partnerlus- või vanemlussuhe. Selle määratluse alla mahuvad nii paarisuhtes elavad lastega või lasteta täiskasvanud, lapse või lastega üksikvanemad, kelle partner ei ela perega koos, ning ka kasuvanemaga pered, kus kasvavad ühe lapsevanema jaoks mittebioloogilised lapsed.

**Joonis 3.1.1.** Perevormide jaotus ja muutus 18–60-aastaste täiskasvanute seas



ALLIKAS: autorite joonis, Eesti pere- ja sündimusuuringu 2005 ja 2021–2022 andmete põhjal

**Joonis 3.1.2.** Perevormide jaotus ja muutus 18–60-aastaste alla 18-aastaste lastega koos elavate täiskasvanute seas



ALLIKAS: autorite joonis, Eesti pere- ja sündimusuuringu 2005 ja 2021–2022 andmete põhjal

### Eesti perevormid on muutunud aja jooksul mitmekesisemaks

Mõistmaks Eesti perevormide muutusi viimastel aastatel, tuginesime 18–60-aastaste täiskasvanud Eesti elanike suhtes esindusliku Eesti pere- ja sündimusuuringu andmetele aastatest 2005 (N = 5642) ja 2021–2022 (N = 9088). Eesti pere moodustumise mustrid on aja jooksul oluliselt muutunud. Kui veel 20. sajandi alguses alustas 70% noortest esmast kooselu abieluga, siis 1960.–1970. aastate sünnipölvkondadest alustas seda vabaabieluga üle 90% paaridest (Puur ja Rahnu 2011). Suundumus, kus sündimus pole enam piiritletud üksnes abieluga, ilmnes Eesti puhul juba 1960. aastatel, mil 14% lastest sündis väljaspool registreeritud abielu. Selline trend

jätub ka täna, mil üle poole lastest sünnivad vabaabieludes.

Perevormide mitmekesisust näitab ka üksikvanemaga ning kasuvanemaga perede osakaalu muutumine. Enamiku Eesti peredest moodustavad pered, kus kaks lapsevanemat elavad koos oma bioloogilise lapse või lastega (Steinbach jt 2016). Samas on üksi elavate ning mõnevõrra ka kasuvanemaga peredes elavate inimeste osa aja jooksul Eestis kasvanud (joonis 3.1.1). Kõikidest lastega koos elavatest peredest (N = 3488) moodustasid 2021. aastal 76,9% Eestis kahe sünnivanemaga pered, 9,7% olid üksikvanemaga pered ning 13,4% kasuvanemaga pered. Võrreldes 17-18 aasta taguse ajaga on nii mõlema sünnivanemaga kui ka üksikvanemaga perede osa mõnevõrra vähenenud (langus vastavalt 1,5 ning 5,2 protsendipunkti), samas kui kasuvanemaga perede osa on ajas kasvanud (6,7 protsendipunkti)

## Eluga rahulolu hinnangute põhjal muutuvad tüdrukud peresuhetes rohkem haavatavaks vanuse kasvades. Põhjusi tüdrukute suurema tundlikkuse ja haavatavuse kohta tuleb ilmselt otsida traditsiooniliste soorollide jätkuvast ülekaalust laste kasvatuses.

eriti naiste seas, kus kasv on olnud pea kümnekordne (joonis 3.1.2). Üksikemaga perede osakaal on samal perioodil üle poolteise korra kahanevad, üksikisaga perede osakaal on aga enam kui kaks korda kasvanud. Ilmneb, et lapsi üksi kasvatavad naised leiavad endale kooselu või abielu lõppemise järel kergemini uue partneri kui lastega üksi elavad mehed.

Võrreldes teiste Euroopa riikidega on Eestis kasuvanemaga ja üksikvanemaga perede osakaal üks suuremaid. Kasuvanemaga perede suure osakaalu poolest sarnaneb Eesti teiste Ida-Euroopa riikidega, üksikvanemaga perede suur osakaal muudab meid aga lähedaseks Põhja-Euroopa riikidega (Steinbach jt 2016).

## Peresuhted mõjutavad laste ja vanemate eluga rahulolu

Täiskasvanud pereliikmete (18–64-aastased; N = 2466) eluga ja peresuhtetega rahulolu hindamisel toetusime täiskasvanud Eesti elanikkonna suhtes esindusliku Euroopa elukvaliteedi uuringu (EQLS) 2003.–2016. aasta andmetele ning kasutasime vastavalt üldist eluga rahulolu<sup>1</sup> ja pereeluga rahulolu<sup>2</sup> näitajat. Lisaks sellele uurisime

lapse ja vanema suhtekvaliteeti<sup>3</sup> ning üksteise toetamist peres<sup>4</sup>, sealhulgas seda, kuidas need peresuhete aspektid mõjutavad üldist eluga rahulolu.

Analüüs näitab, et peresuhted mängivad olulist rolli täiskasvanud pereliikmete eluga rahulolus. Mida rohkem oldi rahul peresuhtetega, seda kõrgem oli eluga rahulolu hinnang. Selline positiivne seos ilmneb selgemalt üksikvanemate puhul, kuid kehtib ka paarisuhetes olevate vanemate puhul. Erinevate peresuhete aspektide lõikes ilmnes, et eluga rahuloluga oli seotud ainult vanemate soov lapsele rohkem aega pühendada. Seejuures oli seos tugevam jällegi üksikvanemate puhul, võrreldes paarisuhetes olevate lapsevanematega. Mida suurem oli üksikvanema soov lapsele aega pühendada, seda väiksem oli tema üldine eluga rahulolu. Sellised tulemused viitavad sellele, et üksikvanemad teadvustavad ja väärtustavad oma rolli laste kasvatamisel, kuid tunnetavad ka, et üksi ei suuda nad teha kõike, mida tahaks, ning see tajutud ebakõla oma võimekuse ja ühiskonna ootuste vahel mõjutab üksikvanemate üldist eluga rahulolu.

Laste eluga ja peresuhtetega rahulolu analüüsimisel tuginesime 10- ja 12-aastaste laste puhul rahvusvahelise laste heaolu uuringu<sup>5</sup> (ISCWeB) 2018. aasta andmetele ning kasutasime vastavalt üldist eluga rahulolu<sup>6</sup> ja pereliikmetega rahulolu<sup>7</sup> näitajat. 11-, 13- ja 15-aastaste laste puhul kasutasime koolinoorte tervisekäitumise uuringu (HBSC) 2018. aasta andmeid, kus eluga rahulolu oli hinnatud 10-astmelise redelina<sup>8</sup>, ning peresuhtetega rahulolu üheksa perega koos tehtava tegevuse sageduse koondhinnanguna<sup>9</sup>. Lisaks uurisime lapse-vanema suhtekvaliteeti<sup>10</sup>, perekeskonna turvalisust<sup>11</sup> ja üksteise toetamist peres<sup>12</sup>, sealhulgas küsimust, kuidas need mõjutavad eluga rahulolu. Mõlema uuringu puhul on tegemist esindusliku valimiga Eesti antud vanuserühma suhtes (ISCWeB

10-aastased N = 1013 ja 12-aastased N = 1079; HBSC 11-aastased N = 1570, 13-aastased N = 1607 ja 15-aastased N = 1550).

Peresuhtetega rahulolu hinnangud mõjutavad laste eluga rahulolu vanuseti, sooti ja perevormiti erinevalt. Võrdlesime kahe sünnivanemaga, kasuvanemaga ning üksikvanemaga peres elavaid lapsi. Ehkki vanuseti ilmneb mõningaid erinevusi perevormide lõikes, saab üldise trendina välja tuua, et peresuhted omavad kriitilisemat rolli eluga rahulolus just kasuvanemaga peres elavate laste puhul. Ka soolise võrdluse puhul on näha, et vanuseti on peresuhete mõju eluga rahulolule perevormide lõikes mõnevõrra erinev. Üldine trend näitab aga seda, et peresuhted on seotud eluga rahulolu hinnangutega rohkem tüdrukute puhul,

## Lastega ja lasteta paarisuhetes inimesed on üksikvanemate ja üksi elavate inimestega võrreldes pereeluga oluliselt enam rahul, eriti mehed, ning hindavad oluliselt tõenäolisemaks, et kerge masenduse ja rääkimisvajaduse korral mõni pere-liige või sugulane aitab.

kes muutuvad haavatavamaks vanuse kasvades.

Peresuhete tähtsus laste eluga rahulolus ilmneb ka peresuhete kvaliteedi erinevaid aspekte vaadeldes.

- 1 Kui kaalute kõiki asjaolusid, kui rahul te oma eluga praegu olete? 1 – täiesti rahulolematu ... 10 – väga rahul.
- 2 Kui rahul sa oled oma pereeluga? 1 – täiesti rahulolematu ... 10 – väga rahul.
- 3 Mõõdetud kahe järgneva küsimusega: 1) Keskmiselt mitu tundi nädalas te olete väljaspool palgatööd hõivatud järgmiste tegevustega? Laste eest hoolitsemisega ja/või nende koolitamisega; 2) Palun öelge, kas te kulutate igale valdkonnale nii palju aega, nagu tahaksite, või te soovite, et saaksite kulutada „vähem aega“ või „rohkem aega“ sellele tegevusele? Laste või lapselaste eest hoolitsemine: 1 – kulutada vähem aega, 2 – sama palju, nagu ma praegu kulutan, 3 – kulutada rohkem aega.
- 4 Kellelt saaksite abi järgmistes olukordades? Iga olukorra puhul valige kõige tähtsam isik. Kui tunnete, et olete kerges masenduses ja tahate kellegagi rääkida: 1 – oma perekonnaliikmelt/sugulaselt, 2 – sõbralt, naabrit või kelleltki teiselt, kes ei kuulu perekonda ega ole sugulane, 3 – teenusepakkujalt, institutsioonilt või organisatsioonilt, 4 – mitte kelleltki (analüüsis kasutati ainult vastusevariante 1 ja 4).
- 5 Vt <https://iscweb.org/>. Andmekogumist ja käesolevat analüüsi toetas ETAG (PRG700).
- 6 Kui rahul sa oled järgmiste asjadega oma elus? Oma eluga üldiselt: 0 – üldse ei ole rahul ... 10 – täiesti rahul.
- 7 Kui rahul sa oled inimestega, kellega sa koos elad? 0 – üldse ei ole rahul ... 10 – täiesti rahul.
- 8 Millise numbriga sa hindaksid praegu oma elu (esitatud redelina)? 0 – kõige halvem elu ... 10 – kõige parem elu.
- 9 Pere ühistegevuste koondsagedus: 1) vaatame koos televiisorit või videoid; 2) mängime koos tubaseid mängu; 3) mängime koos perega arvutimänge; 4) einestame koos perega; 5) käime koos jalutamas; 6) külastame koos erinevaid kohti; 7) külastame koos sõpru või sugulasi; 8) käime perega sportimas; 9) istume koos ja arutame asju. 1 – iga päev, 2 – enamikul päevadest, 3 – kord nädalas, 4 – harvem, 5 – mitte kunagi.
- 10 ISCWeB: „Inimesed minu peres hoolivad minust“; „Mu vanemad kuulavad mind ja arvestavad sellega, mida ma räägin“; HBSC: „Kui kerge on sul rääkida (kasu)emaga/(kasu)isaga oma muredest?“
- 11 ISCWeB: „Ma tunnen end kodus turvaliselt“; HBSC: „Kas sa oled kunagi vaeelnud või tülitsetud oma vanemaga, kui ta oli purjus?“, „Kas sa oled kunagi kuulnud vanemaid tülitsetmas, kui vähemalt 1 neist oli purjus?“
- 12 ISCWeB: „Kui mul on mure, siis inimesed minu peres aitavad mind“; HBSC: järgnevate väidete aritmeetiline keskmine – „Pere tahab mind aidata“, „Saan perelt emotsionaalset abi ja tuge“, „Saan perega rääkida oma probleemidest“, „Pere tahab mind aidata otsustamisel“

Nende aspektide olulisus on suurem 12-aastaste kahe sünnivanemaga ning kasvanemaga peres kasvavate laste eluga rahuolus, mõnevõrra väiksem üksikvanemaga kasvavate laste puhul. 12-aastaste kahe sünnivanemaga peres elavatel lastel on eluga rahulolu tugevaimalt seotud rahuloluga inimestega, kellega koos elatakse, kasvanemaga peres elavatel lastel kodu turvalisuse hinnanguga ning üksikvanema peres elavatel lastel hoolivuse hinnanguga. 13- ja 15-aastaste laste peresuhete kvaliteedi aspektid seletavad paremini 15-aastaste kasvanemaga elavate laste ning tüdrukute eluga rahulolu.

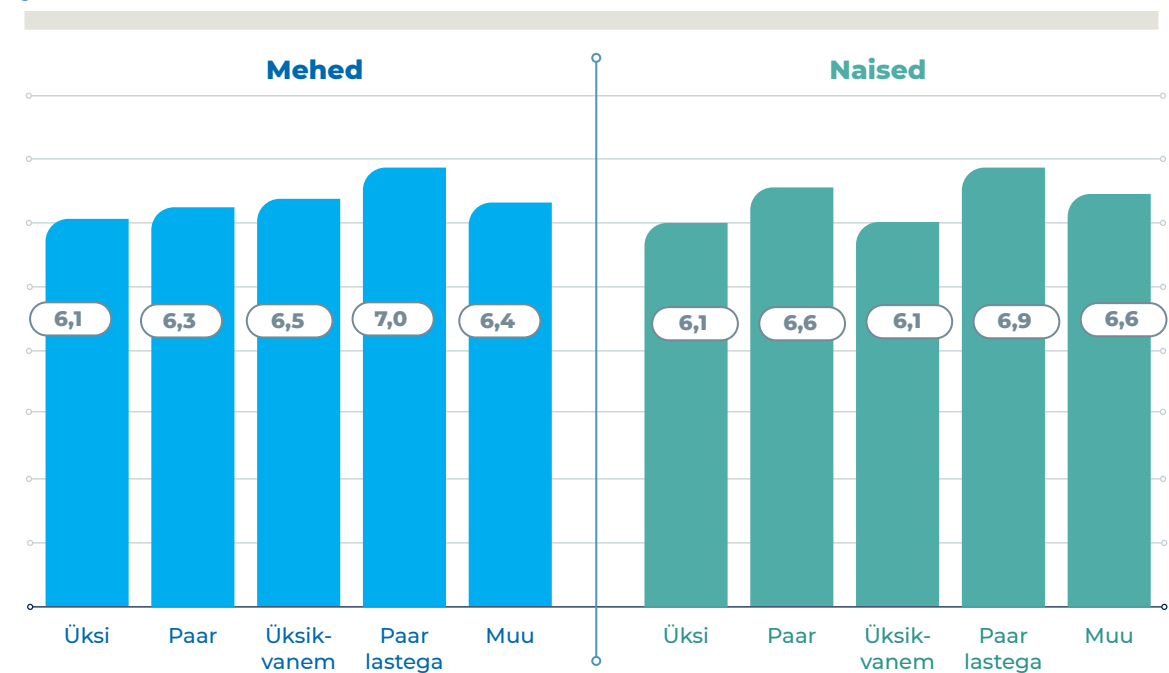
Põhjusi tüdrukute suurema tundlikkuse ja haavatavuse kohta peresuhete kontekstis tuleb ilmselt otsida traditsiooniliste soorollide jätkuvast ülekaalust laste kasvatuses. Samas tõstatavad sellised tulemused küsimusi tüdrukute kui tulevaste emade haavatavusest peresuhete mõttes järgnevatel põlvkondades ning poiste kui tulevaste isade võimalustest liikuda oma tulevaste partnerite ja lastega avatumate suhete poole.

## Paarisuhtes olevad täiskasvanud on eluga rohkem rahul

Paarisuhte ning vanemlussuhte olemasolu mängib olulist rolli täiskasvanute eluga rahulolus. Paarisuhtes olevate lapsevanemate eluga rahulolu on kõigi perevormide lõikes suurim ning üksi elavate ja üksikvanemate eluga rahulolu väiksem, eriti naiste puhul (joonis 3.1.3). Seejuures on Euroopa Liidu riikidega võrreldes Eesti paarisuhtes olevate lapsevanemate eluga rahulolu pigem madalal või keskmisel tasemel, samas kui Eesti üksikvanemate eluga rahulolu on keskmine.

Paarisuhte ning vanemlussuhte olemasolu mängib rolli ka täiskasvanute pereeluga rahulolus. Lastega ja lasteta paarisuhtes inimesed on üksikvanemate ja üksi elavate inimestega võrreldes pereeluga oluliselt enam rahul, eriti mehed (joonis 3.1.4), ning hindavad oluliselt tõenäolisemaks, et kerge masenduse ja rääkimisvajaduse

Joonis 3.1.3. Eluga rahulolu keskmine (1–10 skaalal) täiskasvanutel perevormide ja soo lõikes



ALLIKAS: autorite joonis, Euroopa elukvaliteedi uuring (EQLS) 2016 andmete põhjal

korral mõni pereliige või sugulane aitab.

25–34-aastased paarisuhtes elavad Eesti täiskasvanud on sõltumata laste olemasolust oluliselt enam eluga rahul kui üksi elavad täiskasvanud, mis viitab sellele, et noores täiskasvanueas on paarisuhte loomine ja hoidmine eluga rahulolu toetav. Samas 35–49-aastaste seas on just paarisuhtes lapsevanemad oluliselt enam eluga rahul kui kõigis teistes perevormides elavad inimesed, viidates laste olemasolu tähtsusele keskmises täiskasvanueas.

Meeste ja naiste eluga rahulolu võrdlusest ilmneb, et paarisuhtes meeste puhul suurendab lapsevanemaks olemine eluga rahulolu rohkem kui paarisuhtes naistel. Samas on paarisuhtes lastega naised oluliselt enam eluga rahul kui üksikemad ning ilma lasteta paarisuhtes olevad naised hindavad oma eluga rahulolu suuremaks kui üksi elavad lasteta naised.

Pereeluga rahulolu väheneb vanuse kasvades ning naiste pereeluga rahulolu on üldjuhul meeste omast mõnevõrra suurem. Erandiks on 35–49-aastaste naiste grupp, kes on

samaealiste meestega võrreldes oluliselt vähem pereeluga rahul ning kes kerge masenduse ja rääkimisvajaduse korral hindasid pereliikmelt või sugulaselt abi saamise tõenäosust meestega võrreldes oluliselt väiksemaks. Ühest küljest võib selline tulemus viidata lahknevusele naiste võrdse vanemlusega seotud ootuste ja reaalsuse vahel, teisest küljest ka ebakõlale naiste emana hakkamasaamist puudutava enesehinnangu ja ühiskonna ootuste vahel. Naiste tajutud perekonna toetuse vähesus on muret tekitav, viidates sellele, et Eesti täiskasvanud pereliikmed ei pruugi oma elu keerulisematel perioodidel perelt tuge ja toetust leida.

**Naiste tajutud perekonna toetuse vähesus on muret tekitav, viidates sellele, et paljud Eesti täiskasvanud pereliikmed ei pruugi oma elu keerulisematel perioodidel perelt tuge ja toetust leida.**

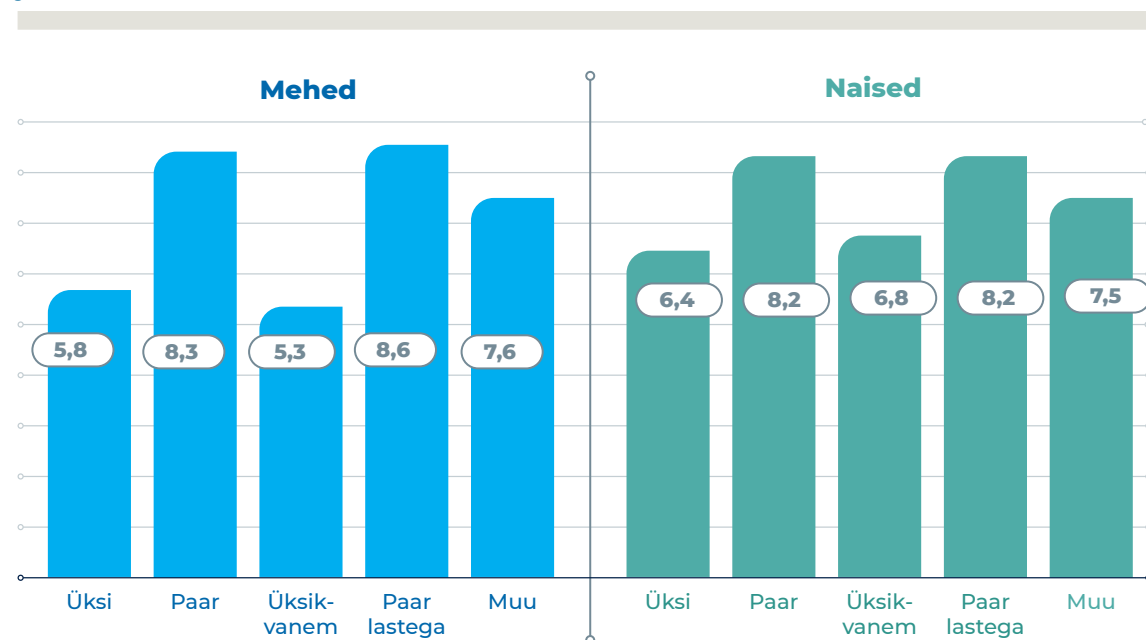
### MÄRKA SÜNNITUSJÄRGSET DEPRESSIOONI!

Lapsevanemaks saamist nähakse tavaliselt rõõmsa ja rahulolu pakkuva sündmusena. Ometi näitavad uuringud, et 8–17% emadest ning 7–9% isadest kogeb lapse esimese eluaasta jooksul sünnitusjärgset depressiooni, mis seab ohtu nii lapse kui ka vanema tervise, heaolu ja arengu. Tüüpiliselt tunneb sünnitusjärgse depressiooni all kannatav vanem ärevust, ärrituvust ja süütunnet, väsimust, energia- ja huvipuudust. Kõik see teeb äsja ilmale tulnud lapse ning enda eest hoolitsemise keeruliseks. On teada, et üheks suuremaks isa sünnitusjärgse depressiooni ennustajaks on ema sünnitusjärgne depressioon, samuti kuulub sünnitusjärgse depressiooni riskifaktorite hulka vastseid vanemaid abistava toetusvõrgustiku puudumine. Seepärast on oluline lapse sünni eel ja järel peresuhetele erilist tähelepanu pöörata – parandada pingeliseks läinud suhteid, pakkuda teistele abi ning olla valmis ka teistelt abi vastu võtma ja sellele toetuma.

ALLIKAS: Pedersen jt 2012



**Joonis 3.1.4.** Pereeluga rahulolu keskmine (1–10 skaalal) täiskasvanutel perevormide ja soo lõikes



ALLIKAS: autorite joonis, Euroopa elukvaliteedi uuring (EQLS) 2016 andmete põhjal

### Vanematega koos või neist lahus elamine mängib rolli teismeliste eluga ja peresuhetega rahulolus

Perevorm on seotud ka laste elu ja peresuhetega rahuloluga, muutudes eriti tähtsaks lapse teismelikkuse jõudmisel, kusjuures võrreldes Ida- ja Põhja-Euroopaga on selline trend Eestis eriti märgatav (joonised 3.1.5 ja 3.1.6). Kui 10-aastaste seas ei ole perevorm laste hinnangutega seotud, siis teismelikkuse siirdumise järel on kahe sünnivanemaga elavad lapsed oma elu ning peresuhetega rohkem rahul kui kasuvanemaga või üksikvanemaga elavad lapsed. Oma sünnivanematega elavate lastega võrreldes oli 12-aastaste üksikvanemaga või kasuvanemaga elavate laste rahulolu inimestega, kellega koos elatakse, oluliselt väiksem. Samuti nõustuvad nad oluliselt harvemini väi-

detega, et vanemad kuulavad neid ja arvestavad nendega ning et probleemi korral pereliikmed aitavad neid. Kasuvanemaga peres elavad 12-aastased lapsed tajuvad oma pereliikmeid hoolivatena oluliselt harvemini kui kahe sünnivanemaga ja üksikvanema peres elavad lapsed ning peavad kodu vähem turvaliseks kui sünnivanematega elavad lapsed<sup>13</sup>. Nii 13- kui ka 15-aastased kasuvanemaga peres elavad lapsed tegutsevad perekonnaga koos oluliselt vähem kui kahe sünnivanemaga elavad lapsed. Kahe sünnivanemaga elavad lapsed hindavad aga kodust toetavat õhkkonda teistes perevormides elavate lastega võrreldes kõige kõrgemalt. Sellised tulemused osutavad üheselt vajadusele kujundada välja ning säilitada lapse jaoks toetav keskkond ning tugivõrgustik ka perevormi muutumisel. Võimalus oma rööme ja muresid väljendada ning perega koos olla on seejuures eriti kriitiline just laste teismelikkuse siirdumisel.

<sup>13</sup> Detailsemad tulemused sama analüüsi alusel on esitatud siin: <https://arenguseire.ee/pikksilm/laste-heaolu-tulevik>

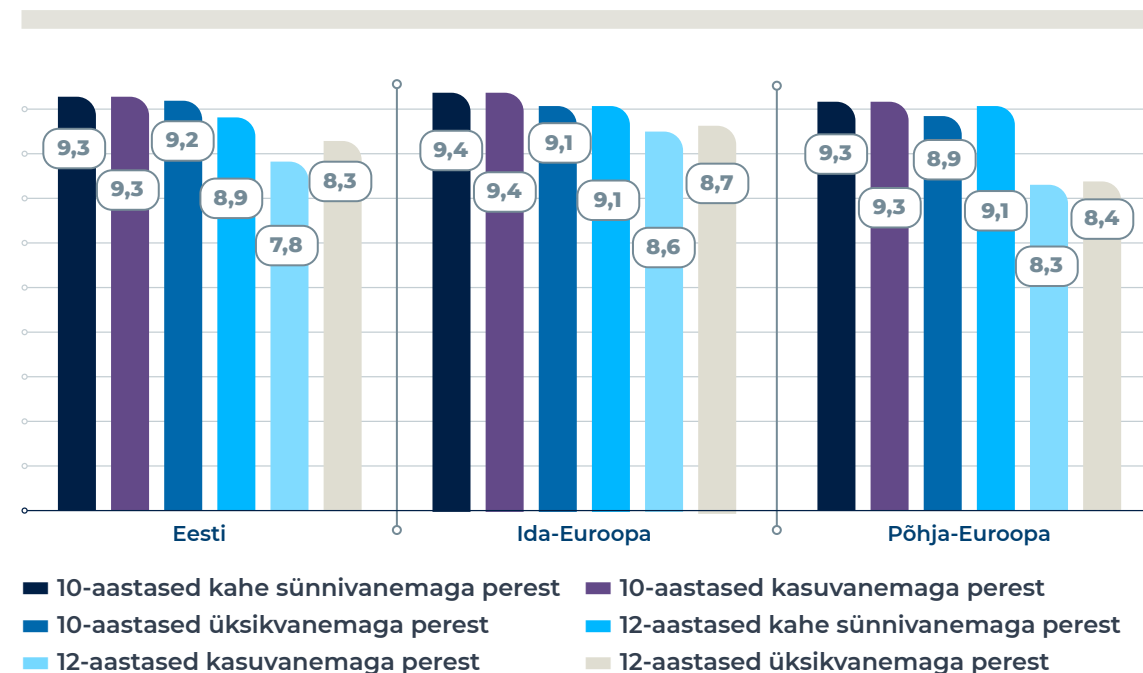
**Perevorm on seotud laste elu ja peresuhetega rahuloluga, muutudes eriti tähtsaks lapse teismelikkuse jõudmisel, mil kahe sünnivanemaga elavad lapsed on oma elu ning peresuhetega rohkem rahul kui kasuvanemaga või üksikvanemaga elavad lapsed.**

on mõned neist muutustest, millega lastel vanemate lahkumise järgselt tuleb kohaneda (Ilves 2021). Perevormide mitmekesisus loob vajaduse toetada vanemaid üksikvanemaks või kasuvanemaks kasvamisel ning laste ja vanemate omavahelisi suhteid ja heaolu toetavate perevõrgustike loomisel. Üheks võimaluseks on ka nn linnupesavanemlus, mis võimaldab lapsel jätkata elamist oma kodus ja säilitada side mõlema vanemaga, kes vaheldumisi temaga koos endises ühises kodus elavad (Lehtme ja Toros 2019).

Vanuse kasvades väheneb nii eluga kui ka peresuhetega rahulolu kõige enam kasuvanemaga või üksikvanema peres elavatel tüdrukutel. Ligi 73% kasuvanemaga elavatest 10-aastastest tüdrukutest ja 72% üksikvanematega elavatest tüdrukutest hindasid oma eluga rahulolu maksimaalseks (0–10 skaalal valisid 10). Samas 12-aastaste seas oli maksimaalse eluga rahulolu hinnangu andnud vastavalt vaid 29% ja 39%. Ka koolinoorte tervisekäitumise uuringu (HBSC 2018) andmetel mängib perevorm enam rolli tüdrukute eluga rahulolus. Vanuse kasvades langevad peresuhetega seonduvad hinnangud enim just kasuvanemaga peres elavatel tüdrukutel.

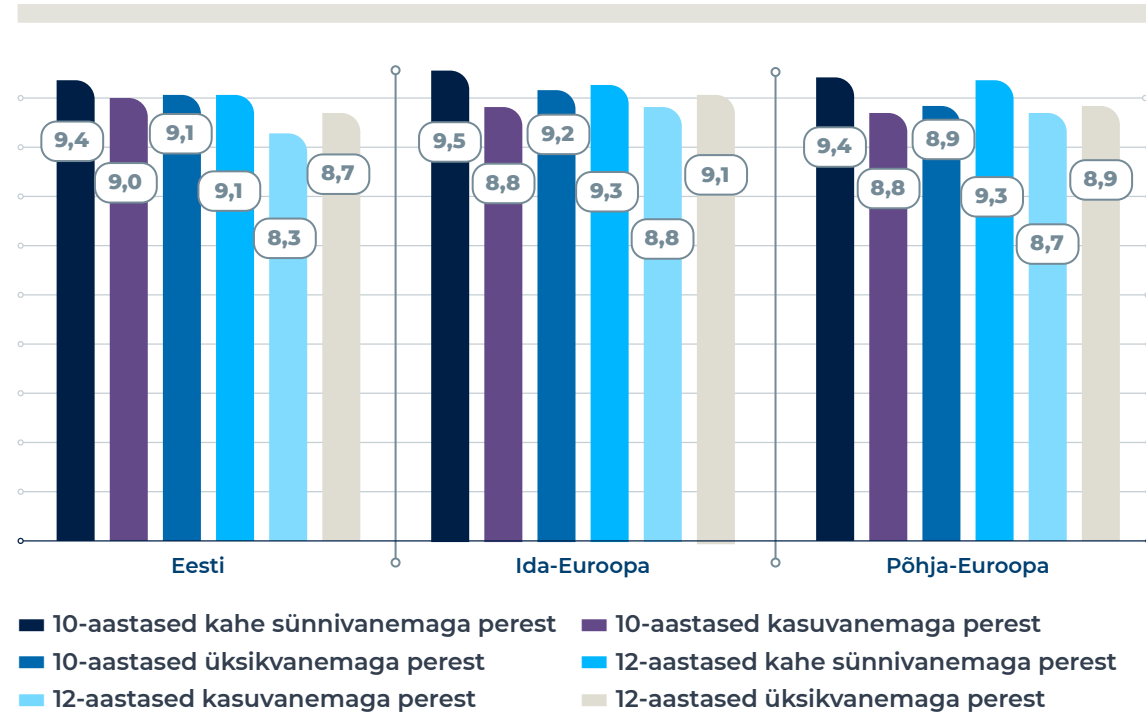
Viimastel aastatel läbi viidud süva-uuringud näitavad, et kodust ja sõpradest ilmajäämine, kohanemiskasutused uues elukohas, sealhulgas uute sõprade leidmise keerukus, pereliikmete lahkumine ja juurdetulemine, probleemid uute suhtemustritega ning senniste peretraditsioonide muutumine

**Joonis 3.1.5.** Üldise eluga rahulolu keskmine hinnang (0–10 skaalal) 10- ja 12-aastastel lastel perevormide lõikes Eestis, Ida-Euroopas (Ungari, Poola, Rumeenia) ja Põhja-Euroopas (Soome, Norra)



ALLIKAS: autorite joonis, rahvusvahelise laste heaolu uuringu (ISCWeB) 2018 andmete põhjal

**Joonis 3.1.6.** Pereliikmetega rahulolu keskmine hinnang (0–10 skaalal) 10- ja 12-aastastel lastel perevormide lõikes Eestis, Ida-Euroopas (Ungari, Poola, Rumeenia) ja Põhja-Euroopas (Soome, Norra)



ALLIKAS: autorite joonis, rahvusvahelise laste heaolu uuringu (ISCWeB) 2018 andmete põhjal

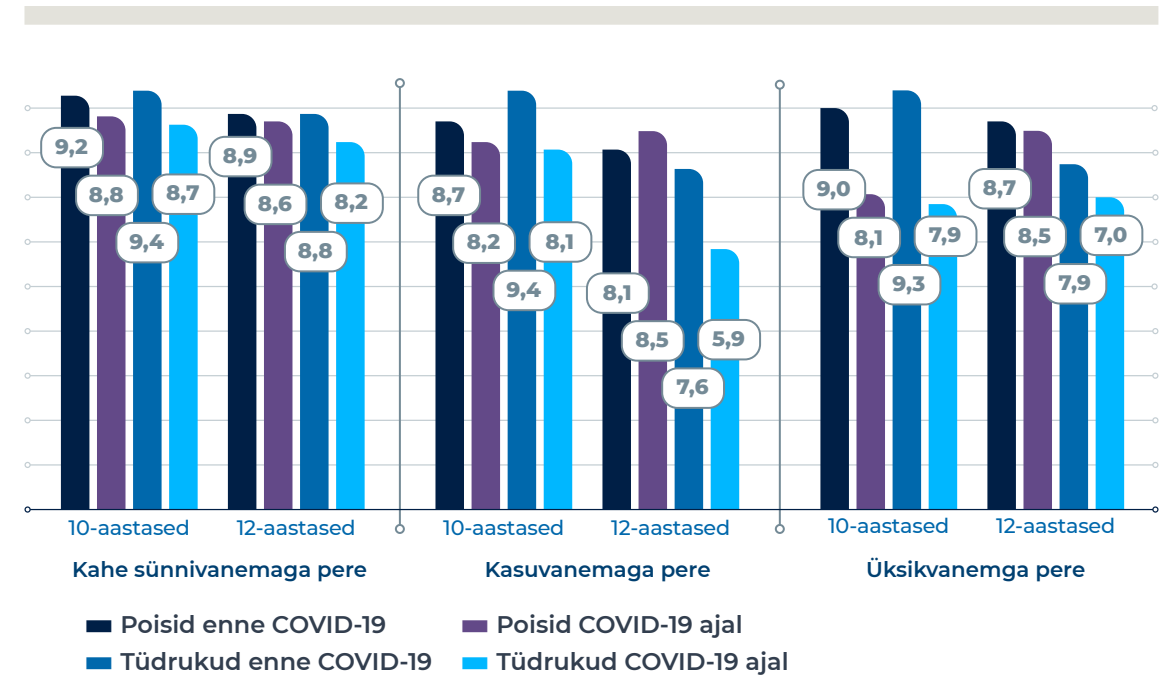
**Perevormide mitmekesistumine loob vajaduse toetada vanemaid üksikvanemaks või kasuvanemaks kasvamisel ning laste ja vanemate omavahelisi suhteid ja heaolu toetavate perevõrgustike loomisel.**

#### LAPS KAHE KODU VAHEL

„See oli ikka kõvasti selline raske hetk, et ma pidingi minema enda kodust ära, et oligi kuidagi hästi raske hetk minu jaoks ... et oligi et igapäevased nutmised, sa pead ikkagi oma asjad sealt ära tooma, sa ei saa seal igapäevaselt olla, et jah ... just see äraolimine oli minu jaoks hästi raske“.

Nii kirjeldab oma kogemust kahe kodu vahel elamisest Kira (nimi muudetud), tüdruk, keda Eliise Ilves oma magistr töö raames 2021. aastal intervjueris (Ilves 2021).

**Joonis 3.1.7.** Üldise eluga rahulolu keskmine hinnang (skaalal 0–10) 10- ja 12-aastastel poistel ja tüdrukutel enne COVID-19 pandeemiat ja COVID-19 ajal perevormide lõikes



ALLIKAS: autorite joonis, rahvusvahelise laste heaolu uuringu (ISCWeB 2018) ja rahvusvahelise laste heaolu eriuuringu (2021. aasta kevad) andmete põhjal

### Koroonaperioodil kasvas täiskasvanute stressitunnetus ning kahanes laste rahulolu elu ning peresuhetega

Koroonaperiood suurendas Eesti täiskasvanute stressitunnetust: kui oktoobris 2020 oli Riigikantselei COVID-19-teemalise uuringu andmetel viimase kuu jooksul olnud stressis või pinges all suurel või väga suurel määral 25% küsitletutest, siis märtsis 2021 oli nende osakaal suurenenud 33%-ni. Mõne analüüsi alusel suurenes nende inimeste osakaal, kes stressi kogesid, Eesti täiskasvanud elanikkonna seas koguni 52%-ni (Reile jt 2021). Sotsiaalministeeriumi tellimisel Turu-uuringute ASi poolt läbi viidud eelkooliealiste ja põhikooliealiste lastega elanike küsitluse järgi pidas 44% lapsevanematest

eriolukorrast tulenevat elukorraldust stressirohkeks ja koormavaks, seejuures tajusid kriisiaegset elukorraldust koormavana eelkõige eelkooliealiste või esimeses kooliastmes käivate lastega pered ning kolme või enama lapsega pered. Süvauuringute põhjal oli koroonaperioodil perede jaoks kõige keerulisem sotsiaalne isolatsioon, mis põhjustas peres arusaamatusi ning viis konfliktide tekkimiseni (Kopõtin 2021). Eriolukord tegi vanemate jaoks keeruliseks kaugtöö ja laste distantsõppe ühildamise ning piiride seadmise eri tegevustele (eriti nutiseadmete kasutamisele), vt ka Kovaljov jt käesolevas peatükis ning Siibak jt 4. peatükis. Teadmatuse tuleviku suhtes, mõnel juhul ka pere majandusliku olukorra halvenemine ja pikalt, intensiivselt ja sunnult perega koos veedetud aeg tekitas frustratsiooni nii vanemates kui ka lastes.

Laste heaolu eriuuringust 4.–6. klassi laste (N = 1310) hulgas 2021. aasta kevadel selgus, et laste eluga rahulolu

langes COVID-19 perioodil eriti tüdrukutel (joonis 3.1.7). Kasuvanemaga või üksikvanemaga koos elavatel lastel oli pandeemiaaegne eluga rahulolu langus suurem kui kahe sünnivanemaga elavatel ea- ja sookaaslastel.

Pandeemiaperioodil kahanes laste rahulolu peresuhetega. Muutused olid märgatavamad kasuvanemaga peres elavatel ning vähemal määral üksikvanemaga elavatel lastel. Märgatavalt kahanes tüdrukute rahulolu peresuhetega. Ennekõike kasuvanemaga või üksikvanemaga elavad tüdrukud tundsid koroonaperioodil oma sugulastest (nt vanavanematest, eemal elavast või töötavast vanemast) rohkem puudust kui poisid. Laste ja noorte kohanemine uue olukorraga sõltus suuresti sellest, kui lähedased olid nende peresuhted enne kriisi ning kuidas pere tuli toime pandeemia mõjudega (Kutsar jt 2022). Osalt muutis perega koos veedetud aeg laste ja vanemate suhted lähedasemaks, samas aga tekitas ka pingeid pereliikmete omavahelistes suhetes (Kopõtin 2021). Kutsari jt (2022) analüüsid selgus, et 10–13-aastastest lastest umbes pooli iseloomustas väga tugev seotus pere-

### **Pandeemiaperioodil üldiselt laste rahulolu peresuhetega kahanes. Osalt muutis perega koos veedetud aeg laste ja vanemate suhted lähedasemaks, samas aga tekitas ka pingeid pereliikmete omavahelistes suhetes.**

ga, sealhulgas suur hoolivus ja arvestamine ning läheduse kasv peresuhetes pandeemia ajal, ning umbes viiendikku nõrk seotus perega. Võrreldes esimese laineiga tundsid lapsed 2021. aasta kevadel ehk pandeemia teise laine ajal ennast kindlamalt ja kirjeldasid vähem kogetavat hirmu pandeemia ees. Samas süvenes väsimus pereliikmetest ning mure sõpradest eemaldumise pärast (Kutsar ja Kurvet-Käosaar 2021). Külaskorral alusel vanemate vahel liikuvatele lastele tekitasid liikumispiirangud väljakutseid ning olid täiendavaks stressiallikaks (Ilves 2021).

#### **KORONAPERIOOD PINGESTAS PERESUHEID**

Koroonaperiood oli perede jaoks keeruline. Eriolukorra ajal pikalt, intensiivselt ja sunnilt perega koos veedetud aeg tekitas uusi võimalusi peresuhete pingestumiseks. Lisaks tõusnud stressitasemele tunnistati koroonaperioodil veidi enam füüsilise või vaimse perevägivalla kogemist. Kui aprillis 2020 vastas 4% osalenutest, et viimase kuu jooksul oli endine või praegune pereliige kasutanud füüsilist või vaimset vägivalda, siis aprillis 2021 vastas nii 7% osalenutest. Tähelepanu väärib, et 15–24-aastaste vastanute seas oli see näitaja veel kaks korda suurem (14%).

**ALLIKAS:** Sotsiaalministeeriumi tellitud COVID-19-teemalise uuringu 28. küsitlusvooruri raport

Artikli valmimine on saanud toetust Eesti Teadusagentuuri grandist PRG71 ning Soome Teadusakadeemia grantidest 345184 ja 345183.

## **KOKKUVÕTE**

Eesti perevormid on aja jooksul mitmekesisestunud. Kasvanud on täiskasvanute osa, kes elavad üksi, ja laste osa, kes elavad koos ühe sünnivanemaga või kasvavad kasuvanemaga peres. Selline elukorraldus ei pruugi vaimse heaolu mõttes olla alati parim, ometi ei sõltu pereliikmete vaimse heaolu pelgalt perevormist. Määravaks on ka pereliikmete omavaheliste suhete kvaliteet. Perevormi muutus võib seada peresuhted pingele alla, kui seni kasutusel olnud suhtemustrid uues olukorras enam ei toimi. Peresuhetega tuleb seega teadlikult tegeleda, nende eest hoolitseda, et neile oleks vajaduse tekkimisel võimalik toetuda. Vanemaks ei sünnita, vaid kasvatakse. Kui traditsiooniline vanemlus nõuab pingutust, siis kasuvanemaks või üksikvanemaks kasvamine nõuab samuti teadlikku tegevust.

Mitu käesolevas artiklis välja toodud tulemust ei ole üllatavad. Inimsuhete olulisusest, sealhulgas avatud ja emotsionaalset lähedust pakkuvate peresuhete tähtsusest räägitakse vaimse tervise ja heaolu kontekstis palju. Kuid just seepärast on muret tekitav, et pea-

me jätkuvalt rääkima sellest, et Eesti lapsed ja täiskasvanud ei ole alati oma peresuhetega rahul, et neil ei ole oma peres inimesi, kellega rõõme, hirme ja muresid jagada. Täna me ju teame, et teismeiga on noorte vaimse tervise ja heaolu seisukohalt kriitilise tähtsusega eluperiood. Ometi ei näi sellest teadmisest abi olevat, et peredes selleks perioodiks, mis peresuhted suurema pingele alla paneb, teadlikult valmistutaks või peresuhete ümbermõtestamisele laste iseseisvumise ajal eraldi tähelepanu pöörataks.

Laste ja täiskasvanud pereliikmete heaolu toetavate peresuhete loomise ja hoidmise nimel tuleb teadlikult tegeleda nii individuaalsel, perekondlikul kui ka institutsionaalsel ja riiklikul tasandil. Selleks et tänased lapsed saaksid tulevikus oma lastele kaasa anda kogemuse hästi toimivast perest, sõltumata perevormist, tuleb panustada perede mitteformaalse ja formaalse toetusvõrgustiku väljakujundamisse eesmärgiga tagada vaimset tervist ja heaolu toetavate ennetus- ja sekkumisviiside kättesaadavus kõigile pereliikmetele ja kõigile Eesti peredele. ●

## **VIIDATUD ALLIKAD**

- Ilves, E. 2021. Mitme koduga lapsed: Kes, kus, mis on minu kodu? Suhtluskorra retoorika ja praktika. Magistritöö. Tartu: Tartu Ülikool.
- Kopõtin, K. 2021. Perede toimetulek distantsõppe, kaugtöö ja igapäevaelu ühildamisega Covid-19 tingitud eriolukorra ajal. Magistritöö. Tallinn: Tallinna Ülikool.
- Kutsar, D., Beilmann, M., Luhamaa, K., Nahkur, O., Soo, K., Strömpl, J., Rebane, M. 2022. Laste heaolu tulevik. Tallinn: Arenguseire keskus. <https://arenguseire.ee/pikksilm/laste-heaolu-tulevik/>
- Kutsar, D., Kurvet-Käosaar, L. 2021. The impact of the COVID-19 pandemic on families: Young people's experiences in Estonia. – *Frontiers in Sociology*, 6. <https://doi.org/10.3389/fsoc.2021.732984>.
- Lehtme, R., Toros, K. 2019. Bird's nest parenting as a child-centered solution in the context of shared parenting. – Wolfe, B. (ed.). *The Child Welfare System: Perspectives, challenges and future directions*. New York: Nova Science Publishers, 1–46.
- Margolis, R., Myrskylä, M. 2013. Family, money, and health: Regional differences in the determinants of life satisfaction over the life course. – *Advances in Life Course Research*, 18(2), 115–126. <https://doi.org/10.1016/j.alcr.2013.01.001>.
- Nahkur, O., Kutsar, D. 2022. Family type differences in children's satisfaction with people they live with and perceptions about their (step)parents' parenting practices. – *Social Sciences*, 11(5), 223. <https://doi.org/10.3390/socsci11050223>.
- Pedersen, S. C., Maindal H. T., Ryom, K. 2021. 'I wanted to be there as a father, but I couldn't': A qualitative study of fathers' experiences of postpartum depression and their help-seeking behavior. – *American Journal of Men's Health*, 15(3), 1–13. <https://doi.org/10.1177/15579883211024375>.
- Puur, A., Rahnu, L. 2011. Teine demograafiline üleminek ja Eesti rahvastiku nüüdisareng. – *Akadeemia*, 23(12), 2225–2272.
- Reile, R., Kullamaa, L., Hallik, R., Innos, K., Kukkk, M., Laidra, K., Nurk, E., Tamson, M., Vorobjov, S. 2021. Perceived stress during the first wave of COVID-19 outbreak: Results from nationwide cross-sectional study in Estonia. – *Frontiers in Public Health*, 9, 716. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2021.564706>.
- Ruggeri, K., Garcia-Garzon, E., Maguire, Á., Matz, S., Huppert, F. A. 2020. Well-being is more than happiness and life satisfaction: A multidimensional analysis of 21 countries. – *Health and Quality of Life Outcomes*, 18(1), 192. <https://doi.org/10.1186/s12955-020-01423-y>.
- Steinbach, A., Kuhnt, A.-K., Knüll, M. 2016. The prevalence of single-parent families and stepfamilies in Europe: Can the Hajnal line help us to describe regional patterns? – *History of the Family*, 21(4), 578–595. <https://doi.org/10.1080/1081602X.2016.1224730>.