

Tartu Ülikool
Sotsiaalteaduste valdkond
Haridusteaduste instituut
Eripedagoogika ja logopeedia õppekava

Maila Rehi

LASTEVANEMATE KOGEMUSED JA TEADMISED AKTIIVSUS- JA
TÄHELEPANUHÄIREGA LAPSE TOETAMISEL

Magistritöö

Juhendaja: Evelyn Kiive, PhD

Tartu 2025

Resümee

Lastevanemate kogemused ja teadmised aktiivsus- ja tähelepanuhäirega lapse toetamisel

Kvalitatiivne uuring

Magistritöö eesmärgiks oli välja selgitada, kuidas kirjeldavad 10-14-aastaste laste vanemad oma kogemusi ja teadmisi aktiivsus- ja tähelepanuhäirega (ATH-ga) lapse toetamisel. Kvalitatiivses uuringus intervjueriti ühtteist lapsevanemat, kelle lapsel on diagnoositud ATH.

Lastevanematega viidi läbi poolstruktureeritud intervjuud, mille käigus saadud vastuste sisu analüüsimiseks kasutati induktiivset sisuanalüüsi. Intervjuudest selgus, et lastevanemate kogemused ja teadmised lapse toetamise võimalustest sõltuvad eeskätt tugivõrgustiku olemasolust, koolituste kättesaadavusest, ajafaktorist, teiste ATH diagnoosiga last kasvatavate lastevanematega kogemuste vahetamisest, taskuhäälingute kuulamisest, igapäevasest lapsega koos toimetamisest. Uuringust selgus, et lapsevanemad kasutavad erinevaid sekkumisstrateegiaid lapse koolipäeva toetamisel, kuid nende kasutamist strateegiatena enamasti ei teadvustata. Kasutatavatest sekkumisstrateegiatest nimetasid osalejad päevaplaani kasutamist, lapse emotsioonidega arvestamist, pingete maandamist, ohutuse tagamist. Lastevanemate hinnangul saavad nad ise tuge põhiliselt oma pereliikmetelt, rehabilitatsioonimeeskonnalt, samuti eripedagoogilise haridusega kolleegidelt.

Märksõnad: *aktiivsus- ja tähelepanuhäire, ATH, lapsevanem, lapse toetamine*

Abstract

Parents experiences and knowledge in supporting a child diagnosed with Attention Deficit
Hyperactivity Disorder

Qualitative study

This Master's thesis explored how parents of 10–14-year-old children diagnosed with Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) describe their experiences and knowledge in supporting their child. This qualitative study interviewed eleven parents of children diagnosed with ADHD. The interviews were semi-structured, and the data was analyzed using inductive content analysis. Findings showed that parental support is shaped by access to networks, seminars, time, and opportunities to share experiences with other parents, reading, podcasts, and daily interactions with their child. Although they used various intervention techniques, like schedules, emotional awareness, assigning responsibility, and reducing stress, they often didn't view these as formal strategies. Support mainly came from family, rehabilitation teams, and colleagues in special education.

Keywords: *attention deficit hyperactivity disorder, ADHD, parent, supporting the child*

Sisukord

Sissejuhatus	5
Aktiivsuse- ja tähelepanuhäire	6
Uurimisprobleem, uurimistöö eesmärk ja uurimisküsimused	8
<i>Uurimismetoodika</i>	9
Valim	9
Andmekogumise vahendid	9
Andmekogumine	10
Andmeanalüüs	11
<i>Tulemused ja arutelu</i>	12
1. Kuidas lapsevanem toetab lapse koolipäeva?	13
2. Kuidas lapsevanem toetab last õppimisel?	15
3. Kas ja millist abi vajab lapsevanem enda hinnangul ATH-ga lapse toetamisel?	18
4. Kuidas teeb lapsevanem koostööd õpetajaga ja millised on lapsevanema kogemused õpetajaga koostöö osas?	20
5. Millised on lapsevanema teadmised sekkumismeetoditest ja ravi olulisusest?	23
<i>Tänuõnad</i>	28
<i>Autorsuse kinnitus</i>	28
<i>Kasutatud kirjandus</i>	29
<i>Lisa 1. Uuringus osalemise kutse lapsevanematele</i>	32
<i>Lisa 2. Intervjuu küsimustik</i>	33
<i>Lisa 3. Kodeerimine</i>	37

Sissejuhatus

Koolides märgatakse üha rohkem lapsi, kellel esinevad raskused õppetööle keskendumisel ning kes rahmeldavad vahetundide ajal ringi, eirates koolis kehtivaid reegleid. Nii teadusajakirjade kui ka igapäevaste teadete kohaselt kasvab aktiivsus- ja tähelepanuhäirega (ATH-ga) laste arv koolides (Vapper, 2023). Õpetajate tähelepanekud viitavad laste häirivale käitumisele klassiruumis ning tegemata kodustele töödele (Mautone *et al.*, 2011). Need ilmingud ei ole iseloomulikud siiski ainult ATH-le, sest näiteks andekad lapsed võivad samuti muutuda rahutuks ning keskendumine õppetööle võib olla häiritud, kui õppeülesanded ei vasta nende tasemele (Almqvist, 2006). ATH-d diagnoositakse Eestis varasemast rohkem tänu asjaolule, et häirele omaseid tunnuseid teatakse paremini (Vapper, 2023). Panksepp (2008) on väitnud, et lastel ei ole enam piisavalt võimalusi mängimiseks ja see võib olla ATH diagnoosimise sageduse suurenemise põhjuseks. ATH levimissagedust ei ole Eestis uuringutega kinnitatud, kuid Maailma Terviseorganisatsiooni andmetel võib ATH-d esineda ligikaudu kaheksal protsendil alla 18-aastastest lastest (Tervisekassa, 2025). Seetõttu pean oluliseks uurida lastevanemate kogemusi ATH-ga lapse toetamisel koolikohustusest tulenevate nõuete täitmisel, mille hulka kuuluvad nii koduste koolitööde tegemine kui ka koolipäevaks valmistumine. Antud magistr töö keskendub lastevanemate toimetulekule lapsega, kellel on diagnoositud ATH. Samuti keskendutakse lapsevanema toevajadusele ning küsimusele, kas lapsevanem saab lapsega toimetulekuks tuge vajalikul määral.

Aktiivsus- ja tähelepanuhäire

Aktiivsus- ja tähelepanuhäiret iseloomustatakse kui neurobioloogilist häiret, millele on omased keskendumisraskused, ülemäärane aktiivsus ja impulsiivsus. Häire avaldumisel võib ülekaalus olla kas tähelepanematus või hüperaktiivsus, kuid esineb ka kombineeritud tüüpi ATH-d (SA Eesti Lastefond, 2025a). Sama allika kodulehel oleva teabe kohaselt diagnoositakse ATH-d sagedamini poistel. Hüperaktiivsuse korral on ülekaalus motoorne aktiivsus ning raskused vaikselt paigal püsimisega, kuid impulsiivsuse puhul reageeritakse olukorrale koheselt mõtlemata ning tagajärgi arvestamata (Koolmeister *et al.*, 2024).

Biedermanni jt (2002) uuringust ilmnes, et tüdrukutel on ülekaalus tähelepanupuudulikkus, mistõttu nad ei riku tunnis korda ja ATH võib nende puhul jääda märkamatuks. Tähelepanupuudulikkuse puhul on raske hoida tähelepanu ülesannetel, mis ei tekita piisavalt huvi ning on raskesti organiseeritavad (Koolmeister *et al.*, 2024). Tähelepanu saab parandada sekkumiste abil, mis loob võimaluse ka õppeedukuse paranemiseks (Stevens & Bavelier, 2012, viidatud Li *et al.*, 2023 j).

Lastel ja noorukitel, kes ei ole saanud adekvaatset ravi, on oht nii käitumishäirete kui ka sõltuvusprobleemide tekkimiseks (SA Eesti Lastefond, 2025b), mis võivad püsida ka nooruki- ja täiskasvanueas (Li *et al.*, 2023). Biedermanni jt (2002) kirjeldused viitavad, et tüdrukutel võib olla suurem risk alkoholi ja narkootikumide kuritarvitamiseks ning seda eriti noores eas. Li jt (2023) sõnul võivad ATH-ga kaasuda lühiajalise keskendumisvõimega seotud akadeemilised raskused. Brown jt (2020) toovad välja, et lisaks füüsilise arengu toetamisele toetab füüsiline aktiivsus ka laste vaimset tervist ning Li jt (2023) väidavad, et füüsiline aktiivsus aitab parandada ATH-ga kooliealiste laste tähelepanuprobleeme. Kehalise aktiivsusega seotud tegevused on lapsevanematele kättesaadavad ning mõjutavad koos farmakoloogilise sekkumisega positiivses suunas ATH-st tulenevaid sümptomeid (Gapin & Etnier, 2014).

Kehalisel aktiivsusel on positiivne mõju tunnetusele, motoorikale, töömälule, ärevusele ja agressiivsele käitumisele, aga ka sotsiaalsetele probleemidele (Li *et al.*, 2023). Pyteli väitel (2009, viidatud Long, 2010 j) suurendab vähemalt 20 minutit kestev struktureerimata mäng õpilase üldist heaolu seoses koolitöö ja sotsiaalse suhtlusega. Koolikeskkonnast lähtuvalt kinnitavad Browni jt (2020) uurimistulemused varasemate uuringutega leitud muret laste füüsilise aktiivsuse pärast koolis ning ühtlasi viitavad uurijad õpetajate vähesele teadlikkusele

lastele sobivast kehalisest aktiivsusest. Samad uurijad viitavad õpetajatele suunatud koolituste puudumisele ning mõlemad asjaolud kokku võivad kahjustada laste liikumis- ja mängukogemusi.

Tähelepanupuudulikkuse ja hüperaktiivsuse häirega lastel esineb probleeme kodutööde tegemisel ning neil on kehvemad õpitulemused kui eakaaslastel (Gavin *et al.*, 2023a). Mautone jt (2011) kohaselt on ATH-ga lastel suhted vanematega sageli pingelised ning seetõttu võib koduse õpikeskkonna struktureerimine osutada lapse käitumise tõttu keeruliseks. Gavini jt (2023a) uurimistulemuste põhjal on ATH-ga õpilaste vanematele laste kodutööd igapäevaseks stressi allikaks. Samad uurijad väidavad ka, et arvestades ATH-ga laste kehvemaid akadeemilisi tulemusi ja vanemate poolt kogetavaid väljakutseid, on vaja sihipärast lapsevanemate poolset sekkumist ning sellekohaseid täiendavaid uuringuid. Mautone jt (2011) väitel võivad vanemate ja õpetajate suhted olla vastuolulised laste häirivast käitumisest ning koolitööga mitte tegelemisest tingituna. Psühhosotsiaalsete sekkumistega on võimalik muuta käitumist ühes keskkonnas, kas kodus või koolis, kuid uuringud näitavad, et oluline on sekkumiste läbi siduda perekondi ja koole, et tegeleda lapse probleemse käitumisega ja arendada tema õpipädevusi (Mautone *et al.*, 2011).

Rodgers jt (2009) jõudsid järeldusele, et koolipsühholoogid saavad ATH-ga laste peredele anda soovitusi, kuidas oma last õppimisse kaasata (näiteks kiita lapse pingutust, arutada koolipäeva üle) ning õpetajal tuleks suhete parandamise eesmärgil lapsevanematega regulaarselt suhelda, andes tagasisidet lapse käitumise ja õpitulemuste kohta. Seega on õpetajal täita oluline roll nii lastevanematega suhtlemisel kui ka koostöö loomisel.

Tingituna asjaolust, et ükski ravimeetod ei ole loodud kodutööga seotud raskuste lahendamiseks, on oluline vanemate kaasatus, et toetada last hariduse omandamisel (Gavin *et al.*, 2023b). Seetõttu on oluline uurida, kuidas lapsevanemad toetavad oma last koolipäeva jooksul ning millest jääb vajaka. Samuti on oluline välja selgitada kooli ja kodu vahelise koostöö toimimine (sh vanemate kaasatus) ja lapsevanemate teadlikkus lapse toetamise võimalustest, sh millised on nende teadmised sekkumismeetoditest ja ravi olulisusest. Kuna ATH-d diagnoositakse enamasti kooliealistel lastel (Guha, 2014, viidatud Li *et al.*, 2023 j), siis seetõttu intervjuerisin oma magistr töö raames 10-14-aastaste koolilaste vanemaid.

Uurimisprobleem, uurimistöö eesmärk ja uurimisküsimused

ATH diagnoosiga inimeste arv Eestis kasvab (Vapper, 2023) ning ATH olemasolul võib lapsel esineda õppimisraskusi ning probleeme kaaslastega suhtlemisel (Tervisekassa, 2025). ATH puhul on tegemist eneseregulatsiooni raskustega (Vapper, 2023). Eestis on uuritud ATH-ga laste eneseregulatsiooni õpetajate vaatenurgast lähtudes. Eelnevat arvesse võttes otsustasin magistritöö kirjutada lastevanemate kogemustest ATH-ga lapse toetamisel koolikohustusest tulenevate nõuete täitmisel, mille hulka kuuluvad nii koduste koolitööde tegemine kui ka koolipäevaks valmistumine.

Käesoleva uurimistöö eesmärk on kvalitatiivse uuringuga välja selgitada, kuidas kirjeldavad 10-14-aastaste laste vanemad oma kogemusi ja teadmisi aktiivsus- ja tähelepanuhäirega lapse toetamisel.

Töö eesmärgist lähtuvalt püstitati järgmised uurimisküsimused:

1. Kuidas lapsevanem toetab lapse koolipäeva?
2. Kuidas lapsevanem toetab last õppimisel?
3. Kas ja millist abi vajab lapsevanem enda hinnangul ATH-ga lapse toetamisel?
4. Kuidas teeb lapsevanem koostööd õpetajaga ja millised on lapsevanema kogemused õpetajaga koostöö osas?
5. Millised on lapsevanema teadmised sekkumismeetoditest ja ravi olulisusest?

Uurimismetoodika

Valim

Uuringus kasutati mugavusvalimit. Uuringus osalenute taustaandmed on esitatud tabelis 1. Valimi moodustasid 11 Eesti lapsevanemat, kes leiti läbi uurija isiklike kontaktide Tartu ja Tartumaa põhikoolide, tugikeskuste või rehabilitatsiooniasutuse kaudu. Uuringus osalenud lastevanemate kriteeriumiks oli 10-14-aastase ATH diagnoosiga lapse kasvatamine. Uuringus osalemise kutse magistritöö eesmärgi, olemuse ja vajalikkuse selgitamisega edastati osalenutele e-posti teel. Uuringus osalesid kümne poisi ja ühe tüdruku emad ning üks pereema, kelle lapsed õppisid kas tava- või erikoolides. Vastajatest kaks olid magistrikraadiga, viiel oli kõrgharidus ning ühel juhul nimetati nii kesk-, kutsekesk-, keskeri- kui ka põhiharidust. Lastevanemate nimed asendati numbritega 1 - 11 nende konfidentsiaalsuse tagamiseks.

Tabel 1. Valimi moodustanud lastevanemate ja laste taustaandmed

Lapsevanema tähis	Haridustase	Laste arv peres	Lapse sugu	ATH-ga lapse vanus	Võtab ravimit	Osalemine huviringis
V1	Kõrgharidus	3	Poiss	13	Ei	Jah
V2	Kõrgharidus	2	Poiss	10	Jah	Jah
V3	Magister	2	Poiss	11	Jah	Jah
V4	Keskeriharidus	2	Poiss	12	Jah	Ei
V5	Kõrgharidus	2	Poiss	13	Jah	Ei
V6	Kutsekeskharidus	2	Poiss	12	Ei	Jah
V7	Kõrgharidus	2	Poiss	12	Jah	Jah
V8	Kõrgharidus	3	Poiss	12	Jah	Jah
V9	Magister	2	Tüdruk	10	Jah	Jah
V10	Keskharidus	3	Poiss	14	Jah	Jah
V11	Põhiharidus	2	Poiss	10	Jah	Jah

Andmekogumise vahendid

Uurimistöö autor koostas intervjuu küsimused osaliselt koostöös juhendajaga ning küsimuste koostamisel võeti eeskujuks VADPRS (Wolraich *et al.*, 2003) küsimustik. Osalejatega viidi läbi

poolstruktureeritud intervjuu (lisa 2), mille abil otsiti vastuseid viiele uurimisküsimusele.

Intervjuu küsimused jaotusid järgmistesse teemaplokkidesse:

1. Taustaandmed lapse ja lapsevanema kohta (perekonnaseis, haridustase, lisatuge vajavate laste arv peres, lapse vanus ja sugu). Informatsioon lapse kohta (lapse huvid, raskused, tugevused, käitumine, ravi, milles vajab rohkem abi).
2. Lapsevanema teoreetilised teadmised ATH-ga lapse toetamise kohta.
3. Kuidas lapsevanem toetab ATH-ga lapse koolipäeva (ärkamine, söömine, koolikoti pakkimine, treeningutel osalemine, nutiseadmete kasutamine)?
4. Kuidas lapsevanem toetab last õppimisel (kasutab strateegiaid; päeva- või nädalaplaan, (aja)planeerimine, füüsiline aktiivsus)?
5. Milline on lapsevanema hinnangul lapse toetamise tulemus?
6. Kas lapsevanem vajab ise toetust/tuge?
Kas ta saab toetust/tuge vajalikul määral?
7. Lapsevanem kirjeldab oma kogemust kokkuvõtvalt.
8. Kui lapsevanem soovib midagi lisada.

Andmekogumine

Kõik intervjuueeritavad andsid loa intervjuu lindistamiseks ja transkribeerimiseks.

Andmekogumist alustati prooviintervjuuga, mis viidi läbi 13.02.2025. Prooviintervjuu toimumine lepidi kokku kirjalikult ning intervjuu toimus silmast silma kohtumisel.

Prooviintervjuu eesmärgiks oli intervjuu kestvuse täpsustamine ning küsimuste järjekorra ja asjakohasuse kontrollimine, lähtudes uurimistöö eesmärgist. Samuti oli prooviintervjuu eesmärgiks välja selgitada, kas küsimused on lapsevanemale mõistetavad. Prooviintervjuu järgselt küsimustes muudatusi ei tehtud ning lapsevanemalt saadud andmed kajastuvad antud magistritöös. Intervjuud lastevanematega viidi läbi Google Meet`i keskkonnas videokõnena veebruari- ja märtsikuus. Kõikide intervjuude käigus tehti märkmeid, mis hiljem toetasid saadud info tõlgendamist. Intervjuud salvestati telefoni helisalvestiga Voice Memos programmi abil. Intervjuude käigus koguti andmeid lastevanemate kogemuste ja teadmiste kohta oma lapse koolipäeva ja õppimise toetamisel, kas ja millist abi lapsevanemad vajavad oma lapse hariduse omandamise toetamisel, kuidas teevad lapsevanemad õpetajaga koostööd, millised on

lastevanemate kogemused õpetajaga koostöö osas ning mida teavad lapsevanemad sekkumismeetoditest ja ravi olulisusest.

Andmeanalüüs

Intervjuu lindistati, transkribeeriti ning andmed analüüsiti kvalitatiivset induktiivset sisuanalüüsi kasutades. Transkribeerimiseks kasutati Olevi & Alumäe (2022) transkribeerimiskeskonda. Saadud andmete analüüsimiseks kasutati valikulisi transkriptsioone, mille puhul transkribeeriti kõik uurimisküsimustega seonduv. Valikulise transkribeerimise puhul jäetakse välja intervjueritava poolt räägitud, kuid uurimisküsimusi mittepuudutavad muud teemad (*Transkribeerimine*, s.a.). Uurimisküsimustest lähtuvalt leiti tekstist tähenduslikke üksusi, mis kodeeriti. Saadud koodid täpsustati korduva kodeerimisega ning kooskõlastati juhendajaga. Seejärel koodid kategoriseeriti-moodustusid alakategooriad ja kategooriad (lisa 3).

Tulemused ja arutelu

Käesoleva uurimistöö eesmärk oli kvalitatiivse uuringuga välja selgitada, kuidas kirjeldavad 10-14-aastaste laste vanemad oma kogemusi ja teadmisi aktiivsuse- ja tähelepanuhäirega lapse toetamisel. Lastevanemate vastustest selgus, et osalejate hulgas oli peresid, kus ka pere teine laps vajab ATH või kaasuva diagnoosi (autismispektrihäire, epilepsia) tõttu lisatuge. Antud magistritöö raames lähtuti tulemuste analüüsimisel ainult valimis olevast lapsest. ATH korral võivad lapsel esineda teised neuroarengulised häired, sealhulgas õpiraskused ja autismispektrihäire (Koolmeister *et al.*, 2024). Uuringus osalenud kümne lapsevanema sõnul esineb lastel nii lugemis-, kirjutamis- kui ka mõistmisraskuseid. Ühe lapsevanema sõnul lapsel õpiraskuseid ei esine. Valimisse sattunud lastest olid üheksa poisid ja üks tüdruk, mis kinnitab ülaltoodud kirjanduse ülevaates esitatud tüdrukute väiksemat ATH diagnoosimiste arvu. Lapsevanema sõnul on tüdrukul ATH-le iseloomulikest sümptomitest ülekaalus tähelepanu hajumine. Erinevate uurimistöödega on leidnud kinnitust, et tüdrukutel esineb ATH tunnustest rohkem tähelepanupuudulikkust, mistõttu jäävad neil sümptomid märkamata. Biedermanni jt (2002) sõnul on tüdrukutel ATH-d vähe uuritud. Samade uurijate uurimistulemustest selgus, et tüdrukutel esines poistest vähem käitumisega seotud probleeme. Sellest asjaolust tingituna ei jõua tüdrukud kliinilistele uuringutele, kuna sinna jõuavad just probleemse käitumisega lapsed.

Kirjanduse andmetel võib mittejõukohase õppetöö korral esineda ATH-ga lastel kooliskäimisega probleeme, mis võib viia sotsiaalsete suhete halvenemiseni ja lõppeda õpingute katkestamisega (Almqvist, 2006). Ka antud uurimistöö raames läbiviidud intervjuudest selgus ühe lapse puhul probleemide olemasolu klassikaaslasega, mille tõttu oli langenud lapse kooliskäimise motivatsioon. Antud probleemi lahendusena võttis lapsevanem ette koolivahetuse, mis mõjus positiivselt nii lapsele kui ka lapsevanemale. Uues koolis olid lapsel sotsiaalsed suhted head ja klassikaaslastega probleeme ei tekkinud. Ühtlasi tõi kooli vahetamine lapsele tagasi õpimotivatsiooni ning soovi koolis käia. Lapsevanema sõnul oli ta oma otsusega kooli vahetada väga rahul, sest varasem pingeline ja stressasendusid rahuloluga. Seega kinnitab antud uuring Almqvisti tähelepanekuid sotsiaalsete suhete halvenemise kohta.

Käesolevast uuringust selgus, et üheteistkümnest lapsest osales huviringide töös üheksa last. Huviringis mittekäinud lastest huvitus üks ainult arvutimaailmast ja teisel juhul osales laps

varem maleringitöös, kuid malemängu reeglid selgeks saades, huvi vähenes. Ühe lapsevanema vastustest selgus, et laps armastab väga koeri ja hobuseid ning ta käib ratsutamas kaks korda nädalas, olles seda teinud kuus aastat järjest. Oma tütre kohta ütles lapsevanem järgmist: "Tal on miljon huvi". Vaatamata sellele oli lapsel püsivust ja huvi ratsutamas käia ning hobustega tegeleda. Ka Biedermanni jt (2002) sõnade kohaselt osalevad ATH-ga tüdrukud vaba aega sisustavates tegevustes aktiivsemalt, kui sama diagnoosiga poisid. Ära märkimist väärivad siiski ka teised huviringid, milles osalemise lapsevanemad välja tõid: ujumine, karatee, keeglimäng, Noorkotkaste rühm, korvpall, digikunstiring, robotika ja saalihoki. Ühel juhul mainis lapsevanem lapse suurt loodushuvi ja arvutimängude mängimist. McDougali jt (2022) uurimusest ilmnes, et kehaline kasvatus oli üks kahest õppeainest, kus lapsed kõige rohkem arenesid ja mida lapsed ise nimetasid kunsti kõrval üheks kõige meeldivamaks õppeaineks. Allpool on välja toodud osalejate vastuste analüüsimisel leitud lapse huve arvestavad sekkumisstrateegiad.

Uurimistöö tulemused ja arutelu on esitatud uurimisküsimuste kaupa ja lisatud on lõigud intervjuudest.

1. Kuidas lapsevanem toetab lapse koolipäeva?

Esimese uurimisküsimusega taheti teada, kuidas lapsevanem toetab lapse koolipäeva. Valimisse kuulunud lastevanemate kirjelduste põhjal moodustus üks kategooria - lapse iseseisva tegutsemise toetamine. Antud kategooria moodustasid seitse alakategooriat: täidesaatvate funktsioonide toetamine, ühistegevused, päevaplaan, vanem on kättesaadav, kontrollimine, nutiseade ja olme.

Üldiselt selgus, et lastevanemate toetamise mõju lapse hakkama saamisele on asendamatu tähtsusega. Lapse koolipäeva toetamist alustati hommikuse äratamisega. Mitu lapsevanemat tõid välja, et hommikuti on keeruline last voodist ülesse saada. Kiive (2013) sõnul ei talu ATH-ga inimesed igavust ja ühetaolisust, kuid kui tegevus on neile südamelähedane, siis nad huvituvad sellest. Üks intervjuueeritavatest tõigi kasutatava sekkumismeetodina välja lapse tehnikahuvist lähtuva preemiasüsteemi, mis toetas lapse ärkamist. Intervjuudest selgus, et lapsevanemad planeerisid lapse aega, äratades lapse hommikuti poolteist tundi varem, et ta jõuaks kõik hommikused tegevused kiirustamata ära teha. Enamus lapsevanemaid tõid intervjuudes välja lapse suunamise hommikuste tegevuste juurde. Hommikuste tegevustena märgiti äratamist, voodist tõusmist, hambapesu, rohu võtmist, riidesse panemist, söömist, kooliasjade kontrollimist

ja uksest välja saatmist. Osalejad tõid käesolevas uuringus välja, et laps küll pakib koolikoti meeldetuletamise peale õhtuti ise, kuid hommikuti koolikotti kontrollides selgub ikka, et kõik koolipäevaks vajalikud asjad ei ole kotti saanud. Ühel juhul kindlustas lapsevanem hommikuti lapsele jogurti olemasolu autos, et lapsel oleks autosõidu ajal võimalus süüa, juhul kui ta kodus seda teha ei jõudnud. Ka kinnitasid uuringus osalejad hommikuse rutiini tähtsust.

Lapse koolipäeva toetavate tegevustena nimetasid uuringus osalejad veel vanema telefoni teel kättesaadavust juhuks, kui koolis tekivad probleemid ning tundide lõppedes helistamise kokkulepet, et teada anda, kuidas koolipäev möödus, millised on lapse edasised plaanid, aga ka lapsele omaette olemise aja võimaldamist. Päeva rütmi muutmise osas tõi üks lapsevanem välja, et laps peab teadma, mis teda ees ootab ning teine intervjuueeritav selgitas, et lapsele meeldivad ema poolt ettevõetud uued tegevused ning ta osaleb neis hea meelega ka ette teatamata. Intervjuusid analüüsisid selgus, et koolinädala vältel kasutavad lapsevanemad päevaplaani, mis võimaldab neil suunata last magama kindlal kellaajal. Lapse treeningutesse ja kooli käimisel nimetati nii lapse iseseisvat liikumist kui ka autoga viimist.

Üldiselt on nii, et kõik osalejad tõid välja nutiseadme kasutamise piiramise, mis viitab asjaolule, et lapsed muidu unustavad ennast nutiseadmetesse.

Järgnevalt on osalejate poolt välja toodud lapse koolipäeva toetavate kirjelduste põhjal moodustunud alakategooriad ja neid moodustanud koodid.

Esimesena on välja toodud uurimisküsimuse “Kuidas lapsevanem toetab lapse koolipäeva?” alakategooriad ja neid moodustanud koodid.

Alakategooria täidesaatvate funktsioonide toetamine moodustus kuuest koodist: meeldetuletamine, taimer, üks juhiskorruga, checklist, ette teavitamine ja erinevate riulite süsteem. Lapsevanemate arvates oli oluline toetada lapse täidesaatvaid funktsioone, et kindlustada lapse hakkama saamine igapäevatoimetustega.

V3: *„Meil on see mingi taimeri süsteem, et kui ta klaverit harjutab, siis tal on taimer, ta teab, et 20 minutit.”*

Alakategooria ühistegevused moodustus koodist pere ühistegevus.

V2: *„Õhtuti on raamatu ettelugemine ja nüüd, kus nad suured on, ja neil on ka kirjandus, mis nad peavad lugema, siis nemad õhtuti loevad meile.”*

Alakategooria päevaplaan moodustus viiest koodist: ajaplokid, päevakava, lapse aja planeerimine, vaba aja võimaldamine ja rutiin.

V9: „Rutiin sünnist saadik: nuti läheb kinni, kui kell saab kaheksa.”

Alakategooria vanem on kättesaadav moodustus samanimelisest koodist vanem on kättesaadav.

V1: „Kokkulepe, et ta võib mulle iga hetk helistada, et kui koolis nagu midagi juhtub.”

Valimis osalenud kirjeldasid lapse koolipäeva jooksul kontrollitavaid tegevusi ning moodustasid alakategooria kontrollimine neli koodi: kooliasjade kontroll, tegevuse kontroll, õppimise kontroll ja kooliasjade kontroll minevikus. Ühe lapsevanema sõnul lõpetas ta teadlikult lapse kontrollimise, kui nägi, et laps pakib ise kooliasju. See võimaldas anda vastutuse oma tegevuse eest lapsele. Üldiselt lapsevanemad kontrollisid lapse tegevusi kogu koolipäeva jooksul, mis võib viidata, et ATH-ga lapsed ise unustavad vajalikud tegevused sooritada.

V9: „Kogu aeg on kontroll juures, et ma ei jäta teda, ma jätan talle sammu haaval, iga aja tagant natuke rohkem vastutust. Aga ma ei jäta kunagi kontrollimata, kas see on õpitud.”

Alakategooria nutiseade moodustus vastanute kirjelduste põhjal ühest koodist-nutiseadme ajaline piirang. Lapsevanemate arvates tuleb nutiseadame kasutamist piirata. Ühe lapsevanema sõnul ei taha laps enam logopeedi juurde minna, vaid pigem oleks arvutis.

Vastanud kirjeldasid nutiseadme kasutamist ja moodustus alakategooria nutiseade kood nutiseadme ajaline piirang.

V3: „Üsna ranged ajad, ta saab päeva jooksul põhimõtteliselt poolteist tundi. Kui tahab nagu telekast multikaid vaadata, siis see aeg läheb ka sinna alla. Kui tahab telefonis mängida, siis see aeg läheb sinna, kui tahab arvutist muusikat kuulata, siis see aeg läheb sinna.”

Viimase alakategooria - olme moodustasid kümme koodi: äratamine, hommikusöögi kindlustamine, magamamineku toetamine, kooliriiete valmispanek, riietega abistamine, kooli viimine-toomine, trenni viimine, pesemise jälgimine, piiride seadmine ja preemiasüsteem tegevuse kinnistamiseks. Mõni uuringus osalenud lapsevanem pidas oluliseks lapse kooli viimist-toomist, et laps ei satuks kooliteel olles pahandustesse.

V6: „Vahel viib autoga kooli, vahel lähevad ise, ise minnes võivad hilineda.”

2. Kuidas lapsevanem toetab last õppimisel?

Teise uurimisküsimuse kaudu püüti välja selgitada, kuidas lapsevanem toetab lapse õppimist. Lapse õppimise toetamine lapsevanema poolt oli tihedalt seotud lapse koolipäeva toetamisega, mistõttu osa analüüsitud vastustest sobitusid mõlema uurimisküsimuse alla.

Intervjueeritavate kirjeldustest selgus, et kõik lapsed vajasisid tuge koduste tööde alustamisel ja tegemisel. Mõnel juhul piisas lihtsalt lapsevanema kohalolust. Lastevanemate vastustest moodustus üks kategooria - õppimise toetamine, mille moodustasid viis alakategooriat: õppimise vastu huvi äratamine, abistamine raskuste ilmnemisel, füüsiline aktiivsus, meetodid ja individuaalne toetamine koolis.

Lapse õppimise toetamisena nimetati eeskätt toe pakkumist lapsele õppimise alustamisel, mille puhul üks lapsevanematest tõi välja, et ta kasutab selleks lapse huvi autode vastu.

Lastevanemate sõnul suunavad nad last koduseid töid vaatama e-koolist. Ühe osaleja vastusest selgus, et laps otsustab ise, mis järjekorras ta õppeülesanded teeb. Samuti tõi lapsevanemad välja, et kuna laps ei ole valmis kõiki ülesandeid iseseisvalt lahendama, siis mõnel juhul piisab lihtsalt lapse juures istumisest. Lapse õppeülesannete tegemist abistavate võtetena nimetasid osalejad näidete ja keeruliste ülesannete koostegemist, õppematerjali koos kordamist enne suuremaid töid, raamatute koos lugemist, tööjuhendite etapiviisilist selgitamist. Intervjueeritavad pidasid oluliseks lapse tegevuste ette planeerimist ning rutiinist kinnipidamist. Planeerimine määrab, kuidas inimene mingit probleemi lahendama asub (Ennok & Kööts, 2011). Samad autorid on välja toonud, et planeerimine suunab tähelepanu, mis aitab keskenduda soovitud info töötlemisele, samal ajal välistades teised tegurid. Mitu lapsevanemat tõi välja, et kohustuslikku kirjandust loetakse enne magama jäämist muinasjutu asemel, mis on planeeritud tegevus. Mitmel juhul selgus ka, et lapse iseseisvuse tõstmiseks annavad lapsevanemad lapsele teadlikult rohkem vastutust nii kooliasjade kui ka koduste kohustuste täitmisel.

Üldiselt järeldus valimis osalenud lastevanemate kirjelduste põhjal, et kõik lapsed vajasisid igapäevast rutiini alates ärkamisest kuni voodisse minekuni. Samas ühel juhul tõi lapsevanemad välja, et laps ei vaja ette teatamist, kui lapsevanemal tekib idee koos midagi põnevat teha.

Uuringus osalenud lastevanemate kirjelduste kohaselt toetavad nad lapse liikumisega seotud tegevusi. Kolme lapsevanema kirjelduste kohaselt käivad nad perega nädalavahetustel matkamas. Üks lapsevanem tõi välja, et üksinda laps liikuda ei soovi, kuid perega matkamas käib hea meelega. Teise lapsevanema selgitustest ilmnes, et lapsel on madala kehakaalu tõttu oluline kehakaalu säilitamine ning seetõttu on keelatud aktiivsetes treeningutes osalemine. Sellest tingituna käiakse koos lapsega matkamas, et võimaldada talle vajalik liikumine. Mitmel juhul vastasid osalejad, et laps sõidab rattaga ja jookseb sõpradega ringi. Vastustest selgus, et

lapsevanemad toetasid lapse liikumisega seotud tegevusi ning võimaldasid ka ise läbi ühiste tegevuste lapsele füüsilist aktiivsust.

V2: „Käime koos ujumas ja laupäeviti me käime terve perega matkamas. Ta ise üksi ei lähe. Me käime koos.”

Li jt (2023) sõnul toetab füüsiline aktiivsus lapse täidesaatvate funktsioonide toimimist, samas mõjutades mõõdukalt laste tähelepanuprobleeme.

Järgnevalt on esitatud uurimisküsimuse “Kuidas lapsevanem toetab last õppimisel?” alakategooriad ja neid moodustanud koodid.

Alakategooria õppimise vastu huvi äratamine moodustus kahest koodist: huvi äratamine ja lapse huvide kasutamine.

V1: „Üritan nagu ikkagi näidata, et see kõik, mida ta õpib, ei ole nagu päriselt nagu maha visatud aeg, huvi äratada nende asjade vastu, guugeldame midagi juurde.”

Alakategooria abistamine raskuste ilmnemisel moodustasid kolm koodi: näidete koostegemine, keerulise ülesande koostegemine ja keskendumine.

V9: „Ma võtan hästi rahulikult, et ma nagu räägin, kui on vaja, me teeme mingi näite koos. Seletan, kuidas mingi loogika on.”

Alakategooria füüsiline aktiivsus moodustus koodist füüsilise aktiivsuse toetamine.

V3: Liigun koos lapsega, liigub ise hea meelega, käivad väiksema vennaga õues tõuksidega sõitmas, korvpalli mängimas, meil on seal majade vahel korvpalliplats.

Alakategooria meetodid moodustus seitsmest koodist: õppeülesannete märgistamine, tööjuhendi etapiviisiline läbitöötamine, õppeülesannete tegemise järjekord, valiku võimaldamine, lugemispala lõikudeks jaotamine, visualiseerimine: arvutuspulgad ja kohustusliku kirjanduse koos lugemine. Õppeülesannete märgistamine aitab suunata lapse tähelepanu tegevusele. Häidkind jt (2018) on välja toonud, et õpilase eripärasid arvesse võttes tuleb õpetamises teha muudatusi või kohandusi, mida enamus lapsevanemaid ka tegi.

V5: „Lugemisega on nii, et me pidevalt loeme koos raamatuid, kui on mingi kohustuslik kirjandus hästi pikalt nagu. Me loeme koos niimoodi vaheldumisi ja siis tahab lugeda jah, kõva häälega, jääb paremini meelde.”

Alakategooria individuaalne toetamine koolis moodustus ühest koodist-konsultatsioonid. Antud kood lisati lapsevanema poolt pakutava toe alla, sest lapsevanema sõnul suunas ta teadlikult last õpetajaga rääkima, mille tulemusel hakkas laps käima konsultatsioonitundides.

V9: „Ja kui tal matemaatikas olid mingid hetked, kus ta tundis, et tal on raske mingist asjast aru saada, siis ma tegin talle selgeks, et ta peab käima seal konsultatsioonitundides. Ja siis nad õpetajaga rääkisid asjad ära ja siis ta nagu sai pihta.”

3. Kas ja millist abi vajab lapsevanem enda hinnangul ATH-ga lapse toetamisel?

Kolmanda uurimisküsimusega selgitati välja, missugust abi vajab lapsevanem ATH-ga lapse toetamisel. Intervjuudel osalenute vastustest moodustus kolm kategooriat: lapsevanemat toetav võrgustik, lapsevanemat toetavad tegurid ja lapsevanema igapäevane toevajadus.

Intervjuude vastuste analüüsimisel ilmnis, et koolitusi ja teisi otseselt ATH-ga seotud üritusi on vähe. Samas märkis mitu lapsevanemat, et piiratud vaba aja tõttu ei ole neil alati võimalik pakutud koolitustel osaleda. Üks lapsevanem tõi välja, et puudu on teadmistest, kuidas hakkama saada lapsel tekkivate raevuhoogudega. Vastanute sõnul on nad õppinud lapsega toime tulema koos elamise ja tegutsemise käigus. Intervjuudest selgus, et kriisihetkedel ei ole lapsevanematel kuskilt abi oodata ega loota.

Uuringus osalenud lastevanemate sõnul on nad pöördunud abi saamiseks vaimse tervise õe poole ning enamasti abi ka saadakse, siiski vahetas ühel juhul lapsevanem vaimse tervise õde, kes lapsevanema sõnul ei mõistnud tema muret. Samuti tõi osalejad toevajaduse seisukohalt väga olulise inimesena välja klassijuhataja. Enamusel vastanutest olid klassijuhatajaga head või väga head suhted ning sarnased suhted olid ka lastel. Üks lapsevanem tõi välja, et klassijuhatajalt ta tuge ja mõistmist ei saa, sest õpetaja ei anna lastevanematele oma telefoni numbrit ning e-kirjadele vastab viivitusega. Ühe uuringus osalenud vastaja sõnul töötab ta ise õpetajana, mis toetab teda lapse mõistmisel ning annab tunde, et ta saab hakkama. Samas nentis lapsevanem, et ei oska abi kuskilt otsida. Üks lapsevanem tõi välja, et ka tema vajab tugispetsialisti abi, sest ATH-ga lapse kasvatamine ei ole kõige lihtsam. Lapsevanema sõnul saab ta tuge sama rehabilitatsiooniasutuse psühholoogilt, kus tema laps käib. Ühe lapsevanema vastustest selgus, et osalemine programmis „Vanem Vend, Vanem Õde“ oli väga toetav ja tore ning programmist leitud vanema õega suheldakse siiani. Programmi põhimõtteks on sõprussuhete loomine läbi iganädalaste kohtumiste, mille käigus tehakse koos põnevaid ja arendavaid tegevusi (Vanem Vend, Vanem Õde, s.a.).

Üldiselt saab osalejate vastustest järeldada, et kõige enam saadakse toetust ja abi lähedastelt, õpetajalt, rehabilitatsioonimeeskonna liikmetelt, Rajaleidja spetsialistidelt, eripedagoogist kolleegidelt ning ühel juhul ka koorijuhilt ja HEVKO-lt, kes ühtlasi moodustavad lapsevanema tugivõrgustiku. Lisaks tõi üks lapsevanem välja, et saab tuge ATH diagnoosiga last kasvatavalt kolleegilt kogemuste jagamise teel. Tugivõrgustiku olemasolu võimaldab lapsevanemal saada vajalikku teavet ja vahetada kogemusi ning kasvõi hetkeks puhata. Ühe osaleja sõnul tuleb tal endal hakkama saada, sest lähedased elavad Eesti teistes piirkondades. Osalejate vastustest järeldub, et lapsevanemad vajavad abi nii transpordi kui ka tugiisiku näol, kuid kummalgi juhul ei ole lapsevanemad soovitud abi saanud. Ühel juhul sai lapsevanem vallalt soovitud ja ettenähtud abi ähvarduste teel.

Kokkuvõtvalt järeldus antud uuringust, et lastevanemate soov on saada ATH kohta rohkem teadmisi, mõistmaks ATH-ga lapse vajadusi ja tundeid.

V11: *„Tahaks rohkem mõista, mida ATH laps tunneb, kuidas paremini aru saada sellest. Laps ütleb, mul on ATH, ma ei saa. Mina ütlen lapsele, see ei anna sulle võimalust mitte teha.”*

V3: *„Ma ilmselt peaks õppima kuskil kaks-kolm aastat ette, et mida ATH teeb nagu inimesega või nagu lapse arenguga, et ma oleks nagu valmis, aga mul ei ole selleks aega.”*

Järgnevalt on esitatud uurimisküsimuse “Kas ja millist abi vajab lapsevanem enda hinnangul ATH-ga lapse toetamisel?” kategooriad, neid moodustanud alakategooriad ja alakategooriaid moodustanud koodid.

Kategooria lapsevanemat toetav võrgustik moodustus ühest alakategooriast tugivõrgustik, mis moodustus üheteistkümnest koodist: kool, perekond, rehabilitatsioonimeeskond, lapsehoidja, tugiisik, vabatahtlik, vaimse tervise õde ja psühhiaater, arst, koorijuht, kolleegid ja tugiteenuste keskused.

V7: *„Mul endal on väga tugev tugivõrgustik, et mul on väga toetavad vanemad, et nii-öelda siis vanavanemad, kes ka väga palju toetavad, teevad ja tegutsevad ja õde-tädi.”*

V7: *„Koostöövalmis ja toetavad kolleegid. Selles mõttes, mul on maja eripedagooge ka täis, et kui mul on vaja, ma saan alati nõu küsida.”*

Kategooria lapsevanemat toetavad tegurid moodustus kahest alakategooriast: koolitused ja programmid. Alakategooria koolitused moodustus üheksast koodist: vaimse tervise e-kursus, kriisijuhtimine, raamatute lugemine, taskuhäälingute kuulamine, internetiotsing,

tulevikuteadmised, teadmiste saamine ATH häirega lapse käitumise kohta, jõustamine ja tugispetsialisti tugi.

V3: „*Mul on endal ka neid tugispetsialiste vaja, aga ma olen nad üles leidnud ja nagu selles mõttes kõik toimib, et ma olen funktsioneeriv inimene.*”

Alakategooria programmid moodustus viiest koodist: Vanem Vend-Vanem Õde, rehabilitatsiooniteenused, tugigrupid, suvelaagrid ja vanemate kool.

V8: „*Rehmeeskond on see, kes meid toetab.*”

Kategooria lapsevanema igapäevane toevajadus moodustus kolmest alakategooriast: üldine tugi, olukorrad ja õpetajate teadlikkuse tõstmine. Alakategooria üldine tugi moodustus üheteistkümnest koodist: transport, juhiloa, teadmiste omandamine, kogemuste vahetamine, spetsialisti nõuanded, info liikumine, lapsest arusaamine, toetuste eest võitlemine, vaba aeg, koostöö ja toimetuleku toetamine.

V1: „*Õpetajad vahetuvad, et see koolisüsteem oleks kuidagi nagu selline, et see nagu info liiguks seal kuidagi paremini.*”

V5: „*Ülikooli ju läksingi selle mõttega, et ikkagi saaks natukene enda jaoks teadmisi.*”

Alakategooria olukorrad moodustus kahest koodist: kriisisituatsioon ja toimetulek raevuhoogudega.

V1: „*Kui need mingid kriisisituatsioonid nagu tekivad, et siis mulle ikkagi nagu tundub, et noh, et sellel hetkel ei ole nagu mitte kedagi kuskilt võtta.*“

Alakategooria õpetajate teadlikkuse tõstmine moodustus koodist õpetajate teadlikkus.

V1: „*Mida mina nagu vajaks, on see, et õpetajad oleks võib-olla ise kuidagi teadlikumad sellest olukorrast. Et neil oleks ka mingisuguseid selliseid, ühesõnaga, et nad oskaksid kuidagi paremini neid olukordi seal võib-olla nagu lahendada. Kui ma lihtsalt nagu ühe õpetaja käest saan 10 päeva järjest... iga päev ta kirjutab mingi märkuse.*”

4. Kuidas teeb lapsevanem koostööd õpetajaga ja millised on lapsevanema kogemused õpetajaga koostöö osas?

Neljanda uurimisküsimusega sooviti selgitada, missugused on lapsevanema suhted ja koostöökogemus õpetajaga. Lastevanemate vastustest moodustus üks kategooria - koostöö õpetajaga, mis moodustus seitsmest alakategooriast: suhted, infovahetus, lapsevanema ootused,

teavitamine, initsiatiiv, kogemused ja suhtlemine. Mägi (2010) on välja toonud, et kui lapsel ei lähe koolis hästi, siis ebaeduga kaasnevad negatiivsed emotsioonid ning sellest tingituna võib tagajärjeks olla halb läbisaamine õpetajaga ning samuti eakaaslastega. Seetõttu on suhted lapsevanema ja õpetaja vahel väga tähtsad, et laps ei kogeks koolis ebaedu.

Uuringus osalenud lastevanemate vastustest ilmnes, et klassijuhatajaga suheldakse peamiselt helistamise, sõnumite ja meili teel. Lastevanemate sõnul sooviksid nad ka silmast silma kohtumisi, et õpetajaga lihtsalt rääkida, mis ühtlasi aitaks vältida pikki kirjavahetusi. Samuti ilmnes uuringust, et lapsevanemad sooviksid tunda ka aineõpetajaid, mis võimaldaks neil õpetajatega vajaduse korral otse suhelda.

Osalejate vastuseid analüüsid selgus, et kogemusi ja koostööd klassijuhatajaga hinnati viiel juhul väga heaks, kolmel juhul heaks, ühel juhul olid kogemused klassijuhatajaga nii head kui ka halvad, ühel juhul olid halvad kogemused ning ühel juhul koostööd klassijuhatajaga ei toimunud.

V3: „*Klassijuhatajaga ma ei suhtle peaaegu üldse, sest et ta kõik asjad, mille kohta ma küsin, ta ütleb, et see ei ole tema rida.*”

Uurimistöö tulemusena joonistus välja, et erikoolis või väikeklassis õppivate laste vanematel oli klassijuhatajaga hea või väga hea suhe, mida võib selgitada väiksema arvu õpilastega klassis ning lastele suunatud individuaalse tähelepanuga. Ka teadsid õpetajad laste diagnoosist. Ühe lapsevanema sõnul andis klassijuhataja lapsevanemale tagasisidet lapse käitumise ja läbisaamise kohta klassikaaslastega, samas selgitades, millele tähelepanu pöörata. Sama lapsevanema kirjelduste kohaselt arvestas õpetaja lapse istumiskohaga klassis ning lapse ja õpetaja suhted olid head.

Tavakooli suures klassis õppinud kahe lapsevanema vastustest järeldus, et klassijuhataja ei olnud teadlik laste ATH diagnoosist. Neist ühel juhul kirjeldas lapsevanem võimalust, et diagnoosist teada saades tehakse koolis lapse suhtes järeleandmisi või lüüakse käega. Lapsevanema vastustest ilmnes, et suhe õpetajaga oli halb. Teise lapsevanema sõnul puudus koostöö õpetajaga.

V4: „*Õpetajaga väga hea koostöö. Õpetaja annab tagasisidet ka, näiteks läbisaamine klassikaaslastega või käitumine tunnis.*”

Uuringust ilmnas, et osa (aine)õpetajaid kirjutavad lastele igapäevaselt märkuseid, kuid lastevanemate sõnul ei toeta see last ega lapsevanemat. Sellest tulenevalt leidis üks osaleja, et õpetajad vajaksid koolitusi, kuidas tekkinud olukordi paremini lahendada. Koolmeister jt (2024) toovad välja, et ATH-ga lapse käitumise reguleerimiseks tuleks mõelda, et aju täidesaatvate funktsioonidega seotud pidurdusvõime häirumisest on häiritud nii segajate pidurdamine, enese mõtete pidurdamine, suutmatus pidurdada väliseid segajaid aga ka enda mõtetest tulenevat käitumist.

Õpetajaga hea koostöö aluseks peeti õpetaja tarkust ja head iseloomu, negatiivsete omaduste puudumist, lapsevanemat toetavat kirjavahetust, kiiret tagasisidet ja vajadusel lapsega individuaalset tegelemist. Halva koostöö puhul kirjeldati õpetaja telefoninumbri puudumist, kehva tagasisidet, aeglast kirjadele vastamist, igapäevast märkuste kirjutamist lapse kohta, lapse tunnist välja saatmist. Uurimistöö tulemusena selgus vastustest, et lapsed saavad klassijuhatajaga enamasti hästi läbi ning ühel juhul nimetati hea suhte aluseks klassijuhataja usaldamist. Ühe lapsevanema vastustest ilmnas, et lapsele klassijuhataja väga ei meeldi, küll aga on koolis õpetajaid, kes lapsele meeldivad.

Järgnevalt on esitatud uurimisküsimuse “Kuidas teeb lapsevanem koostööd õpetajaga ja milline on lapsevanema kogemus õpetajaga koostöö osas” koodid ja nendest moodustunud alakategooriad.

Koodidest lapsevanem-õpetaja, laps-õpetaja moodustus alakategooria suhted.

V1: *„Oma klassijuhatajaga on nagu suhteliselt hea suhe. Veel paari õpetajaga on nagu täitsa okeid suhted ja paari õpetajaga on nagu sellised suhted, et ta eriti neid ei kuula, haugub vastu. Ma ei tea, on nagu halva käitumise pärast, on käskkiri on tulnud.”*

Alakategooria infovahetus moodustus neljast koodist: arenguestlused, tagasiside, koosolek ja lapse eest võitlemine.

V11: *„Läksin haridusministeeriumini välja, sest 1. ja 2. klass olid mahavisatud. Kodukoha kool ei taganud sobivat õpikeskkonda.”*

Koodidest õpetaja, kool, koostöö moodustus alakategooria lapsevanema ootused.

V3: *„Mina ütlen, et ma olen avatud ja valmis ja kool võtab mind kaitsesse, sest nad ei ole näinud lapsevanemat, kes päriselt olekski avatud ja valmis ja ei karju ja ei trambi jalgu, vaid esitab rahumeelselt õigustatud küsimusi, millele neil mõnikord vastuseid ei ole.”*

Alakategooria teavitamine moodustus koodist õpetaja teavitamine.

V7: „Igas aines on oma õpetaja, lendavad ringi. Ma ei taha, et oleks diagnoos see, mille tõttu kuidagi järeleandmisi teha või käega lüüa.”

Kood head ja halvad kogemused moodustas alakategooria kogemused.

V4: „Meil nagu otseselt tegelikult ei ole halbu kogemusi õpetajaga. Hea on see, et kõik saavad individuaalset tähelepanu.”

V3: „Mul ei ole selle konkreetse klassijuhatajaga mitte ühtegi head kogemust selle aasta jooksul nagu päriselt. “

Alakategooria suhtlemine moodustus koodist suhtlemisviisid.

V5: „Kui mingid teemad on, siis ma kas kirjutan talle või saadan sõnumi, et ma helistada väga ei taha, sellepärast et õpetaja on nii seal hõivatud asjadega. Meil on kokkulepe, et kui mingi teema on, et siis ta võib mulle helistada.”

5. Millised on lapsevanema teadmised sekkumismeetoditest ja ravi olulisusest?

Viimase uurimisküsimusega püüti välja selgitada, mida teavad lapsevanemad ATH puhul rakendatavate sekkumismeetodite ja ravi olulisuse kohta.

Intervjuude vastuseid analüüsides selgus, et lapsevanemad enamasti teadsid lapsele määratud ravimi nime ja üldjoontes teati ravimi toimeaja kestvust. Enamiku lastevanemate sõnul kestis ravimi mõju koolitundide lõpuni ning üldiselt lapsevanemad lapsele nädalavahetustel rohtu ei andnud. Vaid ühel juhul toodi välja, et suure hulga koduse õppimise korral saab laps ravimit ka nädalavahetustel.

Osalejate sõnul olid nad ravimi kohta infot saanud perearstilt, psühhiaatril, psühholoogilt, aga olid ka ise kirjandust lugenud, taskuhäälinguid kuulanud ning koolitustel osalenud. Ravimi toimemehhanismi kirjeldamisel oldi tagasihoidlikud. Ühel juhul nimetati ravimi toimemehhanismina ajule signaali andmist ning teisel juhul selgitas lapsevanem, et ühed ravimid on stimuleeriva ja teised aktiivsust pärssiva toimega. Uuringus osalenud lastevanemate vastuseid analüüsides selgus, et mõnel juhul oldi ettevaatlikud ravimi võimalike kõrvalmõjude suhtes.

V3: „Ma toetan, aga ma leian, et sellega tuleb olla ettevaatlik. Nii nagu ma enne ütlesin, et kindlasti ei tohi nagu liiga vara lastele seda kaela lükata, nii kaua kui võimalik, tuleb sellega nagu... noh, on minu isiklik seisukoht, oodata. Mitte ka liiga kaua, et tal ei tekiks mingisugust

kahjustunud minapilti, et ta ei tunneks ennast kuidagi alaväärsena, sellepärast, et ta ei suuda kuidagi sammu pidada.”

Kokkuvõtvalt selgus uuringu tulemustest, et ravimit sai üheteistkümnest lapsest üheksa, kellest ühel oli hetkel paus ravimi kasutamisest. Lapsevanema sõnul oli ta valmis lähiajal uuesti perearsti poole pöörduma, et jätkata lapsele ravimi andmisega. Antud lapsevanema vastuseid analüüsid selgus, et kui laps sai ravimit, siis paranesid nii lapse käitumine kui ka õppimine. Lapsevanem, kelle laps ei saanud ravimit, tõi välja, et tema lapse puhul psühhiaater ei toetanud ravimi andmise mõtet, samal ajal kui psühholoog pidas ravimi andmist oluliseks. Lapsevanem selgitas veel, et läheneb psühhiaatri vastuvõtu aeg ja avaldas lootust, et psühhiaater on meelt muutnud. Antud lapsevanem ise oleks soovinud ravimi andmist lapsele. Aavik (2011) selgitab, et lapse raviga tuleks alustada varakult, et vältida madala enesehinnangu tekkimist. Sama autori väitel on efektiivsem sekkumine kompleksne, hõlmates nii medikamentooset ravi, mis põhineb neurobioloogilistel põhjustel, kui ka käitumisele suunatud strateegiaid. Antud uuringu tulemustele tuginedes võivad põhjused, miks lapsevanemad on ravimi suhtes ettevaatlikud, peituda spetsialistide väheses selgitustöös. Lapsevanemad otsivad ise internetist küsimustele vastuseid ja saadav info ei pruugi olla teaduslikult põhjendatud ning võib olla kellegi subjektiivne arvamus.

Sekkumismeetodite rakendamisenä tõi osalejad välja päevaplaani ja kalendri kasutamise. Kategooria sekkumine all esitatud koodid moodustusid lastevanemate vastuste analüüsimisest kogu intervjuu ulatuses ning seega ei olnud need antud uurimistöös lastevanemate poolt teadlikult sekkumismeetoditena käsitletud. Üldiselt tuli välja, et osalejad kasutasid sekkumismeetodeid lapse eneseregulatsiooni toetamiseks, pingete maandamiseks, samuti koduse keskkonna ohutuks muutmisel. Ühe lapsevanema vastusest ilmnes, et koolis andis õpetaja lapsele paberi ja pliiatsi, kui laps muutus rahutuks ning seda käsitleti antud uurimistöös eneseregulatsiooni toetava sekkumisena koolis.

.VI: „Ma olen lugenud mingeid raamatuid, ma olen ühes Facebooki grupis. Kuivõrd see on nüüd mind aidanud mingite strateegiate rakendamisel, vot seda ma ei oska isegi nagu öelda, et ma ei ole seda nagu niimoodi analüüsinud, et kas ma olen nagu midagi õppinud.”

Lastevanemate teadmisi sekkumismeetodite ja ravi olulisuse kohta analüüsid moodustus kaks kategooriat: ravimi kasutamist mõjutavad tegurid, igapäevane lapse hakkamasaamist toetav sekkumine ja keskkond.

Allpool on välja toodud uurimisküsimuse “Millised on lapsevanema teadmised sekkumismeetoditest ja ravi olulisusest?” kategooriad, alakategooriad ja koodid.

Kategooria ravimi kasutamist mõjutavad tegurid moodustus neljast alakategoorist: ravim, kasutamine, ravimi mõju lapse hakkamasaamisele ja sekkumismeetodid. Alakategooria ravim moodustus kolmest koodist: teadmiste saamine spetsialistidelt, toimemehhanism ja kõrvalmõjud.

V11: „Rohi on narkootikum. Annab ajule signaali, et on aktiivne. Seda on öelnud vaimse tervise õde. Muud ei teagi.”

Koodid - laps saab ravimit ja laps ei saa ravimit moodustasid alakategooria ravimite kasutamine.

V5: „Tegelikult ma olen väga rahul ikkagi, et ma otsustasin seda hakata kasutama, et minu meelest on ikkagi näha seda.”

V1: „Ma tahaks nagu proovida, aga see kõik ju sõltub sellest, et kuidas see talle nagu mõjub, et ma saan aru, et neil osadel ravimitel on hästi tugevad sellised kõrvalmõjud.”

Alakategooria ravimi mõju lapse hakkamasaamisele moodustus viiest koodist: keskendumine, õpitulemused, käitumine, püsivus ja eneseregulatsioon.

V3: „Ta keskendub paremini, õpitulemused paranesid päris tugevalt, kui ta hakkas võtma rohtusid. Koolist õeldi kuu aja pärast, et ta suudab kauem püsida, ta ei väsi nii kiiresti.”

Kategooria igapäevane lapse hakkamasaamist toetav sekkumine moodustus kolmest alakategooriast. Esimene alakategooria üldine sekkumine moodustus kuuest koodist: teoreetilised teadmised, päevaplaan, vastutuse andmine, koolivahetus, valiku võimaldamine ja abivahendid. Teine alakategooria sotsiaal-emotsionaalne sekkumine moodustus viiest koodist: eneseregulatsiooni toetamine, pingete maandamine, ebasobiva käitumise selgitamine, emotsioonidega arvestamine ja psühholoogi tugi.

V11: „Lapsel on rohkem tolerantsust, saab aru erivajadustest, sest õpib nendega koos. Varem oli teistmoodi.”

Ühe uuringus osaleja sõnul paranes psühholoogilise toe tulemusena vähesel määral lapse eneseregulatsioon.

V9: „See eneseregulatsioon, ma tean, et nad eelmise psühholoogiga tegid hästi palju tunnete teemalisi asju. Tal on nagu see läinud veidikene paremaks, mitte suurt hüpet ei ole toimunud, aga noh, niisugune natukene näha.”

Järgmine sekkumise kategooria keskkond moodustus kolmest alakategooriast: keskkonna kohandamine, sotsiaalsed oskused ja koolivahetus. Alakategooria keskkonna kohandamine moodustus viiest koodist: ohutuse tagamine, õppevahendid koolis, eneseregulatsiooni toetamine koolis, koduõpe ja lühem koolinädal.

V8: „Ta kogu aeg nagu niheleb niimoodi ja kritseldamine oli tal lubatud. Selleks oli tal kohe paber ja pliiats olemas.”

Alakategooria sotsiaalsed oskused moodustus kahest koodist: suhted klassis ja väikeklassis õppimine.

V2: „Pani grupitööd tegema-ehitas grupi üles, ja siis selliste keerulisematega ta sai individuaalsemalt tegeleda.”

Viimase alakategooria-koolivahetus moodustas üks kood erikooli õppima asumine.

V11: „Laps üritab rohkem, kirjutamine ja lugemine on paremad. Minu stress langes 110-lt 30 peale. Tugi on hea, mis koolist saab. Laps on õiges koolis.”

Tõin eelneva näite erikoolis õppimise kohta, sest magistritöö autorile teadaolevalt võivad lastevanematel olla eelarvamused lapse erikooli õppima panemise suhtes.

Üldiselt näitavad antud uuringu tulemused, et ATH-ga laste puhul on sekkumine oluline nii ravi kui ka last ümbritseva keskkonna kohandamise näol, millele viitab ka Aavik (2011). Ravi saanud lastel vähenesid ATH-st tulenevad käitumuslikud jooned nagu tähelepanupuudulikkus, rahutus ja hüperaktiivsus, mis võimaldas lapsel paremini keskenduda õppetööle ja igapäevatoimingutele. Seega toetas ravi laste eneseregulatsiooni. Lastevanemate poolt kasutatud keskkonna kohandamisega seotud sekkumismeetodid toetasid samuti laste igapäevast hakkama saamist. Last toetavatest teguritest tuleks ära märkida ka kehalist aktiivsust. Antud uurimistööst ilmnes, et lapsed osalesid hea meelega liikumist võimaldavates tegevustes nagu näiteks matkamine, jalgrattaga sõitmine, sõpradega ringijooksimine, ujumine, ratsutamine. Nimetatud tegevused on lastevanematele lihtsasti kättesaadavad ning võimaldavad lapsega koos tegutsemist. Lapse huvisid teades saavad lastevanemad neid kasutada ühe sekkumismeetodina lapse motiveerimisel nagu ilmnes ka käesolevast uuringust. Antud magistritöö teema on aktuaalne, sest uurimistööst ilmnemise lastevanemate ootused õpetajale ning õpetajate poolt kasutatavatele last toetavatele tegevustele, mis mõne lastevanema arvates ei olnud asjakohased.

Leppsaar (2013) uuris õpetajate teadmiste kohta ATH-st ning leidis, et erivajadusi käsitlevaid koolitusi on vähe. Sama uurija selgitas, et põhjuseks võib olla vähene huvi ATH-ga

seotud teema suhtes. Ehkki varasemalt on uuritud õpetajate teadlikkust ATH-ga laste õpetamise kohta ja õpetajate osalemist ATH-alastel koolitustel, on käesoleval ajal ATH-st rohkem rääkima hakatud ning teostatud ATH-ga seotud uuringuid. Seega on oluline õpetajate teadlikkuse tõstmine antud valdkonnas ning nende osalemine sellekohastel koolitustel.

Antud uurimistulemusi silmas pidades ja asjaolu, et lapsed veedavad suure osa päevast koolikeskkonnas, võiks tulevastes uuringutes käsitleda füüsilise aktiivsuse, sealhulgas aktiivsete vahetundide ja liikumispauside mõju ATH-ga lapsele.

Käesoleva uuringu ühe piiranguna võiks välja tuua asjaolu, et mõõtevahendina kasutatud uurimisküsimused ei olnud lastevanematele eelnevalt teada ning selle asjaolu tõttu võis mõni oluline lapsevanema poolt rakendatud sekkumisstrateegia või lapsevanema enda vajadus soovitud abi järele kirjeldamata jääda. Teise piiranguna tooksin välja valimi väiksuse ning tüheduse kasvatavate lastevanemate väikse osakaalu valimis. Seetõttu ei saa antud kvalitatiivse uuringu tulemusi üldistada laiemale ATH-ga last kasvatavale vanemate ringile.

Töö väärtuseks on see, et antud uuring selgitas ATH-ga laste kasvatamisel lastevanemate abivajadusest tingitud ootusi. Seetõttu on oluline võimaldada lastevanematele ATH-ga seotud teadmiste kättesaadavus.

Tänuõnad

Täna südamest lapsevanemaid ja pereema, kes uuringus osalesid ja olid nõus oma kogemusi minuga jagama. Täna oma juhendajat Evelyn Kiivet toetuse ja nõuannete eest. Samuti täna oma perekonda ja Noorat kaasaelamise ja kannatlikkuse eest.

Autorsuse kinnitus

Kinnitan, et olen koostanud ise käesoleva lõputöö ning toonud korrekselt välja teiste autorite ja toetajate panuse. Töö on koostatud lähtudes Tartu Ülikooli haridusteaduste instituudi lõputöö nõuetest ning on kooskõlas heade akadeemiliste tavadega.

Maila Rehi

/allkirjastatud digitaalselt/

21.05.2025

Kasutatud kirjandus

- Aavik, A. (2011). Aktiivus- ja tähelepanuhäirega õpilane. Internetikursuse õppematerjal.
- Almqvist, F. (2006). Aktiivsus- ja tähelepanuhäire. J. Liivamägi (toim). *Laste- ja noortepsühholoogia* (lk 236-245). Tallinn: AS Medicina.
- Biederman, J., Mick, E., Faraone, S. V., Braaten, E., Doyle, A., Spencer, T., Wilens, T. E., Frazier, E., & Johnson, E. (2002). Influence of Gender on Attention Deficit Hyperactivity Disorder in Children Referred to a Psychiatric Clinic. *American Journal of Psychiatry*, 159, 36-42. <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.159.1.36>.
- Brown, M., Burriss, K., G, Snead, D., & Burriss, L., L. (2020). Teacher Practices, Time for Physical Activity, and the School Day: A Preliminary Analysis. *International Journal of the Whole Child* 2020, Vol 5(1).
- Dort, M., Strelow, A., Schwinger, M., & Christiansen, H. (2020). What Teachers Think and Know about ADHD: Validation of the ADHD-school-expectation Questionnaire (ASE). *International Journal of Disability, Development and Education*, 69(6), 1905–1918. <https://doi.org/10.1080/1034912X.2020.1843142>
- Ennok, M., & Kõöts, L. (2011). Intelligentsus ja neuropsühholoogia. Allik, J., Mõttus, R., & Realo A., (toim). *Intelligentsuse psühholoogia. Intelligentsus ja neuropsühholoogia*, lk 295-315. Tartu Ülikooli Kirjastus.
- Gavin, B., Holme, I., Minihan, E., O'Reilly, G., & McNicholas, F., (2023a). Understanding the “battleground” of homework and ADHD: a qualitative study of parents’ perspectives and experiences. *Social Sciences & Humanities Open*, 8 (1), 100587. <https://doi.org/10.1016/j.ssaho.2023.100587>
- Gavin, B., Twomey, C., Minihan, E., O'Reilly, G., & McNicholas, F. (2023b). Parenting interventions, ADHD and homework: a systematic review. *Irish Educational Studies*, 1–21. <https://doi.org/10.1080/03323315.2023.2174572>

- Gapin, J. I., & Etnier, J. L. (2014). Parental perceptions of the effects of exercise on behavior in children and adolescents with ADHD. *Journal of Sport and Health Science* 3 (2014), 320-325. <https://doi.org/10.1016/j.jshs.2013.03.002>
- Kiive, E. (2013). Tähelepanuraskuste ja hüperaktiivse käitumise mõju kõrghariduse omandamisele. *Kõrgkool ja psühholoogia*, lk 34 – 46. Tartu Ülikool.
- Mägi, K. (2010). Motivatsiooniline areng. Kikas, E (toim), *Õppimine ja õpetamine esimeses kooliastmes*, lk 90-104. Tallinn, Haridus-ja Teadusministeerium.
- Koolmeister, M., Pruulmann, K., & Männamaa, M. (2024). Emotsionaalsed käitumishäired. Aktiivsus- ja tähelepanuhäire. P. Häidkind & P. Soodla (toim), *Erivajadustega õppijad Eesti haridussüsteemis: märkamine, hindamine ja õpetamine*, lk 379-382. Tartu Ülikooli Kirjastus.
- Häidkind, P., Kivirähk, T., Plado, K., & Schults A. (2018). Hariduslike erivajadustega õpilased põhikoolis. Krull, E. *Pedagoogilise psühholoogia käsiraamat*, lk 615-627. 3. Tr. Tartu Ülikooli Kirjastus.
- Kuidas ära tunda ATH? (2025, 25. jaanuar). <https://tervisekassa.ee/blogi/kuidas-ara-tunda-ath>
Vaadatud 19.05.2025.
- Leppsaar, A. (2013). Õpetajate teadmised aktiivsus- ja tähelepanuhäirest. Magistritöö, Tartu Ülikool
- Li, D., Li, L., Zang, W., Wang, D., Miao, C., Li, C., Zhou, L., & Yan, J. (2023). *Effect of physical activity on attention in school-age children with ADHD: a systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. Frontiers in Physiology*, 14. <https://doi.org/10.3389/fphys.2023.1189443>
- Linno, M. (s.a.). Transkribeerimine. Vaadatud 19.05.2025.
<https://sisu.ut.ee/kvalitatiivne/transkribeerimine>
- Liivamägi, J. (2008). Aktiivsus-ja tähelepanuhäire lastel. Täiendkoolitus. *Eesti Arst*. 87(4), 280–287. <https://doi.org/10.15157/ea.v0i0.10365>

- Long, B. (2010). What Behavioral Effect Does Recess Have on Elementary-Age Students Diagnosed with Attention Deficit Disorder and Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADD/ADHD)? *Honors Capstone Projects and Theses*, 101.
- Mautone, J. A., Lefler, E. K., & Power, T. J. (2011). Promoting Family and School Success for Children With ADHD: Strengthening Relationships While Building Skills. *Theory into practice*, 50(1), 43–51. <https://doi.org/10.1080/00405841.2010.534937>
- McDougal, E., Tai, C., Stewart, T. M., Booth J. N., & Rhodes S. M. (2022). Understanding and Supporting Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) in the Primary School Classroom: Perspectives of Children with ADHD and their Teachers. *J Autism Dev Disord* 53, 3406–3421 (2023). <https://doi.org/10.1007/s10803-022-05639-3>
- Olev, A. & Alumäe, T. (2022). Estonian Speech Recognition and Transcription Editing Service. *Baltic J. Modern Computing*, Vol. 10 (2022), No. 3, pp. 409–421. <https://doi.org/10.22364/bjmc.2022.10.3.14>
- Panksepp, J. (2008). Play, ADHD, and the Construction of the Social Brain: Should the First Class Each Day Be Recess? *American Journal of Play*, 1(1):55-79.
- Rogers, M. A., Wiener, J., Marton, I., & Tannock, R. (2009). Parental involvement in children's learning: comparing parents of children with and without Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder (ADHD). *Journal of School Psychology*, 47(3), 167–185. <https://doi.org/10.1016/j.jsp.2009.02.001>
- SA Eesti Lastefond. (2025a). Mis on ATH? Vaadatud 21.02.2025. <https://elf.ee/ath/mis-on-ath/>
- SA Eesti Lastefond. (2025b). Diagnoosimine ja ravi. Vaadatud 21.02.2025. <https://elf.ee/ath/diagnoosimine-ja-ravi/>
- Vanem Vend, Vanem Õde. (s.a.). Vaadatud 20.05.2025 <https://www.vanemvendvanemode.ee>
- Vapper, T. (2023, 1. detsember). Kui õpilasel on aktiivsus- ja tähelepanuhäire : *Õpetajate Leht* Vaadatud 19.05.2025. <https://opleht.ee/2023/12/kui-opilasel-on-aktiivsus-ja-tahelepanuhaire/>
- Wolraich, M. L., Lambert, W., Doffing, M. A., Bickman, L., Simmons, T., & Worley, K. (2003). Psychometric properties of the Vanderbilt ADHD Diagnostic Parent Rating.

Lisa 1. Uuringus osalemise kutse lapsevanematele

Lugupeetud lapsevanem!

Olen Tartu Ülikooli haridusteaduste instituudi eripedagoogika eriala magistrant Maila Rehi ja kutsun teid osalema uurimuses teemal „Lastevanemate kogemused aktiivsus- ja tähelepanuhäirega (ATH) laste toetamisel“. Minu uurimistöö eesmärk on välja selgitada, kuidas kirjeldavad 10-14- aastaste laste vanemad oma kogemusi aktiivsus- ja tähelepanuhäirega lapse toetamisel. Kaardistan lastevanemate kogemused ja soovin selgitada, millist toetust lapsevanemad vajaksid ATH diagnoosiga laste kasvatamisel.

Osalema on oodatud lapsevanemad, kellel on aktiivsus- ja tähelepanuhäire diagnoosiga laps vanuses 10-14 aastat. Intervjuu kestab orienteeruvalt 1 tund ning uuringus osaleja jääb anonüümseks. Intervjuud salvestan telefoni helisalvestiga ja magistritöö valmides kustutan kõik intervjuud. Saadud tulemusi kasutan ainult nimetatud uuringu jaoks ning tulemused kajastuvad minu magistritöös.

Teie panus on väga oluline, sest see võimaldab paremini mõista ATH diagnoosiga laste toetamise kogemust ning hooldaja vajadusi ja aitab läbi selle toetada lapsi ja nende peresid.

Kui olete nõus uurimuses osalema, siis vastake mulle palun kirjalikult e-posti aadressile maila.rehi@ut.ee 14. veebruariks. Seejärel võtan teiega ühendust ning lepime kokku intervjuu toimumise aja ja viisi.

Küsimuste korral võtke palun ühendust maila.rehi@ut.ee; 5087509

Minu juhendaja on Tartu Ülikooli eripedagoogika professor Evelyn Kiive.

Tänan Teid abi eest!

Heade soovidega

Maila Rehi

I plokk. Üldplokk

-Taustaandemed lapse ja lapsevanema kohta (perekonnaseis, haridustase, laste arv peres, diagnoosiga laste arv peres, lapse vanus ja sugu).

1. Kes kuuluvad teie perekonda?
2. Kas peres on veel lisatuge vajavaid lapsi?
3. Mis on valimis oleva lapse vanus ja sugu?
4. Missugused tunnused lapsel esinevad? (vajadusel annan ette: tähelepanupuudulikkus, impulsiivsus, motoorne rahutus)
5. Missugune on teie (ema/isa) haridustase?

-Informatsioon lapse kohta (lapse huvid, raskused, tugevused, käitumine, ravi, milles vajab rohkem abi).

1. Missugused on teie lapse huvid? (kas laps käib mõnes huviringis)
2. Mis on teie lapse põhiprobleem (kas laps on uimane ega suuda keskenduda; rahmeldab kogu aeg ringi, tekitab probleeme? (vihahood, reeglite täitmine, läbisaamine lapsevanemaga); või on segatüüpi)
3. Kas lapsel esineb õpiraskuseid? (lugemine, kirjutamine, matemaatika)
4. Mis on teie lapse tugevused? (abivalmis, sõbralik, matemaatikas tugev, head õpitulemused, käib hea meelega koolis, suhtleb klassikaaslastega)
5. Kas laps saab ravi? (jah/ei)
6. Mis ravimit, teenust laps saab? Mis tüüpi ravi on?
7. Kas ravimi võtmine avaldab mõju lapse hakkamasaamisele? (Kuidas lapsevanem näeb ravimi efekti? Milles see avaldub? Kodus? Koolis?)
8. Kas laps on märganud/tunnetab erinevust ravimi võtmisel ja mittevõtmisel? (Kas laps võtab rohtu iga päev?)
9. Milles vajab teie laps rohkem abi? (õppimise alustamisel, päeviku täitmisel, asjade pakkimisel, suhtlemisel, igapäevatoimingute tegemisel, mis vajab eriti toetamist)

II plokk. Kuidas lapsevanem toetab last?

-Kuidas lapsevanem toetab ATH-ga lapse koolipäeva (ärkamine, söömine, koolikoti pakkimine, treeningutel osalemine, nutiseadmete kasutamine)?

(Koolipäeva all ma pean silmas seda, kuidas aitate organiseerida lapse tegevusi koolipäevaks)

1. Kirjeldage palun, kuidas te oma last läbi koolipäeva toetate, alates ärkamisest (tegevuste järjestus magama minekuni).

Vajadusel täpsustan, kui mõni tegevus jääb vahele:

- kas te järgite rutiine (hammaste pesu, magamaminek)
- kas äratate lapse hommikuti või ärkab ise
- kas laps sööb hommikuti, kas laps võtab ise toidu või annate märku
- kas pakib ise koolikoti, millal pakib (hommikul/õhtul)
- kas läheb ise treeningutele või viite/toote
- kas laps kasutab nutiseadet, kas piirate selle kasutamist.

-Kuidas lapsevanem toetab last õppimisel (strateegiad, päeva- või nädalaplaan, planeerimine, füüsiline aktiivsus)?

1. Kuidas te toetate oma lapse õppimist? (nt koduste tööde tegemisel)

2. Millele keskendute lapse õpetamisel?

3. Milliseid strateegiaid te kasutate? (päeva- või nädalaplaani, kas te planeerite tegevused ette, reeglid)

4. Missugune on teie lapse füüsiline aktiivsus? (kas te suunate teda liikuma, liigute ise koos temaga)

-Milline on lapsevanema hinnangul lapse toetamise tulemus?

1. Palun rääkige, milliseid tulemusi te näete oma lapse toetamisel (iseseisvuse tase, e-kool, kuidas laps toe tulemusena toimib).

2. Palun kirjeldage oma lapse tavalist koolipäeva.

III plokk. Kuidas lapsevanem iseennast tunnetab?

-Kas lapsevanem vajab ise toetust/tuge?

1. Kuidas te kirjeldaksite oma teadmisi (teadmiste piisavust) lapse toetamiseks?
2. Millist lisatuge/-jõudu te vajate lapse toetamisel?
3. Missugust abi te vajaksite oma lapse toetamisel?/Mis valdkonnas te sooviksite oma teadmisi täiendada?

-Kas ta saab toetust/tuge vajalikul määral?

1. Kas ja millist abi te olete saanud?
2. Kas te tunnete, et saate toetust/tuge lapse kasvatamiseks vajalikul määral?
3. Kellelt te tuge/abi saate?

-Lapsevanema teoreetilised teadmised ATH-ga lapse toetamise kohta. Millised on lapsevanema teadmised sekkumismeetoditest ja ravi olulisusest? (Eesmärk on teada saada, mida lapsevanem ATH laste toetamise kohta üldiselt teab ja sobib, kui küsida üldiselt.)

1. Millised on teie teoreetilised teadmised sekkumismeetodite (strateegiate) kohta? (olete lugenud infolehti, teadusartikleid, raamatuid, kuulute tugigruppidesse, info arstidelt, psühhiaatrit)

(Strateegia on kindel tegevusplaan, mille võtteid rakendades toetatakse ATH-ga lapse toimetulekut: päevaplaan, rutiinid - õppimine pärast kooli jne).

2. Mida te teate medikamentoosse (farmakoloogilise) ravi olulisuse kohta? (toime, mõjuvõtab sümptomeid maha, saab keskenduda nt õppimisele)

Kust olete saanud infot? (koolitused, omaalgatuslik uuring: teadusartiklid, raamatud; tugispetsialisti nõuanded, tugigrupid; praktiline kogemus, lapsevanemate kogemused ja soovitused)

3. Kas teie toetate lapse medikamentoosset ravi või ei toeta ja miks?

IV plokk. Kuidas teeb lapsevanem koostööd õpetajaga.

-Kuidas teeb lapsevanem koostööd õpetajaga ja millised on lapsevanema kogemused koostöö osas.

- Kui palju on õpilasi klassis, kus teie laps õpib? (tavaklass, väikeklass)

1. Kuidas te teete koostööd lapse klassijuhatajaga? (helistamine, kirjutamine, kohtumine)

Milles koostöö seisneb? (kas õpetaja on lapse diagnoosist teadlik; annate õpetajale teada nt lapse või teie muredest ning leiate lahendusi; lapse toetamine)

2. Milline on teie kogemus õpetajaga koostöö osas? (lapse istumiskoht klassis, tagasiside õpetajalt: läbisaamine klassikaaslastega, käitumine tunnis, õpitulemused, õpetaja soovitusel õppimiseks)

3. Millised on lapse suhted õpetajaga? Millised on teie suhted õpetajaga?

4. Kirjeldage palun oma häid ja halbu kogemusi õpetajaga? (mis neid põhjustab, kas on lapsest või õpetajast lähtuvad)

-Kui lapsevanem soovib midagi lisada.

1. Kas te sooviksite lõpetuseks midagi lisada?

- Kas teil on midagi lisada antud teemaga seoses, mille kohta ma ei küsinud?
- Kui mul tekivad lisaküsimused, kas ma võin teiega veel ühendust võtta? Kas te oleksite nõus vastama täpsustavatele küsimustele, kui need mul andmeanalüüsi käigus tekivad?
- Vahest soovite te hiljem lugeda magistritööd, kus teie antud oluline panus on kirjas? (Küsin intervjuueeritavalt tema kontaktandmeid, kui mul neid ei ole). Tänan teid veelkord. Teie vastused on selle teema uurimisel väga olulised.

Lisa 3. Kodeerimine

Uurimisküsimus	Kategooria	Alakategooria	Kood	Lapsevanem	Täenduslike üksuste näited
Kuidas lapsevanem toetab lapse koolipäeva?	Lapse iseseisva tegutsemise toetamine	Täidesaatvate funktsioonide toetamine	Meeldetuletamine	V3	V3: Kui nagu ei seisa kõrval ja ei tuleta meelde, siis läheb meelest ära. Asjad jäävad koju, pidžaamaga läheb kooli mõnikord, ükskord läks.
				V5	V5: Lihtsalt tuleb öelda, et pane nüüd asjad kokku homseks, siis ta paneb.
			Taimer	V9	V9: Kui tal oli mingi raskem periood, siis me läksime jälle taimeri kasutamise juurde.
			Üks juhiskorraga	V3	V3: Meil on see mingi taimeri süsteem, et kui ta klaverit harjutab, siis tal on taimer, ta teab, et 20 minutit.
				V7	V7: Ma ei saa talle öelda, et ole hea, pane oma koolikott kokku, siis pane oma kooliasjad sinna, tee seda, tee seda. Ma pean talle ühe tegevuse korraga andma, sest ta salvestab ainult selle ühe tegevuse.
			Checklist	V3	V3: Meil on checklist, et kuna ma ise olen ka kergelt hajameelne, siis kehalise riided, võtmed jne. Kui checklist on üle käidud, siis uksest välja. Kodus on meil checklist kas ukse peal või külmkapi

			Etteteavitamine	V7	ukse peal, et meil on üks köögis ja üks on välisukse küljes.
			Erinevate riiulite süsteem	V7	V7: Äkiline rütmi muutus ei mõju talle hästi, et ta peab ette teadma, mis tuleb. V7: ...ülemine riiul on siis koduriided, alumine riiul on kooliriided, et siis selle järgi ta siis lahterdab.
		Ühistegevused	Pere ühistegevus	V9 V2 V7	V9: Enne magamist ilma valguseta alguses me kuulasime neid Vikerraadio õhtujutte. V2: Õhtuti on raamatu ettelugemine ja nüüd, kus nad suured on, ja neil on ka kirjandus, mis nad peavad lugema, siis nemad õhtuti loevad meile. V7: Küsin, mida süüa teha, võtan auto peale pärast trenni, käime koos poes.
		Päevaplaan	Ajaplokid	V3	V3: Siis me teeme seda ajaplokkimist terve nagu päeva vältel ehk siis seda, et sul on nagu õppimise aeg, sul on vennaga mängimise aeg, sul on õues olemise aeg, sul on... ma ei tea mingi... söömise aeg. See nagu toetab teda...
			Päevakava	V5	V5: Praktikas ikkagi ei kipu alati minema need plaanipärased asjad. Aga ikkagi kooli ajal vähemalt ikkagi neid

			Lapse aja planeerimine	V7	kellaegu, et enam-vähem samal ajal magama minek. V7: Sujuv ärkamine, et ei oleks seda hommikust rapsimist. Et siis, kuna koolitund algab kell üheksa, et siis ma ajan nad ülesse kuskil seitse kaksikümmend, et siis ongi see äratus. Ja nad tulevad rahulikult alla, nad söövad.
			Vaba aja võimaldamine	V7	V7: Nad tulevadki tuppa, lähevad vahetavad riided ära ja teevad siis aega parajaks, mis iganes nad teevad seal üleval oma toas, niikaua kui siis söök valmis on.
			Rutiin	V5 V9 V8	V5 Kooliasjad ta paneb eelmine õhtu kokku, selles mõttes on, see on ka talle nagu rutiiniks kujunenud. V9: Rutiin sünnist saadik: nuti läheb kinni, kui kell saab kaheksa. V8: Riidesse, hambapesu, tuba korda, no tuba selles mõttes korda, et voodi ja niisugune igapäevane rutiin ja see rutiin on nagu paika saanud hästi ja rutiini nad vajavad.
		Vanem on kättesaadav	Vanem on kättesaadav	V1	V1: Kokkulepe, et ta võib mulle iga hetk helistada, et kui koolis nagu midagi juhtub.

		Kontrollimine	Kooliasjade kontroll	V1	V1 Kontrollin veel, et enam-vähem, et asjad oleks koos. Teoreetiliselt saaks hakkama, aga me ei julge seda praktikas nagu katsetada, et asjad saab ise nagu enam-vähem kokku pandud, aga sa pead ikkagi küsima, et kas sa nüüd panid. Psühholoog ütleb, eks ju, et te võtate nagu kolmandiku vastutusest maha.
				V2	V2: „Ta teadis, et ta peab ise ära pakkima, siis ma lõpetasin ära, kui ma seda nägin, et nüüd ta pakib juba täitsa ise oma asju.”
			Tegevuse kontroll	V7	V7 Pärast tunde ta helistab mulle, et tal on nüüd tunnid läbi ja siis ta annab mulle teada, et mis ta siis teeb, et teinekord läheb sõpradega linna, siis kui ei ole trennipäeva.
			Õppimise kontroll	V9	V9: Kogu aeg on kontroll juures, et ma ei jäta teda, ma jätan talle sammu haaval, iga aja tagant natuke rohkem vastutust. Aga ma ei jäta kunagi kontrollimata, kas see on õpitud.
			Kooliasjade kontroll minevikus	V2	V2 Ta teadis, et ta peab ise ära pakkima, siis ma lõpetasin ära, kui ma seda nägin, et nüüd ta pakib juba täitsa ise oma asju.
		Nutiseade	Nutiseadme kasutamise ajaline piirang	V7	V7: Kell üheksa kindlasti lähevad ekraanid ära, sest lapsed lähevad voodisse ja üks asi on tõesti, et tal peab

				V3	olema tund aega ekraanipausi, enne kui ta läheb, sest et ta on tikitaja.
				V8	V3: Üsna ranged ajad, ta saab päeva jooksul põhimõtteliselt poolteist tundi. Kui tahab nagu telekast multikaid vaadata, siis see aeg läheb ka sinna alla. Kui tahab telefonis mängida, siis see aeg läheb sinna, kui tahab arvutist muusikat kuulata, siis see aeg läheb sinna. V8: „Rehasse ta läheb iseseisvalt, vaata see arvuti on nüüd ära rikkunud selle, et ta pigem tahaks seal arvutis olla, kui minna näiteks sinna logopeedi juurde.”
		Olme	Äratamine	V1	V1: Kuna ta on öise eluviisiga, siis ma hommikul lihtviisiliselt ma sikutan ta voodist välja ja nagu lükkan ta liikvele, sest muidu ta ise nagu ei tule.
			Hommikusöögi kindlustamine	V9	V9: Hommikul kiire, ei viitsi süüa. Autos tahavad tihtilugu süüa, siis ongi, et autos luristavad oma joogijogurtit ja siis ma viin ta kooli ukse juurde peaaegu välja.
			Magamamineku toetamine	V2	V2: Kokkuleppeline otste kokkutõmbamine peaks nagu hakkama kaheksast, aga see on, see pole alati nii, voodisse hakkame me minema kümnest.

			Kooliriiete valmispanek	V4	V4: Kooliriided on hommikul valmis.
			Riietega abistamine	V9	V9: Mõnikord on tal endal riided valmis valitud, mõnikord ka olen mina talle riided valmis pannud.
				V3	V3: Paneme koos riided valmis, me pakime ta koolikoti ära, siis ta läheb magama.
			Kooli viimine-toomine	V5	V5: Viime autoga ja tagasi koolist samamoodi.
				V6	V6: Vahel viib autoga kooli, vahel lähevad ise, ise minnes võivad hilineda.
				V11	V11: Käib kooli sotsiaaltranspordiga. See võtab ära võimaluse pahandust teha, elavad maal. On ainult kool-kodu.
			Trenni viimine	V7	V7: Teisipäeviti, neljapäeviti ta läheb otse trenni ja kui tal on trenn läbi, siis ta helistab mulle ja ma võtan ta peale.
			Pesemise jälgimine	V8	V8: Õhtupesu küll on niiviisi, et see on küll nii, et mõnikord... Aga miks ma täna pean minema, eile ma ju käisin, see on selline võib-olla päeva jooksul selline vastu hakkamise hetk võib-olla natukene.
			Piiride seadmine	V9	V9: Kui inimene on hästi konkreetselt piiri paika pannud, mida ei anna

					niimoodi kõigutada. Et ongi päris paljud õpetajad, ta ütleb neile eesnime ja päris palju õpetajaid, ta ütleb siis, nagu läheb tema juurde ja ütleb siis õpetaja ja siis eesnime.
			Preemiasüsteem tegevuse kinnistamiseks	V11	V11: Meil on preemiasüsteem. Kui ärkab ilusti, siis preemia, tal on tehnikahuvi.
Kuidas lapsevanem toetab last õppimisel?	Õppimise toetamine	Õppimise vastu huvi äratamine	Huvi äratamine	V1	V1: Üritan nagu ikkagi näidata, et see kõik, mida ta õpib, ei ole nagu päriselt nagu maha visatud aeg, huvi äratada nende asjade vastu, guugeldame midagi juurde.
			Lapse huvide kasutamine	V11	V11: Matemaatikas kasutan lapse huve, talle meeldivad autod. Toon näiteid autodest, et laps huvituks.
		Abistamine raskuste ilmnemisel	Näidete koostegemine	V9	V9: Ma võtan hästi rahulikult, et ma nagu räägin, kui on vaja, me teeme mingi näite koos. Seletan, kuidas mingi loogika on.
			Keerulise ülesande koostegemine	V9	V9: Tihtilugu on näiteks niimoodi, kui tal on mingisugused keerulised tehted, siis ma näiteks aitan tal selle ära lõpetada, kui on vajadus
			Keskendumine	V10	V10 Lapse õpetamisel keskendume lugemisele. Koos loeme. Mina loen ette ja laps loeb järgi.

		Füüsiline aktiivsus	Füüsilise aktiivsuse toetamine	V3	V3: Liigun koos lapsega, liigub ise hea meelega, käivad väiksema vennaga õues tõuksidega sõitmas, korvpalli mängimas, meil on seal majade vahel korvpalliplats.
				V2	V2: Käime koos ujumas ja laupäeviti me käime terve perega matkamas. Ta ise üksi ei lähe. Me käime koos.
		Meetodid	Õppeülesannete märgistamine	V5	V5: Kui on töövihikust mitu harjutust, siis alati teeme nagu ringid sinna harjutuse numbrile ümber, et siis ta saab ise vaadata, mis seal teha on. Teeb ära need asjad.
			Tööjuhendi etapiviisiline läbitöötamine	V7	V7: Ta tuleb minu juurde siis küsima, ütleb, ma ei saa sellest aru. Ja siis ma lasen tal ette lugeda. Siis ma küsin ta käest, et noh, kuidas sa saad aru, et mida sa siin tegema pead?
			Õppeülesannete tegemise järjekord	V2	V2: Kõigepealt ma suunan vaatama, mis on vaja teha. Ja siis ta tavaliselt otsustab, seda ei ole tavaliselt palju, mis järjekorras ta mida teeb. Üldjuhul tema strateegia on see, et ta õpib kõigepealt lihtsamad asjad
				V5	V5: Kolm nagu antud ette raamatut, mille seest valida ja alati on ka see oma vaba valik. Laps tihti otsustab seda, et ta

			Valiku võimaldamine	V7	<p>tahab ise leida mingi raamatu, mida lugeda.</p> <p>V7: Ja eesti keeles on küll nii, et kui on pikad tekstid, et siis see pikk tekst, ta küll loeb ära, aga siis tal kaob see mõttega lugemine ära, et tuleb teha selliseid lahtreid või entereid. Et tal oleks nagu lõikude kaupa.</p>
			Lugemispala lõikudeks jaotamine	V9	<p>V9: Kui hakkas pihta see liitmine ja lahutamine, et siis alguses oli raske, et siis ma võtsin mingisugused pulgad appi.</p>
			Visualiseerimine: arvutuspulgad	V9	<p>V9: Kui oli vaja raamatuid lugeda, siis ta loeb raamatu mulle ja vennale ette. Et siis istub näiteks oma voodis õhtuti, siis muinasjutu asemel kuulame kohe ametlikult seda lugu, mis siis loeb.</p>
			Kohustusliku kirjanduse koos lugemine	V5	<p>V5: Lugemisega on nii, et me pidevalt loeme koos raamatuid, kui on mingi kohustuslik kirjandus hästi pikalt nagu. Me loeme koos niimoodi vaheldumisi ja siis tahab lugeda jah, kõva häälega, jääb paremini meelde.</p>

		Individuaalne toetamine koolis	Konsultatsioonid	V9	V9: Ja kui tal matemaatikas olid mingid hetked, kus ta tundis, et tal on raske mingist asjast aru saada, siis ma tegin talle selgeks, et ta peab käima seal konsultatsioonitundides. Ja siis nad õpetajaga rääkisid asjad ära ja siis ta nagu sai pihta.
Kas ja millist abi saab ja vajab lapsevanem enda hinnangul ATH-ga lapse toetamisel?	Lapsevanemat toetav võrgustik	Tugivõrgustik	Kool	V3	V3: Tuge saan kooli spetsialistidest HEV-koordinaatorilt, klassijuhatajat ma sinna praegu ei pane, sest kontakt on nii kaugel.
			Perekond	V7	V7: Mul endal on väga tugev tugivõrgustik, et mul on väga toetavad vanemad, et nii-öelda siis vanavanemad, kes ka väga palju toetavad, teevad ja tegutsevad ja õde-tädi.
			Rehabilitatsioonimeeskond	V8	V8: Mul on võimalus endal ka käia seal psühholoogi juures.
			Lapsehoidja	V9	V9: Aga mul on lapsehoidja, kes siis annab mulle vahetevahel võimalust olla omaette.

			Tugiisik	V6	V6: Tugiisik oli, hakkas ära kasutama- igast tunnist välja jalutama. Ma arvan, et läheb jälle kõik halvemaks.
			Vabatahtlik	V5	V5: Meil on väga hea suhe selle vabatahtlikuga, kes nagu siis vanem õde on. See tüdruk on väga-väga tore ja saavad väga hästi omavahel läbi. Käivad koos, ütleme kinos, uisutamas, muuseumis, on meil külas käinud, on koos kokanud, mänginud.
			Vaimse tervise õde, psühhiaater	V2	V2: Oleme nüüd käinud vaimse tervise õe juures või psühhiaatriga rääkimas, siis eriti esimene kord, räägiti lapse ja vanemaga eraldi. Sai vesteldud ja näpunäiteid ja soovitusi.
			Arst	V2	V2: Kohe algusest peale perearst oli üks nendest perearstidest, kes ei arva, et ATH on väljamõeldis, sest et minu kolleegi laps, kellel ka võiks tegelikult selle ATH ära diagnoosida, perearst keeldus suunamast.
			Koorijuht	V3	V3: Koorijuht on ka hästi toetav, et ta nagu hästi pikka aega ei saanud aru nagu, et mis värk on, ja siis ma lihtsalt rääkisin talle ära.
			Kolleegid	V7	V7: Koostöövalmis ja toetavad kolleegid. Selles mõttes, mul on maja

					eripedagooge ka täis, et kui mul on vaja, ma saan alati nõu küsida.
			Tugiteenuste keskused	V9	V9: See on see Hariduse Tugiteenuste Keskus vist, või, et seal me oleme käinud eripedagoogi juures, seal saanud nõuandeid.
	Lapsevanem at toetavad tegurid	Koolitused	Vaimse tervise e- kursus	V1	V1: Räägitakse ju seda, et hakatakse tegema seda vaimse tervise e-kursust nii öelda nagu kõigile Eesti inimestele. Lapsevanema moodul, et noh, et mida teha nagu siis, et kui sa tunned, et sa ei saa umbes selle lapsega hakkama või midagi taolist, et mis hetkel nagu seda abi tasuks otsida.
			Kriisijuhtimine	V3	V3: Mul on kriisijuhtimist vaja õppida, sest niisuguste lastega elamine on kogu aeg kriisijuhtimine.
			Raamatute lugemine	V1	V1: Ma olen lugenud mingeid raamatuid.
			Podcast`ide (helisalvestite) kuulamine	V9	V9: Hästi palju raamatuid ja podcaste. Et need aitavad nagu edasi. New York emergency podcast või midagi sellist ja seal samamoodi on hästi palju nagu infot. Erinevad spetsialistid käivad asjadest rääkimas ja siis ma olen seda

			Jõustamine	V11	V11: Õpetaja ütleb, et poiss on tubli, abivalmis, südamlik.
			Tugispetsialisti tugi	V3	V3: Mul on endal ka neid tugispetsialiste vaja, aga ma olen nad üles leidnud ja nagu selles mõttes kõik toimib, et ma olen funktsioneeriv inimene.
		Programmid	Vanem Vend-Vanem Õde	V5	V5: Oleme kaasatud programmi Vanem õde, vanem vend või õelda vanem vend, vanem õde. Sellel tegelikult juba, ma ei tea, üks kolmas aasta äkki jookseb seal programmis, et koolis pakuti vanast koolist... meil on väga hea suhe selle vabatahtlikuga, kes nagu siis vanem õde on.
			Rehabilitatsiooniteenused	V8 V10	V8: Rehmeeskond on see, kes meid toetab. V10: Käis rehabilitatsioonis, aga talle ei meeldinud.
			Tugigrupid	V6 V5:	V6: Tugigrupis ei ole ja lapsevanematega ei suhtle nii palju. Ma lihtsalt olen selles FB grupis. Niimoodi ma ei suhtle, noh, lihtsalt mul ka aega ei ole. V5: Facebookis on ka mingi ATH grupp, et seal, selle liige olen ka, seal inimesed postitavad.

			Suvelaagrid	V5	V5: Sellest on ka väga-väga suur abi, et on need suvelaagrid, seal on ka teisi lapsi, et ja mingisuguseid üritusi korraldatakse, et see on ka väga-väga vahva.
			Vanemate kool	V5	V5: Kool teeb ka vanemate kooli. Et see on kord nädalas, alati ei õnnestu osaleda, aga erinevad teemad on seal.
	Lapsevanem a igapäevane toevajadus	Üldine tugi	Transport	V5	V5: Transport oleks väga hea, aga kuna lapsel puudeaste ei ole selline, mis võimaldaks... sügava puudega vist lapsi, et tal on see keskmine, et sellega nagu ka seda transporti ei võimaldata.
			Juhiload	V11	V11: Mul on õde, kes sõidutab mind. Mul lube pole. Kaasa, ema ja õe tugi on väga olulised-õde viib teenustele.
			Teadmiste omandamine	V5 V7	V5: Ülikooli ju läksingi selle mõttega, et ikkagi saaks natukene enda jaoks teadmisi. V7: Kui see lasteaeda minek tuli, läksin tööle ja läksingi erirühma, täiesti teadlikult. Sest ma teadsin, et mul on endal kogemust ja teadmisi vaja, et kuidas enda last toetada. Ja ma nägin nagu lasteasutuses seda tuge praktiliselt ei ole, et ei taheta märgata.

			Kogemuste vahetamine	V5	V5: Ühel kolleegil samamoodi on ATH lapsed, siis me ikkagi omavahel ka nagu räägime nendel teemadel, on toeks. Vahetu, läbi vahetu kogemuse ongi hea nagu rääkida.
			Spetsialisti nõuanded	V6	V6: Käisime spetsialisti juures, et siis nad oskavad rohkem seda, no, aidata teda.
			Info liikumine	V1	V1: Õpetajad vahetuvad, et see koolisüsteem oleks kuidagi nagu selline, et see nagu info liiguks seal kuidagi paremini.
			Lapsest arusaamine	V11	V11: Tahaks rohkem mõista, mida ATH laps tunneb. Kuidas paremini aru saada sellest. Laps ütleb, mul on ATH, ma ei saa.
			Toetuste eest võitlemine	V11	V11: Vald on minu nõudmisel aidanud. Olen pidanud ähvardama, et saada ettenähtud toetusi.
			Vaba aeg	V11 V6	V11: On pakutud Imelised aastad programmi, aga ei ole aega, mul on kaks erivajadusega last, käin täiskohaga tööl, tööpäeva pikkus on 12 tundi. V6: töötan kogu aeg, endale näiteks vaba aega leida on väga raske.

			Koostöö	V7 V11	V7: Tugigrupid, on ju, rehmeeskond näiteks, me ikka ju teeme koostööd. V11: Vahetasin vaimse tervise õde-too ei saanud murest aru. Uus õde saab aru.
			Toimetuleku toetamine	V1	V1: Saadki selle diagnoosi, et kui sa ise tead, mis asi see kõik on, et siis sa tead, aga kui sa ei tea, et siis tegelikult ega keegi nagu otseselt ei seleta sulle, kuidas tulla toime ärevuses lapsega ja mida teha lapsega. Ja oleks nagu hea, et kui oleks see info nagu kuskil olemas nagu seal vaimse tervise keskuses.
		Olukorrad	Kriisisituatsioon	V1	V1: Kui need mingid kriisisituatsioonid nagu tekivad, et siis mulle ikkagi nagu tundub, et noh, et sellel hetkel ei ole nagu mitte kedagi kuskilt võtta.
			Toimetulek raevuhoogudega	V1	V1: Kõikidele vanematele oleks nagu mingeid koolitusi vaja, eks ole, et kui tekivad need mingid raevuhood või mingid sellised asjad, et kuidas sellega siis nagu toime tulla.
		Õpetajate teadlikkuse tõstmine	Õpetajate teadlikkus	V1	V1: Mida mina nagu vajaks, on see, et õpetajad oleks võib-olla ise kuidagi teadlikumad sellest olukorrast. Et neil oleks ka mingisuguseid selliseid, ühesõnaga, et nad oskaksid kuidagi

					paremini neid olukordi seal võib-olla nagu lahendada. Kui ma lihtsalt nagu ühe õpetaja käest saan 10 päeva järjest... iga päev ta kirjutab mingi märkuse.
Kuidas teeb lapsevanem koostööd õpetajaga ja milline on lapsevanema kogemus õpetajaga koostöö osas?	Koostöö õpetajaga	Suhted	Lapsevanem-õpetaja	V3	V3: Klassijuhatajaga ma ei suhtle peaaegu üldse, sest et ta kõik asjad, mille kohta ma küsin, ta ütleb, et see ei ole tema rida.
			Laps-õpetaja	V1	V1: Oma klassijuhatajaga on nagu suhteliselt hea suhe. Veel paari õpetajaga on nagu täitsa okeid suhted ja paari õpetajaga on nagu sellised suhted, et ta eriti neid ei kuula, haugub vastu. Ma ei tea, on nagu halva käitumise pärast, on käskkiri on tulnud.
				V6	V6: Laps suhtub õpetajasse ka hästi. Ja kogu aeg tassib kommi talle ja siis kallikalli teeb.
				V8	V8: Lapsel on väga head suhted klassijuhatajaga. See usaldus ja täpselt samamoodi on ka õpetajatega, et ta usaldab neid.

		Infovahetus	Arenguvestlused	V2	V2: Õpetaja peab ka kaks korda aastas kõikide õpilastega arenguvestluseid.
			Tagasiside	V4	V4: Õpetajaga väga hea koostöö. Õpetaja annab tagasisidet ka, näiteks läbisaamine klassikaaslastega või käitumine tunnis.
			Koosolek	V7	V7: Kohustuslik kirjandus vaheajaks ka veel, et ma täitsa nagu tegin lastevanemate koosolekul sellest juttu, et minu arvates see ei ole okei, et päevad on väga sisutihedad. Mina ei paneks vaheajal, et ma päriselt laseksin neil puhata.
			Lapse eest võitlemine	V11	V11: Läksin haridusministeeriumini välja, sest 1. ja 2. klass olid mahavisatud. Kodukoha kool ei taganud sobivat õpikeskkonda.
		Lapsevanema ootused	Õpetaja	V1	V1: Hästi suur probleem on sellega, et tunnis noh, ta ei kuula ja ta räägib oma nagu sõpradega juttu. Siis ma saan nagu aru, et ta pagendatakse kuskile mujale. See ei aita kaasa sellele, et ta nagu tunnitöoga paremini hakkama saaks.
			Kool	V3	V3: Mina ütlen, et ma olen avatud ja valmis ja kool võtab mind kaitseks, sest nad ei ole näinud lapsevanemat, kes päriselt olekski avatud ja valmis ja ei karju ja ei trambi jalgu, vaid esitab

					rahumeelselt õigustatud küsimusi, millele neil mõnikord vastuseid ei ole.
			Koostöö	V3	V3: Ma nüüd ootan nagu pikisilmi arenguestlust, sest mul on terve A4 kirjutatud üles, mida kõike on vaja öelda.
		Teavitamine	Õpetaja teavitamine	V7	V7: Igas aines on oma õpetaja, lendavad ringi. Ma ei taha, et oleks diagnoos see, mille tõttu kuidagi järeleandmisi teha või käega lüüa.
		Initsiatiiv	Lapsevanema initsiatiiv	V3 V7	V3: Ma leian ise lahendusi, sest et kui ma neid küsin ja ootama jään, siis ei tule sealt mitte midagi. Et ma pean ise kogu aeg seda initsiatiivi hoidma. V7: Palusin siis kohe sotsiaalpedagoogil võtta ja kutsuda kokku kõik lapsega kokku puutuvad inimesed, sest et viiendast klassist alates on igas aines õpetaja.
		Kogemused	Head ja halvad kogemused	V4 V6	V4: Meil nagu otseselt tegelikult ei ole halbu kogemusi õpetajaga. Hea on see, et kõik saavad individuaalset tähelepanu. V6: Hea kogemus. Õpetaja annab tagasisidet õpitulemuste kohta, käitumise kohta.

				V3	V3: Mul ei ole selle konkreetse klassijuhatajaga mitte ühtegi head kogemust selle aasta jooksul nagu päriselt.
		Suhtlemine	Suhtlemisviisid	V5	V5: Kui mingid teemad on, siis ma kas kirjutan talle või saadan sõnumi, et ma helistada väga ei taha, sellepärast et õpetaja on nii seal hõivatud asjadega. Meil on kokkulepe, et kui mingi teema on, et siis ta võib mulle helistada.
Millised on lapsevanema teadmised sekkumismeetoditest ja ravi olulisusest?	Ravimi kasutamist mõjutavad tegurid	Ravim	Teadmiste saamine spetsialistidelt	V10 V1	V10: Ma olen saanud rohkem teadmisi selle ravimi kohta enda perearstilt. V1: Olen psühholoogi ja psühhiaatriga rääkinud. Psühhiaater ei näinud seda vajadust, aga psühholoog ikkagi nagu siis seletas seda ravimite toimemehhanismi, et kuidas see on tema meelest just nagu eriti oluline umbes 12-aastaselt. Märtsi lõpus meil jõuab siis psühhiaatri aeg uuesti kätte, et siis me lähme ja arutame nagu temaga, et kas tema seisukoht on kuidagi vahepeal muutunud.
			Toimemehhanism	V11 V3	V11: Rohi on narkootikum. Annab ajule signaali, et on aktiivne. Seda on öelnud vaimse tervise õde. Muud ei teagi. V3: Need on nagu erinevat tüüpi.

					Ühed on need, mis siis nii-öelda stimuleerivad ja teised on need, mis siis nagu maha keeravad veits.
			Kõrvalmõjud	V5 V8 V3	<p>V5: Tegelikult seda ravi vist taheti varem peale panna, aga siis alguses oli ikkagi kuidagi selline, noh mingisugune skepsis on ikka inimestel, sest ka lugeda on päris palju olnud nendest kõrvaltoimetest.</p> <p>V8: Mina nagu ise arvan, et mida vähem, seda parem. Rohtusid on igasuguseid, kuigi on lahti seletatud.</p> <p>V3: Ma toetan, aga ma leian, et sellega tuleb olla ettevaatlik. Nii nagu ma enne ütlesin, et kindlasti ei tohi nagu liiga vara lastele seda kaela lükata, nii kaua kui võimalik, tuleb sellega nagu... noh, on minu isiklik seisukoht, oodata. Mitte ka liiga kaua, et tal ei tekiks mingisugust kahjustunud minapilti, et ta ei tunneks ennast kuidagi alaväärsena, sellepärast, et ta ei suuda kuidagi sammu pidada.</p>
		Ravimi kasutamine	Laps saab ravimit	V5	V5: Tegelikult ma olen väga rahul ikkagi, et ma otsustasin seda hakata

				V9	<p>kasutama, et minu meelest on ikkagi näha seda.</p> <p>V9: Ma olen nende kohta lugenud ja kui arst ütleb, et lapsel on neid vaja, siis ma absoluutselt ei keela neid talle, et ma nagu usun, et need on vajalikud. Ma nagu ei ole seda usku, et nüüd mingisuguste terakestega ja palvetamise või jumal teab millega saab mingeid asju nagu aidata kaasa, et pigem ongi nagu see teaduslik lähenemine.</p>
			Laps ei saa ravimit	V1	V1: Ma tahaks nagu proovida, aga see kõik ju sõltub sellest, et kuidas see talle nagu mõjub, et ma saan aru, et neil osadel ravimitel on hästi tugevad sellised kõrvalmõjud.
		Ravimi mõju lapse hakkamasaamis ele	<p>Keskendumine</p> <p>Õpitulemused</p> <p>Käitumine</p>	<p>V2</p> <p>V3</p> <p>V10</p>	<p>V2: Ravim aitab, ta keskendub paremini. Ja ta magab öösel ka paremini.</p> <p>V3: Ta keskendub paremini, õpitulemused paranesid päris tugevalt, kui ta hakkas võtma rohtusid. Koolist öeldi kuu aja pärast, et ta suudab kauem püsida, ta ei väsi nii kiiresti.</p> <p>V10: Ja siis, kui ta ravimeid võttis, ta sai igas asjas ilusti hakkama. Ja siis oli tal see käitumine hea, mitte agressiivne.</p>

			Püsivus	V4	V4: Ta on rohkem selline püsivam, ta natukene mõtleb ennem, kui ta midagi teeb. Muidu ta ei oleks üldse võimeline meil õppematerjali omandama.
			Enseregulatsioon	V5	V5: Minu meelest ikkagi märgati kohe koolis vähemalt, et ta parandas keskendumist ja noh, eks ta reguleerib mingil määral neid emotsioone ka.
	Igapäevane lapse hakkamasamist toetav sekkumine	Üldine sekkumine	Teoreetilised teadmised	V1 V3	V1: Ma olen lugenud mingeid raamatuid, ma olen ühes Facebooki grupis. Kuivõrd see on nüüd mind aidanud mingite strateegiate rakendamisel, vot seda ma ei oska isegi nagu öelda, et ma ei ole seda nagu niimoodi analüüsinud, et kas ma olen nagu midagi õppinud. V3: Teadmised keskmised, et ma olen ise kunagi töötanud Tartu Laste Turvakodus, kus ma keerulisemate lastega puutusin kokku rohkem, ma olen sotsiaaltöö taustaga. Ma nagu enam-vähem tean, mis töötab.
			Päevaplaan	V4	V4: Oleme kasutanud päevaplaani, aga ta lihtsalt üldjuhul ei taha sellest kinni pidada.
			Vastutuse andmine	V3	V3: Olen talle eelmise aasta sügisest andnud teadlikult rohkem vastutust oma mingite kooliasjade ja nagu kodu asjade

					osas ka. Ma ei tuleta talle kogu aeg meelde, et tema ülesanne on nõudepesumasinast nõud välja võtta.
			Koolivahetus	V11	V11: Lapsel on rohkem tolerantsust, saab aru erivajadustest, sest õpib nendega koos. Varem oli teistmoodi.
			Valiku võimaldamine	V9	V9: Ja siis ma ütlesin talle niimoodi: nii, laps, sul on ju kaks varianti. Variant üks on see, sa käid kõikides tundides ise kohal. Variant kaks on see, et ema hakkab sinuga koolis käima. Tuleb sinuga kooli, istub su kõrval, hoiab vahetunnis sul käes kinni, lähme igasse tundi kõrvuti ja siis olen ma seal ja jälgin, et sa teeksid kaasa. Kumb sulle rohkem meeldib? Ja siis ta sai kohe aru, et talle nagu ikka meeldib üksi olla, onju. Ja sellest hetkest kadusid kõik need probleemid ära. Viimased kaks aastat ei ole nagu selles mõttes probleeme olnud. Annadki kaks valikut, üks hullest kui teine ja siis ta valib selle, mis on vähem hull, või talle rohkem kasulik.
			Abivahendid	V2	V2: Tal on seina peal valge tahvel pisikene. Mõnikord oleme sinna kirjutanud.

		Sotsiaal-emotsionaalne sekkumine	Eneseregulatsiooni toetamine	V11	V11: Õppima suunamisel, õppimise ajal ärritub. Järgnevad tülid. Püüan seda vältida
			Pingete maandamine	V9	V9: Need loomad, kes teda ümbritsevad, need on talle nagu siis ka nagu maandavad. Või siis nagu mõjuvad talle hästi. Seega ma nagu olen selles mõttes päris rahul.
			Ebasobiva käitumise selgitamine	V11	V11: Kui saab pahandusega hakkama, siis tuleb lapsega rääkida, selgitada ebasobivat käitumist.
			Emotsioonidega arvestamine	V10	V10: Mina aitan õppida eesti keelt, loodusõpetust ja inimeseõpetust. Matemaatika ta teeb ise ära. Inglise keelt ma ei hakka sundima ka, sest ma tean, et kui inglise keelega ta ei saa hakkama, siis ta läheb närvi ja siis ta hakkab asjadega loopima.
			Psühholoogi tugi	V9	V9: See eneseregulatsioon, ma tean, et nad eelmise psühholoogiga tegid hästi palju tunnete teemalisi asju. Tal on nagu see läinud veidikene paremaks, mitte suurt hüpet ei ole toimunud, aga noh, niisugune natukene näha.
	Keskkond	Keskkonna kohandamine	Ohutuse tagamine	V9	V9: Ma isegi aknad, aknalingid on lukustatavad. Et neljas korrus ja tihtilugu nad on natukene uljad kahekesi, et siis tuleb nagu ekstra tagada ohutust.

			Õppevahendid koolis	V3	V3: Siis tal on igasugused need mingid toetavad vahendid, individuaalset õppekava ma juba mainisin. Ja mingid abivahendid õppimisel ongi siis ka mingid checklist'id, et kui ta etteütlust kirjutab, siis tal oleks meeles, et sa kontrollid algust ja lõputähte. Käekirjale pöörad tähelepanu ja kõik sellised asjad.
			Eneseregulatsiooni toetamine koolis	V8	V8: Ta kogu aeg nagu niheleb niimoodi ja kritseldamine oli tal lubatud. Selleks oli tal kohe paber ja pliiats olemas. V8: Õpetajal oli mingisugune kella moodi asil laua peal ja õpetaja vajutas seda. Ja kui see läks roheliseks, siis see oli märk, et sa võid nüüd näiteks klassis ringi kõndida.
			Koduõpe	V3	V3: Me ise nagu õpime temaga ja nüüd me kevadel näiteks lähme nagu, ta jääb kuuks ajaks koduõppele nagu vanema vastutusel, ehk siis minuga. Et mul oleks ülevaade sellest, kaugel ta omadega on ja kas ta püsibki joonel.
			Lühem koolinädal	V3	V3: Kuna ta väsib hästi kiirest, teeme talle lühema koolinädala ehk siis ta ei lähe reedeti näiteks kooli, et ta ei pea olema kuus tundi selleks koolis, et oma nagu poolteist tundi ülesandeid ära teha.

		Sotsiaalsed oskused	Suhted klassis	V1	V1: Klassis on sotsiaalsed suhted nagu imelikud ja tegelikult oleks just vaja sellist sotsiaalsete oskuste õpetamist. Aga sotsiaalseid oskusi õpetatakse esimeses ja neljandas klassis ja nemad on kuuendas klassis. Ja siis öeldaksegi, et aa, et umbes nagu, et oi, see ei ole praegusel hetkel nagu võimalik. Aga et noh, tegelikult see akuutne vajadus on olemas.
			Väikeklassis õppimine	V2	V2: Pani grupitööd tegema-ehitas grupi üles, ja siis selliste keerulisematega ta sai individuaalsemalt tegeleda.
		Koolivahetus	Erikooli asumine	õppima V11	V11: Laps üritab rohkem, kirjutamine ja lugemine on paremad. Minu stress langes 110-lt 30 peale. Tugi on hea, mis koolist saab. Laps on õiges koolis.

Lihtlitsents lõputöö reprodutseerimiseks ja lõputöö üldsusele kättesaadavaks tegemiseks

Mina, Maila Rehi,

1. annan Tartu Ülikoolile tasuta loa (lihtlitsentsi) enda loodud teose „Lastevanemate kogemused ja teadmised ATH-ga lapse toetamisel“, mille juhendaja on Evelyn Kiive,

reprodutseerimiseks eesmärgiga seda säilitada, sealhulgas lisada digitaalarhiivi Dspace`i kuni autoriõiguste kehtivuse lõppemiseni.

2. Annan Tartu Ülikoolile loa teha punktis 1 nimetatud teos üldsusele kättesaadavaks Tartu Ülikooli veebikeskkonna, sealhulgas digitaalarhiivi Dspace`i kaudu Creative Commons'i litsentsiga CC BY NC ND 3.0, mis lubab autorile viidates teost reprodutseerida, levitada ja üldsusele suunata ning keelab luua tuletatud teost ja kasutada teost ärieesmärgil, kuni autoriõiguse kehtivuse lõppemiseni.

3. Olen teadlik, et punktides 1 ja 2 nimetatud õigused jäävad alles ka autorile.

4. Kinnitan, et lihtlitsentsi andmisega ei riku ma teiste isikute intellektuaalomandi ega isikuandmete kaitse õigusaktidest tulenevaid õigusi.

Maila Rehi

19.05.2025