

Tartu Ülikool
Sotsiaalteaduste valdkond
Haridusteaduste instituut
Haridusinnovatsiooni õppekava

Annemai Joab, Pille-Riin Meikop, Jane Reiljan-Rajasaar
VANEMLUSPROGRAMMI LOOMINE LAPSE KARJÄÄRI KUJUNDAMISE
TOETAMISEKS: ARENDUSUURING
Magistritöö

Juhendaja: nooremlektor Kerli Kõiv

Tartu 2026

Kokkuvõte

Vanemlusprogrammi loomine lapse karjääri kujundamise toetamiseks: arendusuuring

Magistritöö eesmärk oli luua vanemate vajadusi arvestav vanemlusprogramm ja hinnata selle sobivust lapse karjääri kujundamise toetamiseks. Arendusuuringu läbiviimisel tugineti ADDIE mudelile ning karjääri kujundamise pädevuste mudelile. Andmeid koguti fookusgrupi intervjuude ja küsimustiku abil. Tulemustest selgus, et vanemad näevad end peamiselt emotsionaalse toetajana, kuid vajavad praktilisi tööriistu karjäärivalikute arutamiseks lapsega ning teadlikkust haridusvõimalustest. Programmi piloteerimine kinnitas, et osalemine tõstab vanemate teadlikkust ja enesekindlust ning loob eelduse lapse arengut toetavamaks vanemlikuks sekkumiseks. Järeldati, et programm on vajalik sekkumine, mis parandab peresisest suhtlust ja toetab lapse karjääripädevuste arengut. Loodud lahendus pakub vanematele tuge lapse hariduslike üleminekute ja valikute toetamiseks.

Võtmesõnad: karjääri kujundamine, karjääri kujundamise pädevused, vanema roll, vanemlusprogramm, arendusuuring

Abstract

Creating a Parenting Program to Support a Child's Career Development: development research

The aim of this master's thesis was to develop a needs-based parenting program and assess its suitability for supporting a child's career development. A development research was conducted, based on the ADDIE model and the career management competencies model. Data were collected through focus group interviews and questionnaires. Results revealed that while parents primarily view themselves as emotional supporters, they require practical tools for career discussions with their child, and increased awareness of educational opportunities. Piloting of the program confirmed that participation enhances parents' awareness and confidence, enabling a parental intervention that is more supportive of the child's development. It was concluded that the program is a necessary intervention that improves family communication and supports the development of a child's career competencies. This solution assists parents in supporting educational transitions and choices.

Keywords: career development, career management competencies, parent's role, parenting program, development research

Sisukord

Sissejuhatus	4
1. Teoreetiline ülevaade	5
1.1. Karjääri kujundamine ja karjääri kujundamise pädevused	5
1.2. Vanema roll lapse karjääri kujundamisel	7
1.3. Vanemate karjääriteadlikkuse toetamine	7
1.4. Probleemipüstitus	9
2. Metoodika	10
3. Arendusprotsess	11
3.1. Eeluring	11
3.1.1. Valim	11
3.1.2. Andmekogumine	12
3.1.3. Andmeanalüüs	13
3.1.4. Tulemused	14
3.2. Sekkumise disain ja arendus	20
3.3. Rakendamine	21
3.3.1. Valim	22
3.4. Hindamine	23
3.4.1. Andmekogumine	23
3.4.2. Andmeanalüüs	24
3.4.3. Tulemused	24
4. Arutelu	26
Tänuõnad	30
Autorsuse kinnitus	30
Kasutatud kirjandus	31
Lisa 1. Karjääri kujundamise pädevuste mudel	
Lisa 2. Intervjuu kava	
Lisa 3. Eelinfo intervjuul osalemiseks	
Lisa 4. Koodipuud kahe esimese uurimisküsimuse lõikes	
Lisa 5. Lahenduse ideeloome tabel	
Lisa 6. Vanemlusprogrammi õppekava	
Lisa 7. Programmi kuulutus	
Lisa 8. Nõusoleku vorm	
Lisa 9. Küsimustik programmi tagasiside kogumiseks	

Sissejuhatus

Koolist väljalangemine on Eestis aktuaalne probleem. Haridus- ja Teadusministeeriumi andmetel oli 2024. aastal põhikooli kolmandas kooliastmes väljalangemise määr 0,36%, gümnaasiumi esimesel aastal 0,95% ning kutsekeskhariduse esimesel aastal 9,6% (Haridus- ja Teadusministeerium [HTM], 2025). Koolist väljalangemise vähendamiseks on võtmetähtsusega laste ja noorte karjääri kujundamise pädevuste arendamine ja karjääriteenuste (karjääriõpe, karjäärinõustamine, karjääriinfo vahendamine) kättesaadavus (Euroopa Komisjon, 2015; Oomen & Plant, 2014; Psifidou *et al.*, 2021). Karjääri kujundamise pädevuste arendamine vähendab noorte karjääriga seotud ebakindlust ja ebarealistlikke karjääriootusi ning toetab eneseteadlikkuse ja karjäärimotivatsiooni kujunemist ning arendab karjäärialast kohanemisvõimet (Marciniak *et al.*, 2022; OECD, 2024; Savickas *et al.*, 2009).

Kaasaegsed karjääriteooriad mõtestavad karjääri kujundamist kui inimese elukestvate arengut (Savickas *et al.*, 2009; Schweitzer *et al.*, 2023). Karjääri kujundamise pädevuste arendamiseks ei ole vanuselist piirangut, vaid seda saab teha kogu elukaare jooksul alates varajasest lapseeast (McMahon & Watson, 2022; Savickas *et al.*, 2009; Super, 1980). Eestis on üldhariduskoolidel kohustus tagada karjääriõpe ja karjääriteenuste kättesaadavus õpilastele ja lapsevanematele (Gümnaasiumi riiklik õppekava, 2011; Põhikooli riiklik õppekava, 2011). Pedanik jt (2023) on esile toonud, et kui koolid alustavad karjääritegevustega alles põhikooli või gümnaasiumiõpingute lõpus, on noorte jaoks tihti juba liiga hilja esmaseid karjääriteid teadlikult planeerida.

Barnes jt (2020) on rõhutanud, et karjääriteenuste raames on oluline kaasata ka vanemaid, et tõsta nende teadlikkust lapse toetamiseks. Vanemal on lapse karjääriarengus oluline roll ning mõju tema karjääriküpsusele ja enesehinnangule (Lim & You, 2019). Vanema huvi, tugi ja kaasamine lapse õpitee kavandamisse on kaitseteguriks koolist väljalangemise ennetamiseks (Oomen & Plant, 2014; Pedditz *et al.*, 2022). Vanema teadlik tugi ja lapse varasem karjääri kujundamise oskuste arendamine toetavad õpimotivatsiooni, enesekindlust ja sujuvamaid üleminekuid hariduses (Garcia *et al.*, 2015; Oomen & Plant, 2014; Psifidou *et al.*, 2021).

Kallaste jt (2021) karjääriteenuste uuringust selgus, et karjääriõpe Eesti koolides ei ole süsteemne ning ei ole ka ühtset süsteemi lapse karjäärivalikute arutamiseks kooli ja vanema vahel. Samuti selgus, et 52–63% uuringus osalenud vanematest vajab karjäärialast nõu lapse toetamiseks (Kallaste *et al.*, 2021). Toevajadusele viitab ka Heina jt (2025) Kagu-Eesti

lapsevanemate uuring, kus 58,3% küsitlusele vastanutest soovis lapse koolitee ja õpimotivatsiooni toetamiseks koolitust.

Eestis küll liigutakse koolides süsteemsema karjääriõppe suunas, kuid probleemiks on kooli karjäärispetsialistide ebaühtlane väljaõpe ja suur töökoormus (Pedanik *et al.*, 2023). See võib piirata võimalusi vanemate järjepidevaks toetamiseks kooli kaudu ning takistada koolipõhiste vanematele suunatud sekkumisprogrammide rakendamist. Mitmetes riikides on välja töötatud erinevat tüüpi sekkumisi vanemate kaasamiseks ja lapse karjääriarengu toetamiseks, kuid Barnes jt (2020) rõhutavad, et sekkumiste arendamine eeldab vanemate vajaduste põhjalikku analüüsi. Kuigi programmide mõju on harva süsteemselt ja pikaajaliselt hinnatud, on nendes osalemine näidanud positiivset mõju lapse ja vanema suhetele ja enesekindlusele (Barnes *et al.*, 2020). Eestis aga puudub praegu programmiline tugi vanematele, mistõttu on käesoleva magistritöö eesmärk luua vanemate vajadusi ja ootusi arvestav vanemlusprogramm laste ja noorte karjääri kujundamise toetamiseks. Vajaduspõhisuse ja programmi sobivuse saavutamiseks on vajalik kaasata sihtrühm arendusprotsessi esimesest etapist alates.

1. Teoreetiline ülevaade

1.1. Karjääri kujundamine ja karjääri kujundamise pädevused

Kaasaegsed karjääriteooriad rõhutavad karjääri jätkusuutlikkust ja indiviidi agentsust, käsitledes karjääri elukestva enesekujundamise protsessina, milles inimene loob tähendust oma kogemustele ning suunab teadlikult oma arengut erinevates eluvaldkondades (Hirschi *et al.*, 2022; Savickas *et al.*, 2009). Karjääri eesmärk ei ole üksnes ametialane edenemine, vaid töö- ja eraelu rollide tasakaalustamine ning õnnelikkuse, rahulolu, tervise ja produktiivsuse säilitamine kogu elukaare vältel (De Vos *et al.*, 2020; Schweitzer *et al.*, 2023).

Karjääriks ettevalmistumine algab varases lapseas, kuid muutub aktuaalsemaks noorukieas, mil valmistutakse hariduslikeks üleminekuteks (Marciniak *et al.*, 2022; McMahon & Watson, 2022). Superi (1980) karjäärikäpsuse arengu teooria kohaselt kujuneb kasvuetapis (0–14 a) enesehinnang, hoiakud ja esmane arusaam töömaailmast, mis toetab minapildi kujunemist. Noorukieas ehk uurimisetapis (15–24 a) keskendutakse rolliotsingutele ja karjäärivalikutele. Savickase (2009) elu disaini käsitus täiendab arengulist vaadet kohanemisvalmiduse perspektiiviga, rõhutades, et edukas karjääri kujundamine sõltub lisaks vanuselisele käpsusele ka indiviidi psühhosotsiaalsetest ressurssidest ja võimest muutustega toime tulla (Marciniak *et al.*, 2022; Savickas *et al.*, 2009). Lapse- ja noorukiiga tuleks kasutada aktiivselt karjäärikäpsuse arendamiseks, sest siis tekib kohanemisvõime teooria järgi

esialgne huvi tuleviku vastu, kontrollitunne oma elu üle, uudishimu võimaluste vastu ning enesekindlus valikute tegemiseks ja elluviimiseks (Marciniak *et al.*, 2022; McMahon & Watson, 2022).

Karjääripädevustes kui teadmistes, oskustes ja võimetes, mida inimene saab mõjutada ja arendada on Akkermans jt (2013) eristanud kolme dimensiooni: reflektiivsed pädevused (eneseanalüüs väärtuste, huvide, motivatsiooni, tugevuste ja oskuste mõtestamiseks karjääri kontekstis); kommunikatiivsed pädevused (võrgustike loomine, enda teadmiste, võimete ja oskuste esitlemine); käitumuslikud pädevused (karjääri juhtimine, teadlikkus võimalustest, planeerimine ja eesmärkide seadmine ning saavutamine). Karjääripädevused on olulised ressursid, mis toetavad nii karjäärialast enesejuhtimist (Hirschi & Wilhelm, 2025) kui ka karjäärialast kohanemisevõimet ehk valmisolekut teha eakohaseid otsuseid ja toime tulla üleminekutega (Marciniak *et al.*, 2022).

Eestis kasutusel olev karjääri kujundamise pädevuste raamistik käsitleb karjääri kujundamise pädevusi kui üldpädevusi, mis võimaldavad inimesel kogu elu jooksul koguda ja analüüsida enesekohast ning haridus- ja tööalast infot, teha teadlikke valikuid, juhtida üleminekuid ning kavandada oma karjääri vastutustundlikult ja eneseteadlikult (SA Innove, 2016). Karjääri kujundamise pädevuste mudel (edaspidi KOM-mudel, vt lisa 1) tugineb konstruktivistlikule karjääriinõustamise paradigmat ja Eesti riiklikele õppekavadele (SA Innove, 2016). KOM-mudel kirjeldab pädevusi neljas tegevuspädevuse valdkonnas: eneseteadlikkuse arendamine; võimaluste analüüs; planeerimine; tegutsemine. Need etapid loovad süsteemi, mis aitab inimestel kohaneda muutuva töömaailmaga ning teha teadlikke valikuid. Karjääri kujundamise pädevuste tundmine on oluline nii karjäärispetsialistile, lapsele kui ka vanemale, kes toetab last tema arenguteel. See aitab vanemal mõista, et karjäär ei tähenda üksnes tulevase ameti või kooli valikut, vaid elukestvat protsessi, kus kujunevad lapse eneseteadlikkus, otsustus- ja planeerimisoskused ning tegutsemisvalmidus (SA Innove, 2016). Kuna vanemad on lapse karjääriotsuste kujunemisel üks olulisemaid mõjutajaid (Barnes *et al.*, 2020; Jackson & Lambert, 2025; Marciniak *et al.*, 2022; Oomen, 2016) ja teadlik toetus suurendab lapse enesekindlust ja otsustusvõimet ning toetab tema valmisolekut tulevikus muutuvate töö- ja eluolukordadega kohaneda (Ginevra *et al.*, 2015; Oomen, 2016), siis annab KOM-mudel taustraamistiku vanemate vajaduste ja teadlikkuse mõtestamiseks ning loodava programmi sisu loomiseks.

1.2. Vanema roll lapse karjääri kujundamisel

Vanema ja pere mõju lapse karjääriotsustele on palju uuritud. Vanem mõjutab lapse karjääriotsuseid rohkem kui õpetajad ja karjäärispetsialistid, olles nii peamine nõuandja ja tugi lapsele (Oomen, 2021; Ulrich *et al.*, 2018). Vanema tugi võib aidata kaasa lapse karjäärikäpsuse arengule, kuid võib avaldada ka negatiivset mõju, kui laps tajub survet või kui lapse ja vanema suhted ei ole usalduslikud ja lugupidavad (Lim & You, 2019). Vanema liigsed ootused suurendavad stressi lapses, mis võib viia lapse ka mittesobivate valikuteni (Halim *et al.*, 2018; Jackson & Lambert, 2025; Lim & You, 2019; Pedditz *et al.*, 2022). Teisalt, sõltuvalt vanema enda karjäärivalikutest, võivad ootused olla ka tagasihoidlikud ning piirata sellega lapse võimalusi. Kuigi vanem teab oma lapse tugevusi ja nõrkusi kõige paremini, ei pruugi nad olla alati objektiivsed (Ulrich *et al.*, 2018). Lapse ja vanema suhetele mõjub, kuidas tajub vanem end toetajana ning kuidas laps tajub vanemat toetajana. Vanema arusaam, millist tuge laps vajab, toetab lapse karjääri enesetõhusust, julgust otsustada ja võtta vastutust oma karjääriotsuste üle (Ginevra *et al.*, 2015).

Lapsed tajuvad vanemaid karjääri kujundamise kontekstis psühholoogilise toena, kes pakuvad emotsionaalset julgustust ja motivatsiooni, mis toetab lapse enesetõhusust (Garcia *et al.*, 2015). Vanemad on olulised nõuandjad ja infovahendajad, aidates lastel mõista võimalusi ja valikuid (Garcia *et al.*, 2015; Lim & You, 2019; Marciniak *et al.*, 2022). Ühtlasi on vanemad eeskujuks oma suhtumise ja otsustega, kujundades laste väärtushinnanguid, mõjutades nende püüdlusi ja ootusi (Garcia *et al.*, 2015). Just varases lapseas on vanem lapsele peamine motivaator (Halim *et al.*, 2018), mistõttu võib karjääripädevuste varajane arendamine vähendada nii lapse kui vanema pingeid ja suurendada kindlustunnet hariduse üleminekuetappides (Urmann *et al.*, 2021). Toetav ja lapse autonoomiat soosiv vanemlik abi leevendab stressi ja ärevust (Urmann *et al.*, 2021), kuid vanemate endi teadmatus võib tekitada pingeid, mis mõjutab peresisest suhtlust (Crowley & High, 2018). Pingete ennetamiseks on oluline arendada lapse eneseteadlikkust juba varakult ning tõsta nii lapse kui vanema teadlikkust karjäärivõimalustest. Kuna vanemal on keskne roll lapse karjääritee kujunemisel, on vajalik pakkuda neile sihipärast tuge ja praktilisi vahendeid lapse karjäärilase arengu kui ka karjäärivalikute toetamiseks (Barnes *et al.*, 2020; Lim & You, 2019).

1.3. Vanemate karjääriteadlikkuse toetamine

Sageli nähakse nii karjääri kujundamise pädevuste arendamise kui ka koolist väljalangemise ennetamise tegevusi haridusasutuse ülesandena (Kallaste *et al.*, 2021; Oomen & Plant, 2014).

Haridusasutused peaksid kaasama vanemaid võrdväärse partnerina laste karjääri planeerimisse (Barnes *et al.*, 2020; Oomen, 2021; Pedanik *et al.*, 2023). Vanemate kaasamist peetakse ka üheks mõjusaks teguriks koolist väljalangemise ennetamisel (Mac Iver *et al.*, 2015; Pedditzi *et al.*, 2022). Samas võib vanemate kaasamine olla haridusasutusele keeruline ülesanne, kuna koostööd takistab vanemate ajapuudus, ressursinappus, kommunikatsiooniprobleemid, kultuurilised erinevused ja ka ebaselge vastutuse jaotus kooli ja kodu vahel (Barnes *et al.*, 2020; Mac Iver *et al.*, 2015; Oomen, 2021). See tähendab, et ka juhul, kui vanemad soovivad lapsi karjääri planeerimisel toetada, ei pruugi neil olla piisavalt ressursi, et kooli karjääritegevustes osaleda. Samuti on piiratud kooli karjääriõpetajate ressursid (aeg, oskused, jätkusuutlikkus, tugi, raha) ning neil ei pruugi olla piisavat ettevalmistust, et pakkuda vanematele põhjalikumaid toetusprogramme (Barnes *et al.*, 2020; Mac Iver *et al.*, 2015; Oomen, 2021).

Rahvusvaheliselt on kasutusel mitmesuguseid karjäärisekkumisi vanemate kaasamiseks nii koolipõhiselt kui kooliväliselt (Barnes *et al.*, 2020), näiteks töötoad vanematele, karjäärimeessid, karjääriüritused, individuaalne nõustamine, veebipõhised programmid ja rakendused. Vanematele suunatud programme peetakse laste karjääri kujundamise toetamisel väga vajalikuks (Ginevra *et al.*, 2015; Lim & You, 2019; Oomen, 2016). Programmis osalemine:

- arendab vanema karjäärialaseid teadmisi ja oskusi (lapse tugevuste märkamine, otsustusprotsessi toetamine, tööturu- ja haridusinfo kasutamine) (Barnes *et al.*, 2020; Ginevra *et al.*, 2015; Oomen, 2016);
- toetab vanema arusaamist tema rollist lapse toetajana ning parandab peresisest suhtlust (Barnes *et al.*, 2020; Ginevra *et al.*, 2015);
- tõstab nii vanema kui lapse enesekindlust ja enesetõhusust (Garcia *et al.*, 2015; Ginevra *et al.*, 2015);
- võimaldab vanematel luua positiivseid suhteid teiste vanematega ning parandab koostööd kooliga (Barnes *et al.*, 2020; Mac Iver *et al.*, 2015; Oomen, 2021).

Programmid täiendavad koolisiseseid vanemaid kaasavaid tegevusi (Lim & You, 2019; Mac Iver *et al.*, 2015). Sekkumised võivad olla tõhusad, sest need aitavad lapsel ja vanemal jõuda selgusele vastastikustes ootustes seoses karjäärivalikutega ning toetavad suhtlemist ja soodustavad lapse autonoomiat ja motivatsiooni (Lim & You, 2019). Eesmärgipärane vanemate kaasamine vähendab negatiivset ja tugevdab positiivset mõju lapse karjääriotsustele, mis toetab last hariduse üleminekuetappides (Mac Iver *et al.*, 2015).

1.4. Probleemipüstitus

Eesti põhikooli ja gümnaasiumi riiklik õppekava paneb koolile kohustuse tagada karjääriõpe ja karjääriteenuste kättesaadavus eesmärgiga kujundada õpilast isiksuseks, kes on valmis elukestvaks õppeks, muutusteks ning oskab teha valikuid ja julgeb otsustada (Gümnaasiumi riiklik õppekava, 2011; Põhikooli riiklik õppekava, 2011). Ühtlasi rõhutab seadusandlus vanema vastutust lapse haridustee kujundamisel, kohustades teda haridusvalikute tegemisel arvestama lapse võimete ja kalduvustega ning vajaduse korral küsima nõu õpetajalt või muult asjatundlikult isikult (Eesti Vabariigi Põhiseadus, 1992; Perekonnaseadus, 2009). Seega eeldatakse, et haridussüsteem toetab last ning vanem on teadlik ja kompetentne partner lapse haridus- ja karjäärivalikute kujundamisel. Kuigi Eesti haridussüsteem näeb ette karjääriõppe ja karjääriteenuste kättesaadavuse, on nende rakendamine koolides ebaühtlane, kooli karjäärispetsialistide väljaõpe ja ressursid piiratud, mistõttu on vanemate järjepidev toetamine sageli tagaplaanil või pole süsteemne (Kallaste *et al.*, 2021; Pedanik *et al.*, 2023).

Teoreetiline ülevaade viitab, et karjäärialane teadlikkus ei kujune üksnes koolikeskkonnas ja noorukieas, vaid on arendatav varases lapseas ning tihedalt seotud peresuhete, vanema hoiakute ja toetamisviisidega. Kui vanemal puudub teadlikkus karjäärivõimalustest ja lapse toetamise viisidest, võib see mõjutada lapse karjäärivalikuid. Arvestades vanema kesket rolli lapse toetajana, on vaja tõsta vanemate karjäärialast teadlikkust ning pakkuda neile vajaduspõhist tuge, mis täiendaks koolipõhiseid karjääritegevusi ning aitaks ennetada laste hariduslike üleminekutega seotud riske.

Eestis ei ole vanematele programmilist sekkumist lapse karjääri kujundamise toetamiseks. Ühtlasi ei ole ka uuritud, mida vanemad vajavad lapse toetamiseks. Rahvusvaheliselt on küll uuritud vanema rolli ja mõju lapse karjääriotsustele, kuid samuti on vähem tähelepanu pööratud vanemate vajadustele lapse karjääri kujundamise toetamisel, millele viitab ka Barnesi jt (2020) uuringuraport. Küll aga toovad Kallaste jt (2021) ja Heina jt (2025) uuringud esile vanemate toevajaduse ja huvi karjäärialaste koolituste vastu. Eeltoodule tuginedes on meie magistritöö eesmärk luua vanemate vajadusi arvestav vanemlusprogramm ja hinnata selle sobivust laste ja noorte karjäärivalikute toetamiseks. Eesmärgi saavutamiseks on püstitatud järgmised uurimisküsimused:

1. Millised on vanemate tajutud vajadused lapse karjääriteekonna toetamisel?
2. Millised on vanemate ettepanekud karjäärituge pakkuvale vanemlusprogrammile?
3. Milline on vanemate vajadusi arvestav programm?
4. Milline on vanemate tagasiside loodud vanemlusprogrammile?

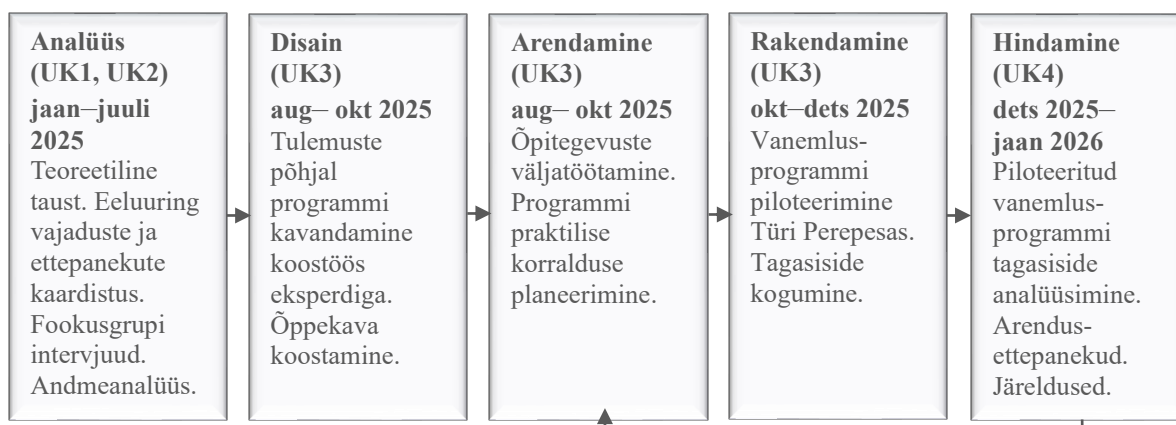
2. Metoodika

Arvestades uurimistöö eesmärki luua vanemlusprogramm ja hinnata selle sobivust, valisime uurimismeetodiks arendusuuringu. Arendusuuring sobib praktiliste probleemide lahendamiseks ning toetab õpidisaini kavandamise protsessi, mis hõlmab probleemi ja vajaduste analüüsi, õpidisaini kavandamist, rakendamist ja hindamist (Aldoobie, 2015). Arendusuuringu aluseks valisime ADDIE mudeli, mis on Misesani jt (2020) sõnul laialdaselt kasutatud õppeprotsesside kavandamisel. ADDIE mudeli selge etapiline loogika andis arendusprotsessile struktureeritud raamistiku. Akronüüm ADDIE sisaldab viite põhietappi: analüüs (*analyze*), disain (*design*), arendus (*develop*), rakendamine (*implement*), hindamine (*evaluate*) (Lasky, 2024).

Arendusuuring võimaldab protsessi kaasata erinevaid osalejaid nii analüüsi kui lahenduse loomise etappidesse (Barab & Squire, 2004), mis ühtib õpidisaini ja andragoogika põhimõtetega, kus rõhutatakse õppija vajaduste ja ootustega arvestamist õppeprotsessi kavandamisel (Misesani *et al.*, 2020; Märja *et al.*, 2021). Seetõttu kaasasime vanemad juba uuringu analüüsi etapis.

Kuigi arendusuuringu protsess on olemuselt paindlik ja võimaldab etapiti edasi-tagasi liikumist (Easterday *et al.*, 2018), oli uuringu mahu ja magistritöö ajaraami tõttu oluline selgelt määratleda uuringu eesmärgid ning kavandada arendusprotsessi tegevused ADDIE mudeli etappide kaupa, et jõuda soovitud tulemuseni (vt joonis 1).

Joonis 1. Arendusuuringu disain ja ajakava



Märkus. Joonisel on tähisega UK1, UK2, UK3, UK4 märgitud uurimisküsimused.

Uurimistöö läbiviimisel järgisime teaduseetika põhimõtteid, mille kohaselt on oluline tagada osalejate anonüümsus ja konfidentsiaalsus (Juurik, 2025; Vihalemm & Seppel, 2025).

Osalejaid teavitasime kirjalikult ning suuliselt uuringu eesmärgist, korraldusest ja andmete kasutamise põhimõtetest ning vabatahtlikkusest.

3. Arendusprotsess

Järgnevalt kirjeldame arendusprotsessi tuginedes ADDIE mudeli etappidele. Igas alapeatükis on kirjeldatud arendustegevused selles etapis ning läbivalt anname detailsema ülevaate valimist, andmekogumise ja andmeanalüüsi meetodist ja tulemustest.

3.1. Eeluuring

Eeluuring kui ADDIE mudeli analüüsi etapp on protsessi kõige olulisem osa, mis seob teoreetilised ja empiirilised andmed ning loob aluse järgmistele etappidele (Aldoobie, 2015; Misesani *et al.*, 2020). Selles etapis selgitatakse välja sihtrühm, kaardistatakse õppijate vajadused ja õpikeskkonna kontekst ning määratletakse õppe-eesmärgid (Aldoobie, 2015; Lasky, 2024).

Uurimistöö probleemtausta mõistmiseks ning teoreetilise aluse loomiseks analüüsisime teemakohast teaduskirjandust, mis toetas järgnevaid arendusotsuseid. Seejärel kavandasime uuringu, milleks määratlesime sobiva valimi, mõtlesime läbi andmekogumismeetodid ning valmistasime ette fookusgrupi intervjuud (intervjuu kava, prooviintervjuu, põhiintervjuude sihtgrupini jõudmise teekond, intervjuu toimumiskoht). Saadud andmed analüüsisime ning tuvastasime teemad, milles vanematel on vähem teadlikkust või tuntakse ebakindlust ning ettepanekud programmi füüsilistele tingimustele kui ka sisule.

3.1.1. Valim

Esimesele ja teisele uurimisküsimusele vastuste saamiseks moodustasime eesmärgipärase valimi, kuna Beilmanni ja Rämmeri (2025) sõnul võimaldab selline valim uurijal lähtuvalt uurimiseesmärgist ise määratleda, keda valimisse kaasatakse. Vanemate tajutud vajaduste esile toomiseks pidasime oluliseks kaasata vanemad, kelle laps õppis uuringu toimumise ajal põhikooli 9. klassis, gümnaasiumis, kutsehariduses või ei töötanud ega õppinud (vt tabel 1).

Tabel 1. Valimi ülevaade

	Intervjuu 1 (FG1) 4 vanemat	Intervjuu 2 (FG2) 5 vanemat	Intervjuu 3 (FG3) 8 vanemat
Laps õpib põhikoolis	3	1	2
Laps õpib gümnaasiumis	1	1	3
Laps õpib kutsekoolis		2	3
Laps ei õpi ega tööta		2	1

Märkus. Tabelis märgitud laste arv tähistab ühte või mitut last sihtgruppi kuulunud vanemal. Tunnuseid FG1, FG2, FG3 on kasutatud andmeanalüüsi peatükis tsitaatidele viitamiseks.

Selline koosseis võimaldas uurida vanemate isiklike kogemusi ja hinnata, millest nad lapse hariduse ülemineku etapis enim puudust tundsid. Kokku viisime läbi kolm fookusgrupi intervjuud: prooviintervjuu veebis, teised silmast silma. Ühes grupis osales 4–8 vanemat.

Prooviintervjuu läbiviimiseks kasutasime mugavusvalimit, mis sobib intervjuu kava testimiseks, võimaldades kaasata kergesti kättesaadavad osalejaid (Beilmann & Rämmer, 2025). Prooviintervjuusse kaasasime vanemad, kelle laps õpib vähemalt põhikooli III astmes või kellel on eelnev kogemus lapse põhikooli ülemineku etapi toetamisel. Fookusgruppidesse osalejate kaasamiseks pöördusime kohalike kontaktide vahendusel ning planeerisime grupi suurusks 5–10 inimest, mis on tüüpiline fookusgrupi suurus (Kellmereit, 2016; Vihalemm & Seppel, 2025). Kokku pöördusime 20 inimese poole, kellest 13 osales intervjuul.

3.1.2. Andmekogumine

Andmekogumiseks kasutasime fookusgrupi intervjuud, mis sobib nii kogemuste ja hoiakute kaardistamiseks kui ka millegi arendamiseks alates sihtrühma vajaduste mõistmisest kuni ideede genereerimise ja arendusotsuste toetamiseni (Kellmereit, 2016). Kuna fookusgrupi intervjuu rõhk on arutelul (Vihalemm & Seppel, 2025), koostasime intervjuu läbiviimiseks ja arutelu toetamiseks poolstruktureeritud intervjuu kava (vt lisa 2). Poolstruktureeritud intervjuu kava aitab hoida fookust teemadel, kuid võimaldab muuta küsimuste järjekorda ning esitada täiendavaid küsimusi, mis omakorda võib esile tuua ka ettenägematuid teemasid (Lepik *et al.*, 2025; Vihalemm & Seppel, 2025).

Intervjuu kava koostamisel arvestasime KOM-mudeliga (SA Innove, 2016), mis aitab mõista ja analüüsida, millistes mudeli valdkondades on vanematel teadlikkust rohkem ja milles on suuremad vajadused. Intervjuu kava koosnes neljast temaatilisest plokist: sissejuhatavad küsimused taustainfoks ja karjääri mõtestamiseks, mille eesmärk oli avada vanemate arusaamad karjäärist; vanemate roll ja vajadused lapse karjääriteekonna toetamisel, mille eesmärk oli kaardistada vanemate kogemusi, teadlikkust ning raskuskohti lapse toetamisel; ettepanekud vanemlusprogrammidele, mille eesmärk oli koguda sisendit programmi korralduse ja sisu kavandamiseks; avatud küsimused, mis võimaldasid osalejatel tuua esile täiendavaid tähelepanekuid ja nende jaoks olulisi aspekte.

Intervjuu kava sobivuse hindamiseks, ajaraami mõistmiseks ning uuringu kvaliteedi ja usaldusväärsuse tõstmiseks viisime 1. mail 2025 valimisse sobivate vanematega läbi prooviintervjuu. Selgitasime uuringu eesmärgi ning leppisime kokku intervjuu toimumise veebikeskkonnas. Veebiintervjuu on sobiv lahendus, kui osalejad asuvad eri paigus ja ühise aja leidmine võib osutuda keeruliseks (Vihalemm & Seppel, 2025). Enne intervjuu toimumist

selgitasime intervjuu protseduuri (salvestamine, andmete kasutamine, konfidentsiaalsuse põhimõtted). Prooviintervjuu tulemusel eemaldasime kavast ühe küsimuse sissejuhatavast osast, mis tekitas vanemates segadust, sest kattus kava teises osas sisulisemate küsimustega. Kuna intervjuu kavas ei olnud olulisi muudatusi ja prooviintervjuu andis väärtuslikku infot, otsustasime andmed kaasata analüüsi. Intervjueeritult küsisime selleks nõusolekut.

Fookusgrupi intervjuud vanematega toimusid silmast silma. Uuringus osalejatele saatsime kirjaliku eelinfo (vt lisa 3), mis sisaldas teavet uuringu eesmärgi, andmekogumise viisi, konfidentsiaalsuse ja osalemise vabatahtlikkuse kohta. Enne intervjuu algust kordasime need põhimõtted üle ning küsisime suuliselt nõusolekut. Intervjuudel osalesime kolmekesi koos, kuid jagasime rollid, mida selgitasime enne intervjuud osalejatele. Üks meist oli intervjuu läbiviija ning teised vaatlejad. Vahemaade tõttu oli üks vaatlejatest füüsiliselt kohal ning teine veebis. Vaatleja ülesanne oli jälgida intervjuu kulgu ning veenduda, et kõik küsimused saavad vastused. Pärast iga intervjuud toimus meie omavaheline lühike refleksioon, et hinnata andmekogumisprotsessi, osalejate reaktsioone ning esilekerkivaid teemasid ja võimalikku uurijate mõju andmekogumisele.

Kõik intervjuud salvestasime diktofoniga osalejate informeeritud, teadlikul nõusolekul. Intervjuude kestsid 1h 52 min – 1h 59 min. Helisalvestisi säilitame Tartu Ülikooli pilvekeskkonnas (TÜ OneDrive), millele on ligipääs üksnes uurimisrühma liikmetel, ning need kustutatakse pärast magistritöö kaitsmist.

3.1.3. Andmeanalüüs

Andmete analüüsimisel kasutasime abduktiivset ja induktiivset sisuanalüüsi. Abduktiivset sisuanalüüsi rakendasime esimese uurimisküsimuse puhul, mis võimaldas seostada kujunenud kategooriaid KOM-mudeliga ning tuua esile ka täiendavaid teemasid. Abduktsioon toetab teooria ja andmete dialoogi ning süvendab tulemuste tõlgendamist, võimaldades samal ajal märgata andmetest esilekerkivaid uusi tähendusi (Earl Rinehart, 2021; Timmermans & Tavory, 2012). Teise uurimisküsimuse andmete analüüsimisel kasutasime induktiivset sisuanalüüsi, mis võimaldas süstematiseerida vanemate ühise arutelu käigus esilekerkinud ideid ja ettepanekuid programmi sisu ja korralduse kavandamiseks. Ühtlasi võimaldab induktiivne analüüs märgata ka uusi teemasid, mida uuringu kavandamisel ei olnud ette näha (Beilmann, 2025).

Andmeanalüüsi alustasime helifailide transkribeerimisega tekstifailideks. Selleks kasutasime Tallinna Tehnikaülikooli kõnetuvastusteenust tekstiks.ee (Olev & Alumäe, 2025). Transkribeeritud intervjuude tekstifailid säilitame Tartu Ülikooli pilvekeskkonnas (TÜ

OneDrive), millele oli ligipääs üksnes uurimisrühma liikmetel. Järgmise etapina võrdlesime transkriptsioonide sisu helisalvestistega, eemaldasime kordussõnad ning parandasime grammatikavead. Vastajad tähistasime pseudonüümidega (nt speaker_01, speaker_02), ning asendasime kõik inimese otsest või kaudset tuvastamist võimaldavad andmed.

Transkriptsioonide maht kokku oli 88 lk, kirjastiil Times New Roman, tähe suurus 10, reavahe 1. Ühe intervjuu transkriptsiooni korrigeerimisele kulus aega umbes kolm tundi.

Andmete analüüsimiseks kasutasime veebipõhist kvalitatiivse sisuanalüüsi rakendust QCMap (Fenzl & Mayring, 2017), mis lihtsustab andmete kodeerimist ja süstematiseerimist. Intervjuude transkriptsioonid kodeerisime uurimisküsimuste kaupa, otsides neist tähenduslikke tekstiosi, millele sõnastasime koodid. Kodeerisime andmeid mitmes etapis ning rakendasime omavahelist kaaskodeerimist, mis on vajalik andmekvaliteedi ja uurimistöö usaldusväärsuse tagamiseks (Busetto *et al.*, 2020). Esmalt kodeeris üks uurijatest intervjuud ning seejärel kodeeris teksti intervjuu läbiviija teadmata eelnevaid koode. Üheskoos võrdlesime koode ja ühtlustasime need arutelu käigus. Pärast seda luges üks meist kõik intervjuud ja tekkinud koodid uuesti läbi ning ühtlustas koodisüsteemi tervikuna. Seejärel grupeerisime koodid temaatilisteks kategooriateks. Esimese uurimisküsimuse andmetest tekkinud koodidest moodustasime kategooriad (vt lisa 4), lähtudes nii KOM-mudeli valdkondadest kui ka esile kerkinud lisateemadest. Saadud tulemused andsid sisendi programmi rõhuasetuse kavandamiseks. Teise uurimisküsimuse andmetest kujunesid kategooriad, mis tõid esile vanemate konkreetsemad ettepanekud programmi sisule ja korraldusele (vt lisa 4).

3.1.4. Tulemused

Eeluuringu tulemused on esitatud uurimisküsimuste ja moodustunud kategooriate kaupa. Analüüsi toetamiseks on kasutatud tsitaate, mis on tekstis esitatud kaldkirjas. Tsitaatidest eemaldatud ebaolulised osad on tähistatud sümboliga (...). Tsitaadi allikas on tähistatud intervjuu koodiga FG1, FG2, FG3.

Vanemate tajutud vajadused lapse toetamiseks

Esimese uurimisküsimusega soovisime teada saada, millised on vanemate tajutud vajadused lapse karjääri kujundamise toetamiseks. Andmete analüüsimisel kasutasime abduktiivset lähenemist ning seostasime tekkinud koodid KOM-mudeli valdkondadega, mille tulemusel moodustusid kategooriad: eneseteadlikkus; võimalused; planeerimine; tegutsemine. Koodidest, mis ei seostunud KOM-mudeli valdkondadega, kujunesid täiendavad kategooriad:

karjääri mõiste tähendus vanematele; lapse toetamine haridusteel; vajadus; sobiv vanus karjääriteemadeks.

Karjääri mõistet seostasid vanemad õppimise ja tööga, pingutuse ja edu saavutamisega. Oluline on võimalus õppida, mida tahad tulevikus teha, et töö meeldiks ning pakuks arenguvõimalusi. *No ikkagi elukutse. Ja töö. Õiged valikud.(...) see töö ikkagi ka pakub arenguvõimalust ja on meeldiv, et see ei ole ainult selline (...) kannatamine, vaid on nagu tore asi, mida sa teed, millest sa lihtsalt palka saad* (FG2). Vähem seostati karjääri kogu elukäigu ja elurollidega, mis on olulised karjäärialase kohanemisvõime kujunemisel, mis viitab karjääri mõiste kitsamale käsitlesele ning vajadusele avardada arusaama.

Eneseteadlikkus kujuneb vanemate arvates läbi katsetamise, kuulamise ja toetava suhtlemise. Peamine viis mõistmaks, mis lapsele sobib, on vanemate arvates hobidega tegelemine. Teadvustatakse, et üha enam on vaja kuulata lapse enda soove. Vanemad mõistavad, et motivatsiooni ei toeta sundimine, kuid vajatakse tuge tasakaalu leidmiseks julgustamise ja lapse soovidega arvestamise vahel. *(...) käis mõnda aega viiulit õppimas, siis talle see enam ei sobinud. (...) Ja mingi paar päeva tagasi sain kuulda kriitikat, et sa ei sundinud mind isegi viiulit edasi õppima (...). Selleks ma nagu valmis ei olnud* (FG2).

Positiivse enesehinnangu toetamiseks peavad vanemad tähtsaks tingimusteta aktsepteerimist, julgustavat tagasisidet ning lapsele ruumi andmist, olles samal ajal usaldav taustajõud. Vanemate arvates vajab laps teadmist, et tema arvamus on oluline ja eksimused on osa õppimisest. Enesehinnangut toetavad vanemate arvates rääkimine ja arutelud. Küll aga tunnevad vanemad puudust oskusest esitada häid küsimusi. Lapse tugevuste märkamine on vanematele keeruline ning nende arvates vajab laps selleks võimalust proovimiseks ja tunnustust.

Võimaluste arutelus selgus, et vanematel puuduvad tihti teadmised karjäärivõimalustest ja haridusteedest, mistõttu on keeruline lapsi toetada. Vanemate arvates sageli lapsed ei tea, mida nad tahavad ja koolilt oodatakse rohkem tuge kogemuste ning valikute tutvustamisel (nt töövarjutamine, projektõpe, koolikülastused). Vanemad rõhutasid lapse teadlikkuse tõstmist läbi kogemuste ning eeskujude mõju karjääriarusaamadele.

Vanemate arvates on oluline, et lapsel oleks teadmine valikuvõimalustest ja et ta saaks ise otsustada, mida ja kuidas proovida. Nad väldivad sundimist ja toetavad katsetamist. Valikute tegemisel usaldatakse lapse teadlikkust ning peetakse tähtsaks, et kogemuste kaudu kujuneks arusaam sellest, mis talle sobib ja meeldib. Vanemad toetavad last õppimise ja tööeluga tutvumisel, kuid loodavad selles ka üsna palju koolile.

Planeerimise kategoorias ilmnes, et vanemad usaldavad karjäärivalikute üle otsustamise lapsele. (...) *ta on suur inimene, valib ise, kuhu ta minna tahab* (FG3). Samas väljendavad vanemad muret laste valmisoleku pärast iseseisvaks eluks ning sellepärast, et laste ootused ja unistused ei ole alati realistlikud. Vanemad rõhutavad õppimise olulisust ning edasiõppimist nähakse pigem normi kui valikuna, pidades pingutust eesmärkide saavutamise loomulikuks osaks. Vanemate sõnul seisneb nende tugi kinnituses, et ollakse lapse jaoks alati olemas ning aidatakse toime tulla tagasilöökidega. Lapsega rääkimist peetakse peamiseks viisiks otsustamise toetamisel.

Tegutsemisel tunnevad vanemad muret, et noored ei näe oma valikute praktilisi tagajärgi ega oska neid realistlikult hinnata. Laps vajab tuge planeerimisel, eesmärkide seadmisel ja valikute läbimõtlemlisel. Oluline on toetus nii emotsionaalseks kui ka praktiliseks toimetulekuks, sh tagasilöökidega hakkamasaamine ja varuplaanide olemasolu. Kuigi vanemad annavad otsustuse lapsele, siis lapse kodust kaugemale kooli minek tekitab pinget ka vanemale. Tõdeti, et alati ei teata erinevate toetusmeetmete ja kulude kohta, mis tekitab vanemas ebakindlust ja takistab õppimist kodust kaugemal.

Lapse toetamisel haridustel näevad vanemad enda rolli eelkõige toetajana, kelle ülesanne on leida tasakaal toetamise, motiveerimise ja lapse autonoomia austamise vahel. Oluliseks peetakse usalduslikku ja hinnanguvaba suhtlust, lapse kuulamist ning ebaõnnestumiste normaliseerimist. Haridust nähakse vältimatu ja väärtusliku osana elust, kus 9. klassi lõpetamine on eelduseks edasiõppimisele, mitte vaba valiku lõpp-punkt. Vanemate hinnangul loob haridus paremad tulevikuvõimalused ning kutseharidust peetakse võrdväärseks teiste haridusteedega. Toetamine väljendub emotsionaalses, vaimses ja praktilises abis, lapse kõrval olemises ning julgustamises ise valikuid tegema ja kogemusi omandama, vältides liigset survestamist.

Vajaduste kategoorias ilmnes, et vanemad ootavad koolilt varasemat ja järjepidevat karjääriteemade käsitlemist, rõhutades praktiliste kogemuste, töövarjupäevade ning eri ametite ja haridusvõimaluste tutvustamise olulisust. Koolilt oodatakse neutraalset ülevaadet kõigist haridusteedest ning õpetajate tuge laste enesejuhtimise, õpistrateegiate ja tugevuste arendamisel. Vanemate sõnul vajavad nad infot kutsehariduse võimalustest, et lapsi paremini toetada. (...) *meil on väga palju ikkagi üsna sellise madala haridustasemega vanemaid. Ma arvan, et nemad ei teegi mitte midagi kodus, sest neil pole õrna aimugi. Nad ikkagi loodavad ainult kooli peale* (...) (FG1).

Vanemate sõnul vajavad nad tuge lapse arengu eripära mõistmisel, otsustusvõime tugevdamisel ja suunamisel, eriti kui lapsel puudub selgus või küpsus karjäärivalikute

tegemiseks. Raske on leida tasakaal lapse iseseisvuse toetamise ja suunamise vahel, ilma et vanema soovid liialt domineeriksid. Keeruline on motiveerida last õppima, selgitada hariduse olulisust ning orienteeruda haridus- ja töövõimalustes. Muret valmistab toimetulek elukorralduslike ja rahaliste väljakutsetega, eriti kui õppimine toimub kodust kaugemal.

Arutelust selgus, et vanematele valmistab raskusi laste probleemide varajane märkamine ning sageli mõistetakse vajadust suurema toe järele alles tagantjäregi. Muret valmistab laste vaimne tervis, motivatsiooni langus ja hirmud. Vanemad tunnevad emotsionaalset pinget lapse toetamisel ning ei ole ka selgust, millise spetsialisti poole pöörduda. (...) *tundub, et su laps on täiesti tavaline ja kuskilt hetkest ta läheb katki (...) ja sa ei ole selleks üldse ette valmistatud. (...) kuidas neid aidata, leida see oma tee, et nad ikkagi saavad hiljem hakkama* (FG2).

Sobiv vanus karjäärитеemadeks kategoorias selgus, et vanemad tajuvad soolisi erinevusi karjääriküpsuses, pidades tüdrukuid eneseteadlikumaks ning poistele põhikooli lõppu keerulisemaks. Murdeiga muudab emotsionaalse suhtluse raskemaks, mistõttu peetakse oluliseks säilitada rahulik ja mõistev hoiak ning teadvustatakse, et teismelise vastupanu on ajutine. Vanemate arvates ei ole vanusepiire karjäärитеemade käsitlemiseks ning eakohaste tegevustega saab alustada juba varakult. Tõdetakse, et tegevusi saab teha ja mingil määral tehakse juba lasteaias, algklassides, kuid see võiks olla teadlikum protsess.

Kokkuvõtvalt näitavad esimese uurimisküsimuse tulemused, et vanemad vajavad tuge lapse karjäärитеekonna toetamisel. Kuigi vanemad näevad end eelkõige lapse emotsionaalse ja sotsiaalse toetajana, ilmneb vajadus arendada nende praktilisi oskusi, mis aitaksid toetada lapse arusaamist iseendast, oskust õppimist kavandada, valikuid põhjendada või seostada haridusteed isiklike huvide ja võimetega. Vanemad tajuvad pinget teismelisega suhtlemisel, tasakaalu leidmisel lapse julgustamisel ja piiramisel. Väärtustatakse praktilisi kogemusi ning oodatakse kooli panust selleks. Tulemused näitavad ka vanemate valmisolekut toetada lapse karjääriarengut juba varases eas.

Vanemate ettepanekud karjäärитеuge pakkuvale vanemlusprogrammile

Teise uurimisküsimusega soovisime teada, millised on vanemate ettepanekud programmi loomiseks. Andmete analüüsimiseks kasutasime induktiivset lähenemist ning tekkinud koodidest moodustasid: programmi tingimused; programmi sisu.

Programmi tingimused kategoorias selgus, et programmi kavandamisel peetakse oluliseks pereliikmete vabatahtlikku kaasamist, hõlmates lisaks vanematele ka teisi lapse toetajaid, et soodustada kodust arutelu ja info liikumist. Vajalikuks peetakse ka lapse osalist

või täielikku kaasamist juhul, kui laps on selleks motiveeritud. Programmi peamiseks sihtrühmaks nähakse III kooliastme ehk 13–16 aastaste laste vanemaid, mil karjäärivalikutega seotud surve on suurem ja vanemad vajavad rohkem tuge.

Ühe kohtumise sobivaks kestuseks peetakse umbes 1,5 tundi, millele peab järgnema paus. Eelistatakse fookustatud ja sisukat formaati. Oluliseks peetakse turvalist ja õdusat keskkonda väljaspool kooliruumi, mis toetab avatust ja kogemuste jagamist. Alternatiivina nähakse ka veebivõimalusi. Programmi sagedus peaks olema paindlik, eelistatult kord kuus pikema perioodi jooksul või lühema aja jooksul intensiivsemalt. Toimumisajana eelistatakse nädalavahetusi.

Programmi jätkutegevustena võiks vanemate arvates tekkida võrgustik, et oma muresid ja kogemusi arutada ning teineteisele tuge pakkuda. *Ja võib-olla võiks selline sõpruskond sellest välja kasvada, et kellega ma saan neid teemasid ka hiljem arutada* (FG1). Samuti mainiti, et kui programm annab baasteadmised, võivad vanemad vajada vajaduspõhiselt personaalset tuge, näiteks individuaalset karjäärinõustamist.

Programmi sisu ettepanekutena toodi, et programmis on oluline selgitada haridussüsteemi ning selles liikumisvõimalusi. Samuti vajatakse teadmisi võimaluste ja erinevate karjääriteede nägemiseks (gümnaasiumid, kutsekoolid) ning kasulikke infoallikaid. Soovitati tutvustada ka kutseharidusreformiga seonduvat. Vanemad vajavad tuge, kuidas lapsega võimalikke valikuid ja karjäärialternatiive arutada. Samuti, kuidas saada selgust, mis lapsele sobib ja kuidas planeerida edasisi samme ning kuidas toetada last, kui ta kahtleb. (...) *kuidas nii-öelda nende lapse kahtlemistega toime tulla, et ka kuidas olla seal toeks, kui ta isegi ei tea. Et see on minu väga suur vajadus hetkel* (FG3). Arvatakse, et kasulik võib olla ka individuaalne karjäärinõustamine, et laps saaks ennast analüüsida, teha teste ja näeks individuaalseid võimalusi. Vanem soovib olla kaasatud.

Vanemate karjäärihoiakute arutelu tõi esile arvamused, et vanemad ja lapsed on sageli mõjutatud edukuse mõtteviisist ja soostereotüüpidest (naiste-meeste ametid) ning mitmeid elukutseid ei väärtustata. Nende arvates võiks programm avardada arusaamu karjääri mitmekesisusest ning võimalustest, samuti mõjutada eelarvamusi kutsekoolide kohta.

Tuge vajatakse teismelisega suhtlemisel ning tema paremaks mõistmiseks, et saada teada, kuidas luua lapsega hea kontakt ja hoida usalduslikku suhet. (...) *kuidas lastega üldse kontakti luua, sest paljud vanemad juba ütlevad, et ma ei saagi oma lapsega rääkida. Et kuidas nendel teemadel võiks lapsevanem vestlust alustada* (...) (FG1). Veel lisati, et programmist tekibki mõtteid, millest lapsega karjääriteemadel rääkida.

Vanemad kirjeldasid sisemist emotsionaalset survet, mis kaasneb ühiskonna eduootusega, kui lapse karjääriritee pole olnud sujuv ning tõstab esile vanema enda toevajaduse vaimsel toimetulekul (...) *võib-olla lapsevanemal endalgi on probleem. Kui ta vajab selle refleksiooni käigus ka ise mingit isiklikku nõu, (...) et võib-olla tuleb esmalt see ära lahendada ja siis ta on valmis ka edasi toetama oma last* (FG1). Programm võiks aidata vanemal aru saada tema toetaja rollist. *Seda programmi on vaja vanematele, et nad saaksid aru, et sa saad ainult oma last suunata, mitte sundida* (FG3).

Vanemad tegid ettepaneku, et programm annaks selge ja arusaadava ülevaate erinevatest spetsialistidest ning tugisüsteemidest, et osata õigel ajal lapsele abi otsida. Samuti rõhutasid nad lähivõrgustiku tundmise olulisust ning olid arvamusel, et alati ei ole vaja pöörduda spetsialisti poole, vaid lapsele võib olla tuge ka usaldusväärsest teisest täiskasvanust. (...) *kui see laps võib-olla minuga hetkel ei saa läbi, aga tegelikult on võib-olla onu kuskil, kellega ta hästi läbi saab (...), tihti ei olegi vaja psühholoogi poole pöörduda. (...) Jah, mis see päris võrgustik selle lapse ümber on?* (FG2).

Programm peaks andma praktilisi tööriistu lapsega suhtlemiseks. Tegevustena nimetati praktilisi situatsiooni- ning rolliharjutusi, suhtlemismeetodeid, vestluskaarte, praktilisi ülesanded. Tegevused peavad olema kaasavad ning oluline on kogemuste vahetamine, arutelud, elulised näited ning edulood. *Minu meelest igasugused sellised vestlused on positiivsed, igal vanemal on oma kogemus, omad mingisugused mured (...)* (FG3). Veel mainiti iseenda kogemuste meenutamist ja reflekteerimist. Ettepanekuna mainiti ka kogukonnaliikmete, vilistlaste ning õpilasesinduse kaasamist kogemuslugude jagamiseks ning huvi pakkusid kutsekoolide ja tööandjate külastused vanemate teadlikkuse avardamiseks.

Vanemad näevad kooli võtmetegurina lapse karjääriteadlikkuse tõstmisel ning mõeldakse, et pikaajalisem vanemate toetamine võiks toimuda kooliga koostöös. Samuti pakuti, et lapse karjääritegevustesse võiks kaasata nii pereliikmeid kui õpetajaid, klassijuhatajaid. Vanemad ootavad programmist eelkõige praktilisi oskusi ja teadmisi lapse toetamiseks. Väga oluline on avatud ja hinnanguvaba suhtlemine ning turvaline ja toetav õhkkond, kus saab vahetada kogemusi ja mõtteid. Vanemate ettepanek on arvestada grupis osalejate tausta ning haridustasemega, et tegevused kohanduksid paremini vanemate ootustega.

Teise uurimisküsimuse tulemusena selgusid vanemate ettepanekud loodava programmi tingimustele ja sisule. Vanemad ootavad karjäärituge pakkuvalt programmilt paindlikku, arutelupõhist ja turvalist formaati väljaspool koolikeskkonda ning et oleks arvestatud osalejate erineva taustaga. Oluliseks peetakse praktilisi meetodeid, kogemuste jagamist, koostööd kooli

ja kogukonnaga. Vanemate arvates on sobiv sihtrühm programmi jaoks 13–16-aastaste laste vanemad. Tehti ettepanek vabatahtlikuna kaasata ka pereliikmeid ja last. Sooviti umbes 1,5-tunniseid kohtumisi, paindlikku ajakava ning jätkutegevusi nt võrgustiku kujunemist ja vajaduspõhist individuaalset tuge.

Programmi sisukokkuvõttena, tuginedes nii esimese kui teise uurimisküsimuse tulemustele, tuleb keskenduda eelkõige järgmistele teemadele: karjääri mõiste avardamine; lapse enesekindluse toetamine (tugevuste märkamine, tasakaal suunamise ja autonoomia vahel, toetavad küsimused); teismelise arengueripära mõistmine; haridus- ja töömaailma võimaluste tundmine; praktilised vahendid lapsega suhtlemiseks ja karjäärivestlusteks; lapse eesmärkide seadmise ja planeerimisoskuse toetamine; toimetulek tagasilööride ja ebakindlusega; vanema toetajarolli teadvustamine; teadlikkus lapse ja vanema vaimse tervise toetamisest ning ülevaade tugivõrgustikust ja spetsialistide võimalustest.

3.2. Sekkumise disain ja arendus

ADDIE mudeli disaini ja arenduse etapis kavandatakse õpiprotsessi terviklahendus analüüsiandmete põhjal ning töötatakse välja õppematerjalid (Aldoobie, 2015; Lasky, 2024). Selles etapis kaasasime kaaskoolitajana karjäärinõustaja Merit Luige, et saada professionaalset tuge programmi kavandamiseks ja läbiviimiseks. Peatükk annab vastuse kolmandale uurimisküsimusele, millega soovisime teada saada, milline on vanemate vajadusi arvestav vanemlusprogramm.

Disaini etapis struktureerisime eeluuringus selgunud sisuteemad ning seostasime need teoreetiliste lähtekohtadega (vt lisa 5). Teemaplokid jagunesid: karjääri kujundamist toetavad teemad KOM-mudeli järgi (eneseteadlikkus, võimalused, planeerimine, tegutsemine); vanema roll ja vaimne tervis (vanema roll, suhtlemine ja karjäärivestlus, lapse mõistmine, vaimne tugi). Protsessis mõistsime, et peame programmi jätkusuutlikkuse ja mõistliku mahu eesmärgil tegema valikuid. Näiteks, intervjuus küsisime vanemate huvi erialaekspertide (psühholoog, pereterapeut jm) kaasamiseks, mille vastu oli huvi, sest arvati, et nii lapsed kui vanemad võivad vajada psühholoogilist tuge. Mõistsime, et ühekordselt võib see olla väärtuslik, kuid kui viia programmi regulaarselt läbi eri piirkondades, muutuks see ressursimahukaks ning keerukaks. Samal põhjusel loobusime kogukonna nt koolipersonal, vilistlased, tööandjad jne kaasamisest. Küll aga andsime tugivõrgustiku teema juures infot erialaspetsialistide tugisüsteemide kohta. Samuti jätsime sisust eraldi teemana välja vanemate soovitud arengupsühholoogia ning sidusime teismelise arengu mõistmise suhtlemise ja karjäärivestlusega. Veel loobusime ettepanekust kaasata pilootprogrammi laps, sest me ei

kaasanud lapsi eeluuringusse, et nende ootusi ja valmisolekut kaardistada. Seejärel ühtlustasime teemade jaotuse KOM-mudeli valdkondadesse, millest kujunes programmile neli moodulit (vt joonis 2).

Joonis 2. Vanemlusprogramm „Vanem kui lapse karjääritee toetaja“

I MOODUL Eneseteadlikkus Karjääri kujundamise põhimõtted. Vanema rollid. Lapse eneseteadlikkuse toetamine (tugevused, huvid, sisemised püüdlused).	II MOODUL Eneseteadlikkus Toetav karjäärivestlus, aktiivne kuulamine ja küsimuste küsimine. Praktilised vahendid vestluseks.	III MOODUL Võimalused Haridus- ja töömaailm. Infoallikad. Lapse toetamine võimaluste avastamisel ja kogemuste saamisel.	IV MOODUL Planeerimine, tegutsemine Eesmärkide seadmine ja sammude kavandamine. Väljakutsetega toimetulek ning toetava võrgustiku määratlemine.
--	--	---	---

Koostöös kaaskoolitajaga koostasime programmile õppekava, milles kirjeldasime programmi eesmärgid, sisu, õpiväljundid (vt lisa 6). Moodulid jaotasime neljale koolituspäevale ning kestuseks planeerisime 3 tundi. Õppekava alusel kavandasime programmile esialgsed sisutegevused, jättes paindlikkuse nende kohandamiseks grupi vajadustele. Tegevuste kavandamisel ja metoodika väljatöötamisel tuginesime täiskasvanute õppimise ning sotsiodünaamilise grupinõustamise põhimõtetele. Täiskasvanute õppimist ja enesearengut toetab eelkõige protsess, mis seostub osalejate varasemate kogemustega, haakub nende igapäevaeluga ning võimaldab aktiivset osalemist ja refleksiooni (Märja *et al.*, 2021; Peavy, 2002). Oluline on luua õppimist ja arengut toetav füüsiline ja vaimne atmosfäär, mis põhineb turvatundel, toetab iseseisvust ja koostööd (Märja *et al.*, 2021; Peavy, 2002). Need põhimõtted ühtivad ka vanemate ettepanekutega, mis rõhutasid kogemuste jagamist, arutelusid, praktilisi tegevusi ning turvalist õhkkonda. Selleks, et neid tingimusi luua, otsustasime grupi suuruseks kavandada 10–16 inimest. Kuigi hea grupidünaamika kujuneb enamasti 5–10 liikmelises grupis (Märja *et al.*, 2021), planeerisime suurema grupi arvestusega, et nelja koolituspäeva jooksul võib tekkida puudumisi ja loobumisi. Programmi toimumiskohaks valisime Türi Perepesa, sest see vastas vanemate kirjeldatud ootustele, et programm toimuks väljaspool koolikeskkonda ning nädalavahetusel. Kavandasime koolituspäevad üle nädala laupäeviti.

3.3. Rakendamine

ADDIE mudeli rakendamise ja hindamise etapis viiakse programm kasutusse ning hinnatakse selle sobivust protsessi jooksul kui ka kokkuvõtvalt (Aldoobie, 2015; Lasky, 2024).

Programmi piloteerimine toimus Türi Perepesas 25. oktoobril, 8. ja 22. novembril ning 6. detsembril 2025 kell 10.00–13.00, sh 15 min paus. Piloteerimise ajal olid jagatud ülesanded

uurimisrühma liikmete vahel. Jane Reiljan-Rajasaar vastutas õpikeskkonna ettevalmistuse ja töövahendite eest, organiseeris kohvi, vee ja kerged suupisted ning oli kontaktisikuks osalejatele. Programmi õpitegevuste juhendajateks olid Annemai Joab ja Merit Luik. Jane Reiljan-Rajasaar ja Pille-Riin Meikop osalesid vaatlejatena ning tegid protsessi käigus märkmeid nii grupidünaamika, osalejate kaasatuse kui ka sisu ja metoodika sobivuse kohta.

Programmis osalenute arv muutus sessioonide lõikes ning peamiselt tingituna töö- ja pereelulistest kohustustest või ajagraafiku kattumistest (vt tabel 2).

Tabel 2. Programmis osalenute arv moodulite kaupa

Moodulid	Osalenute arv
I Karjääri kujundamise põhimõtted. Vanema rollid. Lapse eneseteadlikkuse toetamine.	14
II Toetav karjäärivestlus, aktiivne kuulamine ja küsimuste küsimine. Praktilised vahendid vestluseks.	11
III Haridus- ja töömaailm. Infoallikad. Lapse toetamine võimaluste avastamisel, kogemuste saamisel.	10
IV Eesmärkide seadmine ja sammude kavandamine. Väljakutsetega toimetulemine. Toetava võrgustiku määratlemine.	10

Programmi registreerus 16 vanemat, kellest 3 osales ühel korral, 1 osales kahel korral, 8 osales kolmel korral, 4 osales neljal korral. Igale koolituspäeval andsime osalejatele koduse harjutamise ülesande. Kõigile programmis osalenutele sh neile, kes puudusid mõnel koolituspäeval, saatsime e-postile õppematerjalid (slaidid, töölehed), et oleks võimalus teemadesse iseseisvalt süveneda.

3.3.1. Valim

Sarnaselt eeluuringule moodustasime ka pilootprogrammis osalemiseks eesmärgipärase valimi ning kaasasime 13–16-aastaste laste vanemad ja põhikooli kolmandas astmes õppivate laste vanemad, et tõsta nende teadlikkust toetusviisidest enne lapse hariduse üleminekuetappi jõudmist (vt tabel 2). Valimini jõudmiseks võtsime ühendust Türi Põhikooli juhtkonnaga, kellele tutvustasime magistr töö eesmärki ning pilootprogrammi sisu ja ülesehitust ning küsisime luba kooli ametliku suhtluskanali (Stuudium) kaudu vanemate programmi kutsumiseks ja kuulutuse edastamiseks (vt lisa 7). Lisaks pöördusime otse vanemate poole, kes sobisid sihtrühma ning kellele samuti tutvustasime programmi eesmärki, sisu ja osalemistingimusi. Huvilistele edastasime osalemiskutse, mis sisaldas registreerimisvormi linki (vt lisa 8), kus osalejad andsid nõusoleku Tartu Ülikooli magistr töö raames läbiviidavas arendusuuringu pilootprojekti osalemiseks ning programmile tagasiside andmiseks.

Registreerimise järel edastasime osalejatele täiendava info ajakava ja korralduse kohta. Kõik programmi kaasatud vanemad andsid nõusoleku uuringus osalemiseks. Enne igat kohtumist

saatsime osalejatele meeldetuletuse. Programmi esimese sessiooni alguses selgitasime veelkord üle magistritöö eesmärgi, konfidentsiaalsuse ja andmete kogumise ja kasutamise põhimõtted.

3.4. Hindamine

ADDIE mudeli viimases etapis hinnatakse programmi eesmärkide saavutamist ning vastavust õppijate vajadustele. Arenduse toetamiseks peab hindamine olema anonüümne ning toimub kogu protsessi vältel ja pärast õppeprotsessi hinnatakse tervikdisaini (Aldoobie, 2015).

Hindamise etapp on seotud uuringu neljanda uurimisküsimusega, milles soovisime teada saada, millise hinnangu annavad vanemad programmi sobivusele. Selleks küsisime programmis osalejatelt tagasisidet iga koolituspäeva lõpus. Programmi lõpus lisandusid küsimused tervikdisaini hindamiseks. Saadud andmete ja vaatlajate tähelepanekute arutamiseks toimusid pärast iga koolituspäeva paari päeva jooksul refleksioonikohtumised veebis. Tuginesime Rolfe jt (2001) refleksioonimudelile ning analüüsisime toimunut (*What?*), tõlgendasime tagasisidet ja selle võimalikku mõju (*So what?*) ning määratlesime arendusvajadused (*Now what?*). Refleksioonide kokkuvõtted koondasime eraldi dokumendina arendusmaterjalide hulka ning sidusime meie tähelepanekud järeldustega. Programmi jooksul ei olnud planeeritud sisus vaja teha olulisi muudatusi. Küll aga olime planeerinud rohkem tegevusi kui aeg võimaldas. Olime programmi elluviimisel paindlikud, jälgisime grupidünaamikat ning vajadusel andsime mõneks tegevuseks rohkem aega, kujundasime tegevuse ümber või jätsime ära.

3.4.1. Andmekogumine

Tagasiside kogumiseks koostasime küsimustiku Kirkpatricku neljatasandilise koolituse hindamise mudeli põhjal, mis võimaldab hinnata, kuivõrd programm osalejatele meeldis (reaktsioon); uute teadmiste omandamine (õppimine); tegutsemise muutust (käitumine); mõju sooritusele (tulemus) (Kirkpatrick & Kirkpatrick, 2007). Küsimustikud olid igal koolituspäeval samasugused sisaldades nii suletud Likerti skaala kui ka avatud reflektiivseid küsimusi (vt lisa 9). Koolituse lõppedes kasutasime täiendatud küsimustikku, kuhu olid lisatud küsimused kogu programmi terviklikuks hindamiseks. Küsimustik oli anonüümne ning osalejad täitsid selle kirjalikult koolituspäeva lõpus. Kogutud andmed digitaliseerisime MS Word faili. Teavitasime osalejaid andmete töötlemise põhimõtetest ning nende hävitamisest ja kustutamisest pärast magistritöö kaitsmist.

3.4.2. Andmeanalüüs

Andmete analüüsimiseks kasutasime kvalitatiivset sisuanalüüsi ja kirjeldavat statistikat. Andmed koondasime analüüsimiseks andmetöötlusprogrammi MS Excel. Arvandmete kirjeldamiseks, mis põhinesid viiepallilisel Likerti skaalal, arvutasime aritmeetilised keskmised, et kirjeldada osalejate üldist hoiakut ja hinnangut programmile. Andmed kodeerisime arvulisteks väärtusteks, et saaksime arvutada keskmisi tulemusi järgmiselt: “üldse mitte”-1, “pigem ei olnud”-2, “ei oska öelda”-3, “pigem kasulik”-4, “väga kasulik”-5. Avatud vastuste analüüsimiseks kasutasime kirjeldavat statistikat, sest Kalmus jt (2015) sõnul võimaldab see keskenduda tekstis esilekerkivatele peamistele tähendustele ning nende põhjal teha üldistusi. Koolituspäevade küsimustik tugines Kirkpatricku mudelile, mis võimaldas andmeid analüüsida mudeli neljal tasandil ning programmi tervikdisaini tulemuste analüüs võimaldas esile tuua osalejate üldised hinnangud ja arendusettepanekud.

3.4.3. Tulemused

Nelja koolituspäeva tulemuste kokkuvõte on esitatud Kirkpatricku tasandite lõikes: teemade sobivus ja hinnang õppesessioonidele (reaktsioon), õppimine ja seda toetavad tegurid (õppimine), õpitu rakendamine (käitumine) ning tajutud mõju (tulemus) lapse karjäärialase eneseteadlikkuse toetamisele. Seejärel on esitatud programmi tervikdisaini tulemuste kokkuvõte. Tulemustes esitatud anonüümsed tsitaadid on märgitud kaldkirjas.

Nelja kohtumise kokkuvõte

Teemade sobivus ja hinnang õppesessioonidele (reaktsioon). Kõikide teemade kasulikkust hinnati läbivalt kõrgelt, mis näitab programmi teemade sobivust. Kõrgeima hinnangu sai vanemate tagasiside põhjal kolmanda mooduli teema „Haridus- ja töömaailma võimalused ning infoallikad“ (4,5 viiepalliskaalal), millele järgnesid „Vanema roll lapse karjääri kujundamise toetamisel“ (4,2), „Eesmärkide seadmine ja sammude kavandamine“ (4,1) ning „Lapse eneseteadlikkuse toetamine“ (3,9). Vanemad tundsid koolituspäevadel läbivalt hästi ning esile toodi koolituste väga head ettevalmistust ja sobivat tempot. Soovitusena mainiti rohkem arutelusid ja koolituspäevade pikemat kestust.

Õppimine ja seda toetavad tegurid (õppimine). Vanemad nimetasid peale igat koolituspäeva vähemalt ühe uue teadmise või oskuse, mille nad programmist said. Õpitu rakendamisel tundsid nad end pigem kindlalt (4,2). Vaid üks vanem märkis, et tunneb end pigem ebakindlalt. Õppimist toetasid enim näited, seejärel arutelud ja harjutused ning teemade seostamine isikliku pereeluga. Vanemate tagasiside ja uurimisrühma koolituspäevade

järgse refleksiooni tulemusel mõistsime, et näidete ja arutelude kasutamine suurendas grupi aktiivsust ning isiklike kogemuslugude jagamine toetas teemade sügavamalt mõtestamist.

Õpitu rakendamise kavatsus (käitumine). Vanemate hinnangul võivad õpitu rakendamist takistada lapse ja vanema erinevad päevakavad, ajapuudus ning lapse vähene huvi. Õpitu rakendamist toetavad aja võtmine, harjutamine ja järjepidevus. Vastuste põhjal soovivad vanemad keskenduda peamiselt lapse eneseteadlikkuse toetamisele, teadlikule kuulamisele ja peegeldamisele, avatud vestluskeskkonna loomisele ning infoallikate ühiselt uurimisele. Kuna koduseid harjutusi järjepidevalt ei tehtud, nägime vajadust julgustada vanemaid rohkem kodus harjutama.

Tajutud mõju (tulemus) hindamisel vastasid vanemad, et käsitletud teemad pigem aitavad toetada lapse eneseteadlikkust ja karjäärivalikuid. Vanemate arvates võiks kõige enam last toetada kolmanda mooduli teema (4,5). Programmi jooksul tajusid vanemad mõju eelkõige nende endi käitumise ja suhtlemisviisi muutusele. Vanemad kirjeldasid, et on hakanud rohkem kuulama, esitama avatud küsimusi ning arvestama lapse individuaalsusega. *Kuulan last rahulikumalt ja tähelepanelikumalt, ei suru oma mõtteid peale.* Nende hinnangul aitas programm teadvustada vanema rolli toetajana, mitte otsustajana.

Programmi tervikdisaini tagasiside

Viimasel koolituspäeval küsisime tagasisidet kogu programmile. Küsimustikule vastas 11 vanemat. Neile, kes puudusid viimasel kohtumisel, saatsime küsimustiku e-kirjaga. Osalejate hinnangul vastas kogu programm ootustele. Seitse vastajat hindas programmi vastavust ootustele hinnanguga „väga hästi“ ning 4 vastajat hinnanguga „pigem vastas“. Rahulolematud hinnangud puudusid.

Kõige enam meeldis vanematele kolmanda koolituspäeva teema: karjäärivalikute ja -nõustamise võimalused ning suunamine usaldusväärsetele infoallikatele. Kolm vanemat vastasid, et kogu programm tervikuna oli oluline ja teemad olid omavahel tugevalt seotud. Veel toodi kasulike teemadena esile lapse kuulamise, mõistmise ja peegeldamise oskust ning ruumi loomist lapse individuaalsuse märkamiseks.

Kodused praktilised harjutused pigem aitasid vanemate hinnangul last paremini mõista või toetada (keskmine hinnang 4,13). Kaks vanemat vastasid, et harjutustest ei olnud abi. *Probleem polnud niivõrd harjutustes, kuivõrd meie elukorralduses, et saaks koos segamatult mingit teemat arutleda, ja et mõlema ajagraafik seda lubaks ning ka tuju peaks vastav olema.* Vanemate arvates aitaks harjutuste tegemisele kaasa järjepidevus, lapse ja vanema

koostöövalmidus ning lapse arusaamine harjutuste eesmärgist ja kasust. Samuti töid vanemad esile täiendavate karjäärilaste koolituste vajaduse.

Õpitu rakendamist plaanib järgmise 3 kuu jooksul 10 vastanut, üks ei osanud öelda. Programmi kasu perele seisnes selles, et vanemate hinnangul suhtlus lapsega paraneb, leitakse rohkem ühist aega, mõistetakse lapse vajadusi ja heaolu, suureneb kindlustunne vanemana. Vanemate arvates võivad omandatud teadmised ja oskused tugevdada kogukondlikku suhtlemist ning teadlike täiskasvanute olemasolu võimaldab toetada ja suunata noori, sealhulgas neid, kellel puudub piisav tugi koduses keskkonnas. *Noori saab juhtida õigele teele ja toetada. Ka keegi, kes pole nende lapsevanem – juhul kui lapsevanemad ei hooli lapse tulevikust ja karjäärist.*

Programmi jooksul muutus vanemate arusaam oma rollist lapse karjääri toetamisel. Kui esimesel koolituspäeval päeval kirjeldasid vanemad end pigem suunaja või otsustajana, siis viimasel kohtumisel rõhutati enam kuulamist, lapse individuaalsuse arvestamist ja iseseisvate valikute austamist. *Ei suru enam oma nägemust ja soove peale. Sain aru, kui erinevad me oleme. Mis sobib mulle, ei sobi talle. Vähem suunamist, rohkem kuulamist.* Lisaks panid käsitletud teemad mõtlema vanemaid enda karjäärivalikute peale. *Pean ka enda huvid ja mõtted üle vaatama, mida ma elus edasi päriselt teha tahan.*

Vanemad hindasid programmi ülesehitust sobivaks ega toonud esile olulisi parendusvajadusi. Soovitused puudutasid eelkõige ajakava kohandamist, näiteks programmi jaotamist kahele või kolmele pikema kestusega koolituspäevale. Lisaks rõhutati, et arutelud ja näited olid programmi meeldivaim osa. *Tehke rohkem selliseid koolitusi, eriti head on arutelud ja elust enesest näited.* Kõik vanemad soovitasid seda programmi teistele ning märgiti, et programm oli meeldiv ja vajalik ning kõike oli parasjagu ja ületas nende ootusi.

Tulemuste põhjal selgus, et vanemad hindasid programmi sobivust ja kasulikkust kõrgelt. Programm vastas nende ootustele ning toetas vanema rolli mõtestamist lapse karjääritee toetajana, samuti aitas suurendada vanemate teadlikkust, enesekindlust ja valmisolekut rakendada õpitud igapäevaelus. Seega võib järeldada, et vanemad hindasid programmi sobivaks ning vajadustele vastavaks.

4. Arutelu

Magistritöö eesmärk oli luua vanemate vajadusi arvestav vanemlusprogramm ja hinnata selle sobivust laste ja noorte karjääri kujundamise toetamiseks. Järgnevas arutelus keskendume olulisematele uuringu tulemustele, luues järeldusi, mis on olulised edasiseks programmi rakendamiseks.

Eeluuringu tulemused kinnitasid vanemlusprogrammi vajalikkust, kuna selgus, et vanemad kogevad lapse karjäärivalikute toetamisel ebakindlust ning vajavad selleks teadmisi ja praktilisi oskusi. Esimese uurimisküsimuse tulemused näitasid, et vanemad näevad end eelkõige lapse toetajana, pakkudes emotsionaalset ja sotsiaalset tuge. Kuigi vanemad usaldavad last karjääriotsustes, kogevad nad pinget lapse suunamise ja autonoomia toetamise vahel, kartes, et nende tugi võib mõjuda survestamisena. Sarnaselt Lim ja You (2019) uuringule viitab see vajadusele mõtestada teadlikult vanema rolli lapse karjääri kujundamise toetajana, kuna vanem on lapsele esmatähtis nõuandja ning tema sekkumine võib avaldada nii positiivset kui ka negatiivset mõju. Arvestades, et käesoleva uuringu keskne taotlus on luua positiivset mõju läbi teadlikumate lapsevanemate, on oluline tõdeda, et vanemad ise tajuvad samuti vajadust oma rolli paremaks mõistmiseks.

Uuringu tulemused näitasid, et vanemate teadlikkust karjääripädevustest on vaja tõsta igas KOM-mudeli valdkonnas (vt lisa 1). Vanemad kirjeldasid mitmeid viise, kuidas nad last toetavad, eelkõige võimaluste loomise kaudu, näiteks hobidega tegelemise soodustamine. Samas kirjeldati vähem praktilisi tegevusi, mida lapse karjääripädevuste arendamiseks tehakse. Võib arvata, et vanemad toetavad last juba mitmel viisil, kuid ei tee seda alati teadlikult.

Samuti on vaja avardada vanemate arusaamist karjäärist kui pidevast arenguprotsessist. Vanemad väärtustavad haridust ning neil on üldine arusaam karjääri arengust, kuid seostavad karjääri mõistet kitsamalt hariduse ja tööga, mitte sedavõrd elukestva protsessina, millele viitavad Hirschi jt (2022). Lapse eneseteadlikkuse arendamiseks peetakse oluliseks arutelusid, kuid vajatakse tuge suhtlemis- ja vestlusoskuste arendamiseks. Vestluste positiivset mõju lapse karjääri kujundamisele on nimetanud ka Barnesi jt (2020) uuring, tuues välja, et see soodustab teadlikumate karjääristrateegiate kasutamist.

Lisaks ilmnes, et vanemad ootavad tuge koolilt, eriti karjääriinfo vahendamisel ning lapsele erinevate haridus- ja töövõimaluste tutvustamisel. See näitab, et kool on vanemate silmis oluline partner lapse karjääriteadlikkuse toetamisel. Samas võib selline ootus olla seotud vanemate enda ebakindlusega karjääriinfos orienteerumisel ning vähese teadlikkusega võimalustest, mistõttu on vaja neile tutvustada peamisi info leidmise võimalusi.

Teise uurimisküsimuse tulemuste põhjal selgus, et vanemad soovivad programmist eelkõige praktilisi teadmisi ja oskusi, mis aitaks neil lapsega suhelda, toetada tema eneseteadlikkuse kujunemist ning mõista haridus- ja töömaailma võimalusi. Ettepanekutest selgus vajadus viia programm läbi väljaspool koolikeskkonda ja nädalavahetustel ning oluliseks peetakse turvalist ja arutelupõhist keskkonda, kus saab jagada kogemusi ja

teeneteiselt õppida. Need ootused ühtivad Barnesi jt (2020) uuringus esitatud soovitustega vanematele suunatud programmide kavandamiseks ning viitavad ühtlasi vanemate kaasamise keerukusele. Sellest võib järeldada, et õppimise kontekst ja keskkond ning aeg mõjutavad oluliselt vanemate valmisolekut koolitusel osaleda, mistõttu võib olla vajalik eeltöö nende tingimuste täitmiseks.

Uuringu tulemustest saab veel esile tuua, et vanemad võivad vajada rohkem tuge ja eraldi lähenemist olukordades, kus lapse karjääriritee ei ole olnud sujuv. Selgus, et vanemad kogevad sellistes olukordades emotsionaalset pinget ning ei tea, millise spetsialisti poole pöörduda või millal on õige aeg lapsele või endale abi otsida. Sageli mõistetakse vajadust toe järele alles hiljem. Seetõttu on oluline toetada vanemaid lähima ja laiema tugivõrgustiku mõistmisel ning suurendada nende teadlikkust olemasolevatest tugisüsteemidest.

Kolmanda uurimisküsimuse tulemusena selgus, milline on lapse karjäärivalikuid toetav vanemlusprogramm, mis tugineb vanemate vajadustele. Kuigi eeluuring andis rikkalikku infot, tuli programmi kavandamisel mõelda selle jätkusuutlikule rakendamisele ning teha valikuid sisu ning mahu kavandamisel. Otsustasime loobuda mitmetest väärtuslikest, kuid ressursimahukatest komponentidest, nagu erialaekspertide ja kooli personali ning lapse kaasamine. Neid vajadusi saab edaspidi käsitleda eraldi koolitusena. Küll aga toetas programmi kavandamist eeluuringu tuginemine KOM-mudelile. Selle tulemusel oli võimalik selgunud teemad struktureerida KOM-mudeli alusel ja seostada vanemate vajadused karjääri kujundamise pädevustega ning terviku loomiseks sai puudutada programmis ka neid pädevusi, milles teadlikkust vähem esile tuli, nt eesmärkide seadmine, otsustamise toetamine. Karjääripädevuste arendamine on oluline, kuna see toetab indiviidi karjäärialast kohanemisvõimet ning toimetulekut erinevate üleminekutega (Marciniak *et al.*, 2022). Seetõttu oli põhjendatud nende teadlik sihipärane integreerimine programmi ka juhul, kui need ei ilmnunud eeluuringus esmaste vajadustena.

Programmi piloteerimine näitas, et Perepesa keskkond ning ajakava sobisid vanematele. Samuti osutus põhjendatuks suurem piirarv osalejate registreerumiseks programmi, kuna ootuspäraselt esines loobumisi ning puudumisi perekondlike, tervislike või muude kohustuste tõttu. Läbivalt oli kohal kümmekond vanemat, mis on Märja jt (2021) sõnul sobiv arv heaks grupidünaamika kujunemiseks.

Neljanda uurimisküsimuse tulemused näitasid vanemate hinnanguid loodud programmile. Tagasiside analüüsi põhjal võib järeldada, et programm vastas vanemate ootustele. Sarnaselt varasemalt uuritud sekkumistele (Barnes *et al.*, 2020; Oomen, 2021) viitavad vanemate hinnangud sellele, et programmis osalemine toetas nende teadlikkuse ja

enesekindluse kasvu ja andis oskusi lapse karjääriteekonna toetamiseks. Õppimist toetasid arutelud, näited ja praktilised harjutused, mis aitasid siduda teemasid igapäevaeluga. Vanemad tõid esile vajaduse suurendada arutelude osakaalu, mis viitab täiskasvanud õppijate eelistusele õppida kogemuse kaudu. See tähendab, et arutelude osakaalu võib programmis veelgi suurendada, kuid see võib sõltuda grupiliikmetest ja oluline on ka hoida fookust, et õpieesmärgid ja kogemuste vahetamine oleksid tasakaalus.

Olulise järeldusena ilmnes, et programm mõjutas vanemate rollitaju. Vanemad märkasid muutust suunavast rollist rohkem toetava ja kuulava rolli suunas. See tulemus seostub Ginevra jt (2015) käsitlusega, mille kohaselt vanema ja lapse rollitaju mõjutab oluliselt karjääriotsuste kujunemist ning loob eelduse lapse arengut toetavamaks vanemlikuks sekkumiseks (Lim & You, 2019). Lisaks tajusid vanemad positiivset mõju peresuhetele ning kasvas kindlustunne ja teadlikkus lapse individuaalsusest, tema vajadustest. Samuti nägid vanemad võimalikku positiivset mõju kogukonna tasandil, mida toovad esile ka Barnesi jt (2020), Ginevra jt (2015), Oomeni (2021) uuringud. Programm soodustab vanematevahelise võrgustiku kujunemist ning vanemate hinnangul võib teadlik vanem olla toeks ka neile lastele, kellel kodune tugi puudub. Märkimisväärne on ka see, et programm suunas vanemaid reflekteerima iseenda karjäärivalikuid, mis viitab programmi võimalikule mõjule elukestva õppe ja karjääriarengu kontekstis. Samuti tõusis vanemate seas huvi karjäärialaste koolituste vastu.

Kokkuvõttes võib järeldada, et loodud programmi sisulised ja korralduslikud valikud vastasid vanemate vajadustele ja ootustele, olenemata sellest, et kõiki teemasid ei kaasatud programmi. Vanemate tagasiside põhjal saab öelda, et programm toetas nende teadlikkust, enesekindlust ja oskusi lapse karjääri kujundamise toetamisel. Kuigi vanemad ei pruugi alati teadvustada oma vajadust karjäärialaste teadmiste järele, aitab programmis osalemine avardada nende arusaamu ning toetada teadlikumat tegutsemist.

Tulemuste tõlgendamisel tuleb arvesse võtta, et eeluuringu valim oli väike ja piirkondlik. Lisaks erinesid fookusgruppides osalenute arvud ja suuremas grupis võis jääda mõne vanema arvamus tagaplaanile. Väiksem grupp andis võimaluse põhjalikumaks aruteluks. Eeluuringus ja pilootprogrammis võisid osaleda pigem motiveeritud ja teadlikumad vanemad, mistõttu võivad tulemused erineda mitmekesisema (erineva haridustaseme ja sotsiaalmajandusliku taustaga vanemad) valimi puhul. Programmi ühekordne piloteerimine ei toonud esile suuri arendusvajadusi, kuid kindlasti ilmnevad need järjepideval rakendamisel. Samuti peab arvestama, et tagasiside küsimustik sisaldas kaheosalisi küsimusi, mis võis mõjutada tulemuste täpsust. Edasisel rakendamisel tuleb küsimustik korrigeerida.

Edaspidi võib kaaluda programmi ka lapse või pereliikme kaasamist. Veel võib proovida jaotada programm kolmele koolituspäevale, iga kohtumine näiteks neli tundi ja pausid arvestada lisaks. Kindlasti on vajalik erinevatele sihtgruppidele kohandamine, näiteks toevajadusega noorte vanemate toetamine. Eraldi lähenemist võib vajada NEET noorte vanemate toetamine, kus võiks tähelepanu pöörata ka vaimse tervise teemadele.

Magistritöö praktiline väljund on loodud programm, mis on väiksemate kohandustega rakendamisvalmis. Programmi piloteerimisega lõime koostöö Perepesade võrgustikuga, mille kaudu jätkame programmi rakendamist ja arendamist. Tulevikus saab programmi pakkuda ka näiteks maakondlike arenduskeskuste ja koolide vahendusel. Programmi pikaajaline rakendamine võimaldab viia läbi süstemaatilisi mõju-uuringuid ning hinnata selle tegelikku tulemuslikkust ja arendada programmi teaduspõhiseks sekkumiseks.

Tänuõnad

Täname uuringus osalenud vanemaid, kes panustasid meie magistritöö valmimisse. Eriline tänu kuulub Kerli Kõivule, Merit Luigele ja Pihel Hundile ning uurimisrühma liikmetele sisuka koostöö ja ühise refleksiooni eest kogu protsessi vältel. Täname oma kursusekaaslast ja õppejõude toetuse ning väärtusliku tagasiside eest. Täname oma lähedasi toetuse eest. Samuti täname Antsla noortekeskust Türi Põhikooli koostöö eest ning Türi Perepesa programmi piloteerimise võimaldamise eest.

Autorsuse kinnitus

Magistritöösse panustasime ühiselt. Teooria kirjutas Annemai. Ühiselt koostasime intervjuu kava, osalesime intervjuudel ning analüüsisime andmed. Programmi sisu loomise ja juhendamisega tegelesid Annemai ja Merit, Jane tagas programmi toimumiskoha, osalejad ning kulude katte. Jane ja Pille-Riin koostasid tagasiside ankeedi ja tegelesid andmete kogumisega. Tagasiside andmed analüüsis Pille-Riin. Metoodika, tulemused ja arutelu kirjutasime ühiselt, kirjutatud üle vaadates ja täiendades teineteise tekste.

Kinnitame, et oleme koostanud käesoleva lõputöö ise, panustanud ühiselt selle valmimisse ning toonud korrektselt välja teiste autorite ja toetajate panuse. Lõputöö kirjutamisel kasutasime tehisintellekti abi vaid keelelise väljenduse parandamiseks. Töö on koostatud lähtudes Tartu Ülikooli haridusteaduste instituudi lõputöö nõuetest ning on kooskõlas heade akadeemiliste tavadega.

Annemai Joab

Jane Reiljan-Rajasaar

Pille-Riin Meikop

/allkirjastatud digitaalselt/

/allkirjastatud digitaalselt/

/allkirjastatud digitaalselt/

Kasutatud kirjandus

- Akkermans, J., Schaufeli, W. B., Brenninkmeijer, V., & Blonk, R. W. B. (2013). The role of career competencies in the Job Demands—Resources model. *Journal of Vocational Behavior*, 83(3), 356–366. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2013.06.011>
- Aldoobie, N. (2015). ADDIE Model. *American International Journal of Contemporary Research*, 5(6), 68–72.
http://www.aijcrnet.com/journals/Vol_5_No_6_December_2015/10.pdf
- Barab, S., & Squire, K. (2004). Design-Based Research: Putting a Stake in the Ground. *Journal of the Learning Sciences*, 13(1), 1–14.
https://doi.org/10.1207/s15327809jls1301_1
- Barnes, S.-A., Bimrose, J., Brown, A., Gough, J., & Wright, S. (2020). *The role of parents and carers in providing careers guidance and how they can be better supported: Evidence report*. University of Warwick.
- Beilmann, M. (2025). Kvantitatiivne ja kvalitatiivne uurimisviis. M. Beilmann, S. Opermann ja D. Kutsar (toim). *Sotsiaalse Analüüsi Meetodite ja Metodoloogia õpibaas*.
<https://samm.ut.ee/kvantitatiivne-ja-kvalitatiivne-uurimisviis/>
- Beilmann, M., & Rämmer, A. (2025). Valimi moodustamine. M. Beilmann, S. Opermann ja D. Kutsar (toim). *Sotsiaalse Analüüsi Meetodite ja Metodoloogia õpibaas*.
<https://samm.ut.ee/valimi-moodustamine/>
- Busetto, L., Wick, W., & Gumbinger, C. (2020). How to use and assess qualitative research methods. *Neurological Research and Practice*, 2(1), 14.
<https://doi.org/10.1186/s42466-020-00059-z>
- Crowley, J. L., & High, A. C. (2018). Parents' information seeking during adolescent career development: A test of the theory of motivated information management. *Journal of Applied Communication Research*, 46(3), 348–367.
<https://doi.org/10.1080/00909882.2018.1468570>
- De Vos, A., Van Der Heijden, B. I. J. M., & Akkermans, J. (2020). Sustainable careers: Towards a conceptual model. *Journal of Vocational Behavior*, 117, 103196.
<https://doi.org/10.1016/j.jvb.2018.06.011>
- Earl Rinehart, K. (2021). Abductive Analysis in Qualitative Inquiry. *Qualitative Inquiry*, 27(2), 303–311. <https://doi.org/10.1177/1077800420935912>
- Easterday, M. W., Rees Lewis, D. G., & Gerber, E. M. (2018). The logic of design research. *Learning: Research and Practice*, 4(2), 131–160.
<https://doi.org/10.1080/23735082.2017.1286367>

- Eesti Vabariigi Põhiseadus*. (1992). Riigi Teataja I, 15.05.2015.
<https://www.riigiteataja.ee/akt/115052015002?leiaKehtiv>
- Euroopa Komisjon. (2015). *Koolipoliitika. Terviklik käsitus koolist väljalangemise tõkestamiseks*. Hariduse ja kultuuri peadirektoraat. Haridus ja koolitus 2020: koolipoliitika. https://education.ec.europa.eu/sites/default/files/document-library-docs/policy_rec_estonian_final.pdf
- Fenzl, T., & Mayring, P. (2017). *QCAmap: Eine interaktive Webapplikation für Qualitative Inhaltsanalyse*. <https://doi.org/10.23668/PSYCHARCHIVES.11259>
- Garcia, P. R. J. M., Restubog, S. L. D., Bordia, P., Bordia, S., & Roxas, R. E. O. (2015). Career optimism: The roles of contextual support and career decision-making self-efficacy. *Journal of Vocational Behavior*, 88, 10–18.
<https://doi.org/10.1016/j.jvb.2015.02.004>
- Ginevra, M. C., Nota, L., & Ferrari, L. (2015). Parental Support in Adolescents' Career Development: Parents' and Children's Perceptions. *The Career Development Quarterly*, 63(1), 2–15. <https://doi.org/10.1002/j.2161-0045.2015.00091.x>
- Gümnaasiumi riiklik õppekava*. (2011). Riigi Teataja I, 2023.03.08.
<https://www.riigiteataja.ee/akt/129082014021?leiaKehtiv>
- Halim, L., Abd Rahman, N., Zamri, R., & Mohtar, L. (2018). The roles of parents in cultivating children's interest towards science learning and careers. *Kasetsart Journal of Social Sciences*, 39(2), 190–196. <https://doi.org/10.1016/j.kjss.2017.05.001>
- Haridus- ja Teadusministeerium. (2025). *Haridus- ja Teadusministeeriumi tulemusvaldkonna „Tark ja tegus rahvas“ 2024. Aasta tulemusaruanne*.
- Hein, K., Kõiv, K., & Jaanimägi, T. (2025). *Kagu-Eesti lapsevanemate vajadused. Uuringu raport*. Sa võrumaa Arenduskeskus. <https://vorumaa.ee/wp-content/uploads/2025/07/26.06.25-Kagu-Eesti-vajaduste-uuring-raport.pdf>
- Hirschi, A., Zacher, H., & Shockley, K. M. (2022). Whole-Life Career Self-Management: A Conceptual Framework. *Journal of Career Development*, 49(2), 344–362.
<https://doi.org/10.1177/0894845320957729>
- Hirschi, A., & Wilhelm, F. (2025). Career Self-Management Competencies: Conceptualization and Measurement Based on a Career Self-Regulation Framework. *Journal of Career Assessment*, 10690727251391209. <https://doi.org/10.1177/10690727251391209>
- Jackson, D., & Lambert, C. (2025). Adolescent parent perceptions on sustainable career opportunities and building employability capitals for future work. *Educational Review*, 77(1), 60–82. <https://doi.org/10.1080/00131911.2023.2182763>

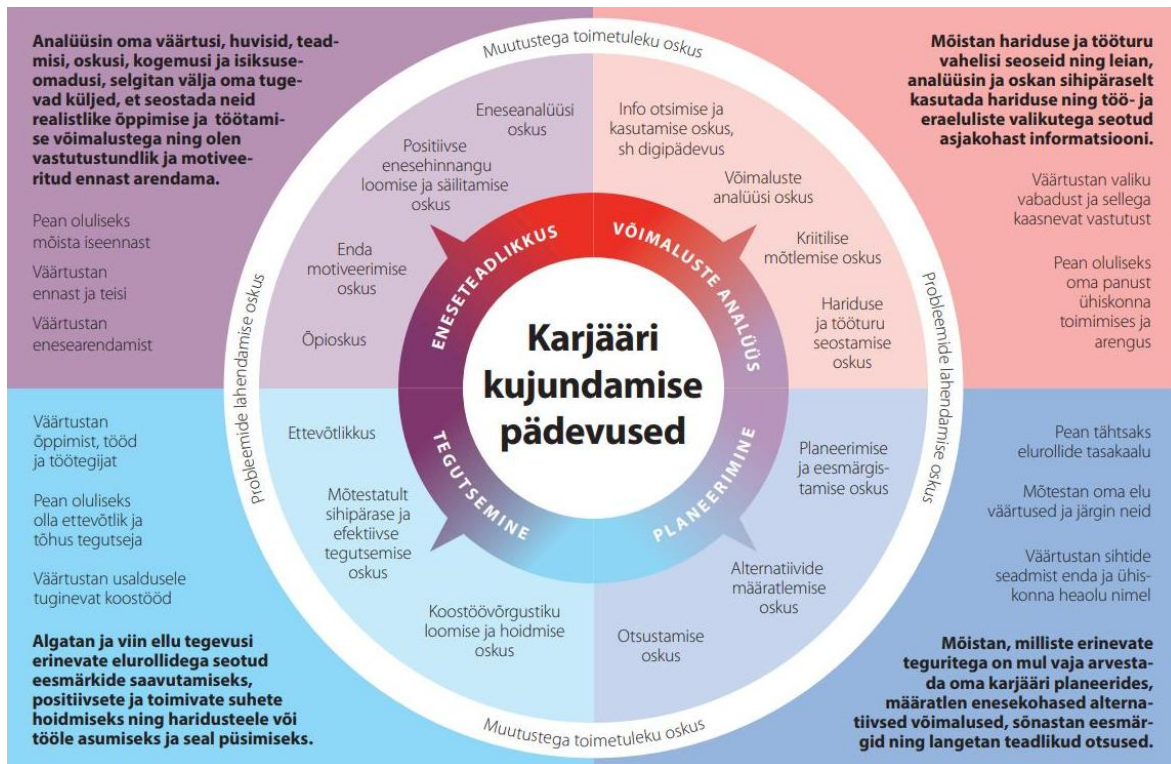
- Juurik, M. (2025). Isikuandmete töötlemine sotsiaalteaduslikes uuringutes. M. Beilmann, S. Opermann ja D. Kutsar (toim). *Sotsiaalse Analüüsi Meetodite ja Metodoloogia õpibaas*. <https://samm.ut.ee/isikuandmete-tootlemine-sotsiaalteaduslikes-uuringutes/>
- Kallaste, E., Lang, A., Lillemets, Sandre, S.-L., & Sõmer, M. (2021). *Karjääriteenused Eestis: Teel terviklahenduseeni*. Eesti Rakendusuuringu Keskus Centar. https://centar.ee/pdf/ee/2021_Karjaariteenused_Eestis_teel_terviklahenduseeni.pdf
- Kalmus, V., Masso, A., & Linno, M. (2015). Kvalitatiivne sisuanalüüs. K. Rootalu, V. Kalmus, A. Masso, ja T. Vihalemm (toim). *Sotsiaalse Analüüsi Meetodite ja Metodoloogia õpibaas*. <https://samm.ut.ee/kvalitatiivne-sisuanalyys/>
- Kellmereit, B. (2016). Focus Groups. *International Journal of Sales, Retailing and Marketing*, 4(9). *Special Issue: Research Methodology*, 42–52.
- Kirkpatrick, D. L., & Kirkpatrick, J. D. (2007). *Implementing The Four Levels. A Practical Guide for Effective Evaluation of Training Programs*. Berrett-Koehler Publishers, Inc.
- Lasky, J. (2024). ADDIE model. *EBSCO Knowledge Advantage*. <https://www.ebsco.com/research-starters/education/addie-model>
- Lepik, K., Harro-Loit, H., Kello, K., Linno, M., Selg, M., & Strömpl, J. (2025). Intervjuu. K. Rootalu, V. Kalmus, A. Masso, ja T. Vihalemm (toim). *Sotsiaalse Analüüsi Meetodite ja Metodoloogia õpibaas*. <https://samm.ut.ee/intervjuu/>
- Lim, S. A., & You, S. (2019). Long-Term Effect of Parents' Support on Adolescents' Career Maturity. *Journal of Career Development*, 46(1), 48–61. <https://doi.org/10.1177/0894845317731866>
- Mac Iver, M. A., Epstein, J. L., Sheldon, S. B., & Fonseca, E. (2015). Engaging Families to Support Students' Transition to High School: Evidence from the Field. *The High School Journal*, 99(1), 27–45. <https://doi.org/10.1353/hsj.2015.0016>
- Marciniak, J., Johnston, C. S., Steiner, R. S., & Hirschi, A. (2022). Career Preparedness Among Adolescents: A Review of Key Components and Directions for Future Research. *Journal of Career Development*, 49(1), 18–40. <https://doi.org/10.1177/0894845320943951>
- McMahon, M., & Watson, M. (2022). Career development learning in childhood: A critical analysis. *British Journal of Guidance & Counselling*, 50(3), 345–350. <https://doi.org/10.1080/03069885.2022.2062701>
- Misesani, D., Janggo, W. O., & Wuwur, M. S. N. (2020). Need Analysis in ADDIE Model to Develop Academic Speaking Materials. *Ethical Lingua: Journal of Language Teaching and Literature*, 7(2), 438–446. <https://doi.org/10.30605/25409190.226>

- Märja, T., Jõgi, L., & Lõhmus, M. (2021). *Andragoogika. Raamat täiskasvanute õppimisest ja õpetamisest*. Atlex OÜ ja autorid.
- OECD. (2024). *Teenage career uncertainty: Why it matters and how to reduce it?* (OECD Education Spotlights No. 16; OECD Education Spotlights, Kd 16).
<https://doi.org/10.1787/e89c3da9-en>
- Olev, A., & Alumäe, T. (2025). Open source platform for Estonian speech transcription. *Language Resources and Evaluation*, 59(4), 4421–4438.
<https://doi.org/10.1007/s10579-024-09777-1>
- Oomen, A. (2016). Parental involvement in career education and guidance in secondary education. *Journal of the National Institute for Career Education and Counselling*, 37(1), 39–46. <https://doi.org/10.20856/jnicec.3707>
- Oomen, A. (2021). Involving Students, Parents and Community in Career Development Services in Secondary Schools. *The Journal for Specialists in Group Work*, 46(1), 32–47. <https://doi.org/10.1080/01933922.2020.1856251>
- Oomen, A., & Plant, P. (2014). Early School Leaving and Lifelong Guidance. *ELGPN Concept Note No.6. University of Jyväskylä*.
<https://www.elgpn.eu/publications/browse-by-language/english/elgpn-concept-note-no.-6-early-school-leaving-and-lifelong-guidance/>
- Peavy, V. R. (2002). *Sotsiodünaamiline nõustamine: Abiks praktikule*. INNOVE Elukestva Õppe Arendamise SA.
- Pedanik, R., Lillemets, A., Kostabi, E., Aps, J., & Kotov, K. (2023). *Piirkondlike karjääriteenuste mudelite teenusedisain*. Sotsiaalse Innovatsiooni Labor.
https://harno.ee/sites/default/files/documents/2023-12/Tutvu%20ka%20piirkondlike%20karj%C3%A4%C3%A4riteenuste%20mudeli%20raportiga_0.pdf
- Peditzi, M. L., Fadda, R., & Lucarelli, L. (2022). Risk and Protective Factors Associated with Student Distress and School Dropout: A Comparison between the Perspectives of Preadolescents, Parents, and Teachers. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(19), 12589. <https://doi.org/10.3390/ijerph191912589>
- Perekonnaseadus. (2009). Riigi Teataja I, 06.07.2023.
<https://www.riigiteataja.ee/akt/13330603?leiaKehtiv>
- Psifidou, I., Mouratoglou, N., & Farazouli, A. (2021). The role of guidance and counselling in minimising risk factors to early leaving from education and training in Europe.

- Journal of Education and Work*, 34(7–8), 810–825.
<https://doi.org/10.1080/13639080.2021.1996545>
- Põhikooli riiklik õppekava. (2011). Riigi Teataja I 2024, 08, 10.
<https://www.riigiteataja.ee/akt/129082014020?leiaKehtiv>
- Rolfe, G., Freshwater, D., & Jasper, M. (2001). *Critical reflection for nursing and the helping professions: A user's guide*. London: Palgrave Macmillian.
- SA Innove. (2016). *Karjääri kujundamise pädevuste mudel*.
https://www.innove.ee/wpcontent/uploads/2017/11/KOM_kirjeldus_29_12_2017-1.pdf
- Savickas, M. L., Nota, L., Rossier, J., Dauwalder, J.-P., Duarte, M. E., Guichard, J., Soresi, S., Van Esbroeck, R., & Van Vianen, A. E. M. (2009). Life designing: A paradigm for career construction in the 21st century. *Journal of Vocational Behavior*, 75(3), 239–250. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2009.04.004>
- Schweitzer, L., Lyons, S., & Smith, C. J. (2023). Career Sustainability: Framing the Past to Adapt in the Present for a Sustainable Future. *Sustainability*, 15(15).
<https://doi.org/10.3390/su151511800>
- Super, D. E. (1980). A life-span, life-space approach to career development. *Journal of Vocational Behavior*, 16(3), 282–298. [https://doi.org/10.1016/0001-8791\(80\)90056-1](https://doi.org/10.1016/0001-8791(80)90056-1)
- Timmermans, S., & Tavory, I. (2012). Theory Construction in Qualitative Research: From Grounded Theory to Abductive Analysis. *Sociological Theory*, 30(3), 167–186.
<https://doi.org/10.1177/0735275112457914>
- Ulrich, A., Frey, A., & Ruppert, J.-J. (2018). The Role of Parents in Young People's Career Choices in Germany. *Psychology*, 09(08), 2194–2206.
<https://doi.org/10.4236/psych.2018.98125>
- Urmann, H., Remmik, M., Roos, L., & Espenberg, S. (2021). *Õpilaste arengu ja koolivahetuse toetamine erinevat tüüpi põhikoolides*. Tartu Ülikool RAKE.
https://www.hm.ee/sites/default/files/documents/2022-10/iii_kooliaste_uuringuaruanne.pdf
- Vihalemm, T., & Seppel, K. (2025). Fookusgrupi intervjuu. M. Beilmann, S. Opermann ja D. Kutsar (toim). *Sotsiaalse Analüüsi Meetodite ja Metodoloogia õpibaas*.
<https://samm.ut.ee/fookusgrupi-intervjuu/>

Lisad

Lisa 1. Karjääri kujundamise pädevuste mudel (SA Innove, 2016)



PÄDEVUS	PÄDEVUSE KIRJELDUS	OSKUSED	HOIAKUD, VÄÄRTUSED
ENASETEADLIKKUSE ARENDAMINE Õppija analüüsib oma väärtusi, võimeid, huvisid, teadmisi, oskusi, kogemusi ja isiksuseomadusi, selgitab välja oma tugevad küljed, et seostada neid realistlike õppimise ja töötamise võimalustega ning on vastutustundlik ja motiveeritud ennast arendama.	1.1 Eneseanalüüsi protsessi, komponentide, vahendite ja võimaluste tundmine. 1.2 Enese tundmaõppimine läbi teadliku ja eesmärgistatud eneseanalüüsi. Eneseanalüüsi oskuste arendamine. 1.3 Positiivse mina-pildi ja enesehinnangu kujundamine ja hoidmine. 1.4 Elukestvas ja koostöises õppes osalemist toetavate õpioskuste arendamine ja motivatsiooni hoidmine.	Eneseanalüüsi oskus Positiivse enesehinnangu loomise ja säilitamise oskus Enda motiveerimise oskus Õpioskus	Pean oluliseks mõista iseennast Väärtustan ennast ja teisi Väärtustan enesearendamist
VOIMALUSTE ANALÜÜS Õppija mõistab hariduse ja tööturu vahelisi seoseid ning leiab, analüüsib ja oskab sihipäraselt kasutada haridustee ning töö- ja eraeluliste valikutega seotud asjakohast informatsiooni.	2.1 Töömaailma muutuste, tööturu üldise olukorra ja tuleviku prognooside ning erinevate ameti- ja kutsealade tegevuste tundmine. 2.2 Hariduse ja tööturu vaheliste seoste mõistmine ning õppimisvõimalustega seotud infoallikate tundmine. 2.3 Enese vajadusest tuleneva haridus- ja töömaailma info kasutamine lühi- ja pikaajalise haridustee ja tööelu kavandamiseks.	Info otsimise ja kasutamise oskus, sh digipädevus Võimaluste analüüsi oskus Kriitilise mõtlemise oskus Hariduse ja tööturu seostamise oskus	Väärtustan valikuvabadust ja sellega kaasnevat vastutust Pean oluliseks oma panust ühiskonna toimimises ja arengus Pean oluliseks oma panust ühiskonna toimimises ja arengus
PLANEERIMINE Õppija mõistab, milliste erinevate teguritega on tal vaja arvestada oma karjääri planeerides, määratleb enesekohased alternatiivsed võimalused, sõnastab eesmärgid ning langetab teadlikud otsused.	3.1 Karjääri disainimisel ja juhtimise olemuse ja põhimõtete mõistmine ning oma eraelulisele ja tööalasele karjäärile tähenduse loomine. 3.2 Oma haridustee jätkamise ja/või tööalase rakenduse alternatiivsete võimaluste määratlemine seostades ameti-, kutse- või eriala nõudeid eneseanalüüsi tulemustega. 3.3 Üldiste sihtide seadmine ning lühi- ja/või pikaajalise tegevuskava välja töötamine oma isiklike ning haridus-, kutse- ja ametialaste eesmärkide saavutamiseks.	Planeerimise ja eesmärgistamise oskus Alternatiivide määratlemise oskus Otsustamise oskus	Mõtestan oma elu väärtused ja järgin neid Pean tähtsaks elurollide tasakaalu Väärtustan sihtide seadmist enda ja ühiskonna heaolu nimel
TEGUTSEMIN Õppija algatab ja viib ellu tegevusi erinevate elurollidega seotud eesmärkide saavutamiseks, positiivsete ja toimivate suhete loomiseks ja hoidmiseks ning haridustele või tööle asumiseks ja seal püsimiseks.	4.1 Tööturгу reguleerivate õigusaktide ning töötamise ja töötamise võimaluste tundmine. 4.2 Kandideerimine õpingutele ja/või tööle, sh vabatahtlikuna töötamisega, vahetusõpilaseks olemisega, huvialaga seondult. 4.3 Praktilise õpi- ja töökogemuse omandamine, vajadusel oma käitumise, harjumuste, eesmärkide ja tegevuste korrigeerimine.	Ettevõtlikkus Mõtestatult sihipärase ja efektiivse tegutsemise oskus Koostöövõrgustiku loomise ja hoidmise oskus	Väärtustan õppimist, tööd ja töötajaid Pean oluliseks olla ettevõtlik ja tõhus tegutseja Väärtustan usaldusele tuginevat koostööd

Lisa 2. Intervjuu kava

Sissejuhatus

1. Mis vanuses on teie laps või lapsed?
2. Kas ja kus teie laps või lapsed praegu õpivad, millisel haridustasemel või töötavad?
3. Mis teile seostub sõnaga “karjäär”?

Vanemate roll ja vajadused lapse karjääriteekonna toetamisel

4. Kuidas lapsed teie arvates saavad teadlikumaks oma tuleviku planeerimisest?
5. Millisena näete vanema rolli lapse karjääritee toetamisel? Mis on selle juures oluline?
6. Mil viisil saab vanem aidata lapsel mõista tema tugevusi ja huvisid?
7. Kuidas saab vanem toetada lapse enesehinnangu ja positiivse minapildi kujunemist?
8. Kuidas aidata lapsel tutvuda õppimise võimaluste ja tööelu teemadega?
9. Kuidas võiks vanem aidata lapsel teha karjääriotsuseid?
10. Millised teemakäsitlused on lapse karjääri planeerimise toetamisel kõige keerulisemad? Miks?
11. Millises vanuses võiks alustada lapsega karjääri teemadel arutlemist? Miks te nii arvate? Mida vanem vajab selleks?

Ettepanekud vanemlusprogrammile

12. Kui oleks olemas programm vanematele, mis toetaks lapse karjääritee suunamisel, milliseid teadmisi peaks see vanemale andma?
13. Milliseid praktilisi oskusi peaks programm vanemale andma?
14. Kuivõrd oluline on programmis lisaks teadmiste ja oskuste andmisele kujundada vanemate karjäärihoiakuid? Miks? Kuidas neid teemasid programmis käsitleda?
15. Kuivõrd oluline on, et karjääritee programm aitaks toetada lapse ja vanema vahelist suhtlust karjääri teemadel? Millised tegevused programmis võiksid seda toetada?
16. Milliseid õpitegevusi võiks vanematele programmis kavandada?
17. Kui oluliseks peate teemakohaste praktiliste näidete ja harjutuste kasutamist programmis? Millised tegevused selleks sobivad?
18. Milliseid spetsialiste/eksperte peaks programmi kaasama?
19. Millised on teie ettepanekud, et saaksime tagada vanemale programmis osalemiseks sobivad tingimused?
20. Kas ja kuidas peaks programm pakkuma vanemale järeltuge?
21. Mis peaks olema vanema jaoks teisiti pärast programmis osalemist, et see oleks väärtuslik?

Lõpetuseks

22. Mida sooviksite kindlasti lisada vanemlusprogrammi kavandamiseks? Millega peaks arvestama?

Lisa 3. Eelinfo intervjuul osalemiseks

Tere!

Suur aitäh, et olete valmis andma panuse ühte olulisse ja põnevasse Tartu Ülikooli haridusinnovatsiooni õppekava magistriuuringsusse!

Minu ja minu kaasuurijate Jane ja Pille-Riini soov on arendada vanemlusprogramm lapse karjääritee toetamiseks. Selleks, et programmi luua, on vaja esmalt mõista millised on vanemate vajadused lapse karjääritee toetamiseks ja millised on vanemate ootused ja ettepanekud programmile. Unistame, et sellest sünniks midagi päriselt kasulikku.

Info:

Fookusgrupi intervjuu toimub **18.05 kell 12.00** . [redacted] majas, teisel korrusel. Aega võib arvestada julgelt 2 tundi.

Minu telefoni number [redacted]

Intervjuu toimub grupis ühise kogemuste vahetusena ja aruteluna, millised on olnud oma kogemused ja mis võiks vanemaid üldiselt aidata. Intervjuu salvestatakse diktofoniga. Materjal on konfidentsiaalne ning seda kasutab ainult meie uurimisgrupp konkreetse uurimistöö jaoks. Peale andmete analüüsimist ja töö valmimist, salvestus hävitatakse. Magistritöö kirjalikus analüüsis andmed anonümiseeritakse ning kedagi ei nimetata nimeliselt, kui on vajadust kasutada tööd ilmestavaid fraase. Intervjuul osalevad ka kaasuurijad. Selgub, kas kohal või veebis. Viime samasuguse uuringu läbi ka Türil, siis on kogemus kõigile väga oluline.

Osalemine on vabatahtlik. Loodetavasti ei teki ootamatuid takistusi. Kui peaks midagi muutuma, siis palun andke teada võimalikult ruttu, et saaksin kiiresti leida asenduse.

Võtke kaasa hea tuju ja avatud meel!

Kohtumiseni

Annemai Joab

Lisa 4. Koodipuud kahe esimese uurimisküsimuse lõikes

1. Millised on vanemate tajutud vajadused lapse karjääriteekonna toetamisel?

Kategooria	Kood
Karjääri mõiste tähendus vanematele	Karjääri mõtestamine
Eneseteadlikkus	Huvide märkamine Positiivse minapildi toetamine Tugevuste märkamine Motivatsioon
Võimalused	Õppimise ja tööeluga tutvumine Teadlikkuse toetamine Võimalus valida
Planeerimine	Lapse ootuste/unistuste mõtestamine Lapse enesekindluse toetamine Iseseisvuse toetamine Otsustamine Vastutus lapsel Reaalsuse loomine
Tegutsemine	Tugivõrgustik Toimetulek keerulistes olukordades Olukordade läbimõtlemine
Lapse toetamine haridusteel	Lapse toetamine Usaldusliku suhte loomine Vanema hoiak haridus oluline Vanema toetaja roll
Vajadus	Raskuskoht toetamisel Ootus koolile Vanema teadlikkus lapse probleemide märkamisel
Sobiv vanus karjääriteemadeks	Varajasem karjääriteemade käsitlemine Arengu eriastetega arvestamine

2. Millised on vanemate ettepanekud karjäärituge pakkuvale vanemlusprogrammile?

Kategooria	Kood
Programmi tingimused	Pereliikme kaasamine Programmi läbiviimise keskkond Programmi toimumisaeg Programmi kestus Programmi pikkus, sagedus Klassiaste Jätk programmile
Programmi sisu	Õpitegevus Erinevate spetsialistide tutvustamine Karjäärihoiakud Tööriistakast Karjääriinfo Karjäärinõustamine Suhtlemine Vanema toimetulek emotsioonide/tunnetega Vanema ootus programmile

Lisa 5. Lahenduse ideeloomete tabel

Sisend teooriast	Sisend eeluuringust	Disainiotsused koostöös kaaskoolitajaga	Rakendamine programmis
Arendada karjäärialaseid teadmisi ja oskusi (Barnes <i>et al.</i> , 2020). Karjäär kui elukestev protsess (Hirschi <i>et al.</i> , 2022; Savickas <i>et al.</i> , 2009) Karjääri kujundamise pädevused: eneseteadlikkus, võimaluste tundmine, planeerimine, tegutsemine (SA Innove, 2016)	Lapse eneseteadlikkuse toetamine, haridus- ja töömaailma võimaluste mõistmine ning planeerimis- ja otsustusoskuste arendamine. Vanemate arusaama laiendamine karjääri mõistest (õppimine, töö, edu).	Mõistsime, et vanemate teadlikkust karjääri kujundamise pädevustest on vajalik tõsta kõigis KOM-mudeli valdkondades. Otsustasime kavandada moodulite sisu KOM-valdkondade loogika alusel. Jagasime esialgu teemad, mille kategooria sobis KOM valdkonnaga, seejärel sidusime teemad, mis lisaks tekkisid.	Karjääri kujundamise mõiste ja põhimõtted. Lapse eneseteadlikkuse toetamine tema tugevuste, huvide ja sisemiste püüdluste märkamiseks. Haridus- ja töömaailma võimaluste ning infoallikate tutvustamine. Lapse toetamine võimaluste avastamisel ja kogemuste saamisel. Eesmärkide ja sammude planeerimine.
Toetada vanema arusaamist tema rollist positiivse toetajana (Ginevra <i>et al.</i> , 2015)	Vanema rolli mõtestamine lapse karjääritee toetajana. Vanema ebakindluse vähendamine, lapse toetamine ja motiveerimine, tasakaalu leidmine ja julgustamine lapse autonoomia vahel.	Vanema rolli mõtestamine on vajalik ja laiem teema ning sobib siduda lapse eneseteadlikkuse toetamisega.	Vanema rollid lapse karjääri kujundamise toetamisel ning lapse vajadusest lähtuv rolli valik. Toetava ja mitte toetava käitumise teadvustamine ja analüüs.
Tõsta vanema ja lapse enesekindlust ja enesetõhusust (Garcia <i>et al.</i> , 2015; Ginevra <i>et al.</i> , 2015)	Suhtlemisoskuste arendamine, toetav vestlus ja meetodid selleks, teismelise arengueripära mõistmine; lapse ebarealistlike ootustega toimetulek, vaimse tervise tugi, raskustega toimetulek, ebakindlusega toimetulek.	Otsustasime keskenduda suhtlemisoskuste arendamisele läbi toetava karjäärivestluse lapse eneseteadlikkuse toetamiseks. Vanema ebakindluse vähendamine toimub teadlikkuse tõstmise, rolli mõtestamise ja lapsega suhtlemise toetamise läbi. Jätsime välja vaimse tervise ja arengupsühholoogia teema, sest see eeldanuks psühholoogi kaasamist ja oleks ressursimahukas jätkusuutlikkuse perspektiivis. Teemat käsitleme tugivõrgustiku määratlemise kontekstis.	Toetava karjäärivestluse läbiviimine, aktiivne kuulamine ja küsimuste esitamine. Praktilised harjutused vestluse läbiviimiseks ning lapse mõistmise ja toetamise oskuste arendamiseks.
Positiivsed suhted kogukonnaga (teised vanemad, kool, tugivõrgustik jms) (Barnes <i>et al.</i> , 2020; Oomen, 2021)	Ootused koolile, kogukondlik tugi (vanemate võrgustik) ja tegevused (koolide ja tööandjate külastused), tugisüsteemi ja erinevate spetsialistide mõistmine, lapse ja pereliikme kaasamine programmi.	Otsustasime, et kogukonna ja erialaspetsialistide kaasamine on ressursimahukas ning loobusime mõttest. Samuti loobusime lapse uuringusse kaasamisest. Sidusime teema lapse tugivõrgustiku määratlemisega, mis seostub KOM tegutsemise etapiga. Vanemate vahelist suhtlust toetame tegevuste ja meeldiva olemise kaudu.	Toetava tugivõrgustiku määratlemine ja raskustega toimetulek. Arutelud ja kogemuste jagamine vanemate vahel. Kaasavad tegevused. Elulised näited.

Lisa 6. Vanemlusprogrammi õppekava

Koolituse nimetus	Vanem kui lapse karjääritee toetaja			
Õppekavarühm	Haridus			
Maht:	EAP:	22 ak/h	Auditoorse töö tunnid märgituna akadeemilistes tundides (45 min)	4x4h auditoorne, 6h individuaalne
Toimumisaeg:	25. okt, 8. nov, 22. nov, 6. dets kell 10.00–13.00			
Toimumiskoht:	Türi Perepesa, Tallinna tn 1a, Türi			
Õppekeskkonna kirjeldus:	Koolitusruum on sobilik koolituse läbiviimiseks, on varustatud vajaliku tehnikaga.			
Sihtrühm:	13–16-aastaste laste vanemad ja põhikooli kolmandas astmes õppivate laste vanemad. Grupi suurus 10–16 inimest.			
Osalemise tingimused:	Kuulumine sihtühma, valmisolek ning nõusolek Tartu Ülikooli magistr töö arendusuuringu pilootprojektis osalemiseks, programmile tagasiside andmiseks.			
Eesmärk ja sisu:	Eesmärk: koolituse eesmärk on tõsta vanema teadlikkust ja oskusi oma lapse karjäärivalikute toetamiseks. Sisu: 1. Vanema rollid lapse karjääri kujundamise toetamisel, lapse vajadusest lähtuv rolli valik. 2. Lapse eneseteadlikkuse toetamine tema tugevuste, huvide, sisemiste püüdluste märkamiseks. 3. Toetava karjäärivestluse läbiviimine. Praktilisi vahendeid vestluse läbiviimiseks. 4. Haridus- ja töömaailma mitmekesisus, usaldusväärsed infoallikad. Lapse toetamine võimaluste avastamisel, kogemuste saamise toetamine. 5. Eesmärkide seadmine ja sammude kavandamine, väljakutsetega toime tulemine. Toetava võrgustiku määratlemine ja kaasamine.			
Õpiväljundid:	Koolituse läbinud õppija: 1. mõistab vanema rolli lapse karjääri kujundamise toetamisel; 2. rakendab teadmisi ja oskusi lapse tugevuste ja huvide ning eneseteadlikkuse toetamisel; 3. teab ja kasutab toetava karjäärivestluse põhimõtteid ja tehnikaid; 4. mõistab Eesti haridussüsteemi ülesehitust ja liikumisvõimalusi ning teab peamisi haridus- ja tööelu puudutavaid infoallikaid; 5. analüüsib erinevaid valikuvõimalusi ning määratleb tema toetava võrgustiku osapooled.			
Õppemeetodid:	Lühiloengud, arutelud, iseseisvad ja rühmatööd, esitlused, ajurünnak.			
Õppematerjalid:	Koolitajate koostatud materjalid.			
Lõpetamise tingimused:	Osalemine kõikide koolituspäevade õppetöös.			
Koolitaja/kvalifikatsiooni kirjeldus	Koolitajad: Merit Luik, kasvatusteaduste magistrikraad, karjäärispetsialist (tase 7), superviisor ja coach (kvaliteeditase 6) Annemai Joab, haridusinnovatsiooni magistrikava tudeng, karjäärispetsialist (tase 6), töökogemus karjäärinõustajana 6 aastat Tugimeeskond: Jane Reiljan-Rajasaar, haridusinnovatsiooni magistrikava tudeng, Türi Perepesa ja Türi Noortekeskuse juht Pille-Riin Meikop, haridusinnovatsiooni magistrikava tudeng, karjääriõpetaja			

Lisa 7. Programmi kuulutus

„Vanem kui lapse karjäärитеe toetaja” vanemate kogemuslabor Türi Perepesas

Kas oled vahel mõelnud, kuidas oma last toetada nii, et tema karjäärivalikud oleksid teadlikud, enesekindlad ja tema huvidel vastavad? Tänapäeva kiiresti muutuv maailmas vajavad noored rohkem kui kunagi varem vanemaid ja teisi usaldusväärseid täiskasvanuid, kes on valmis olema kuulajad, suunajad ja kaasamõtlejad. Kogemuslaborist saad kaasa tööriistad ja suurema kindlustunde, kuidas oma last sellel teekonnal toetada.

Ajakava

Programmi jooksul kohtume neljal laupäeva hommikul kell **10.00-13.00** Türi Perepesas aadressil Tallinna tn 1a

🕒 L 25.10

🕒 L 08.11

🕒 L 22.11

🕒 L 06.12.2025.a.

Koolitus on praktiline ja kogemuslik. Üheskoos loome avatud ja turvalise õpikeskkonna, kus kombineerime arutelusid, harjutusi ja inspireerivaid näiteid!

Koolituse teemad

- 👤 Vanema rollid ja ressursid lapse karjääriteekonna kujundamisel: milliseid “mütse” ja “prille” kanda.
- 🔍 Lapse eneseteadlikkuse toetamine: kuidas märgata ja toetada tema tugevusi, huvisid ja sisemisi püüdlusi.
- 🗨️ Kerged ja rasked karjäärivestlused: kuidas rääkida tulevikust nii, et laps tunneks end kuulduna.
- 📖 Haridus- ja töömaailma mitmekesisus: kust leida usaldusväärset infot ning kuidas innustada last erinevaid võimalusi avastama.
- 📌 Sihtide seadmine ja sammude kavandamine: kuidas koos lapsega seada realistlikke eesmärke ja tulla toime väljakutsetega.
- 🤝 Toetava võrgustiku loomine: kes on meie kaasteelised ja abilised.

Mida osaleja koolituselt saab?

Tööriistakohver: tehnikad ja harjutused, mida kasutada lapse eneseteadlikkuse ja valikute toetamiseks.

Teadlikkus haridus- ja töömaailma võimalustest ning usaldusväärsetest infoallikatest.

Toetav kogukond: võimalus jagada kogemusi teiste vanematega ja üksteist toetada.

Praktilised suhtlemisoskused: oskus pidada toetavaid ja loomulikke karjäärivestlusi oma lapsega.

Kindlustunne ja inspiratsioon: teadmine, kuidas last usaldusväärse kaaslasena teekonnal toetad ilma tema eest otsuseid tegemata.

Programmi meeskond 🌈

Koolitajad

Annemai Joab: karjäärinõustaja, haridusinnovatsiooni magistrikava tudeng
Merit Luik: karjääricoach, superviisor ja karjääriõppe edendaja

Tugimeeskond

Jane Reiljan-Rajasaar: Türi Perepesa juht ja Türi Noortekeskuse juhataja, Gordoni suhtlemistreeningu koolitaja ning haridusinnovatsiooni magistriõppekava tudeng
Pille-Riin Meikop: karjääriõpetaja, haridusinnovatsiooni magistrikava tudeng

✨ Tule ja saa osa programmist, mis aitab Sul olla enesekindlam toetaja lapse karjääriteel ✨

Koolitus on tasuta! Registreeri end **SIIN**

Lisa 8. Nõusoleku vorm

„Vanem kui lapse karjääritee toetaja” vanemate kogemuslabor Türi Perepesas

Meil on hea meel, et soovite osaleda „Vanem kui lapse karjääritee toetaja” vanemate kogemuslaboris Türi Perepesas. Tegemist on Tartu Ülikooli haridusinnovatsiooni tudengite Annemai, Jane ja Pille-Riini magistritööga, millele annate osaledes oma panuse. Osalemine on vabatahtlik.

Iga koolituse lõpus on anonüümne tagasisideküsimustik, mida kasutame programmi arendamiseks ja uuringu tulemuste kajastamiseks.

Küsimuste korral palume võtta ühendust Jane Reiljan-Rajasaariga

janereiljanrajasaar@gmail.com

53436104

annemaijoab@gmail.com [Vaheta kontot](#)



Pole jagatud

Nimi (ees- ja perekonnanimi)

Teie vastus

E-mail

Teie vastus

Olen teadlik, et tegemist on TÜ magistritöö arendusuuringuga ning olen nõus, et tagasiside andmeid kasutatakse töös

☐ Jah

Saada ära

Tühjenda vorm

Lisa 9. Küsimustik programmi tagasiside kogumiseks

Küsimused (iga kohtumise järel)

1. Reaktsioon (*hinnatakse rahulolu, kuidas osaleja koges koolitust*)

- Kui kasulik oli tänane teema sinu jaoks?
☐ Üldse mitte ☐ Pigem ei olnud ☐ Ei oska öelda ☐ Pigem kasulik ☐ Väga kasulik
- Kuidas tundsid end grupis ja õhkkonnas?
☐ Väga ebamugavalt ☐ Pigem ebamugavalt ☐ Neutraalselt ☐ Pigem meeldivalt ☐ Väga meeldivalt
- Mis võiks järgmisel korral olla teisiti?

2. Õppimine (*osaleja reflekteerib, mida uut ta omandas*)

- Mis on üks uus teadmine või oskus, mille täna kaasa võtad?
- Kui kindlalt tunned end, et saad õpitut kodus proovida?
☐ Väga ebakindlalt ☐ Pigem ebakindlalt ☐ Ei oska öelda ☐ Pigem kindlalt ☐ Väga kindlalt
- Milline tegevus oli sinu jaoks õppimiseks kõige kasulikum?
☐ Arutelu ☐ Harjutused ☐ Näited
- Mis oli sinu jaoks kõige üllatavam mõte või taipamine?

3. Käitumine (*kuidas osaleja plaanib õpitut rakendada*)

- Millist väikest sammu plaanid kodus lapsega proovida enne järgmist kohtumist?
- Millised võivad olla takistused õpitu kasutamisel?
- Kuidas kavatsed tagada, et õpitu päriselt igapäevaellu jõuaks?

4. Tulemused (*millist mõju oodatakse lapsele ja perele*)

- Kui palju võiks tänane teema aidata sinu last toetada tema eneseteadlikkuse ja karjäärivalikute teel?
☐ Üldse mitte ☐ Pigem mitte ☐ Ei oska öelda ☐ Pigem palju ☐ Väga palju
- Millist muutust oled juba varasemate kohtumiste põhjal märganud oma suhtluses lapsega? (*alates teisest kohtumisest lisatud küsimustikku*)

5. Kokkuvõte (*lisatud viimase kohtumise küsimustikku*)

- Kui hästi vastas programm sinu ootustele?
☐ Üldse mitte ☐ Pigem ei ☐ Ei oska öelda ☐ Pigem vastas ☐ Väga hästi vastas
- Milline oli sinu jaoks kõige meeldejäävam või kasulikum teema? Miks?
- Kui palju aitasid kodused praktilised harjutused sul oma last paremini mõista või toetada?
☐ Üldse mitte ☐ Pigem ei aidanud ☐ Pigem aitas ☐ Väga palju aitas
- Mis aitaks sul tulevikus selliseid harjutusi veel paremini läbi viia?
- Kui tõenäoliselt rakendad õpitut järgmise 3 kuu jooksul?
☐ Pigem mitte ☐ Ei oska öelda ☐ Pigem jah ☐ Kindlasti rakendan
- Mis on suurim kasu, mida see koolitus on sinu perele andnud?
- Kuidas võiksid need teadmised ja oskused aidata ka kogukonda laiemalt?
- Mis muutus sinu arusaamises vanema rollist lapse karjääri toetamisel?
- Kas soovitaksid seda koolitust teistele vanematele?

Lihtlitsents lõputöö reprodutseerimiseks ja üldsusele kättesaadavaks tegemiseks

Meie, Annemai Joab, Jane Reiljan-Rajasaar, Pille-Riin Meikop,

1. anname Tartu Ülikoolile tasuta loa (lihtlitsentsi) meie loodud teose „Vanemlusprogrammi loomine lapse karjääri kujundamise toetamiseks: arendusuuring“, mille juhendaja on Kerli Kõiv, reprodutseerimiseks eesmärgiga seda säilitada, sealhulgas lisada digitaalarhiivi ADA kuni autoriõiguse kehtivuse lõppemiseni.
2. Anname Tartu Ülikoolile loa teha punktis 1 nimetatud teos üldsusele kättesaadavaks Tartu Ülikooli veebikeskkonna, sealhulgas digitaalarhiivi ADA kaudu Creative Commons'i litsentsiga CC BY NC ND 3.0, mis lubab autoritele viidates teost reprodutseerida, levitada ja üldsusele suunata ning keelab luua tuletatud teost ja kasutada teost ärieesmärgil, kuni autoriõiguse kehtivuse lõppemiseni.
3. Oleme teadlikud, et punktides 1 ja 2 nimetatud õigused jäävad alles ka autoritele.
4. Kinnitame, et lihtlitsentsi andmisega ei riku me teiste isikute intellektuaalomandi ega isikuandmete kaitse õigusaktidest tulenevaid õigusi.

Annemai Joab

Pille-Riin Meikop

Jane Reiljan-Rajasaar

11.05.2026