



Arengukeskus Avitus

Tugi organisatsioonidele: tulemuste ja mõju raport (2012.-2013. aasta hooaeg)

Avituse eesmärgiks on inimeste heaolu suurendamine ning stressi, läbipõlemise ja depressiooni vähendamine. Organisatsioone aidates on meie eesmärgiks sisekliima ja töötulemuste paranemine. Abistavate elukutsete¹ puhul aitame täiendada töötajate kompetentsust psüühiliste probleemide ja arenguprotsesside alal ja parandada nende enesehoidmise oskuseid.

Püsistress puudutab iga viiendat inimest ning depressioon esineb pea igal kümnendal inimesel² ning need probleemid mõjutavad tugevalt tööga toimetulekut alandades inimese töövõimet 30-40%. Tööga seotud terviseprobleemidest on püsistress üks kõige sagedamini registreeritustest, sellest tulenevad probleemid on töölt haiguspäevade võtmise põhjuseks 50-60% juhtudest. Depressioon on püsiva töövõimetuse otsese põhjusena Euroopas I kohal³. Eestis on 22% töövõimetustest põhjustatud psüühikahäiretest (23 000 inimest 2013.a.)⁴.

Vastavalt Ameerika Psühholoogide Assotsiatsiooni uuringutulemustele on ettevõtetes, kus pööratakse tähelepanu nii füüsilisele kui psüühilisele tervisele, tulemused 20% kõrgemad, kui keskmiselt. Samas kaotavad organisatsioonid, kes psühholoogilisele heaolule tähelepanu ei pööra, läbi kaudsete kulude, mis tekivad tänu töölt puudumistele ning vähenenud produktiivsusele.

Läbipõlemissündroom ohustab kõige enam neid, kelle tööks on teiste aitamine ja mõjutamine ning kelle töös esineb kiiresti vahelduvaid, ootamatuid ja kriitilisi kliendisuhteid. Näiteks peetakse sotsiaaltöötajaid keskmisest kõrgema läbipõlemisriskiga töötajate grupiks⁵. Abistavate elukutsete spetsialistidel napib tihti võimalusi supervisiooniks või nõustamiseks, et ennast hoida.

Avitusel on aastast 2004 kogemus töötamisel meeleoluhäirete⁶ ja peretöö valdkonnas (eelmisel hooajal osales koolitustel ca 1000 inimest), aastast 2009 oleme töötanud tööelu toetavate programmidega Euroopa Sotsiaalfondi rahastusel. Organisatsioonidele pakume positiivse vaimse tervise koolitusi, meeskonnakoolitusi ning supervisiooni teenuseid.

¹ Nt sotsiaaltöötajad, pedagoogid, meedikud, tugiisikud, hooldajad, klienditeenindajad jne

² Aluoja, A., Leinsalu, M., Shlik, J., Vasar, V., & Luuk, K. (2004). Symptoms of depression in the Estonian population: prevalence, sociodemographic correlates and social adjustment. *Journal of Affective Disorders*, 78(1), 27-35

³ Schlüter, B. (2013). Euroopa Majandus- ja Sotsiaalkomitee arvamus teemal „Euroopa vaimse tervise aasta – parem töö ja parem elukvaliteet“ (omaalgatuslik arvamus). Euroopa Liidu Teataja 15.2.2013.

⁴ Sotsiaalkindlustusameti registri andmed

⁵ Elenurm, T. (2011.5.). Kuidas hoida töötajate vaimset tervist? *Sotsiaaltöö*. Lk. 34.

⁶ Meeleoluhäirete alla kuuluvad depressioon (levimus Eestis ~11% elanikkonnast aasta jooksul) ja bipolaarne häire (Eestis levimus aastast 1-1,5%). Stressispektri häirete alla kuuluvad erinevad ärevushäired (diagnoositud Eestis aastast ~9% elanikkonnast, tegelik levimus on Euroopa uuringutele tuginedes ca 22%).



<i>Tegevusmahud – Abi saajate arv</i>	<i>07/2012 - 06/2013</i>	<i>07/2011 - 06/2012</i>	<i>Kasv</i>
Organisatsioonikoolitustel osalejate arv	515	0	
Organisatsioonide hulk	15	0	

Kuidas Avitus ühiskonnas muutusi loob?

Avitus ei tegele pinnapealse positiivsuse edendamisega. Hindame pidevalt tegevuste mõju ja osalejate rahulolu. Eelnevalt nimetatud probleemide lahendamiseks pakub Avitus võimalusi lühikoolituste, pikkade koolitusprogrammide ja supervisioonitöö raames. Teenuste kvaliteedi tagamine on meile väga oluline. Sügavama mõju saavutamiseks kasutame tavakoolitust, aktiivõpet ja teraapilisi protsesse ühendavaid töömeetodeid ja programme.

Avitus sotsiaalse ettevõttena

Ettevõtlusnäitajad (organisatsiooni kohta tervikuna)	07/2012 - 06/2013	07/2011 - 06/2012	Kasv
Kogutulu	42 145 €	56 669 €	-26%
Ettevõtlustulu	13 211 €	8 646 €	53%
Täiskohaga + lepinguliste töötajate arv	12	7	71%

Avituse tegevuse eesmärk on leevendada meeleoluhäiretega inimeste probleeme. Kuna meeleoluhäired on väga levinud, on tegu terve ühiskonna probleemiga. Seepärast on Avitus liitunud Sotsiaalsete Ettevõtete Võrgustikuga ning pakub teenuseid lähtuvalt sotsiaalse ettevõtluse põhimõtetest.

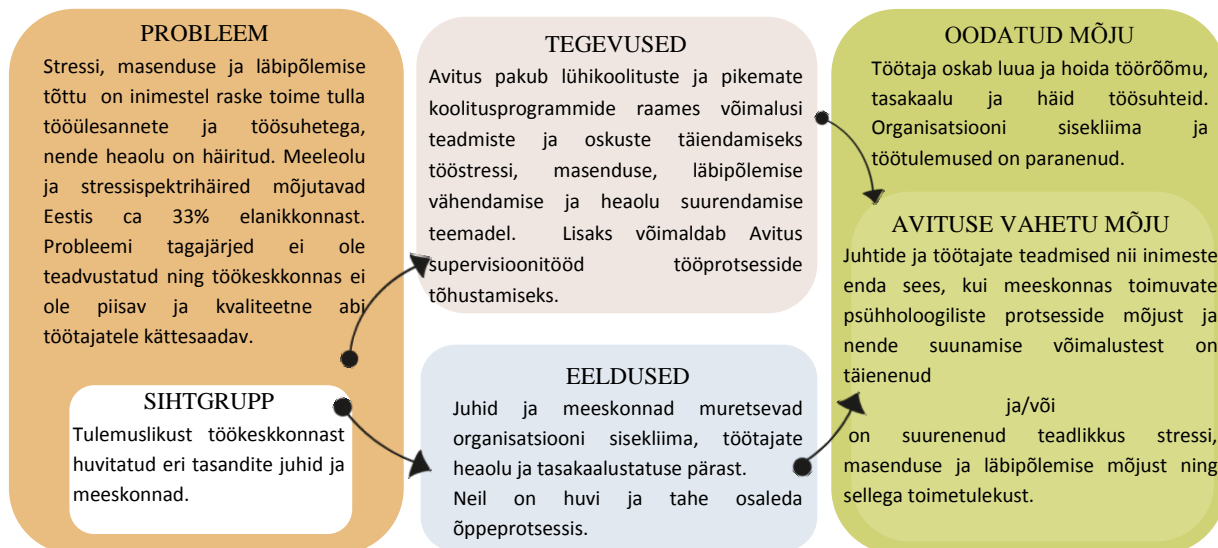
Teatud osa teenustest pakub Avitus projektirahastuse toel, et muuta need kättesaadavaks väikese sissetulekuga abivajajatele. Samade teenustega teenib Avitus ka ettevõtlustulu.





Juhid ja meeskonnad

Soovitud mõju: Juhid ja meeskonnaliikmed töötavad hea sisekliimaga tulemuslikes organisatsioonides



Põhja-Eesti Regionaalhaigla Anestesioloogiakliiniku lugu

Põhja-Eesti Regionaalhaigla Anestesioloogiakliinik on üks suuremaid kliinikuid SA Põhja-Eesti Regionaalhaiglas ja on oma erialal töötajate arvu poolest kõige suurem Eestis.

Kaasaegses efektiivsusele suunatud maailmas võib tekkida töötajatel inimestena palju erinevaid probleeme. Kuna valdkond, kus meie igapäevaselt töötame on stressirohke, tunti vajadust eelkõige enesejuhtimise koolituste järele. Arengukeskus „Avitus“ tundus usaldusväärse ja meie koolitamisest huvitatud partnerina. Koostati meie vajadustest lähtuv ja osalejate jaoks oluline plaan koolituste läbiviimiseks. Koolitused toimusid rühmatöö vormis, kus loengud vaheldusid arutelude ja erinevate ülesannete läbiviimisega. Osalejaid õpetati märkama oma stressi allikaid, analüüsima ennast ja teisi. Tegeleti nii enesekehtestamist toetavate kui takistavate hoiakutega. Samuti kehtestamisprotsessis käivituvate tunnetega, uskumuste ja võimalustega.

Usalduse tekkimise eelduseks oli koolitaja oskus kuulata. See lõi hea õhkkonna – koolitatavad julgesid ja tahtsid oma mõtteid jagada ning leida ise lahendusi neid vaevavatele teemadele. Leiti ühiselt vastused kuidas igapäevategevus jaguneb iseenda ja teiste juhtimise vahel. Saime teadmise, mil moel erinevates olukordades tegutseda ning kuidas manipuleeriva partneriga suheldes kindlamalt ja mugavamalt tunda.

Osalejate sõnul oli koolitusprogramm väga kasulik ja pani märkama endaga seotud arengukohti ning lisas enesekindlust. Igaüks leidis koolituselt enda jaoks vajaliku ning koolituste tulemuseks olid korrastunud mõtted. Juba oodatakse nende koolituste jätkumist.

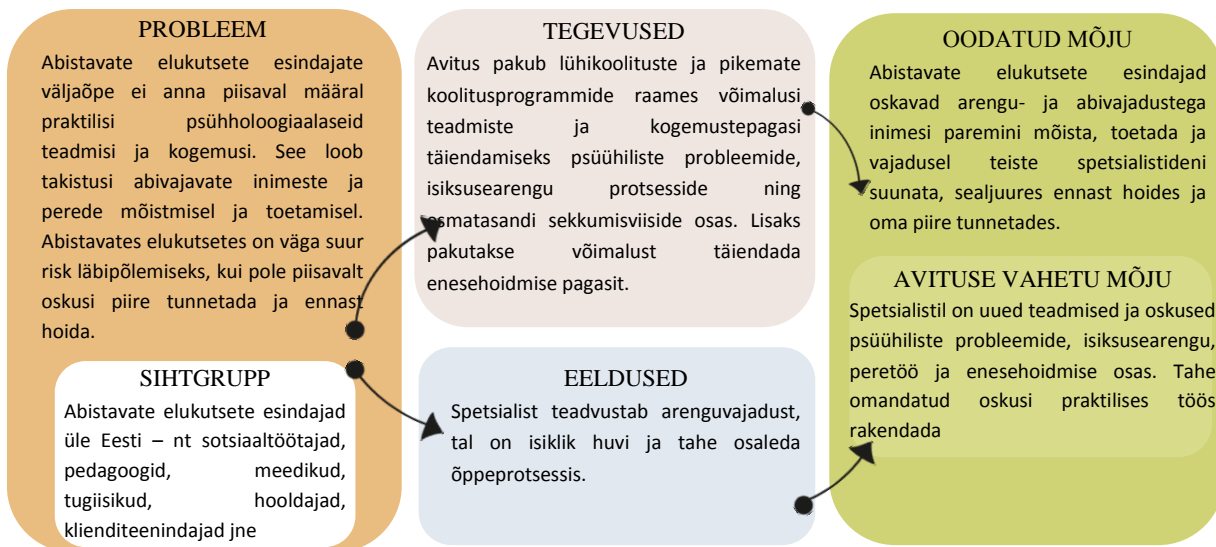
Katre Zirel

PERH Anestesioloogiakliiniku õendusjuht



Abistavate elukutsete spetsialistid ja meeskonnad

Soovitud mõju: Abistavate elukutsete esindajad oskavad oma sihtrühma paremini toetada ja enda läbipõlemist vältida



Järgnevalt on toodud näiteid Avituse organisatsioonikoolituste hindamissüsteemidest⁷.

Muutus	Väited/küsimused, mida hinnati	Muutuse suurus	Vastajad
SUURENENUD TEADMISED	„Sain uusi teadmisi ja oskan neid endaga seostada.“ „Sain uusi teadmisi või uusi vaatenurki olemasolevale“	4,1 palli 5-st keskm. ⁸ 4,5 palli 5-st keskmiselt	236 37
PARANENUD OSKUSED	„Sain uusi praktilisi oskuseid ja plaanin neid kasutada.“	4,1 palli 5-st keskmiselt	236
SUURENENUD AVATUS	„Olen edaspidi avatum rääkima vaimse tervise teemadel“ (seda küsimust kasutame vaimse tervise ja stressikoolituste puhul)	4,3 palli 5-st keskmiselt	37
MUUTUNUD HOIAKUD	„Teen midagi teistmoodi lähtudes saadud teadmistest“	4,2 palli 5-st keskmiselt	37
RAHULOLU	„Kas soovitaksid sarnast Avituse koolitust kellelegi teisele?“	97% soovitaks kindlasti	37

⁷ 236 vastajaga küsitlus viidi läbi stressi- ja depressiooni haldamise lühikoolitustes osalenud inimeste seas hooajal 2012-2013; 37 vastajaga küsitlus viidi läbi pikemates organisatsiooni koolitusprogrammides osalejate seas.

⁸ Väidet paluti hinnata 5-palli skaalal, kus 1 = ei ole üldse nõus ja 5 = olen täiesti nõus

Käesoleva kommunikatsiooniraporti eesmärk on kirjeldada sotsiaalse ettevõtte poolt loodavat muutust ja tõendada soovitud mõju esinemist näidete abil. Raporti koostajad kinnitavad näidete tõe vastavust (isikute nimed on koostajate teada). Käesolev raport ei sisalda endas mõju hindamist. Esitatud arvnäitajad tuginevad organisatsiooni poolt antud informatsioonile ja neid pole auditeeritud.

Loe lisaks ja tutvu ülejäanud raportitega: www.sev.ee/m6ju