

TOETUSE TAOTLUSVORM

Väheintensiivsete psühholoogiliste sekkumiste (VIPS) teenuste arendamise toetus

1. Taotleja andmed

Taotleja nimi: Addicere OÜ**Registrikood:** 12670360**Address:** Narva mnt 63/2, 10120 Tallinn**E-post:** info@addicere.com**Telefon:** +372 56161218**Kontaktisik:** Erik Rüütel, juht

2. Projekti nimi

Väheintensiivne psühholoogiline tugi sisserännanud inimestele (VIPS-Ukraina+)

3. Projekti periood

01.09.2025 – 31.12.2025

4. Projekti eesmärk ja sisu

Inimesed, kes on sunnitud lahkuma konfliktide või tagakiusamise tõttu, seisavad sageli silmitsi tugeva stressi, traumade ja ebakindlusega. Paljud võivad kogeda ärevust, leina või emotsionaalset pinget pärast kodu ja tugivõrgustike kaotust. Psühholoogilise toe, sotsiaalse toe ja stabiilsete elutingimuste pakkumine võib oluliselt aidata neil oma elu uuesti üles ehitada.

Projekti eesmärk on arendada ja piloteerida väheintensiivne psühholoogiline sekkumine sisserännanud täiskasvanutele (eriti Ukraina sõjapõgenikele), et toetada nende emotsionaalset toimetulekut, vähendada stressi ning ennetada kohanemiskasvade süvenemist. Seda mudelit saab rakendada iga Eestis saabunud rändetaustaga grupi puhul.

Sekkumine põhineb teaduspõhistel lühiteraapia meetoditel (käitumuslik aktivatsioon, emotsiooniregulatsioon, sotsiaalse toe tugevdamine) ning on üles ehitatud 6–8 kohtumisenä. Projekti tulemusel koostatakse metoodiline manuaal, kirjeldatakse ja piloteeritakse supervisiooniprotsessi Addicere superviisorite juhendamisel, koolitatakse Eesti Punase Risti töötajaid ja vabatahtlikke, Päästeliidu vabatahtlikke päästjaid ja Politsei- ja Piirivalveameti abipolitseinikke VIPS-metoodika rakendamiseks ning luuakse digitaalse hindamise ja tagasiside tööriist Addicere.com platvormil.

Projekti tulemus on korduskasutatav VIPS-mudel, mida saab levitada ning kasutada ka teistes asutustes ja sihtgruppides üle Eesti.

Addicere pädevus ja sobivus VIPS-metoodika väljatöötajaks

Addicere psühholoogilise konsultatsiooni agentuuril on väga tugev praktiline ja teaduspõhine võimekus arendada välja väheintensiivseid psühholoogilisi sekkumisi ning neid kvaliteetselt juurutada. Addicere töötas 2022–2024 välja Eesti Punase Risti jaoks mahuka psühholoogilise toe metoodika, mis oli suunatud nii post-COVID perioodil suurenenud koormuse kui ka Ukraina sõjapõgenikega seotud kriiside käsitlemisele. Metoodika läbis 2024. aasta sügisel *PS Centre Copenhageni (IFRC Reference Centre for Psychosocial Support)* ametliku valideerimis- ja heakskiiduprotsessi, mis kinnitas Addicere arendustöö teaduspõhisust, kvaliteeti ja kasutuskõlblikkust rahvusvahelisel tasandil.

Addicere psühholoogid on töötanud Ukraina sõjapõgenikega nii **Sotsiaalministeeriumi 2023. aasta teenusehanke raames** kui ka hiljem vabatahtlikkuse alusel. Projekti kodulehekülg on [Addicere.com/ukraina](https://addicere.com/ukraina). Nii kliendid kui partnerid on andnud tagasisidet, et Addicere lähenemine on **väga sobiv, kultuuritundlik ja kõrge praktilise mõjuga**, aidates inimesi stressi vähendamise, emotsiooniregulatsiooni ja kohanemiskulude leevendamise kaudu. Need on täpselt need põhimõtted, millele VIPS-mudelid peavad toetuma: lühiajalisus, struktuursus, manuaalipõhisus ja osalejate ressursipõhine toetamine.

Addicere olemasolevat, rahvusvaheliselt valideeritud metoodikat on võimalik **kohandada VIPS-raamistikule vastavaks** ning pakkuda seejärel edasi väljaõpet Eesti partnerorganisatsioonidele (sh Päästeliit, PPA abipolitseinikud, Eesti Punane Rist jt). See tagab VIPS-teenuses:

- kvaliteetse sisuarenduse,
- rakenduskõlbliku manuaali,
- pädeva supervisioonisüsteemi,
- ja kiire juurutamise praktikas.

Addicere pikaajaline kogemus kriisipsühholoogia, integratiivse supervisiooni, pagulastega töötamise ja rahvusvaheliste standardite rakendamisega loob tugeva aluse selle projekti edukaks elluviimiseks ning VIPS-teenuse jätkusuutlikuks laiendamiseks.

5. Projekti tegevused (01.09 – 31.12.2025)

Aeg	Tegevus	Tulem
September 2025	Projekti käivitamine; esimese partneri (Eesti Punane Rist) vajaduste kaardistus; manuaali struktuuri loomine.	Manuaali esmane struktuur ja tööversioon.
Oktoober 2025	Manuaali koostamine; supervisiooniraamistiku kavandamine; koolitusprogrammi koostamine; teise partneri kaasamine (PPA abipolitseinikud)	80% valmis manuaal; supervisiooniprotsessi juhend; koolitusmaterjalide alus.
November 2025	Piloot-supervisioon; koolitus 20–30 Punase Risti töötajale/vabatahtlikule; digikomponendi testimine; kolmanda partneri kaasamine (Päästeliit)	Koolitatud VIPS-spetsialistid; kogutud tagasiside ja hindamistulemused.
Detsember 2025	koolitus 20–30 Päästeliidu töötajale/vabatahtlikule; koolitus 20–30 PPA abipolitseinikule; Manuaali ja supervisioonimudeli lõplik redigeerimine; tulemuste kokkuvõte; aruandlus.	Koolitatud VIPS-spetsialistid; lõplik manuaal, supervisioonisüsteem, koolitusraport ja digihindamise protokoll.

6. Oodatavad tulemused

1. Valmis väheintensiivse psühholoogilise sekkumise metoodika (manuaal).
2. Kirjeldatud ja piloteeritud VIPS-supervisioonisüsteem Addicere juhendamisel.
3. Koolitatud **40-90** uut VIPS-spetsialisti Eesti Punase Risti, Päästeliidu ja abipolitseinike võrgustikust.
4. Valminud digihindamise ja tagasiside moodul Addicere.com keskkonnas.
5. Lõpparuanne Lisa 3 vormil koos ettepanekutega teenuse jätkusuutlikuks rakendamiseks 2026. aastal.

7. Projekti eelarve

Kokku: 23 775 €

(Hinnale lisandub käibemaks. Eelarvetabel lisatud eraldi failina „Lisa 1 liide – Eelarvetabel”)

8. Vastavus hindamiskriteeriumitele

Eesmärgipärasus (3 p):

Projekt suurendab väheintensiivsete sekkumiste kättesaadavust rändetaustaga inimestele ja laiendab kvalifitseeritud spetsialistide ringi Eesti Punase Risti, Päästeliidu ja PPA abipolitseinike võrgustikus. Tulemused on sisulised, süsteemsed ja toetavad VIPS-teenuste arengut riiklikul tasemel.

Maksumuse optimaalsus (3 p):

Kulud on proportsionaalsed tegevustega. Kõik projekti väljundid on korduskasutatavad (manuaal, supervisiooniraamistik, koolitusmaterjalid, digitaalne hindamisvahend) ning mõju ulatub toetuse perioodist kaugemale.

Taotleja: **Addicere OÜ**

Esindaja: **Erik Rüütel**

/digitaalselt allkirjastatud/