

COPE- The Community Parent EducationProgram

Tausta

Menetelmän on kehittänyt kanadalainen professori Charles Cunningham/Hamiltonin Yliopistosta yhdessä Chedoke Child and Family Institut Center'in kanssa., jossa on pitkään kehitetty vanhempainkoulutuksen menetelmiä ja tutkimusta.

Cope on tietoon pohjautuva koulutus vanhemmille, joilla on vaikeuksia 3-12v lastensa kasvattamisessa. Ohjattu, preventiivinen koulutusmalli rakentuu vanhempien aktiiviselle osallistumiselle ja soveltuu käytettäväksi suhteellisen suurissa ryhmissä. Tärkeä peruste menetelmän kehittämiseksi oli halu tavoittaa myös ne perheet, jotka eivät muutoin osallistu vanhempainkurseille. Ryhmissä, joissa on 25-30 vanhempaa, käsitellään kasvatukseen liittyviä kokemuksia ja tietoa. Cope-kurssien vetäjät ovat koulutettuja ryhmänvetäjiä, joilla on kokemusta lapsista ja vanhemmista. Ohjelman kantavana ajatuksena on, että vanhemmat tuntevat lapsensa parhaiten, mutta ajoittain vanhemmuuteen tarvitaan lisäpanostusta.

Tavoitteet

Cope-ohjelma vahvistaa vanhempien itseluottamusta ja kehittää vanhemmuuden rooleja, mahdollistaa kokemusten jakamisen ja uusien kontaktien solmimisen sekä tarjoaa konkreettisia ja käytännön strategioita vanhemmuuteen. Lisäksi vanhempien positiivista suhtautumista lapsiinsa vahvistetaan.

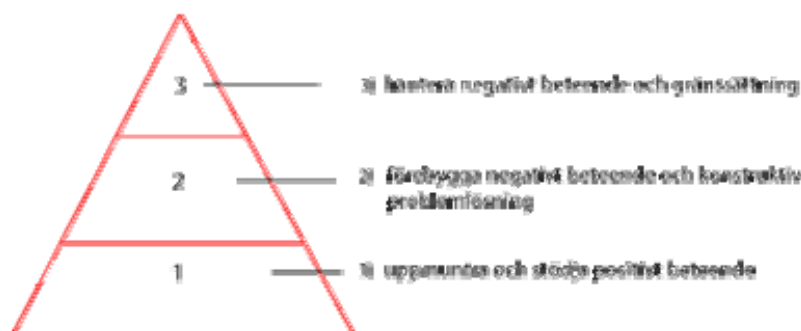
Teoria ja menetelmä

Lähtökohtana on PTM (Parent Management Training). Cope perustuu neljään konseptiin:

- 1) kognitiivinen psykologia – asennemuutos ja reflektio
- 2) sosiaalinen oppiminen – mallintaminen ja harjoittelu, omat strategiat
- 3) systeeminen perheteoria – vaikuttaminen perheen suhteisiin ja rakenteeseen
- 4) ryhmäprosessit – verkoston rakentaminen, asennemuutos, muutoksen sisäistäminen

Cope-mallin havainnollistaminen

Cope-malli voidaan kuvata pyramidilla, joka symbolisoi toimivaa vanhemmuutta:



Cope-ohjelman rakenne ja sisältö

Pääsääntöisesti Cope-ryhmä koostuu 25-30 vanhemmasta ja yhdestä kahteen Cope-ryhmäjohtajasta. Ryhmä tapaa kerran viikossa 10 viikon ajan, kaksi tuntia kerrallaan. Työskentely tapahtuu tieteellisesti testatun manuaalin ja videovinjettien mukaisesti.

COPE-ohjelman käytöstä saadut kokemukset

Kanadassa on tehty (Cunningham, Charles E, Rebecca Bremner & Margret Secord, 1995 COPE- The community Parent Education..) kontrolloitu satunnaisotantaan perustuva tutkimus 450:lle käytöshäiriöiselle lapselle ja heidän perheilleen. Lapset jaettiin summittain kolmeen ryhmään, joista 1. ryhmän vanhemmat osallistuivat Cope-ohjelmaan, 2.ryhmän vanhemmat ohjattiin lastenpsykiatrian palveluihin ja 3. ryhmä jäi odotuslistalle (kontrolliryhmä). Cope-ohjelmaan osallistuneen ryhmän tulokset osoittivat:

- huomattavia parannuksia ongelmanratkaisukyvyssä
- merkittävää kasvatusongelmien vähentymistä
- positiivinen tulos pysyi ennallaan suuremmassa määrin kuin muissa ryhmissä kuuden seurakuukauden ajan

Tähänastisissa **Ruotsissa** tehdyissä arvioinneissa mm. BUP/Malmö 2001 ”Föräldrargrupper- föräldrarutbildning enligt COPE-metodiken”, Linköping 2002 Plattformsprojektet och Futurumprojektet i Västerås 2004 sekä Gävlen kunnan ”Kvalitet och uppföljning rapport 2004:03, on selvinnyt, että Cope-ohjelmaan osallistuneet vanhemmat olivat:

- tyytyväisiä tai erittäin tyytyväisiä kurssiin
- kokivat saaneensa uusia ideoita ja oppineensa enemmän keskusteluissa toisten vanhempien kanssa
- kehittyneensä vanhemman roolissaan
- saaneensa lisävalmiuksia ongelmatilanteiden käsittelyyn
- tulleet varmemmiksi roolissaan vanhempina
- tunnistanee positiivisen muutoksen lastensa käyttäytymisessä

Malmössa ohjelmaa on käytetty menetelmänä työskenneltäessä maahanmuuttaja-perheiden parissa ja saadut kokemukset ovat osoittautuneet erittäin myönteisiksi. Ruotsissa on otettu käyttöön myös Teini-Cope 13-18 vuotiaiden nuorten vanhemmille, joka on sovellettu malli perusmenetelmästä.