

## **Hea lapsevanema kaasavara**

Meelike Saarna

psühholoogiline nõustaja, perekeskuse Sina ja Mina koolitaja  
Ilmunud EPL temaatilises lisalehes augustis 2008

Väikese inimlapse koht on ema turvalises süles, sest esialgu on maailm talle tundmatu ja hirmutav paik. Mida turvalisem on olnud ema süli, seda suurem on kindlustunne, millega laps ellu läheb.

Kui isa-ema pühenduvad lapsele, naudivad temaga koosolemist, püüavad mõista alul ta lalinaid ja veidi hiljem ta sõnu, peavad tähtsaks tema tundeid ja vajadusi ning oskavad vahet teha, millal on tark tõmmata piire ja millal lapsel ise otsustada lasta, tajub laps end väärtuslikuna. Ka siis, kui ta saab haiget, on pettunud või endast väljas, on tal tagala – hooliv täiskasvanu, kes tasakaalu tagasi tuua aitab. Nii tekib teadmine, et teatav tasakaalutuski kuulub elu juurde, kuid et alati on võimalik see taastada.

## **Ole kohal – enda jaoks, lapse jaoks**

See viis, kuidas me oma lapsi kohtleme, annab talle märku tema väärtuslikkusest või tühisusest ja selle tundege ta läheb kodust laia ilma. Kes näeb enda ümber hoolivust, õpib ka teistest hoolima. Ise armastades on meil suurepärase võimalus külvata enda ümber veel rohkem armastust.

Mis saab, kui lapse ümber armastust ja hoolivust napib? Mis saab, kui vanem on küll kohal, kuid pole kohal lapse jaoks? Siis võib juhtuda, et laps eraldub iseendast – oma tunnetest, oma sügavatest tarvetest, oma ehedatest mõtetest, oma andeist. Ta põgeneb. Kuhu on lapsel põgeneda? Ikka ja alati on võimalus põgeneda enda sisse. On võimalus luua teine mina, valemına, selline, kes vanematele meeldib – või selline, kes vanematele mitte üks raas ei meeldi. See on laste sajandite vanune ellujäämisstrateegia, mida Tommy Hellsten on värvikalt kirjeldanud oma Jõehobu-raamatutes.

Seesugust põgenemiselu on paljud kogenud. Õnneks on teisi võimalusi – kui tahta. On olemas võimalus õppida aru saama oma lapse sügavamatest vajadustest. On võimalik luua side lapsega, mis ei piirdu “tee tuba korda-tule sööma-mine pesema” jadaga. Esimene samm mõistmise ja usalduse poole on oma last kuulata, meeles pidades, et teleka vaatamise ajal lapsele aeg-ajalt mh-mh ütlemine ei ole kuulamine. Soe side teise inimesega algab soovist teda tõeliselt mõista, selleks tuleb võtta aega ning keskenduda. Kedagi tõeliselt kuulata ja mõista ei saa kiirustades ja mitut asja korraga tehes. Ma olen kindel, et telekas pole mitte ühtegi saadet, mis võiks olla tähtsam sellest, mida su laps sulle rääkida tahab.

## **Laps ei ole sinu oma**

Vanemaid segab lastega kooselus tihti mõte sellest, et mina olen ju lapsest suurem (vanem, targem). Psühholoogilises mõttes ongi vanem lapsest suurem, ta on targem ja elukogenum. Hea arengusuund on, kui vanema ja lapse psühholoogilised kontod tasapisi tasakaalustuvad, jõudes võrdsesse seisusse lapse täiskasvanuks saades. See tähendab, et lapsele antakse vastavalt tema eale otsustamis- ja valikuvabadust, võimalust seista ise oma vajaduste eest. Juba kaheaastane ilmutab, tihtigi vanemaid vihastaval vankumatul viisil, oma tahet. Tal on omad vajadused, tal on omad lahendused. Oma vanemlikku suurust kangekaelselt säilitada püüdes võime tahtmatult palju kurja teha.

Tasude ja karistuste süsteem on vanemate käsutuses olnud sajandeid ja on praegugi. Mulle meenutab see pigem viisi, kuidas karud tantsima ja koerad peremehe kõrval käima koolitatakse. See, kes laste kasvatamisel dressuuri meetodeid pooldab, võiks kaaluda, kas mitte karude ja koertega piirdudagi. Kuulekustreening teeb lapse kartlikuks, närviliseks ja ebakindlaks. Temast võib tulla kartlik, närviline ja ebakindel täiskasvanu.

Kindel on see, et laps peab saama minna oma teed. Inimesele on küll kogu elu jooksul omane püüd sümbiootilise suhte poole (täiskasvanugi armastusvajadus on võrreldav vajadusega ema sooja süle järele), ent sama tugev ja vajalik on tasakaalustav püüd eraldiolekuks. Vanemale on tähtis tunnetada oma ühtekuuluvust lapsega, kuid sama oluline on endale aru anda, et laps on eraldi inimene oma iseloomu, püüdluste, huvidega. Vanemal, kes on gestaltlikul “mina olen mina ja sina oled sina” positsioonil, on kergem lasta lapsel endal oma elu ainukordset mustrikuu luua – ta lubab järeltulijal olla see, kes ta on ja saada selleks, kelleks tal on eeldusi saada.

### **Mina ise ja minu laps**

Suhtumist lastesse, nende kasvatamise ja nendega koosolemise viise mõjutab suuresti vanema suhtumine iseendasse. Inimesed, kes on sallivad enda vastu, on tolerantsemad ka teiste suhtes. Seega vanem, kes oma lapse ja pere vajaduste täitmise kõrval suudab seista ka enda vajaduste eest, on lapse käitumise, väärtushinnangute ja valikute osas palju leplikum. Väärtuslikkusetunne ja eneseusaldus on hea kapital laste kasvatamisel – tasub tegelda enesearenguga, et elu lapsevanemana hõlpsam oleks ja enam rahulolu pakuks.