

Hea suhe algab soovist mõista

Meelike Saarna

perenõustaja, perekeskuse Sina ja Mina koolitaja

Ilmunud ajalehes Põhjarannik aprillis 2010

Viimasel ajal on meedias palju kirjutatud pereteemadel, olulisena on fookusesse tõusnud see, kuidas panna lastele piire, kas karistamine on lubatav jpm. Perenõustaja ja lapsevanemate koolitajana puutun nende teemadega igapäevaselt kokku. Minu kogemus on, et aina rohkem on neid noori lapsevanemaid, kellel lapsi kasvatades on oluline ka ise isiksusena kasvada, nad uurivad vastavat kirjandust, osalevad koolitustel ja võtavad sõna foorumites. Ühe sõnaga – nad annavad endale aru inimeseks olemise keerukusest ja ka sellest, kui palju on vaja teada ja mõelda, et tagada oma lastele kasvamiseks-arenemiseks vajalik pagas.

Thomas Gordon kirjutab oma „Targas lapsevanemas“, et laps on sama väärtuslik inimene kui täiskasvanugi. Vaatamata sellele, et laps ei tea seda, mida teab täiskasvanu ja et tal ei ole neid kogemusi, mis täiskasvanul. Kui me last tema varases eas haavame – ei püüa teda kuulata ega mõista, ei pinguta, et aru saada tema soovidest ja vajadustest, kui alavääristame teda karistuste kaudu, seeasemel, et anda lapsele teada oma vajadustest ja erimeelsustes rahulikult kokku leppida, siis võib juhtuda, et sellest lapsest ei kasvagi väärtuslikku täiskasvanut. Sest kust võib ta teada, et ta ON väärtuslik, kui talle kogu lapsepõlvea on sisendatud vastupidist.

Kui isa-ema pühenduvad lapsele, naudivad temaga koosolemist, püüavad mõista alul ta lalinat 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 tähtsa, väärtuslikuna – sealt saab alguse tema hinnang iseendale. Ka siis, kui laps saab haiget, on pettunud või endast väljas, peaks tal olema tagala – hooliv täiskasvanu, kes tasakaalu tagasi tuua aitab. Nii tekib teadmine, et teatav tasakaalutuski kuulub elu juurde, kuid et alati on võimalik see taastada.

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.

Vanemaid segab lastega kooselus tihti mõte sellest, et mina olen ju lapsest suurem (vanem, targem). Psühholoogilises mõttes ongi vanem lapsest suurem, targem ja elukogenum. Targalt käitub see vanem, kes lapsele vastavalt tema eale otsustamis- ja valikuvabadust annab, võimaldades tal ise oma vajaduste eest seista. 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.

Vanemad tahavad reeglina oma lastele kõige paremat. Tihti on asi selles, et vanemal puuduvad oskused ja teadmised, mis aitaksid tal oma last toetada sel moel, et tema lapsest kasvaks see kõige parem. Hea asi on aga see, et nii teadmisi kui ka oskusi saab

igäuks ja iga kell juurde ammutada. 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.

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.

Kedagi tõeliselt kuulata ja mõista ei saa kiirustades ja mitut asja korraga tehes.

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. Mina olen täiesti kindel, et telekas pole mitte ühtegi saadet, mis võiks olla tähtsam sellest, mida su laps (või mõni teine tähtis inimene) sulle rääkida tahab.

Kõik me soovime, et läbisaamine meile kallite inimestega, eelkõige laste ja abikaasaga, oleks tulvil soojust ja üksteise toetamist. Lähisuhted on ju inimelu kõige tähtsamad suhted, just nende kvaliteedi kaudu määratleme kogu oma elu kvaliteeti.

Soe side teise inimesega algab soovist teda tõeliselt mõista, selleks tuleb võtta aega ning keskenduda. Hea suhe on nagu elav organism – see vajab pidevat hoolt ja tähelepanu.