

Kaks õnnelikku, kellest sai kolm (ja enamgi veel)

Viiteid pere-elu arengule, 2. osa

Meelike Saarna

psühholoogiline nõustaja

Ilmunud ajakirjas Kodutohter detsembris 2008

Elu pakub meile kõigile tihti lausa suurepäraseid arenguvõimalusi. Olukorrad, millesse me satume või milles olemine on seotud meie teadlike ning tihti ka teadvustamata valikutega, panevad meid mõtlema iseenda ja oma suhete üle. Mitte iga kord, kuid tihti saab küsimusele, miks on asjad just nii nagu nad parajasti on, vastata: sest arengujärk on selline.

Peresuhete arengul, nagu oli juttu ka selle loo eelmises osas, on oma loogika. Küsimusele, kuidas arenguliste ülesannetega edukamalt toime tulla, ei ole mõistagi üheseid vastuseid, kuid teadmised üldistest suundumustest mõjuvad reeglina kergendavalt – või vähemalt aitavad kaasa selgema pildi moodustumisele, kui soovid mõista, kus parajasti oled, ja kuhupoole teel.

Väikeste lastega pere

Kui peres on väikelaps või riburada sündinud kaks-kolm väikest tegelast, siis paneb see tihti proovile paarisuhte ja kogu koduse elu stabiilsuse. Mida tugevam on paarisuhe, mida enam on n-õ liimi, mis paari koos hoiab, seda vähem suudavad kasvatuslikud või olmega seotud probleemid kooselu tasakaalu kõigutada. Mehe ja naise suhe on baasiline, sellele ehitub isa-ema-lapse suhe. Kui alusvundament on nõrgavõitu, näiteks kui laps on perre sündinud enne paarisuhte väljakujunemist, kui omavaheline side on hõre, kui ühendavat on vähe ja tähtsad kooselukokkulepped tegemata, võib paar peagi seista keerukate probleemide ees.

On loomulik, et väikelastega peredes peetakse silmas eelkõige laste vajadusi.

Enamasti on ema see, kellele langeb laste eest hoolitsemise suurim koormus, isa käib tööl ja teenib perele raha. See on kiire ja pingeline aeg nii mehele kui ka naisele, ja kergesti võib tekkida olukord, mil ainsad, kelle elulised vajadused on kaetud, ongi vaid lapsed. Ent kui paar leia vahelgi aega kahekesi olla, jääb lahjemaks ka neid kooshoidev liim. Kui kumbki ei saa võimalust päris omaette olla, oma isikliku „tassi täita“, väheneb kokkuvõttes ka see ressurss, kust ammutada tegutsemistahet ja head energiat, et suure ja tihti stressirikka eluetapi ülesannetega edukalt toime tulla.

Mõistagi ei saa oma aja ja paarisuhte aja taganõudmisel pilli lõhki ajada, tuleb endale aru anda, et see aeg lihtsalt on seesugune, et tillukesed ilmakodanikud – nii armsad ja oodatud ju ometigi – võtavadki suurema osa isa-ema energiast, et see on mõneski mõttes lausa paratamatu. Ja laste sünd on ju ikkagi paari vaba valik – või kuidas? Siiski tuleb kõige selle sees hoolt kanda selle eest, et paarisuhe ja isiklike vajaduste mõõde päriselt kaotsi ei läheks.

Seega peaks just väikeste lastega pere – vaatamata ülehelikiirusele, milles sagedasti elatakse – võtma erilise tähelepanu alla aja otstarbeka jaotuse: et igapäev oleks nii oma aeg kui ka perega koos veedetud aeg, ning et elukaaslastel säiliks tingimata ka privaatne omavahel olemise aeg. Kui emast saab kodutööautomaat ja isast vaid pangalaenumaksja, kui paar argimurede sees unustab kunagise kokkusaamise ja kokkujäämise põhjuse, satuvad peagi ohtu ka laste elulised vajadused. Teineteisega

rahulolematud üleväsinud ema ning ületöötanud isa ei moodusta kindlasti seda turvalist ja rahulikku keskkonda, milles väikesele inimesele areneda meeldiks.

Eelmiste elude mõjud

Pere ajareservist rääkides on oluline paari ümbrisev sotsiaalne keskkond: kas lähimbruses leidub üldse kedagi, kes näiteks lapsi hoiaks, kui isa-ema õhtul teatrisse tahavad minna? Kas peres üldse aktsepteeritakse ema soovi, kes väikeste laste kõrvalt kasvõi ühe õhtu sõbrannadega või trennis tahab veeta?

Praktilistest lähenemistest tihti olulisemadki on sisulised hoiakud. Ükski pere ei sünni tühjale kohale, ikka on ees päritolupere mustrid, need mõjutavad meid tihti rohkem kui me sellest endale ise aru anname. Kui paari ühes päritoluperes oli valdav seisukoht, et naise paik on kodus laste juures, aga mehele on lubatud ka seltskondlik ajaviide, kuid teises päritoluperes ollakse vastupidisel seisukohal, on nn uue pere liikmetel vaja omavahel selgeks rääkida, milline võiks olla nende ühine seisukoht. Päritoluperede erinevad väärtushinnangud võivad saada tülide ja hõõrumiste alguseks nii paarisuhtes kui ka suhetes äiade-ämmadega.

Kui pere on alles kujunemisetapis, ongi arenguvõimalusi suures piires vaid kolm: kas asutakse järgima neid reegleid, mis olid valdavad mehe päritoluperes või neid, mis domineerisid naise omas. Kolmas võimalus on luua päris oma reeglitel põhinev pere, mille põhimõtete seas on kindlasti ka neid, mis sarnanevad ühe või teise poole päritoluperekonna omadele. See variant võiks moodustuvale perele parim olla, kuna see põhineb omavahelistel kokkulepetel, sisaldades seega vähem konfliktialgeid, kui mehhaaniliselt üle võetud ja ühele paarilisele võõras reeglistik.

Kinnihoidmisest ja lahtilaskmisest

Tihti jäetakse oma pere sisulise loomise eeldustest rääkides kõrvale üks tähtis küsimus: kas ollakse valmis oma vanematest eemalduma? Kui mees juba paarisuhtes (või abielus) olles endiselt rohkem oma ema poeg kui oma naise mees on, võiks vastata, et valmisolekut pole. Variante on mõistagi mitmeid, kuid nagu ikka suhetes, on siingi osapooli kaks, ja tihti on keerukas täpselt selgitada, kes kellest rohkem kinni hoiab.

Tihti teevad vanematest eraldumise keerulisemaks pealtnäha objektiivsed tõigad: emma-kumma vanema haigus, suur majapidamine, millest neil jõud üle ei käi, sissejuurdunud tööjaotus, kombid jms. Enamasti on seotus vastastikune. Vanemadki teevad, tihti alateadlikult ja pahaaimamatult, kõik selleks, et laps neist ei kaugeneks ja oma elu alustamise edasi lükkaks.

Loomulikult jääb igaüks surmani oma vanemate lapseks, oluline on, et suhe vanematega areneks uuele tasandile – suhe vanem–laps lõpeb ning selle asemel kujuneb välja täiskasvanu–täiskasvanu suhe. Eraldumine vanematest ei tähenda sugugi, et vanematega enam ei suhelda – see saab lihtsalt teise tähenduse ja sisu. Vanemate sekkumine noore paari ellu segab nende iseseisvumist ja täisväärtuslikust paarina. Kui täiskasvanud naine või mees, kel juba omalgi laps, aina ema-isa sõnadsuhtumised elukaaslase omast tähtsamaks seab, olgu põhjuseks mis hirmud tahes (pelg konflikti, armastuse kaotamise vm ees), võib küsida, kui küps üldse iseseisvaks eluks ollakse. Ehk tuleks lihtsalt tihemini passi või ID-kaarti vaadata, et sünniaasta paremini meeles seisaks?

Ka lapse sünd perre muudab noore pere suhteid oma vanematega. Vanavanematest võib olla palju tuge ja abi, kuid vahel on siingi oht, et abi saab liiga palju, seda juhul, kui vanavanem noores peres liialt võimu kipub võtma ning kui keegi seda talle ka öelda ei julge. Kuna pingete kuhjumine lõpeb reeglina konfliktiga, tasub neist rääkida

kohe nende tekkimisel. Kui suhe vanavanematega on ülemääraselt tihe, ei ole noorel perel ruumi oma pere väljaarendamiseks. Liigselt sekkuvad ja noorte elu korraldavad vanemad võivad head soovides oma laste paariellu hoopis probleeme tekitada.

Uus väljakutse – laps läheb kooli

Kooliminekuuga kohanemine on uus ja keeruline väljakutse mitte vaid lastele, vaid ka vanematele. Vahel on vanemad lapsest suuremiski ärevuses, muretsedes lapse hakkamasaamise pärast. Vanema ärevus võib aga omakorda ka last mõjutada, muutes tedagi ebakindlamaks. Kooliga (samuti lasteaias käimisega) harjumine võtab lapsel tihti rohkem aega kui vanemad eeldavad. Me oleme erinevad, nii lapsedki. Uue vastuvõtmine on ikka seotud teatud vastupanu, harjumisega, iga elumuutus toob kaasa kriisile omaseid tunnused: me ei taha uue olukorraga leppida, seda tõsiasjana tunnustada, reageerime vastupanu, viha, kurbuse, mitteaktsepteerimisega – alles pärast seda hakkame tasapisi harjuma, tekivad esimesed toimetulekumärgid, ja alles siis rahulolu.

Seetõttu on vanemate põhiküsimus, kuidas aidata last ja ka iseennast selles kummalegi harjumatus uues olukorras. Esimesed tähtsad märksõnad siin tunduvad olevat teineteise kuulamine ja mõistmine. Kuulamise ja mõistmise kõrval tuleks mõelda ka sellele, kuidas suurendada lapses vastutustunnet. Mõistagi vajab algaja koolilaps algul vanema tuge, kuid õppimine on suures piires siiski tema vastutusallas. Ses etapis võib olla keerukas harjumuspärasest lapsevanema rollist välja tulla. Sageli on psühholoogiline eraldumine äärmiselt raske eriti emale – kuigi laps saaks ka iseseisvalt hästi hakkama, tahab ta igal sammul lapse kõrval olla. Liigset toetust võib laps tajuda kui usaldamatust, lapse tegude liiane kontroll ei võimalda eakohast iseseisvuse arengut ja oma asjade ning tegude eest vastutuse võtmist.

Tõe hetk suhetes

Nii nagu ülehoolitsemine võib lapsele teha karuteene, nii ka see, kui vanemad kooliminevat last juba liialt suureks peavad ning lasevad tal kõiges endaga ise hakkama saama. Uues olukorras omapäi jäetud lapses võib süveneda üksildustunne ja hirm hülgamise ees.

Selle ajajärgu suur pluss vanemale on see, et lõpuks ometi jääb vanemal tõesti rohkem aega iseendale ja ka paarisuhtele. Lapse koolimineku on mõneski mõttes tõe hetk paarisuhte jaoks. Kas vahepealsete aastate järel, lastekasvatamise ja rahateenimise tuhinas, on paarisuhe veel üldse alles? Võib juhtuda, et sellele tuleb nüüd uuesti tuld alla puhuma hakata – halvemal juhul jääb üle tõdeda, et see ongi vahepealsete aastate jooksul lihtsalt kaotsi läinud.

See on ka üks põhjus, miks emad ka koolikäiva lapse eest hoolitsevad, justkui oleks ta mingi tilluke-abitu – on hirm lapsest lahti lasta, kui ei tea, kas veel millestki muust kinni võtta on. Ülehoolitsemist, üleliiast muretsemist-kontrollimist ja lapsele keskendumist selles eluetapis soodustabki asjaolu, et abikaasade omavaheline suhe tegelikult ei toimi. Kui ainukesed siduvad teemad on seotud lapse (lastega), siis tuleks mõelda, kas paaril on ehk võimalik (taas)leida muudki ühendavat. Haige või sõnakuulmatu laps on tihti vanemate kooselu sümptom – tekkinud selleks, et hoida neid koos.

See võib öelda, et lapse koolimineku aeg on mitmeski mõttes pöördeline: lapse suurem iseseisvus lubab taas fookusesse paarisuhte, rohkem aega endale tõstatab taas karjäärikäsimused. Kui ema on juba enne lapse kooliminekut tööle minna jõudnud, võivad just nüüd eriti teravalt üles tõusta eneseaktualiseerimise küsimused.

Lapse kasvades on vanema ja lapse suhted pidevas muutumises nagu ka abikaasade/elukaaslaste omad. Laste järgmine arenguaste perekonnas – teismeiga – on katsumus paljudele peredele. See eluetapp nõuab vanematelt suurt kohanemisvõimet oma rollis ja tihti ka valusavõitu peeglissevaatamist. Kuid see on juba mõne järgmise loo teema.