

Väärtuste sõda

Meelike Saarna,
psühholoogiline nõustaja
Ilmunud ajakirjas Kodutohter detsembris 2007

Su tütar pani endale huulerõnga, mis sinu arvates lihtsalt jube.
Su pojalt on sõber, kellel sinu arvates on talle halb mõju.
Su ema pesusahtlis valitseb sinu meelest lubamatu segadus.
Su ämm tavatseb triikida ka sokke, mis sinu meelest on absoluutselt naeruväärne.
Su sõbranna lühike seelik mõjub oma sobimatuses sulle kui punane rätik härjale.
See kõik ajab sind kohutavalt närvi.
Miks küll?

Kaks täiesti erinevat konflikti

Maailmakuulus psühholoog Thomas Gordon nimetab väärtuskonfliktiks olukorda, kui teise inimese käitumine jääb allapoole sinu tolerantsusjoont. See käitumine ei meeldi sulle ja häirib sind, kuid ei tee otsest kahju, nagu juhtub siis, kui tegu on konfliktiga, mis tekib kahe erineva vajaduse pinnalt. Siiski riivab teise erinev käitumine või teistsugune elufilosoofia sind õige teravalt, sest sinu arvates nii lihtsalt ei tehta, ei arvata, ei mõelda! Sinu väärtushinnanguid, sinu põhimõtted on teised. Ja just seetõttu tundub sulle, et tütre nabarõngas või sõbranna halb maitse puudutavad sind isiklikult. Kui lapsed tahavad pühapäevahommikul kaua magada ja ema samal ajal korraldada koduse suurpuhastuse; kui isa soovib minna õhtul pubisse ja ema teatrisse, kui teismeline igatseb rohkem taskuraha, aga peres on päevakorral kokkuhoid, kui üks abikaasadest tahab kallistamist ja teisel poolel selleks parajasti tuju ei ole, põrkuvad erinevad vajadused.

Ka vastukäivate vajaduste pinnalt ühised lahendusi leida on tihti keeruline, sageli lepitakse kompromissidega, kus mõlemal on vaid "pool muna". Kuid vajaduskonfliktis on siiski hõlpsam end teisele poolele arusaadavaks teha. Kui mõlemad väljendavad selgesti oma tahet ja seda, mis teda antud olukorras või teise käitumises kõige enam häirib, milliseid huve kahjustab, milliseid negatiivseid tundeid ja mõjusid kaasa toob, on lahendusvariantide varu päris suur.

Hoopis erinev on olukord väärtuskonfliktis. Kui püüad selgitada tütrele, et nabarõngas on jubetis või avaldad arvamust, et sõbranna riietumisstiil on maitsetu, pole sul sisulisi argumente tema käitumise või hoiaku muutmiseks, kuigi need võivad sulle täiesti vastuvõetamatud olla. Sa võid oma seisukohta väljendada – kuid enamasti teine ei usu, et tema peaks oma käitumist või põhimõtteid muutma. Tema ei usu, et tal on probleem. Tema arvates on probleem hoopis sinul. Nii põrkuvadki erinevad väärtused. Siin peitub ka põhjus, miks valime sõbrad või terve sõpruskonna endaga sarnaste hoiakute ja elupõhimõtetega inimeste seast – kuna meie väärtushoiakud, mis ei pruugi ilmnedagi igas argipäevas, küll aga keerukates elusituatsioonides, on meile niivõrd tähtsad. On väga tarvilik tunda end oma sõpradega samas väärtuste kihis olevana – see lisab elule turvalisust ja olulisusetunnet: minu arvamused, eluhiakud ja elufilosoofia pole tähtsad mitte vaid mulle, vaid ka neile inimestele, kellest mina lugu pean.

Seda raskem on tabada oma lapsi, sõpru, lähedasi toetamas väärtusi, mis minu väärtused ei ole.

Minu väärtused ja sinu omad

Õeldakse, et konflikt on suhete tõe hetk. Lahendamata konfliktid võivad suhte tasapisi seestpoolt märkamatuks tühjaks õõnestada, kaua laagerdudes ja allasurutuna ühel hetkel purustava plahvatuse kaasa tuua. Tülidele ja eriarvamustele lahendusi või vähemalt leevendust otsida püüdes võidakse suhtele leida aga hoopis uus hingamine. See kehtib ühtviisi nii vajadus- kui ka väärtuskonflikti puhul. Mõlema puhul on tähtis end väljendada, rääkida, omi seisukohti selgitada.

Nii vajadus- kui ka väärtuskonfliktide lahendamist hõlbustab suhtumisalus, kus teist inimest peetakse sama väärtuslikuks kui iseend. Seda võib väljendada ka nii: mina seisan oma vajaduste eest – sina oma vajaduse eest, ja kui meil on katmata vajadusi teineteise suhtes, siis me ajame oma asju nii, et kummagi eneseväärikus jääb alles.

Tähtis on teise eriarvamust mõista. Mõistmine ei tähenda omaksvõttu ega sajabrotsendilist arusaamist. Pigem tähendab mõistmine nentimist, et teisel on õigus olla erinev ja tolerantsust tolle erinevuse vastu.

Õigus omada oma arvamust, omi väärtushinnanguid ja veendumusi, isiklike eelistusi ja oma elufilosoofiat kuulub põhiliste inimõiguste hulka. Pole siis ime, et inimesed, kes teistele oma väärtushinnanguid jäigalt peale suruvad, tihti vaimsesse isolatsiooni satuvad. Või hoiavad “käpa all” mõnda truualamlikku seltskonda, kellele iseolemine ja isemõtlemine olulised ei ole. (Kui palju varjatud agressiivsust sellises seltskonnas peitub, on omaette teema.) Suures piires pole siiski keegi nõus oma väärtushinnangutest loobuma lihtsalt seetõttu, et teisel on jõudu rohkem – olgu selleks siis aktiivne verbaalne pealepressimine või lihtlabane füüsiline üleolek. Juba kaheaastases jõnglases tõstab pead teadev mina ise, rääkimata suurematest lastest, kes tahavad ise oma asjade üle otsustada, mida suuremaks nad kasvavad, seda enam. Laste iseotsustamise allhoovustes on varjul palju konfliktilgeid. Kui vanemad ei suuda mõista, et nende järeltulijatel võivad olla neist erinevad arusaamad alates tubade korrasolekust, sõprade valikust, riitumislaadist ja lõpetades sellega, mida kujutab endast tervislik elustiil, riskivad nad sellega, et lapsed mõistmist leidmata või vanemate vastuvaidlemist mittesallivate hinnangute surve tõttu lõpuks lihtsalt kodust jalga lasevad. Või pagevad mõnel muul moel: põgenevad reiti, oma toa kinnise ukse taha, kus müriseb “võigas” muusika, oma hobidesse või sõpruskonna tegemistesse – ja vanemal jääb üle vaid leppida tõsiasjaga, et sisuline ligipääs oma lapsele tal puudub.

Võib juhtuda, et väärtuskonflikti tajuv vanem seisab raske valiku ees: ta kas lööb käega, loobub püüest mõista lapse erinevaid väärtusi ja elufilosoofiat või hoiab sõjakirvest uhkelt üleval, sest minu liha ja minu veri lihtsalt peab järgima samu põhimõtteid, mis olid minul. Kumbki lähenemisviis viib lapse ja vanema teineteisest kaugenemiseni. Arvestades, kui oluline on see suhe mõlemale, on iga seesugune eemaldumine ränk ja korvamatu.

Suures piires on mõistagi loomulik, et emad-isad haavuvad, leides, et paljud tähtsad asjad, mida nad lastele enda arvates õpetasid, on nagu vesi hane seljast maha nirisunud. Sama loomulikud on laste etteheited vanematele: kuidas nad aru ei saa, et mul on oma arvamus! Kuidas nad ei mõista, et mul on oma elu! Mina olen ju mina!

Näägutada? Jõudu kasutada? Ähvardada?

Õigupoolest juhtub seda väga harva, kui kaks inimest või kaks inimgruppi kõiges samal arvamusel on. Konflikt tekib juba selle pärast, et me oleme erinevad, me saame üksteisest erinevalt aru, meil on erisugused isiklikud taustad, vajadused ja soovid, mis teiste omadega kokku klappida ei pruugi. Küsimus ei ole niisiis selles, kuidas konflikte, sh ka väärtuskonflikte täiesti ära hoida – see ei ole võimalik, küsimus on

selles, kuidas nendega ringi käia, kui need ilmnevad, seejuures nii, et kumbki osapool ei kannataks.

Kõige tavalisem viga, mis väärtuskonflikti puhul tehakse, on see, et andmata aru, millega on tegu ja oskamata sellega muud peale hakata, teemat lihtsalt hoitakse üleval, küll lõputu näägutamise, küll ironiseerimise kaudu. On hea teada, et kui tüli üleval olles teisele pidevalt oma arvamuse või etteheidetega sisse sõita, põhjustab see reeglina vastuhakku ja pahameelt, mis enamasti toob kaasa suhete halvenemise. Siiski on olemas mitmeid variante, mis võivad väärtuskonflikti leevendamisel edukad olla. Kõige ohtlikum igale suhtele on võimu kasutamine. Püüdes teise väärtushinnanguid muuta piitsa ja prääniku meetodil, on risk kaela saada kõik see, mis kaasneb alati jõu kasutamisega: ühe poole hirm ja sisemine vastupanu, teise poole pidev kontrollivajadus ja süütunne. Vastuhakk, põgenemine või varjatud viha sisaldav allaandmine on klassikaline saak, mis kaasneb jõuvõtetega. Jõu kasutamine on õigustatud harvadel lootusetul juhtumitel, näiteks kui tegu on eluohtliku olukorraga. Ka jõuga ähvardamine pole väärtuskonflikti puhul ega üldisemaltki kuigi tõhus. Kui sulle näiteks ei sobi, et poeg ööde viisi arvutis istub ja riistapuu lõpuks aknast välja ähvardab visata, siis oled plindris igal juhul. Kui sa oma lubadust ei täida, kannatab su vanemlik autoriteet, kui täidad – rahakott. Kui sinu väärtuse hulka kuuluvad tervislik elustiil ja raamatute lugemine ning arvutis istumist pead vaimsele ja füüsilisele tervisele ohtlikuks, siis on kurjast ähvardusest parem püüda oma seisukohti selgitada. Ähvardamisega ilmselt vaid süvendad lapse arvamust, et oled lootusetu eksemplar, kes mitte millestki aru ei saa.

Üks kokkulepe, mida käitumispsühholoogid väärtuskonflikti leevendamiseks sõlmida soovivad, on käitumise muutmine väärtusi muutmata. Näiteks klausel, et lapse tuba võib ema arusaamise kohaselt olla “segamini”, kuid suur tuba ja köök mitte. Sellise piiride paikapaneku puhul on positiivne, et kummagi arusaam on leidnud mõistmist, samas valitseb oht, et olemise ja näimise vahemaa liiga pikaks venib. Siiski võib teadmine, et teine sinuga vähemalt mingis osas arvestab, olla suhet säästev ja laiemalt võttes kummagi tolerantsust suurendav. Kui sõbranna kannab küll miniseelikut, kuid su suhtumist teades sinu nina alla sellega poosetama ei tule, on see kindlasti üks võimalus teievahelisele väärtuskonfliktile lahendust leida.

Riskivaba lähenemine ehk kolmas tee

Nii lapsed kui ka täiskasvanud on enamasti avatud teise inimese elutarkusele ja -kogemusele. Ka väärtuskonfliktide puhul on selline jagamisvõimalus olemas. Küsitavusi võib tekitada vaid tarkuse ja kogemuse edasiandmise viis. Kui püüad teisele oma hoiakuid selgitada temast lugupidaval moel, argumenteerides, miks sulle just see seisukoht või eluvaade on oluline ning oled valmis tõsiselt kuulama ja arvesse võtma ka teise vastulauseid, on suur šanss, et kaks erineva hoiaku või väärtuse kandjat omavahel suurema mõistmise leiavad.

Teise inimese väärtushoiaku teadvustamine ja omaksvõtt õnnestub vaid siis, kui ta on teisele piisav autoriteet ka inimese või professionaalina, kui ta mõjub usaldusväärset. Näiteks kui teismeline tajub, et sinu järjekordne epistel suitsetamise ja alkoholi kahjulikkusest jääb tavakohaste lendlausete tasemele, ei saa ta sind autoriteetse nõuandjana tõsiselt võtta. Alles siis, kui ta tajub sinu tõelist asjatundlikkust, on ta valmis sind kuulda võtma ja hiljem ehk ka antud küsimuses oma senist seisukohta muutma.

Vahel öeldakse, et maitse üle ei vaielda vaid peetakse sõdu. Sama lugu tundub olevat ka nende maitsete puhul, mis puudutavad meie eluhoiakuid. “Oma” kaitstes võib

emotsionaalne temperatuur päris kõrgele tõusta. Seetõttu on kohane meenus, et enda seisukohta selgitades tuleks kasutada minakeelt: minu väärtus või veendumus on selline; kui ma järgin neid väärtusi, on tagajärjed taolised. Selle asemel, et öelda: sul ei ole õigus, võid öelda: mina arvan teisti. Selmet lausuda: sa ju ei kuula, saad öelda: mulle näib, et ma ei suuda sinus huvi tekitada. Juhul kui teise väärtused on sinu omadele täiesti vastukäivad, võib neutraalsel toonil väljendada oma ehedat muret seepärast, mis võib juhtuda, kui teine jätkab endise väärtuse järgimist. Mõistmise ja hoolivuse ülesnäitamine vaatamata segavate eriarvamuste olemasolule viib tihti kooskõllalisema suhte poole: ühe hea tahe tekitab teiseski soovi kaaslasest paremini aru saada.

Lastele, kelle väärtushinnangud on alles kujunemisejärgus, saab oma hoiakuid pakkuda, väljendades neid selgelt ja endakohaselt. Lapsed nopivad kergesti üles käitumisjuhiseid ema-isa poolt väljaöeldust (Mulle meeldib ausus. Minu arvates on avameelsed inimesed nii sümpaatsed.). Kuid tasub meeles pidada, et palju enam kui sõnadest ammutavad lapsed elujuhiseid ja väärtushoiakuid vanemate tegudest. Seega: kui väärtustad sõnades sallivust, siis ole salliv; kui mõistad vassimise hukka, ära ka ise valeta. Amsterdamis kogetud triibu-seiklusest pajatanud vanemal ei maksa teismelisele pidada loengut narkootikumide ohtlikkusest. Pole vaja kahelda: silmakirjaliku vanema käitumisest õpivad lapsed vaid silmakirjalikkust.

Hea asi kõigi nende keerukate väärtuskonfliktide juures on see, et inimene on arenev, õppimisvõimeline ja paindlik olend. Kindlasti on olemas mõned baasilised eluhoiakud, väärtused, millest sa mingi hinna eest ei loobu. Ent nende kõrval on kindlasti ka neid, mille juured on pagan teab kus ja mis nii olulised ei ole. Nii mõnigi tüli, mis läheb tuliseks erinevate väärtuse olemasolu tõttu, leiab lahenduse, kui üks pool leiab, et tema teatud eluvaade on lihtsalt elule jalgu jäänud. Nii mõneski olukorras peab inimene otstarbekaks oma seniseid tõekspidamisi muuta või kohandada. Vahel võid avastada, et kellegi teise väärtus, mille vastu seni lugupidamine puudus, on sobiv sullegi. Teismelise poja vaimustus hip-hop muusikastiilist võib sulle lõpuks päris äge tunduda, kui üheskoos sellesse süvenete ja sina oma eelarvamuse kõrvale jätad.

Kõige olulisem küsimus on, kas selle vahel, milline olen mina, ja selle vahel, millised on teised, peab tingimata jooksmata rindejoon. Võid endalt küsida: kas erinevad elufilosoofiad, väärtushinnangud, tõekspidamised ja elustiilid võivad eksisteerida kõrvuti, üksteist sallides, üksteist mõistes, üksteisele ruumi andes? Kas annan eluõiguse kõigele erilaadsele siin ilmas või arvan ma, et kõik peavad avama nii, nagu mina arvan ja elama nii, nagu mina elan?

On kasulik meeles pidada, et väärtuskonflikti ei ole enamasti võimalik lahendada. Küll on võimalik suurendada oma sallivust. On võimalik õppida teisi paremini kuulama ja mõistma. On võimalik loobuda mõnest vananenud või aktuaalsuse kaotanud põhimõttest. On võimalik omaks võtta mõtteviisi, et minu väärtushinnangud räägivad minust ja teiste omad – neist.