

Et laps saaks elus hakkama

Autor: Kadi Kütt

Mida vajab laps, et oma eluga hästi hakkama saada? Kuidas saame vanemana oma last toetada? Krista Kivisalu on teinud intervjuu Norra pedagoogi ja lastevanemate kooli eestvedaja Godi Kelleriga. Siit on nii mõndagi kõrva taha panna.

Eneseusaldus



Eneseusalduse all peab Keller silmas iseenda tundmist ja sisemist kindlust (mitte segi ajada välise enesekindlusega, mille annab teiste hinnang). Laps, kes on korras enese-hinnanguga ja kindel oma võimes toime tulla, säilitab ka keerulistes olukordades rahu ning teiste hinnang ei kahjusta tema enese-tunnet olulisel määral.

- Paku lapsele väljakutseid – selliseid, mille kohta tead, et laps saab nendega hakkama või et nendega hakkama saamiseks peab ta end pisut ületama. Neist saab laps tunde, et ta oskab midagi, mida ta varem ei osanud. Jälgi, et laps ei peaks korduvalt läbi kukkuma. Loomulikult peab laps kogema ka kaotust ja ebaõnne, ent kui need aina korduvad, kahjustab see tema eneseusaldust. Laps peab õnnestuma piisavalt, et mitte kaotada energiat ja tahet teha läbi pingelist õppimise protsessi.
- Ära tekita lapses ärevust. Enamasti pole küsimus selles, et laps ei saagi näiteks koolis mingi ainega hakkama, vaid tema valmisolekus õppida. Kui laps pelgab õpetajat, ei pruugi halvad hinded tulla sellest, et laps ei saa ainekust aru, vaid ärevus võtab talt võime mõelda. Rahulikus keskkonnas saaks laps kõigest aru.
- Ära satu paanikasse ega muutu süüdistavaks, kui laps on saanud kehva hinde. Laps loeb vanema mõtteid ja tundeid, ning kui vanem on sisemiselt ärev ja hirmul, et tema järeltulija on luuser, tunnetab laps seda. Ka siis, kui vanem seda varjata püüab. Oled sa oma südames ikka kindel, et head hinded pole kõige tähtsam asi elus?
- Iga laps on mingil alal andekas – kes muusikas, kes kunstis, kes enesetunnetuses, kes käelises tegevuses. Elus pole sageli tähtsaim see andekus, mida kool hindab. Kui kool su lapse andeid ei hinda, märka ja tunnusta neid sina.
- Pidage sõbralikku dialoogi kooliga, leidmaks ja toetamaks lapse tugevaid külgi. Dialoog vanema ja kooli vahel toetab ka last, sest ta tunneb ühendust. Ärge tähtsustage eneseusalduse tugevdamise vahendina üle võistlust, omavahelist jõu- ja osavusproovi. Godi Keller: "Võistlus on hea vaid võitjale ja teisele-kolmandale, kõigile ülejäänuile on see katastroof."

Usaldus maailma vastu

Maailma usaldav laps julgeb ringi liikuda ja uusi alasid katsetada, küsida ja eksida. Usalduse vastand on hirm.

- Enne, kui räägid looduse saastamisest, sõdadest ja ülekohtust, õpeta laps loodust, ümbritsevat elu ja inimesi armastama. Kui laps on saanud olla rõõmus metsa või jõe üle, kui teda on õpetatud neid armastama, kaitseb see teda edaspidi. Vanemal on tähtis tajuda, millal on laps valmis kuulma, et kõikide inimeste teod ei olegi

usaldusväärset; millal on tema baasusaldus nii tugev, et negatiivne info ei kahjusta teda. Kui rääkida kuueaastasele näiteks napalmist, tekitab see teadmine temas hirmu. Kui rääkida kolmeaastasele, et loodus on saastatud, et inimesed ise kahjustavad seda, kaotab laps rõõmu olla looduses ja tema usaldus inimeste vastu saab löögi. See ei tähenda, et teleka peaks kodust välja viskama, kuid vanemad peaksid mõtlema, mida on nende lapsel hea teada ja mida mitte.

- Kontrolli oma hoiakut: kas sinus eneses on säilinud usk inimkonna peadesse kavatsustesse või usud sa, et maailm on lootusetu paik? Laps võtab esmajärjekorras üle mõtted ja tunded, mis valitsevad vanema sees. Ka siis, kui räägitakse vastupidist.
- Märka last ümbritsevate täiskasvanute hoiakut. Lapse usaldust kahjustab, kui tema hoidjaks või õpetajaks on inimene, kes korrutab, et maailm on üks lootusetu paik ja inimesi valitseb kurjus.

Elurõõm



Elurõõm on väga tihedalt seotud eelmise punktiga – usaldusega maailma vastu. Elurõõmus laps naudib ennast ja oma tegemisi, kui need ka kõrvalseisjale tähtsusetud tunduvad. Ta oskab tunda rõõmu väikestest asjadest.

- Jäta lapsele võimalus midagi oodata ja igatseda. Tänapäeval on see suur väljakutse, kõike võib ju saada kohe ja kiiresti. Soovitu kiire saamine tekitab tühjustunnet ja igavust ning jätab lapse lõpuks ikkagi rahulolematuks.
- Tekita pere elurutiinis kindel aeg, mida oodata. Looge mõni peretraditsioon: pühapäevahommik pannkookidega või reedeõhtune saunaskäik vanaisa pool. See võib olla ka laupäevaõhtu koos perega teleri ees – tähtis on, et see erineks muust ajast ja teeks kõiki õnnelikuks.
- Otsi võimalusi luua meeleolu, kas küünlavalguse, ühise matka või jutuajamisega. Laps kogeb sellest, et rõõmu ja püha tunnet tekitab ühisosa, mitte asjad.

Uudishimu

Uudishimu tõukab avastama maailma ja elu. Selle vastandiks on ükskõiksus: miski ei köida last, kõik on igav.

- Juhindu lapse elavast huvist. Uuri valdkonda, mis talle huvi pakub ja vestle sobival hetkel sel teemal.
- Ole ise uudishimulik ja aita lapsel elu eri valdkondi avastada. Ära moraliseeri – pole olemas õigeid vastuseid, tuleb lihtsalt ümbrust uurida.
- Ära heitu, kui su teismeline tundub olevat kaotanud uudishimu ja vastab kõigile ettepanekutele kuhugi minna: ei huvita! Teismeline on isegi uudishimulikum kui noorem laps, lihtsalt tema huvid on muutunud. Enamik teismelise uudishimust on suunatud sellele, mis toimub tema enese sees, tema eakaaslastes ja nende vahel.

Avatus

Avatus on võime näha teisi lahendusi, mitte anda liiga vara hinnanguid. Selle vastand on eelarvamused, tunne, et sul on olemas juba vastused kõigele. Avatus on seotud üldise tolerantsiga ühiskonnas.

- Paku lapsega rääkides erinevaid seisukohti. Näita, et probleemi on võimalik lahendada mitmel moel.
- Näita lapsele, kuidas rääkida kellegagi nii, et kuulad teda päriselt. Austa teise inimese arvamust ja õpeta ka laps seda austama.
- Kontrolli ennast: kas sina suhtud maailma eelarvamusteta?

Tahe

Tahe on võime teha tööd, mitte alla anda, kui miski sulle vastu töötab. See on võime visalt raskustest üle saada ja uuesti tõusta, kui oled kukkunud.

- Sea sisse kindel argipäeva rütm: enam-vähem samal kellaajal äratus, siis pesu ja söök. See annab lapsele kogemuse, et kindel, rahulik elu on teatud struktuuriga – et ellu kuuluvad nii mõnusad kui ka mitte nii mõnusad, kuid vajalikud toimingud, mida me peame tegema, et meie hea elu saaks toimida. Nii kogeb laps, et kodu koristamine kuulub hea elu juurde ja et nõudepesu on osa elust. Selline struktuur on esimene samm, et lapsel saaks hiljem kujuneda enesedistsipliin ja tahe ära teha ka elus ettetulevad ebameeldivad asjad.
- Ära anna lapsele liiga vara liiga palju valikuid. Varased valikud teevad ta närviliseks ja nõrgendavad tahet, sest laps kardab ilma jääda millestki, mida ta ei vali. Lapse elu on palju lihtsam ja selgem, kui ta ei pea valima mitme söögi vahel, vaid pelgalt selle vahel, kas süüa või ei.
- Anna lapsele kodus kindlad kohustused, näiteks hoida oma tuba või mänguasjad korras. Kuigi laps võib selle vastu tõrkuda, saab varases lapseas täidetud kohustusest aja jooksul harjumus ja seejärel vajadus.
- Täida ka ise oma kohustusi kui osa oma heast, naudingut pakkuvast elust.

Sotsiaalsed oskused

Sotsiaalsete oskuste all peab Godi Keller silmas oskust kasutada oma võimeid ja energiat, et teisi inimesi tajuda ja toetada. See on seotud eelmistega. Kui lapsel on näiteks hea eneseusaldus, siis ei vaja ta pidevat võistlust, et ennast tõestada, ja ta saab oma energia suunata teise inimese aitamisse.

- Näita selgelt välja, et iga laps on erinev ja igaüks on väärt austust.
- Aktsepteeri inimeste erinevusi.
- Ära võrdle last tema õe, sõbra ega üldiste standarditega.
- Anna lapsele tunda, et ta on piisavalt hea.
- Aktsepteeri nii lapse tugevaid kui ka nõrku külgi, julgustades teda viimastega tööd tegema.
- Aktsepteeri iseennast, sest alles siis saad aktsepteerida teisi. Ära unusta, et kuigi sul on nõrkusi, oled ka sina piisavalt hea.