

KUI LAPS VÕTAB TEISTE KÄITUMISE ÜLE – KUIDAS TEDA TOETADA?

Lapsed on nagu peeglid – nad võtavad ümbritsevast maailmast üle mitte ainult sõnu ja käitumist, vaid ka suhtumisi, hirme ja emotsioone. Kui laps hakkab matkima teiste laste ebasobivat käitumist, võib see lapsevanemat või õpetajat panna muretsema. Tegelikult on tegu üsna loomuliku arenguetapiga: laps õpib läbi jäljendamise, katsetamise ja reaktsioonide vaatlemise. Küsimus pole mitte selles, *kas* laps võtab teiste käitumise üle, vaid *kuidas* teda suunata mõistma, millised käitumised on talle ja teistele head.

Miks laps võtab teiste käitumise üle?

1. Kuuluvuse ja aktsepteerituse vajadus.

Iga laps soovib kuuluda gruppi ja saada heakskiitu. Kui laps tunneb, et eakaaslased saavad tähelepanu (isegi negatiivse kaudu), võib ta alateadlikult proovida sama mustrit.

(vt Siibak, 2020; Tamm, 2019)

2. Rolli otsimine ja piiride katsetamine.

Läbi imiteerimise õpib laps sotsiaalseid rolle ja norme. Sageli pole eesmärk mässata, vaid mõista, kus on tema koht.

3. Tähelepanu ja turvatunde vajadus.

Kui laps ei tunne end kindlalt või turvaliselt, võib ta kasutada teiste laste käitumismustreid, mis tunduvad võimsa või tähelepanu pälvivana.

Kuidas lapsevanem saab last toetada?

1. Peegelda ja sõnasta

Peegeldamine aitab lapsel märgata, mis toimub.

„Sa tõukasid teda, sest tahtsid, et ta sind märkaks.“

„Sa tegid nii, nagu see poiss tegi, sest see tundus lõbus.“

Peegeldus annab lapsele tunde, et teda mõistetakse, ning loob võimaluse koos arutada, millised on teised viisid tähelepanu või sõpruse saavutamiseks.

(Juul, 2013 – Ei – armastuse väljendus)

2. Õpeta tunnete sõnastamist

Paljud lapsed matkivad ebasobivat käitumist, sest nad ei oska veel oma tundeid väljendada. Mängulised viisid, näiteks emotsioonikaardid, „tunde-näod“ või tundemängud (nt „Näita, kuidas tundub, kui oled pahane!“), aitavad lastel mõista, mis nende sees toimub.

3. Paku positiivseid eeskujusid

Lapsed õpivad jälgides, kuidas täiskasvanu käitub. Kui vanem reageerib rahulikult ja räägib tunnetest avatult, võtab laps selle mustri endale üle.

Oluline on ka *püsivus ja järjekindlus* – laps vajab korduvaid sõnumeid, et turvatunne kasvaks.
(Sild, 2021 – Lapse tunded ja toimetulek)

4. Kasuta mängulisi sekkumisi

Mäng on lapse keel. Kui soovid lapsega mõnda käitumismustrit uurida, tee seda läbi mängu, mitte moraali lugedes.

Näiteid mängulistest tegevustest:

- Rollimäng „Mis juhtuks kui...“ – läbi mängu saab laps proovida erinevaid käitumisviise ja nende tagajärgi.
- „Hea sõbra retsept“ – joonistage või meisterdage koostisosad, mis teevad inimesest hea sõbra (nt „sõbralikud sõnad“, „naeratus“, „julgus vabandada“).
- Loomateraapia (ehk loomi kaasavad tegevused) ja sensoorne mäng – looma paitamine, riisi või liiva mudimine aitab rahustada närvisüsteemi ja soodustab empaatiat.

Kuidas toetada vanemat, kes tunneb jõuetust?

Kui vanem kogeb lapse käitumise pärast ärevust või süütunnet, vajab ta tuge sama palju kui laps. Vanemaga tuleks töötada *julgustamise ja teadlikkuse suurendamise* suunal:

- Laps ei ole halb – ta õpib maailma tundma.

- Vanem ei ole ebaõnnestunud – ta otsib toimivat strateegiat.
- Üheskoos lapse ja spetsialistidega saab leida lahendusi.

Kogemusnõustamine ja tugigrupid annavad vanematele turvalise ruumi jagamiseks ja uute toimetulekuoskuste õppimiseks (vt Eesti Lastevanemate Liit, 2022).

Kuidas saavad kool ja kodu teha koostööd?

1. Regulaarne suhtlus.

Õpetaja ja lapsevanema vahel peaks olema toimiv usaldussuhe, kus infot vahetatakse mitte ainult probleemide korral, vaid ka väikeste edusammude üle.

2. Ühised sõnumid lapsele.

Kui kodu ja kool räägivad lapsele erinevat juttu („Õpetaja on liiga range!“ vs „Sa pead alati kuuletuma!“), tekib lapses segadus. Kooskõlastatud sõnumid loovad turvatunnet.

3. Tugispetsialistide kaasamine.

Koolipsühholoog, sotsiaalpedagoog või mänguterapeut saavad aidata mõista lapse käitumise tegelikke põhjuseid ning pakkuda loovaid lahendusi.

Kokkuvõtteks

Kui laps võtab teiste käitumise üle, on see märk vajadusest kuuluda, olla märgatud ja mõistetud. Toetav täiskasvanu ei hinda ega karista, vaid aitab lapsel mõista *miks* ta nii käitub ja *kuidas* teisiti võiks.

Mäng, empaatia ja koostöö loovad pinnase, kus laps saab õppida, et tugevus ei seisne mitte karjumises või matkimises, vaid oskuses kuulata, mõelda ja valida.

Kasutatud allikad

- Juul, J. (2013). *Ei – armastuse väljendus*. Pilgrim.
- Siibak, A. (2020). *Lapsed, sotsiaalmeedia ja mõjuallikad*. Tartu Ülikool.
- Sild, M. (2021). *Lapse tunded ja toimetulek*. Koolibri.

- Tamm, A. (2019). *Lapse areng ja käitumine*. Tallinna Ülikooli kirjastus.
- Eesti Lastevanemate Liit (2022). *Vanemlik toetus ja kogemusnõustamine erivajadusega lapse kasvatamisel*.
- Nurm, E. (2020). *Emotsioonide regulatsioon ja laste vaimne tervis koolieas*. Tartu Ülikool.