

Charlotte Ducharme

koos

Camille Beaumontiga

LAHEDAD
vanemad=
õnnelikud
LAPSED

Prantsuse keelest tõlkinud

Sirje Keevallik



Originaali tiitel:

Charlotte Ducharme ja Camille Beaumont

„Cool parents make happy kids: L'expérience inspirante d'une
maman qui applique l'éducation positive au quotidien.“

Marabout, 2017

© Hachette Livre (Marabout), 2017

Avaldatud International Editors'Co loal.

Eestikeelne tõlge @ Sirje Keevallik ja Tänapäev AS, 2020

Toimetanud Karin Kastehein

Kujundanud Margit Randmäe

ISBN 978-9949-85-867-5

Trükitud AS Pakett trükikojas

www.tnp.ee

*Mu lastele, nende rõõmule ja suurusele,
inspiratsioonile ja õnne ammendamatuks allikaks.
Minu mehele, mu igapäevaarmastusele.*

Sisukord

Eessõna	11
Esimene peatükk	
Mis siis, kui me loobuksime oma eelarvamustest?	13
1. Miks ei tohi kuulekus olla omaette eesmärgiks?	15
Seadused on ühiskonna toimimise alus	17
Mis on esmane? Väärtushinnangute kujundamine	17
Kuidas kasvatada lapsi sõnakuulmist nõudmata?	20
2. Kuidas lõpetada võimusuhe?	23
Kas karistamine on parim vahend väärtushoiakute kujundamiseks?	24
Kuidas saavutada piiride tunnetamine igapäevaelus?	27
Vägivalla tagajärjed pikas perspektiivis	28
Matkimine – esimene õppimisviis	34
Kasvatus neuroteaduse valguses	37
Teine peatükk	
Eelistame heatahtlikkust igas olukorras	41
1. Kuidas tulla toime oma väikeste paharettide rumalustega (kas valvata, vältida jne)?	43
Loobume korralekutsumisest	44
Tegevusvälja kujundamine	45
Kõige väiksemate keelamine	46
Suuremate laste keelamine	48
Pigem vastutustunde arendamine kui piirangute seadmine	52
Anname lastele õiguse tegutseda ja ise valikuid teha	53
Karistamise asemel tõstame teadlikkust	54

Anname neile võimaluse oma rumalus heastada	59
Pole vaja igast rumalusest numbrit teha	61
Otsustusõigus ja ohud	63
2. Kuidas kaasata last?	67
Väldime ähvardamist	67
Jätame selle sõdimise, mis toimub justkui tema huvides	68
Motiveerime	71
Minu trikid, et saavutada seda, mida ma nõuan	73
Korduvate konfliktide haldamine	85
3. Kuidas reageerida, kui lapse käitumine pole vastuvõetav?	88
„Meie tütar lõi mind ja ütles, et ma olen paha.”	88
„Juliette ei taha asju teistega jagada.”	93
„Meie tütar võtab vennalt mänguasju ära.”	95
4. Mida teha jonnihoo puhul?	98
„Mu laps röögib, sest ma võtsin tema käest luti ära.”	98
„Mu laps röögib, sest peab mingit asja ebaõiglaseks.”	99
5. Keeldumise kunst	104
Oskus kindlaks jääda	106
Kritiseerimine – kas see on vajalik või mitte?	110
6. Kui lapsel on paha olla	114
Leiame halva enesetunde põhjused	117
Aitame tal end paremini tunda	119
Meditatsioon	126
Kolmas peatükk	
Reeglid kodurahu säilitamiseks	129
1. Millised reeglid kehtestada?	131
Eri maade kombed ja tavad	131
Valime õiged reeglid	134
2. Kuidas teha nii, et reegleid austatakse?	136
„Miks teised tulevad toime, aga mina mitte?”	
See pole õiglane!”	137
„Olen liiga palju järele andnud, mis nüüd teha?”	138

3. Kuidas mitte kaotada kannatust?	142
Ärme paneme kõike lapse arvele	143
Ei tohi teha nägu, nagu kõik oleks korras	144
Teeme rahunemiseks väikese vaheaja	145
Aga kui ma lähen endast välja?	145
Palume vabandust	147
4. Kuidas minust saaks lahe emme või lahe issi?	148
Usaldame lapsed teiste hoolde ja võidame endale aega	149
Seame kahtluse alla selle, mis näib meile kõigutamatuna	150
5. Kuidas soodustada õdede-vendade head läbisaamist?	153
Lõpetame kohtuniku mängimise	154
Aitame last, et ta leiaks ise lahenduse	155
Pigem ennetada kui hiljem siluda	157
Vabaneme kohtunikutalaarist	157

Neljas peatükk

Teeme oma lapsest õnneliku inimese	161
1. Kuidas sisendada temasse eneseusku?	163
Aitame tal end ületada	163
Laseme tal ise toimetada	165
Suurusehullustuse vältimine	166
2. Kuidas aidata tal ennast teostada?	168
Laseme tal endaks saada	168
Suuname teda kasutama oma tugevaid külgi	169
Kiitmine ja julgustamine peab olema täpne	173
3. Kuidas arendada temas altruismi?	175
Näitame tema tegevuse positiivseid tagajärgi ümbruskonnale	176
Me ei ütle enam: „Tubli!“ või „See pole ilus!“	177
Tekitame temas soovi asju teistega jagada	178
Soodustame vastastikust abistamist	179
Kokkuvõte	181
Tänuavaldused	185

Eessõna

See raamat pole mingi piibel. Või veel vähem kasutusjuhend. See on pigem isiklik retseptiraamat või avalik pöördumine. Tegelikult on see lihtsalt ühe aktiivse naise ja kahe lapse ema kogemuste kogum.

Mu kaht venda ja mind kasvatati aastatel 1980–1990 klassikaliste reeglite järgi, mille aluseks oli kuuletumine autoriteedile. Me olime tublid ja me olime mõistlikud. Me õppisime koolis hästi ja võime nüüd kõik öelda, et oleme kenasti elus edasi jõudnud. Miks siis hakata kahtlema traditsioonilises kasvatuses, kui see näib nii hästi toimivat?

Ärge saage minust valesti aru. Asi pole võitluses ühe mudeli vastu. Asi on lihtsalt intuitsioonis. Kui meie perre sündis esimene laps, sosistas minus kuskil väike hääleke, et võiksin mõnes olukorras toimida teisiti, kui näeb ette traditsiooniline kasvatus. Kõikusingi mulle hästi tuntud käsitluse ja selle intuitsiooni vahel ning otsustasin siis omaenese kogemuste abil asjas selgusele jõuda.

Võtsin nõuks kuulata seda sisemist häält, pidada pidevalt nõu Daddycooliga, meie alati-nii-laheda issiga, ja vaadata, kuhu see meid juhatab. Ma muutsin oma suhtlemisviisi ning käitumist laste jonnihooegade ja lolluste puhul. Püüdsin mõista, üritasin mitte karjuda. Ja ma mõtlesin palju selle peale, mida ma ennekõike tahan oma lastesse süstida: lugupidamist teiste

vastu, eneseusaldust, iseseisvust, altruismi, heasoovlikkust ja elurõõmu.

Selle teema vastu huvi tundes lugesin palju artikleid ja raamatuid ning avastasin, et see, mida ma igapäevaselt teen või vähemalt püüan teha, kannab teatud nimetust – *positiivne kasvatus*.

Ma ei ole psühholoog ega lastearst. Minu ainsaks kvalifikatsiooniks on see, et olen kahe lapse ema. Aga ma tahtsin jagada oma visiooni, mõtteid ja kogemusi.

Niisiis lõin 2015. aasta märtsis blogi Cool Parents Make Happy Kids. Ja ma sain aru, kui suurt huvi mu arutelud teistes vanemates tekitavad. Mõistsin, et ma pole ainus, kes kompab traditsioonilise kasvatuses piire ja näeb seal küsitavusi. Selle uue, innustava ja inspireeriva kogukonna õhutusel otsustasin lõpuks kirjutada selle raamatu, et teile jutustada, kuidas minust sai positiivne ema.

Kindlasti ei ole ma mingi täiuslik lapsevanem ja laskun vahel siiski lastega vaidlustesse. Kaotan kannatuse, kiirustan. Aga ma püüan. Püüan vaadata asjadele avaramalt, rebida pilgu lahti nutitefonilt ja pidada silmas oma eesmärki kui kinnisideed: teha kõik, et mu lastest saaksid õnnelikud, edasipüüdlilikud ja kompleksivabad täiskasvanud.

Teil, kes te seda raamatut käes hoiate, soovitan kuulata oma sisemist häält, usaldada iseennast. Neid ridu lugedes oletegi juba teinud otsuse peatuda ja aeg maha võtta, et valida oma laste jaoks parim kasvatusviis. Julgustan siin teid ja õnnitlen. Meie lapsed on tuleviku täiskasvanud – aitame neil saada õnnelikeks ning edukateks meesteks ja naisteks!

Esimene peatükk

**MIS SIIS,
KUI LOOBUKSIME
OMA
EELARVAMUSTEST?**

1

Miks ei tohi kuulekus olla omaette eesmärgiks?

On pühapäeva õhtu. Olen nädalavahetuse veetnud üksi, et hoolitseda viiekuuse Léoni ning kahe ja poole aastase Joy eest, sest abikaasa sõitis ühele poissmeesteõhtule. Asjade viletsa korralduse tõttu olin loobunud lõunasöögist sõpradega, lisaks ei leidnud ma lapsehoidjat, et õhtul välja minna, ning pealegi sadas veel vahetpidamata vihma. Ma pole mingi kodusistuja tüüp – olen halvas tujus ja mu ainus soov on lapsed magama saada.

Joy peseb rahulikult hambaid, ent otsustab siis vannitoast välja tulla, hambahari käes ja nägu kõrvuni pastaga koos. Ma tahan, et ta oleks vannitoas. Tema aga püüab kangekaelselt oma tuppa minna.

Ma ei hakka vaidlema, tahan, et ta kohe sõna kuulaks.

„Palun pese hambaid vannitoas!“

„Ei!“

„MINE KOHE TAGASI VANNITUPPA!“

„EI!“

Tema keeldumine on sama kategooriline, ilmselge ja otsustav kui minu korraldus. Mida enam ta mulle vastu räägib, seda

karmimaks ma muutun, ja mida karmimaks ma muutun, seda enam räägib ta mulle vastu.

Kas arvate ära, mis järgneb? Ta murdub, puhkeb nutma ja läheb tagasi vannituppa hambaid pesema. Ma „võitsin“. Aga... see käiks lahingu kohta! Närviline 33-aastane ema kaheaastase lapse vastu? Tulemus on ju ette teada.

Mida ma siis tahtsin selle kukevõitlusega saavutada? Kui ma lõpuks hoolega järele mõtlesin, siis ainult ühte asja: et ta kuuletuks. Aga miks? Miks lapsevanemaks saanuna tahetakse iga hinna eest omada autoriteeti? On see mingi idealiseeritud mälestus vanaisast, kel tarvitses vaid öelda: „Lapsed, palun lõpetage lärmamine“, kui silmapilkselt võttis maad vaikus? Või mõjub see lause, mille tõi kuuldavale mõni heade kavatsustega sõbranna: „Duchmoli lapsed on väga kuulekad, nad on tõesti väga hästi kasvatatud.“ Kas ma aga tahan iga hinna eest seda saavutada?

Uurisin lähemalt sõna „kuulekus“ tähendust. Kasutasin head võimalust võtta välja Larousse'i sõnaraamat, mis kogub hirmsasti tolmu ja lisab ülearust kaalu iga kolimise korral. Leidsin sellise seletuse: „Kuulekus tähendab vabatahtlikku alistumist kellelegi või mingile reeglile.“ Klaar.

Lapsevanemana küsin siis, kas kuulekus peab olema laste kasvatamise alussambaks. Arvukate iga päev antavate korralduste valguses on see küsimus oluline!

Ausalt öeldes on kuulekas laps kena. Aga kas kuulekus on tuleviku tarbeks kasulik omadus? Lausa trump? Kas kuuletumine ilma vastu vaidlemata, lihtsalt alistudes, nagu sõnaraamatus kirjas, on hiljem abiks tema töises, sotsiaalses ja perekondlikus elus?

? Need humanistlikud mõtted on ilusad, aga lapsed peaksid siiski kuulama vanemate sõna ja alluma seadustele!

Seadused on ühiskonna toimimise alus

Keegi ei tea kõiki tsiviilkoodeksi seadusi, mis meie ühiskonda reguleerivad. Ometi me austame neid ja teeme seda ilma tundeta, et meid on alla surutud. Miks? Sest need on üldiselt kooskõlas meie väärtushoiakutega. Me lihtsalt austame neid.

Võtame konkreetse näite. Kui mu lapsed on suured ja neil on juhiluba (jah, ma vaatan kaugele ette), siis kas mulle meeldiks, kui nad pargivad jalgrattateel? (Nii räägib siin pariisitar, kes kasutab rattarenditeenust!) Mulle meeldiks, kui nad austaksid seda reeglit, ja mitte sellepärast, et see on reegel, vaid lugupidamisest jalgratturite vastu, kes peavad valesti pargitud auto tõttu minema sõiduteele autode keskele.

Hambapesuloo juurde tagasi tulles tahan, et mu tütar teeks seda vannitoas, mõistes, et hambapesu ajal ringi käies võib ta vaiba peale plekid teha, mitte sellepärast, et ma seda nõuan.

Mis on esmane? Väärtushoiakute kujundamine

Mida teeb Joy, kui keegi sunnib teda ühel päeval järgima mingit reeglit, mis läheb tema väärtushoiakutega vastuollu? Kas ta kuuletub taltsalt või asub võitlusse selle eest, et jääda truuks oma töökspidamistele? Loomulikult eeldan ma, et ta valib teise variandi. Muuseas, ma olen rahul, sest ta on oma valikut juba näidanud!

Ühel päeval tegin talle ettepaneku käia sellal, kui väikevend magab, kähku kahekesi poes. Lihtsalt läheme välja, ostame veidi süüa ja tuleme kiiresti tagasi. Ta keeldus raevukalt sellest ettepanekust kogu oma kaheaastase aruga. Olgu ma pealegi

tema ema, meetri jagu temast pikem ja neli korda raskem, ei olnud venna üksi koju jätmine tema jaoks mõeldav.

Võime vastu hakata ja omaenese veendumusi järgida tundub mulle väärtuslik ja ma soovin, et ta teeks seda ka edaspidi. Sest väärtushoiakute omamine on palju tähtsam kui kuuletumisoskus.

?! Kuuletumine on väga hea, kui kõik on kooskõlas väärtushoiakutega! Aga kui palju võib maailmas olla töid, kus alati pole valikut?

Töömaailmas

Ma täidan oma ülemuse korraldusi ka siis, kui need ei ole kooskõlas minu veendumustega. Ma lihtsalt olen kohustatud tegema seda, mida ta nõuab. Mulle meenub üks ülimalt püüdlik kolleeg, kes saadab mulle pidevalt kirju pärast südaööd. Ta teeb kindlasti kaks korda rohkem tööd kui ta naaber. Iga ettevõtte unistus! Aga kas need ületunnid aitavad kaasa tema eneseteostusele? Siis küll, kui ta on pühendunud oma tööle. Aga mis siis, kui ta teeb seda vaid sellepärast, et ei julge keelduda?

Mina küll loodan, et mu lastel on võime vastu hakata ja mitte lasta end murda hierarhiaredelil ainuüksi sellepärast, et nad asuvad kusagil alumistel astmetel. Mis minusse puutub, siis ma ei tee midagi pelgalt kuulekusest. Mind on küll kasvatatud sõnakuulmise vaimus, aga selle kõrval on minus ka veidi mässumeelsust. Ma tahan teada põhjust, miks mul midagi kästakse teha. Ja see iseloomujoon ei takista mind olemast klassikalises ettevõttes vastutaval töökohal.

Kuidas see võimalik on? Nõustusin oma töökoha ja sellega

seotud tegevusega, kui töölepingule alla kirjutasin. (Ja mul on vabadus valida viis, kuidas oma eesmärgid saavutada. Seda nimetatakse töötajate mõjuvõimu suurendamiseks.) Minu töökoht pole erand, tegelen personaliga ja külastan iga aasta paljusid selle valdkonna konverentse. Ja kujutage ette, üha enam on ettevõtteid, kes usuvad töötajate mõjuvõimu suurendamisele. Isegi siis, kui seda tegelikult alati ei rakendata, liiguvad ettevõtted selle poole. Millest selline huvi? Kui lihtsalt öelda, siis efektiivsus kasvab tänu sellele. (Me räägime kapitalistlikest ettevõtetest, mitte kaisukarude maailmast!) Ettevõtted on märganud, et nad saavad paremaid tulemusi siis, kui töötajatel on rohkem õigusi, iseseisvust ja motivatsiooni selle asemel, kui nad piirduvad kõrgemalt poolt tulevate käskude täitmisega. Uuringud näitavad selgesti: mida suurem mõjuvõim on töötajatel – neile antakse raamid ja missioon ning jäetakse õigus oma tööd ise korraldada –, seda motiveeritumad nad on ja seda tihedamini on nad ettevõttega seotud. Nad töötavad edukamalt ja tõhusamalt. Ja vastupidi: kui töötajad piirduvad neile antud ülesannete täitmisega ilma igasuguse võimaluseta midagi muuta (nt konveieritöö puhul), võib töö olla neile tüütu ja nad ei näita üles mingit initsiatiivi. Ettevõttes tuleb siis ette palju tööluuse ja kaadri voolavus on suur. Mina alustasin oma karjääri väikeses 50-liikmelises kollektiivis. Seal polnud n-ö sõnakuulmatus mingiks probleemiks. Olukord muutus, kui läksin üle 20 korda suuremasse ettevõttesse, sest seal tuli järgida täpseid töökorraldusi. Aga nende järgimiseks pean ma neid mõistma ja need omaks võtma! Olen nõus kulutama kolm tundi, et CRMi ehk kliendisuhete haldamise tarkvara kasutades täita vajalikud formularid. Aga ma ei näe mingit vajadust avada küsitlusleht, et paluda üle laua istuval kolleegil osaleda ühel kohtumisel. See võtab aega ja on tüütu – hoopis tõhusam on teha lihtsalt see

ettepanek suusõnaliselt. Nii et mingit e-keskkonda ma selleks ei kasuta. Ja lõpuks ajendab selline protestiv käitumine ettevõtet ühte või teist protseduuri muutma ning jääma teatud pehmuse ja paindlikkuse juurde. (Härra direktor, kui te juhtute...).

Pange tähele, et alistumatus ei tähenda, et kõik tuleb kahtluse alla panna. Briti filosoof John Stuart Mill on öelnud, et meie vabadus lõpeb seal, kus algab teiste oma. Kui ma pole rahul esitatavate nõudmistega, sunnib lugupidamine teiste vastu mind käituma vastuvõetud otsuste kohaselt isegi siis, kui need on minu silmis sobimatud, aga juhtkonna arvates näivad olevat parimad ettevõtte arenguks ja jätkusuutlikkuseks. Kui ma siiski ei suuda nendega rahul olla, pean aja maha võtma, poolt- ja vastuargumente kaaluma ning otsustama, kas tasub sellise mõtteviisiga nõustuda või tuleb mul lahkuda.

See kõik on kaugel põhimõttelisest sõnakuulmisest: ma ei täida oma kohustusi mitte sellepärast, et seda kästakse, vaid sellepärast, et ma olen selle olukorra valinud.

Just seda soovin oma lastele: et neid juhiks nende väärtushoiakud, lugupidamine teiste, iseenda ja olude vastu, aga mitte tingimusteta alistumine.

Kuidas kasvatada lapsi ilma sõnakuulmist nõudmata?

Kui pime kuulekus ei ole soovitatav, siis igasuguste reeglite puudumine on samuti kahjulik. Seega tuleb õpetada lastele ennast piirama, et hoolida teistest, iseendast ja oma tervisest – ühesõnaga, et nad mõistaksid: nende vabadus lõpeb seal, kus algab teiste oma, ja ei tunneks end sealjuures ahistatuna. Tohtu suur programm!