

Jesper Juul

“Ei” ütlemise kunst

Kuidas öelda oma lapsele kindel “ei”
armastaval viisil



✦ ✦ ✦ ✦ ✦
Väike Vanker✦

Jesper Juul

“Ei” ütlemise kunst

Jesper Juul

“Ei” ütlemise kunst

Kuidas öelda oma lapsele kindel “ei”
armastaval viisil

+ + + +
+ +
Väike Vanker +

Tõlgitud raamatust: Jesper Juul “*Kunsten at sige nej - med god samvittighed!*”

Copyright © Jesper Juul 2006

Published by agreement with Leonhardt & Høier Literary Agency A/S, Copenhagen

Jesper Juuli koduleheküljed asuvad aadressil:

www.family-lab.com

www.jesperjuul.com

www.familylab.at

www.familylab.de

Tõlkija: Maarja Siiner

Toimetaja: Mari Tuul

Korrektor: Anu Seppa

Küljendus: Kristiina Rosina/MOMO

Tõlke autoriõigus: Maarja Siiner, Väike Vanker, 2010

Autoriõigus: OÜ Väike Vanker, 2010

Tõlke kõik õigused kaitstud. Ilma autoriõiguse omaniku eelneva kirjaliku loata pole lubatud ühtki selle väljaande osa paljundada ei mehaanilisel, elektroonilisel ega muul viisil.

Kirjastus Väike Vanker teavitab Teid e-posti teel iga uue raamatu ilmumisest, kui registreerite:

<http://raamatud.print.ee/registreeri>

ISBN 978-9949-9016-5-4

Sisukord

| | |
|---|-----|
| Sissejuhatus | 7 |
| Oma lastele “ei” ütlemise kunst | 15 |
| “Ei” on hooliv vastus | 20 |
| Sülelapsed | 23 |
| Mudilased (1–5 aastat) | 28 |
| Keel | 39 |
| Himu ja vajadus | 51 |
| Mida sa soovid? | 62 |
| Millele võib “ei” öelda? | 69 |
| Läbimõeldud “ei” | 71 |
| Spontaanne “ei” | 76 |
| Kui “ei” suhtes on võimalik läbi rääkida | 79 |
| Ei mingit “jah”-i ilma “ei”-ta | 84 |
| “Autonoomsed” lapsed | 87 |
| Eelteismeliste ja teismeliste “ei” ütlemine | 91 |
| Isiklik “ei” | 99 |
| Kuidas mees ja naine “ei” ütlevad | 107 |
| Kuidas oma elukaaslasele “ei” öelda | 111 |

Sissejuhatus

- Kas ma võin täna kauem üleval olla?
- Sa oled veel väike ja nii väsinud.

- Miks ma ei või endale tätoveeringut teha?
- Kas sa siis tõesti ei näe, kui labase mulje see jätab?

- Ma tahan jäätist!
- Liiga palju jäätist ühe päeva jooksul ei ole hea. Su kõht hakkab valutama.

- Läheks täna varakult koos voodisse, kui lapsed magama on jäänud?
- Kas sulle tõesti tundub, et koosolemine meile viimasel ajal mingit pinget pakub?

- Ma ei taha lasteaeda!
- Ole nüüd! Sa ju armastad oma lasteaeda.

- Äkki me peaks lihavõtete ajal sinu vanemaid külastama?
- Ise ütled kogu aeg, et meil on teineteise jaoks liiga vähe aega!

- Mul oleks laupäevase peo jaoks vaja 200 krooni.
- Mis su taskurahast saanud on? Ma ju alles üle-eile andsin sulle raha.

Mine võta kinni, mida nad oma vastusega tegelikult öelda tahavad. “Jah”, “ei” või “võib-olla”?

Kõik armastuse sidemed pitseeritakse südamest tuleva, selge ja kõlava “jah”-iga. Kui me oleme otsustanud kellegagi koos elada, kingime me talle “jah”-sõna kui armastuse sõnalise sümboli. Kinnitades oma vastastikuseid tundeid ning võttes endale kohustused, mida unistus ühisest elust meile seab. Sama “jah”-sõna kui elukestva suhte ühist lätet peaks oma vanemate silmis nägema ka vastsündinud või adopteeritud laps.

Elus leidub hetki, kui see väike sõna tundub suurima kingitusena – otsustava märgina sellest, et teine inimene meid usaldab, on meie vastu avatud ning tahab luua ruumi, kust üksildus oleks vähemalt mõneks ajaks eemale tõrjutud. Olgu selleks “jah”-sõnaks siis esimene teismeea suudlus, kätteõpitud, kuid siiski innukas “jah” pulmas, või võimalus uppuda väikese lapse usaldavatesse silmadesse – see tundub alati uskumatu ja ärateenimatu privileegina. Lubame tihti anda endast kõik, et teiselt inimeselt seda “jah”-sõna ära teenida ja peaaegu sama tihti tõrjuvad igapäevased askeldused selle lubaduse tagaplaanile.

Aegamööda minu “jah” teiseneb, kaotades tähenduse kui kingitus, mida ma võin vabalt teisele inimesele anda, ja muutub nõudeks või kohustuseks. Mitte ainult teiste, vaid ka minu enda teadvuses. Mu armastatu arvestab sellega juba ette. Õpetajad koolis leiavad, et neil on õigus laste usaldusele. Minu pere arvab, et neil on õigus minu külaskäigule. Andmise rõõm ja vastuvõtmise vabadus aheneb ning võib juhtuda, et armastus ja usaldus kahanevad samas tempos. Paarisuhtes annab “jah”-ütlemise muutumine

kohustuseks märku niinimetatud “seitsmenda abieluaasta kriisi” tulekust ning vanemate ja laste vahelistes suhetes juhtub see hiljemalt siis, kui lapsed on õppinud sedavõrd hästi rääkima, et nende autonoomia vanemate ootused ja unistused uppi lööb.

Muutus toimub siis, kui täiskasvanud hakkavad “jah” - ütlemise kohustusest kõrvale hiilima, öeldes “ei” kas oma käitumisega või siis vastates lihtsalt “ja-jah”, mis tegelikult tähendab “ei”-d. Või valetavad üksteisele, sest nende jaoks on suhtest saanud vangla. Kohustus öelda “jah” tapab kire ja varjutab igatsuse. Vanemate ja laste vaheline armastus ei kao nii kergesti, kuid vanemad unustavad tihti võtta seda kui kingitust, kui laps hakkab “ei” ütleva. Mitte varjates või hädaldades, vaid avatult ja süüdimatult, puhta südametunnistuse ning kõlava ja selge häälega. Täiskasvanud võtavad laste “ei”-d tihti isiklikult ega kuule, et lapsed ütlevad seda enda pärast, mitte täiskasvanutele risti vastu rääkimiseks. Nad annavad märku oma piiridest, õpetades täiskasvanutele, milline neid armastav laps on. Motiiv

ei ole teadlik ega läbimõeldud, kuid sellest tasub nii aru saada.

Viimase viieteistkümnne aasta jooksul on lastele piiride seadmise ümber käiv arutelu hakanud varjutama pea iga lastekasvatuslikku vestlust sellisel määral, et tekib tunne, nagu keerleksid vanemate ja laste vahelised suhted vaid selle ümber. Vajadus lastele piire kehtestada on omandanud poolreligioosse tähenduse ja hoidku end, kes sellega hakkama ei saa. Süüdistused vastutustundetuses ja viitsimatuses on kiired tulema.

Asi pole sugugi paremaks läinud nüüd, kui lastekasvatusse on siginenud uus lihtsameelsus ja pedagoogiline eksimatus, mille eesotsas sammuvad *supernanny*d ja käitumispsühholoogid, kes suudavad paari päevaga muuta iga kaootilise perekonna pealtnäha rahu, puhtuse ja reeglipärasuse etaloniks.

Mõtlemapanev on see, et täiskasvanute vajadus lastele piire seada on kasvanud koos laste füüsilise ja psüühilise mänguruumi dramaatilise vähenemisega. Ainus, mida tähele pannakse, on see, et lapsed on täiskasvanutega suheldes “vabamad” ning nad on omandanud ülitarbija staa-

tuse, jättes kahe silma vahele, et laste võimalused viibida koos ilma täiskasvanud valvuri kohaloluta ja mängida nende endi kehtestatud reeglite järgi on muutunud peaaegu olematuteks.

Kõigest põlvkond tagasi oli just täiskasvanuvaba ruum koht, kus lapsed arendasid seda, mida kutsutakse “suhtlusoskuseks” ja mida vanemad, koolid ega lasteaiad saa neile õpetada, kuigi nad kõigest väest üritavad. Tänapäeva lapsed peavad eelkõige “hästi hakkama saama” ja see munder on muutumas hullusärgiks.

See raamat ei räägi mitte vajadusest oma lastele piire seada ega sellest, kuidas võimalikult lühikese ajaga teiste üle suurt võimu saavutada. Juttu tuleb hoopis sellest, kuidas õppida teistele “ei” ütleva – kuna vahel tuleb ka endale “jah” öelda. Räägime sellest, miks meil tuleb üldsuse ja iseenda huvides õppida end defineerima ja selgelt väljendama ning kuidas seda teisi solvamata teha. Ja mis kõige olulisem – kuidas seda teha süümepeinadeta, teadmiseiga, et oleme oma lastele heaks eeskujuks, ilma et me muutuks nende või teiste inimeste ohvriks.

Eelkõige on armastussuhe teiste inimestega see, mis võimaldab meil end sügavuti tundma õppida. Me muutume avatuteks ja haavatavateks, kuna armastame teist inimest ning ohverdame koosolemise ja läheduse nimel meelsasti ja vabatahtlikult piirid, mida tunnetame. Pikapeale, kui me ise ja meie suhe küpsemaks muutub, avastame enda juures uusi külgi. Mõned piirid kaovad täiesti ja teised tekivad või annavad endast uue teravusega märku. Vanad haavad paranevad ja tekivad uued. Ülekantud tähenduses annab perekonna koosmäng nii lastele kui ka täiskasvanutele sinikaid, haavu ja kriimustusi ning me õpime sellest. Õpime ennast ja üksteist tundma, haavata saanute eest hoolt kandma, teisi austama ja oma piire seadma, nii et muutume teineteise jaoks kergemini mõistetavateks. Aegamööda õpime ennast paremini tundma, keelduma ja oma soove väljendama ning teistel on meiega lihtsam ja rikastavam koos olla.

Käesolev raamat on kirjutatud sügavas austuses selle vanemate põlvkonna vastu, kes peavad võib-olla esimesena ajaloos kujundama lapsevanema rolli seestpoolt väljapoole, lähtudes oma-

enda mõtetest, tunnetest ja väärtustest, kuna puudu on nii kultuuriline kui ka professionaalne konsensus, millest saaks eeskuju võtta. Samal ajal tuleb neil luua paarisuhe, mis oleks võrdväärne ning kantud austusest nii üksikisiku kui ka üldsuse nõuete vastu pühendumisele ja koostööle. Et see õnnestuks, tuleb neil omandada “ei” ütlemise kunst.

Ma kutsun seda kunstiks, sest see peab tulema sisemusest, olema isikupärane ja muljet avaldav. Kes meist tahaks kuulda ennast pidevalt kordamas: “Mitu korda ma pean seda sulle ütleva?”, “Ma olen seda sulle sada seitseteist korda öelnud! Uskumatu, et sa...” Nii kaob eneseväarikus. Kaugemas plaanis on võimalik öelda südamest tulev “jah” endale ja teineteisele vaid siis, kui tunneme, et meil on vabadus öelda “ei” siis, kui just see on kõige ehedam vastus.

Oma lastele “ei” ütlemise kunst

Valdav osa vanematest tahaks oma lastele “jah” öelda – ja seda alati. Me sooviksime anda neile kõike ja oleme valmis nende nimel isegi oma elu ohverdama. See on täiesti loogiline, sest “jah” on just nimelt armastuse sümbol ning seega meie omavaheline kood, mis tähistab seda, et meiega on kõik korras. Selles pole midagi halba, kui sa ütled iga kord “jah”, juhul kui see tuleb südamest ja on ilma strateegiliste tagamõtete või ootusteta. Paraku pole see peaaegu kunagi nii, sest “jah”-ütled taluvad harva seda, et neile öeldakse “ei”.

Kui uurida viimase saja aasta lastekasvatuskirjandust ja kuulata inimeste kogemusi, saab sel-

geks, et vanematel on alati olnud raske lastele “ei” öelda. Mõnel perioodil on vanemad lastele liiga tihti “ei” öelnud ja teisel liiga harva. Minu vanemate kaasaegsed valisid sarnase strateegia: nad ütlesid kindluse mõttes peaaegu alati “ei”. Nende “ei”-ütlemisi saatis enamasti karm näoilme ja kuri või karm hää, mis paljastas nende vastumeelsuse ja igatsuse selle järele, et öelda hoopis “jah”.

- “Ei” on “ei” ja ühest korrast ütlemisest peaks piisama!

- Ei ole ilus paluda, sa pead ootama, kuni sulle pakutakse!

Nii veensid nad meid, lapsi, sõnakuulelikkusele ja ärateenimisele.

Alates üheksakümnendate aastate algusest on vanemad valinud teise strateegia. Nad ütlevad peaaegu alati kindluse mõttes “jah” ning vaid nende kõhklus, allaandev olakehitus ja hääle vastumeelne kõla, kui nad veenavad lapsi mõistmisele ja koostööle, paljastab nende igatsuse vabaduse järele öelda ka “ei”.

Neid kahte südamevalu ja ebameeldivustundega hakkama saamise moodust ei lahuta mitte ainult viiskümmend aastat. Nad pärinevad ka

täiesti erinevatest ühiskondadest. Minu vanemate põlvkond kasvas üles kitsikuse ühiskonnas, kus vanemad teadsid, kuidas on “kombeks” lapsi kasvatada ning mida on “kombeks” lubada ja mida mitte. Nad pidid meile, lastele, väga tihti ära ütleva, sest neil lihtsalt polnud raha, et osta meile seda, mida me palusime. Vanematele, kellel oli raha, heideti kergedusevarjundiga ette, et nad hellitavad oma lapsed ära.

Tänapäeva vanemad elavad ülekülluse ühiskonnas, kus enamikul inimestest on identiteet, mis kipub nende isiklikku identiteeti varjutama. Neist on saanud tarbijad ja sama kehtib ka nende laste kohta. Tarbijad tulevad koju, kandekotid pungil ja silmad endorfiinist (ergutav hormoon, mida aju kiire vajaduse rahuldamise korral eritab) säramas ning jutustavad ilma häbipunata päeva ostlemishullusest. Enamik norme, reegleid ja väärtusi, mis kuulusid kitsikuse ühiskonna juurde, on kui käega pühitud ja kui rikkust jagub, jääb see nende ülesandeks välja selgitada, kuidas ülekülluse ühiskonnas iseennast kaotamata ellu jääda. Enamiku vanemate rahakoti sisu ei mõjuta see kuidagi, kui lapsed tahavad soojal kevadpäe-

val ühte, kahte või viit jäätist või kui leerirõivad maksavad paar “jakobsoni” rohkem või vähem. Ja kui mõjutab, suruvad vanemad laste staatuse nimel sõprade hulgas hambad kokku. Või siis nende endi staatuse nimel teiste vanemate hulgas. Selles ei ole midagi uut, et vanemate eeskujulikkuse, rikkuse ja moraali reklaamimine või siis nende puudumise varjamine on laste üks olulisemaid funktsioone.

Vanemate rikkus võib seega olla üks põhjusi, miks nad ei pea lastele “ei” ütleva, kuid on olemas ka teisi põhjusi. Mõned vanemad kardavad konflikte, mõned on laisad, mõned tahavad, et perekonnast saaks laste jaoks igavese harmoonia paradiis, teised ei saa lihtsalt iseendaga hakkama ja kolmandad on “lastesõbralikkusest” valesti aru saanud.

Enne kui me külastame mõnda nendest perekondadest, oleks ehk aeg öelda paar sõna selle kohta, miks on üldse oluline, et me oma lastele vahel ka “ei” ütleme. Nagu ka kõiges muus perekonda puudutavas, ei ole oluline mitte see, mida me tegelikult teeme või ütleme, vaid see, kuidas ja miks me seda teeme. Pole mingit põhjust uskuda,

nagu oleks teatud arv “ei”-sid päevas õige, kuid on alust väita, et liiga palju pool-ükskõikseid, eelarvamusi täis, korrumpeerunud või enesekaitseks öeldud “jah”-sõnu rikuvad ära terved suhted vanemate ja laste vahel.

“Ei” on hooliv vastus

Kui ma esimest korda kuulsin, kuidas üks minu pereteraapia õpetaja ütles, et “ei” on kõige hoolivam vastus maailmas”, ei saanud ma sellest aru. Kulus mitu aastat ja mitmeid vestlustunde vanematega, enne kui ma taipasin, kui oluline inimestevaheliste suhete kohta käiv mõte see on. Vaadates tagasi nii oma töö- kui eraelule, võin nentida, et suurem osa tülisid ja probleeme perekonnas tekivad muuhulgas selle pärast, et selle liikmed pole suutnud öelda “ei”, kui nad on seda mõelnud. Kui nad ei suuda piire tõmmata ja end selgelt väljendada. Kas siis sellepärast, et perekultuur keelab selle, või seetõttu, et üks või mitu

pereliiget ei saa sellega hakkama. See ei ole nii sellepärast, et me üksteisele liiga harva “ära ütleme”, vaid seetõttu, et me hoolitseme oma isiklike vajaduste ja piiride eest liiga halvasti ning heidame seda lõppkokkuvõttes teistele ette. “Ei” ütlemise kunst seisneb selles, et me võtame vastutuse enda eest enesele – arvestades ka teiste heaoluga.

Meil on selle kohta valmis mitu head seletust. Me ei taha teist solvata, ja see viib tema haavamiseni. Me ei taha hetkel tülitseda ja selle tulemusena tülitseme hiljem kaks korda rohkem. Me tahaksime nii väga, et teine inimene peaks meist lugu, ja asi lõpeb sellega, et me ei pea enam ei endast ega teisest lugu. Me tahaksime nii väga populaarsed olla ja lõppkokkuvõttes kasutatakse meid nagu uksematti. Me tahaksime nii väga vastutulelikud olla, kuid muutume hoopis enesele vastumeelseteks. Me tahaksime nii väga avatud ja suuremeelsed olla, kuid muutume hoopis õelateks ja arvestavateks.

Kõigi nende motiivide taga peitub meie eksistentsiaalne vajadus kogeda, et meil on inimeste silmis, kellest me hoolime, mingi väärtus. See vajadus on kõige tuntavam ja karjuvam suhetes

meie lastega, kellele me mitte ainult ei tahaks anda kõike, vaid soovime ka paremat elu kui see, mida ise oleme kogenud. Kombinatsioon sellest põhivajadusest ja universaalsest ambitsioonist on kahtlemata üks olulisimaid põhjusi, miks meil on nii raske leida loomulikku tasakaalu “ei”- ja “jah”-ütlemise vahel. See tähendab seda, et “ei” on kõige raskem vastus maailmas ja just selle pärast ka kõige hoolivam – nõudes kõige rohkem läbimõtet, kõige suuremat pühendumist, kõige rohkem julgust ja ausust.