

Jutustused, mis aitavad leida tee  
traumeeritud laste südamesse



Kim S. Golding

# Sild üle rahutu vee

Jutustused, mis aitavad leida tee  
traumeeritud laste südamesse

Loovaid ideid teraapiaks, eluloo kujundamiseks,  
igapäevaseks tööks ja laste kasvatamiseks



Copyright © Kim Golding 2014  
Forewords copyright © Steve Killick and Dan Hughes 2014  
First published in the UK and USA in 2014 by Jessica Kingsley  
Publishers Ltd  
73 Collier Street, London, N1 9BE, UK  
www.jkp.com  
All rights reserved

Autoriõigus © Kim Golding 2014  
Eessõnade autoriõigused © Steve Killick ja Dan Hughes 2014  
Tõlge eesti keelde © MTÜ Igale Lapsele Pere  
Esmatrükk ilmus Suurbritannias ja USA-s 2014. aastal, väljaandja Jessica  
Kingsley Publishers Ltd 73 Collier Street, London, N1 9BE, Suurbritannia  
www.jkp.com

Kõik õigused kaitstud. Trükitud Eestis. Mitte ühtegi osa sellest  
raamatust ei tohi paljundada, välja arvatud lühikesed tsitaadid,  
mis avaldatakse retsensioonides ja arvustustes. Informatsiooni  
saamiseks pöörduge MTÜ Igale Lapsele Pere poole.

Tõlkinud Jane Snaith  
Keeleliselt toimetanud Katrin Naber, Elen Kinnep  
Eestikeelne eessõna Aivar Simmermann  
Kaane kujundus Annika Mai Kreitsman  
Sisu kujundus Janek Saareoja  
Trükitud Tallinna Raamatutrükikojas

© MTÜ Igale Lapsele Pere  
Tallinn 2017  
www.kasupered.ee  
info@kasupered.ee

ISBN 978-9949-81-734-4

*Pühendan selle raamatu oma vanaema, Deborah Golding'u,  
ja mu isa, Charles Peter Golding'u mälestuseks,  
kelle oskus luua nauditavaid lugusid  
on mind saatnud läbi kogu elu.*



# Sisukord

|  |           |
|--|-----------|
| Eessõna, Steve Killick.....  | 15        |
| Eessõna, Daniel Hughes .....   | 21        |
| Tänuõnad .....   | 23        |
| Eessõna eestikeelsele väljaandele.....   | 25        |
| <b>Sissejuhatus .....</b>  | <b>27</b> |
| 1. KUIDAS LUGUDE KASUTAMINE HÕLBUSTAB LASTE<br>JA PEREDE TERVENEMISPROTSESSI ..... | 33        |
| 2. „ELAS KORD...” LOO OMA JUTUSTUS.....  | 41        |
| Sissejuhatus .....   | 41        |
| Stimuleeri oma loovust.....  | 44        |
| Jutustuse struktuur.....   | 47        |
| Jutustuste tüübid.....   | 48        |
| Kokkuvõte .....  | 60        |
| <br>   |           |
| <b>1. osa. VAATAME TAGASI JA LIIGUME EDASI</b>                                     |           |
| 1. lugu. RÖÖVIK, KES EI TAHTNUD SAADA LIBLIKAKS .....                              | 63        |
| 2. lugu. KÄGU KRISTI, KELLEL OLI PESA.....   | 69        |
| 3. lugu. HAIGE KUTSIKAS .....  | 77        |
| ESIMESE OSA MÄRKMED.....   | 82        |

## **2. osa. HIRMU JA LOOTUSETUSE KÄES VANGIS**

|                                 |     |
|---------------------------------|-----|
| 4. lugu. KANGELANE KUNNAR.....  | 87  |
| 5. lugu. MARIA JA TEMA EMA..... | 97  |
| 6. lugu. TORMI SÜDAMES.....     | 103 |
| TEISE OSA MÄRKMED.....          | 110 |

## **3. osa. MA SAAN ISE HAKKAMA**

|  |     |
|--|-----|
| 7. lugu. SÜNDINUD HOOLITSEMA .....             | 115 |
| 8. lugu. POISS, KES TEADIS MAAILMAS KÕIKE..... | 123 |
| 9. lugu. MERINEITSI LAUL .....                 | 129 |
| KOLMANDA OSA MÄRKMED.....                      | 135 |

## **4. osa. ÄRA KAOTA MIND SILMIST**

|   |     |
|---|-----|
| 10. lugu. MELINDA JA KULDNE ÕHUPALL ..... | 141 |
| 11. lugu. KELLAMEISTER JA KÄOKELL.....    | 147 |
| 12. lugu. KOSMOSEPOISS.....               | 155 |
| NELJANDA OSA MÄRKMED .....                | 163 |

## **5. osa. ÕPIME SUHTEID**

|  |     |
|--|-----|
| 13. lugu. ELLU JÄÄVAD KÕIGE TUGEVAMAD .....              | 167 |
| 14. lugu. EMME, KES ÕPPIS OMA BEEBI EEST HOOLITSEMA..... | 177 |
| 15. lugu. PILLE PÄIKESEKIIR JA TEMA SUUR MUREKOTT .....  | 183 |
| VIIENDA OSA MÄRKMED .....                                | 190 |



## **6. osa. LOOD LAPSEVANEMATELE**

|  |     |
|--|-----|
| 16. lugu. LUGU ÜHEST TÛTREST .....     | 195 |
| 17. lugu. SASS JA HENRI.....           | 199 |
| 18. lugu. IGATSEMINE JA KUULUMINE..... | 209 |
| VI OSA MÄRKMED.....                    | 217 |

## **7. osa. LOOD SPETSIALISTIDELE**

|                                      |     |
|--------------------------------------|-----|
| 19. lugu. PARIM METS KOGU MAAL ..... | 223 |
| 20. lugu. ELU ON SELLINE.....        | 229 |
| 21. lugu. SILD ÜLE RAHUTU VEE.....   | 235 |
| SEITSMENDA OSA MÄRKMED .....         | 239 |

## **Lisad**

|   |     |
|---|-----|
| Lisa 1. LAHENDUSKESKSE JUTUSTUSE KAVANDAMINE .....    | 242 |
| Lisa 2. TERAAPILISE JUTUSTUSE KAVANDAMINE.....        | 244 |
| Lisa 3. TRAUMAT KÄSITLEVA JUTUSTUSE PLANEERIMINE..... | 246 |
| Lisa 4. ELULOO NARRATIIVI KAVANDAMINE.....            | 248 |
| Lisa 5. SISEKAEMUSLIKU JUTUSTUSE KAVANDAMINE .....    | 250 |
| KASUTATUD KIRJANDUS.....                              | 253 |



# Jutustused

## Esimene lugu: **Röövik, kes ei tahtnud saada liblikaks** ..... 63

Tüüp: elulugu, teraapiline

Teemad: oma eluloo avastamine, lastega koos muutuste üle arutlemine, kolimisega kaasnevate tunnete mõistmine

Vanus: 4–8 aastat

## Teine lugu: **Kägu Kristi, kellel oli pesa** ..... 69

Tüüp: trauma, elulugu

Teemad: eluloo uurimine, uuesti kolimise hirmud, perekonnas elamise õppimine, kurbusega toimetulek, enesekindluse arendamine

Vanus: 5–9 aastat

## Kolmas lugu: **Haige kutsikas** ..... 77

Tüüp: teraapiline, elulugu

Teemad: kolivad perekonnad, enesekindluse arendamine, õpime abi otsima, kui oleme haiget saanud

Vanus: 4–8 aastat

## Neljas lugu: **Kangelane Kunnar** ..... 87

Tüüp: trauma, teraapiline, eluloo ja sisekaemuse elemendid

Teemad: fantaasia ja superkangelaste kasutamine, püüd olla tugev, hoida kontrolli, tõrjumise ennetamine

Vanus: 7–12 aastat

Viies lugu: **Maria ja tema ema** ..... 97

Tüüp: teraapiline, sisekaemuse elemendid

Teemad: hirm ja usalduse õppimine, emaarmastuse igatsus, samas sellele vastuseis; ema kurbus; ehitame lootust

Vanus: 10 aastat ja vanemad, samuti täiskasvanud

Kuues lugu: **Tormi südames** ..... 103

Tüüp: teraapiline, sisekaemuse elemendid

Teemad: emotsioonide vältimine, enesekindluse arendamine, tunnete tugevuse avastamine

Vanus: 13–18 aastat

Seitsmes lugu: **Sündinud hoolitsema** ..... 115

Tüüp: lahendused, elulugu, sisekaemuse elemendid

Teemad: hoolitsemine, samas hoolitsuse vastuvõtmisest keeldumine, süütundega toimetulek, enesekindluse arendamine, enesevigastamine

Vanus: 13–18 aastat

Kaheksas lugu: **Poiss, kes teadis maailmas kõike** ..... 123

Tüüp: sisekaemus, lahendused

Teemad: teiste abistamine, enesekindluse arendamine, emotsionaalse vältimise kasutamine, tunnetusele toetumine

Vanus: 8–14 aastat

Üheksas lugu: **Merineitsi laul** ..... 129

Tüüp: sisekaemus, lahendused

Teemad: valepositiivse mõju omaksvõtmine, kurbuse ja valu kogemine, enesekindluse arendamine, toimetulek hülgamise ja tõrjutuse hirmudega

Vanus: 7–12 aastat

Kümnnes lugu: **Melinda ja kuldne õhupall** ..... 141

Tüüp: teraapiline, sisekaemus

Teemad: hirm hülgamise ees, tähelepanu nõudva kiindumus-  
käitumise kujunemine, tugevate tunnetega toimetulek

Vanus: 7–12 aastat

Üheteistkümnnes lugu: **Kellameister ja käokell** ..... 147

Tüüp: teraapiline, sisekaemus

Teemad: tähelepanu nõudva kiindumuskäitumise kujunemine,  
märkamise jutuaajamise abil, aktsepteerimine, vajadus  
ennustatavuse järele

Vanus: 8–14 aastat

Kaheteistkümnnes lugu: **Kosmosepoiss** ..... 155

Tüüp: trauma, eluloo ja teraapia elementidega

Teemad: elu koduvägivallaga, trauma mõju, hirmuga  
toimetulekhüperaktiivsuse kaudu

Vanus: 7–12 aastat

Kolmeteistkümnnes lugu: **Ellu jäävad kõige tugevamad** ..... 167

Tüüp: elulugu ja sisekaemus

Teemad: hooletusse jätmise kogemine, suhted õdede-vendadega,  
armukadeduse ja hirmuga elamine, vajadus tunda ennast erilisena

Vanus: 9–16 aastat

Neljateistkümnnes lugu: **Emme, kes õppis  
oma beebi eest hoolitsema** ..... 177

Tüüp: sisekaemus, lahendused

Teemad: hooletusse jätmise kogemine, emad ja vastsündinud,  
lohutav hoolitsus, õpime suhete olulisust

Vanus: 5–12 aastat

Viieteistkümnnes lugu: **Pille Päikesekiir ja tema suur murekott** 183

Tüüp: teraapiline

Teemad: rohke murekoorma kandmine, hirmudega toimetulek,  
enesekindluse arendamine

Vanus: 5–12 aastat

Kuueteistkümnes lugu: **Lugu ühest tütrest** ..... 195

Tüüp: sisekaemus, elulugu

Teemad: eluloo kogemus, hülgamise hirmud, ärrituse mittetalumine

Vanus: kooliealised lapsed ja nende vanemad

Seitsmeteistkümnes lugu: **Sass ja Henri** ..... 199

Tüüp: sisekaemus, lahenduste elementidega

Teemad: hülgamishirmud, suhted õdede-vendadega, PACE-meetodi kasutamine, empaatia jõud

Vanus: täiskasvanud

Kaheksateistkümnes lugu: **Igatsemine ja kuulumine** ..... 209

Tüüp: sisekaemus, lahenduse elementidega

Teemad: eluloo uurimine, igatsuse tunded, hülgamise hirmud, aktsepteerimise leidmine

Vanus: täiskasvanud

Üheksateistkümnes lugu: **Parim mets kogu maal** ..... 223

Tüüp: sisekaemus

Teemad: ametkondade koostöö, võrgustikutöö – tervishoid, haridus ja sotsiaaltöö

Vanus: täiskasvanud

Kahekümnes lugu: **Ära kunagi arva** ..... 229

Tüüp: lahendused

Teemad: terapeudi kogemus vastupanust, teraapia läbiviimine, aktsepteerimine, uudishimu, empaatia

Vanus: täiskasvanud

Kahekümne esimene lugu: **Sild üle rahutu vee** ..... 235

Tüüp: sisekaemus

Teemad: teenuste pakkumine, abistavad suhted

Vanus: täiskasvanud

# Eessõna

Me oleme üksildased olendid. Veedame kogu oma elu, püüdes olla vähem üksi. Üks iidsetest meetoditest, mida kasutame, on jutustused, mis anuvad kuulajaid ütlema – ja tundma – „Jah, täpselt nii see ongi, või vähemalt tunnen mina samamoodi. Sa ei olegi nii üksi kui sa arvasid.”

(Steinbeck 1930)

Kohtusin Kim'iga kümme aastat tagasi ühel kiindumusteooria koolitusel. Seminar, mis toimus psühhiaatria haigla kasutamata palati kõledate seinte vahel, mõjutas väga tugevalt paljude osalejate senist arusaamist kiindumusteooriast. Tagasi vaadates mõistan, millist mõju see sessioon ka minule avaldas. Üks asi, mida ma kõige selgemalt mäletan, oli see, kuidas Kim kasutas lavastusi, et näidata, mil moel mõjutavad laste kiindumusmustrid nende käitumist. See käivitas mu kujutlusvõime ja kui hakkasin tööd tegema kasuvanematega, võtsin kasutusele jutustused, et aidata neil mõista, kuidas suhted määravad ära käitumise. Jutustustel on võime näidata selliseid situatsioone palju selgemalt kui ühelgi teisel selgituse vormil. Muidugi ei olnud mina ainus inimene, kellele Kim mõju avaldas. Nende kümne aasta jooksul on neid ideid kasutanud paljud lastega töötavad professionaalid, eriti need, kes teevad tööd asendushooldusele paigutatud lastega. Kim'i töö on aidanud muuta paljude inimeste arusaamist kiindumusteooriast. See ei ole enam pelgalt teooria, mida me küll tundsim, aga ei olnud kindlad selle kliinilises kasutamises – nüüd on see teooria, mida peame oluliseks kõikides teraapiavormides. Kim on nende

ideede eestvedaja, seejuures on tema oskused ja kogemus mõjutanud väga paljusid nende praktikas. Ta on näidanud valgust selle valdkonna arengus ja tema trükised on väga väärtuslik materjal, eriti nende jaoks, kes töötavad traumeeritud lastega. Käesolev raamat on üks nendest, mille võib selliste ressursside nimekirja lisada, ja mul on suur au see paeluv lähenemine lugude kasutamisest sisse juhatada. Jutustuste ja jutustamise abil saab aidata lastel ja täiskasvanutel mõista nende tundeid, sisemist maailma, soove ja unistusi, nendega saab anda neile tunde, et neid mõistetakse, ja minu arvates on jutustamist liiga vähe väärtustatud.

Jutuvestmist peetakse sageli meeldivaks ja lõbusaks, kuid lapse arengule mitte suurt mõju omavaks tegevuseks, kui keele- ja kirjaoskus välja arvata. Selline mõtteviis on muutumas, järjest rohkem mõistetakse, millist mõju avaldavad nii väljamõeldud kui ka tõelised lood sellele, kuidas lapsed mõtlevad ja suhetest aru saavad. Laste jaoks, kes kasvavad ja õpivad, kuidas siin maailmas toime tulla, on väga tähtis märgata oma tundeid, hirme ja unistusi ning mõista, et need on inimeseks olemise üks osa. Nad peavad õppima, et nii nende hülgamiskogemus, armastatud olemise ja armastamise kogemus, enda kompetentseks või ebakompetentseks pidamine kui ka väärtuslikuna või ebaolulisena tundmine on üks elamise kogemustest, millega kõik silmitsi seisavad. Lapsed, kes elavad üle trauma või saavad tunda väärkohtlemist, seisavad nende õppetundide omandamisel sageli silmitsi keerukama ülesandega kui need, kellel ei ole neid raskeid kogemusi. Me õpime seda kõike jutustuste abil, sest oleme kogu aeg nendest ümbritsetud. Lapsed õpivad aru saama, kes nad on, lugude varal, mida nende elus olevad täiskasvanud neile jutustavad, nad õpivad oma perekondadest ja ajaloost perekonna juttude kaudu, mida nad võivad kuulda (või ka mitte). Nad õpivad oma kultuurist tänu müütidele, muinasjuttudele ja (aja)loole, mis on neile kättesaadav, läbi arvuti või teleriekraani, raamatute või silmast



silma räägitud juttude. Kõik need lood annavad oma panuse enesemääramisse, mis pole iseenesest ka miski muu kui üks jutustus, lugu, mis saab olla kas toetav ja dünaamiline või piirav ja kasutu. Selle raamatu jutustused, mis on saanud inspiratsiooni nii laste reaalistest eluolukordadest kui ka vabastavast kujutlusvõimest, näitavad, kuidas jutustuse loomine ja jutuvestmine võib aidata lastel ennast paremini mõista ja näha end teistmoodi. Need lood näitavad, nagu jutustused seda ilmselgelt suudavad, jutuvestmise peaaegu maagilist, muutvat ja parandavat väge.

Jutustustest on kasu ja nende abil võivad kasvada kõik lapsed. Kahtlemata aitavad jutustused lastel õppida rohkem nende sise-  
mise maailma kohta ja annavad nende emotsioonidele ja kogemustele keele. Tõepoolest, jutustused võivad olla nii kasutoovad, et nad võivad anda evolutsioonilise eelise, nagu filosoof Denis Dutton (2010) väidab, kuna nad pakuvad mooduse, kuidas rääkida sisemisest kogemusest ning õppida teiste elutarkusest. Jutustustes leiame viisi, kuidas anda hääle loo tegelaste sisemistele mõtetele ja tunnetele, kavatsustele, kaotustele ja võitudele. Jutustused on, nagu ütles Margot Sunderland (2000), laste jaoks loomulik tee oma tunnete tundmaõppimiseks. Selgituste ja läbimõeldud seletuste kaudu ei õpi nad pooltki nii hästi. Muidugi, kõige aluseks on hooldajate empaatiline reageerimine, mis aitab neil oma tunnetele nime anda ja nendest õppida, aga lugude kaudu saab anda konkreetseid vihjeid, mis võivad sõnastada meie pimedamadki impulsid. Meid kisub jutustuste poole emotsionaalse kogemuse tõttu, ja see võib tuua pikaajalise tulemuse, muutes impulsiivse käitumise rohkem peegeldavaks – mis annab võime peatuda ja oma tegevuse üle järele mõelda. Oskuse kohta sellise emotsionaalse kogemuse üle mõelda on erinevaid termineid, nende seas *mentalisatsioon*, *emotsionaalne kirjaoskus* ja *peegeldav mõtlemine*. Need on paljuski sarnased, nad kõik vihjavad võimele mõtteid ära tunda – nii enda kui ka teiste mõtteid, tundeid ja motiive – ning kasutada

seada teavet, et oma tegusid suunata. Kuidas iganes seda ka nime-  
tada, on selle vundament rajatud „subjektide vahel toimuvale  
protsessile“ – see on protsess, mille käigus inimesed kogevad ise-  
ennast tänu suhtlemisele teistega. See on kiindumussuhte südamik  
ja nagu Kim esile toob, moodustab jutuvestmine subjektide vahel  
toimiva protsessi keskme. Täiskasvanud hooldaja ehitab üles  
loo lapse kogemusest, mis ei pane mitte ainult mõtteid ja tundeid  
sõnadesse, vaid mõjutab ka seda, kuidas lapsed ennast nägema  
hakkavad, loodetavalt armastusväärsete ja toimetulevate inim-  
olenditena, kes on võimelised hakkama saama probleemidega, mis  
elus esineda võivad.

Seega on jutustused ja jutuvestmine osa armastavatest suhte-  
test ja need ehitavad, nagu suhtedki, üles terve enesetunnetuse.  
Trauma-, hülgamise või muu väärkohtlemise kogemusega lap-  
sed, kes elavad sageli vastuolulistes või ebaturvalistes tingimustes,  
vajavad väga terviklikke suhteid. Paljud asendushooldusele paigu-  
tatud lapsed, kellel puudub oskus emotsioonide ja suhetega toime-  
tulla, on sellega sageli hädas, isegi kui välised olukorrad tunduvad  
olevat paranenud. Jutustustel on väga suur tähtsus selles, kuidas  
lapsed oma mõtetest ja tunnetest aru saavad ning kuidas nad leia-  
vad mooduseid kasvamiseks ja muutumiseks.

Veel üks jutustuste oluline aspekt on see, et neis on palju sümbo-  
leid, kujutisi ja metafoore. Just metafoor on üks moodus, mille abil  
mõista oma sisemist kogemust, samastades selle füüsilise maailma  
protsessidega. Jutustuste kaudu õpime, kuidas füüsiline, sotsiaalne  
ja sisemine maailm toimivad. Mõtleme korraks selle informat-  
siooni hulga peale, mida näeme kasvõi sellises tuntud loos nagu  
„Kolm põrsakest“. Siit võib õppida, et kõik, isegi sead, peavad  
lahkuma oma ema kaitse alt ja leidma oma kodu. Me õpime, et  
maju võib erineval moel ehitada ja mõned on tugevamad ja turva-  
lisemad kui teised. Õpime, et maailm on täis ohte, inimesi või muid  
olevusi, kes võivad meile ohtlikud olla. Kõige olulisem on aga see,

et näeme, et neist ohtudest saab üle ning turvalisust ja rõõmu on võimalik leida. Nii õpimegi jutustuste kaudu, suurema pingutuseta ja rõõmsalt, kuidas maailm ja meie meeled toimivad. Paljud lood ei ole ilmselgelt tõde: teame, et loomad tegelikult ei räägi ja mõned asjad ei ole lihtsalt füüsiliselt võimalikud (sead ei ehita maju), aga ometi saame siiski jutustusega kaasa minna ja seda nautida. Mõistame, et jutustuste tõde ei ole alati faktiline vaid metafooriline ning see on oma olemuselt jutustav. Jutustused panevad proovile meie reaalsustaju – mõtleme, kas lugu on tõene või mitte.

Just tähendusi ümber kujundav metafooride jõud on see, mis on sageli unustusse vajunud. Elulooga tegelemine on loomulikult kriitilise tähtsusega, et lapsi traumakogemusest välja aidata, aga see on palju enamat kui lihtsalt kellegi elu kohta „faktide” õppimine. Lood on rohkem kui faktid, nende sisuks on ka asjade tähendusest ja suhetest arusaamine. Mitte et lapse elu kohta käivad faktid ei oleks nii olulised, kui see „lugu” endast, millest nad kinni hoiavad, selliseid fakte on väga oluline teada, aga jutustus on see, mis annab nendele faktidele tähenduse. Me kõik räägime pidevalt iseendale endast lugusid ja võib-olla ongi iseolemise kontseptsioon meie jaoks üks pidevalt muutuv kogum jutustusi. Kim'i lood kasutavad metafoore lihtsalt ja oskuslikult. Ühes nendest saab rööviku liblikaks muutumise lugu analoogiks üles kasvamisele ja eraldumisele, autonoomse isiksusena ellu astumisele. See on metafoor muutumisest ja võib muuta inimeste kuvandit iseendast. Teine metafoor – sild –, millest sai ka selle raamatu pealkiri, peegeldab samuti muutusi, kasutades füüsilise maailma objekti, suunamaks psühholoogilist muutust. Jutustused, mis ei tule faktide maailmast ja ratsionaalsest selgitusest, võivad aidata inimmeel el näha sama asja uues valguses. Need lood ei ole nagu faktid, need on dünaamilised ja sageli pidevas muutumises, kasvavad ja arenevad.

Me mõtleme nendes lugudes, et oleme *homo narrans'id*. Me oleme jutuvestjatest olevused. Seega soovime, et lood, mida endast

endale räägime, oleksid pigem kasulikud kui meid piiravad või isegi laastavad. Üks uskumus, millest paljud inimesed praegusel ajal kinni hoiavad, on see, et „ma ei ole mingi jutuvestja” või et „mina ei oska lugusid rääkida”, kuigi oskus jutustusi luua on meis tegelikult olemas, kui usaldame ennast, oma kujutlusvõimet ja mälestusi. Inimese aju on jutustamisega väga hästi kohane- nud. Kim räägib meile oma jutustuste loomise protsessist ja näi- tab siis meile neid lugusid, võimaldades mõista, kui jõulised need on. Esimest korda neid jutte lugedes mõtlesin ma neile lastele, kellega olen töötanud, ning tundsin end kohe neile lähemal ole- vat, sest ma mõistsin neid paremini; selle tulemusena hakkas ka nende kogemus mind rohkem huvitama. Kim näitab meile, mida me suudame teha, kui hakkame mõtlema lastele loovuse ja kujut- lusvõimega. Ta leiab oma jutustuste jaoks inspiratsiooni, kaasates oma intuiivsust ja kujuteldavaid reaktsioone, lastes neil pakkuda inspiratsiooni tema tunnete ja sisekaemuse edastamiseks. Kas on veel paremat moodust kellegi meelespidamiseks, kui anda neile mõista, et sisenesime nende unistuste maailma, nende sisemisele haavade, soovide ja hirmude maastikule ning jagame nendega ka iseenda sisemist kujutlusmaailma? Terapeutilises maailmas, kus aina enam domineerivad „tulemused”, on seda väga hea aeg-ajalt meelde tuletada.

*Steve Killick, kliiniline psühholoog ja jutuvestja*

# Eessõna

Selle lühikese eessõna taga on samuti jutustus.

Kogenud psühholoogina istusin ma ükskord maha, et lugeda Kim Golding'u uut raamatut „*Using Stories to Build Bridges with Traumatized Children*”. Ootasin kerget ja lõõgastavat hetke ja eeldasin, et loen suures osas seda, mida juba tean, ainult läbi Kim'i suurepärase kirjutamisoskuse. Silmitsesin tema tagasihoidlikke eesmärke raamatu alguses, mis annavad lugejale „mõned lähtepunktid, stimuleerimaks nende loovust”, kus ta tuletas meelde, et „me kõik suudame luua jutustusi”. Jätkasin Kim'i töö lugemist ja mu põnevus kasvas järjest, pühkides minema kõik mu esmased ootused.

Avastasin jutustuste kohta nii palju uut, mida ma isegi võibolla teadsin, aga millega ma polnud kunagi nii sügavuti läinud. Sain teada väga palju põhjuseid, miks on jutustused olnud tuhandete aastate jooksul meie isiklikus ja kultuurilises arengus nii palju abiks. Avastasin palju erinevaid eri arengustaadiumite jaoks mõeldud lugude tüüpe, kuidas leida lahendusi probleemidele, anda abi traumade korral, avastada uusi aspekte suhetes teiste inimestega ja anda elu väljakutsetele tõeline mõte. Õppisin nägema lugude arengu mustreid ja olema endas kindlam, et ka mina võin olla oma jutustuse väljamõtlemisel loomingulisem, kasutades Kim'i pakutud lähtekohti.

Kuidas ma selle eessõna lõpetan?

Andes teada, kui väga ma nautisin nende kahekümne ühe jutustuse lugemist, mida Kim on selle raamatu kaante vahele koonandanud, alates väikeste laste jaoks koostatud jutustustest kuni

täiskasvanutele mõeldud lugudeni – samas on need kõik loodud selleks, et võimaldada meil mõista jutustuste jõudu ja nende potentsiaali traumeeritud laste aitamisel.

Seda raamatut lugedes kogesin vahetult, kui hästi saab jutustuste kaudu õppida sügavuti tundma olulisi teemasid, tundes end samal ajal turvaliselt ja olles kaasatud protsessi. Kim Golding on tõepoolest nii suurepärase psühholoog, õpetaja kui ka kirjanik, aga samal ajal on ta ka imetlusväärne lugude looja.

See on raamat, mida peab lugema sügavuti ja hoidma käepärast, kui kasutame jutustusi laste, nende perede või iseenda abistamisel oma elukestvate rännakute mõtestamiseks.

*Dan Hughes, kliiniline psühholoog*