

Toivo Niiberg

POISIST MEHEKS

Meheks sirgumise okkiline tee

Mis isal teos, see pojal eos ...

Ivo Ivari

Keeletoimetaja Ele Jaagusoo
Küljendaja ja kujundaja Alar Kitsik
Kaaned Alar Kitsik
Esikaane foto freepik.com

© Atlex OÜ ja autor, 2022

Kõik õigused kaitstud. Igasugune autoriõigusega materjali ebaseaduslik paljundamine ja levitamine toob kaasa seaduses ette nähtud vastutuse.

atlex

Atlex OÜ
Kivi 23
51009 Tartu
Tel 734 9099
Faks 734 8915
atlex@atlex.ee
www.atlex.ee

ISBN 978-9916-620-12-0

Sisukord

Eessõna	4
1. Poisiks saadakse juba emaihus	5
2. Poiste psüühika eripära ja sellega arvestamine	16
3. Agressiivsus, sotsiaalne keskkond ja pahad poisid	37
4. Emotsionaalsus, poiste tundeelu ja head poisid.....	51
5. Mäng on tõsine mehetöö.....	66
6. Poiss ja koolikäpsus	80
7. Poiss ja õppimine	91
8. Poisi vaba aeg ja uneaeg	110
9. Poiss, arvuti ja arvutisõltuvus.....	120
10. Poiss ja kiire kasvamine	123
11. Ema ja poeg.....	129
12. Isa ja poeg.....	134
13. Poiss ja vanemate lahutus.....	138
14. Poiss ja seksuaalsus	144
15. Poiste puberteet, hüpeseksuaalsus ja seksuaalhirmud	171
16. Naiselik, transvestiitne ja homoseksuaalne poiss	193
17. Teismeeakriis ja levinumad käitumishäired	202
18. Poiste ja meeste suitsidaalne käitumine ning depressioon	209
19. Noorukiea hullused ja hellused ning esimene armastus.....	215
20. Mehelikkus ja mühaklikkus.....	224
21. Meeste etikett.....	230
22. Isaks õppimine ja saamine	232
23. Pojad ja isad komplekside kütkeis.....	235
24. Meeste psühholoogiline ja sotsiaalne vananemine.....	240
25. Teste vanematele ja õpetajatele.....	245
Kasutatud ja soovitatav kirjandus.....	259

EESSÕNA

Raamat „Poisist meheks“ on mõeldud eelkõige lapsevanematele, õpetajatele-kasvatajatele ja sotsiaaltöötajatele. Alates teismeeast on raamat kindlasti arusaadav ja kasulik lugeda ka juba poistele endile.

Raamatus käsitletakse põhjalikumalt järgmiseid teemasid: kodu ja vanemate mõju poisi iseloomu ning soorolli kujundamisele; poiste kasvamine ja arenemine; hirmud ja teised emotsionaalsed probleemid; mängu, õppimise ja teiste toimingute eripära; teismeeakriis ja poiste levinumad käitumishäired; põgusalt peatutakse ka poistel enim diagnoositud hüperaktiivsusel ja autismil; poiste seksuaalne käitumine; noorukiea hullused ja hellused; toimetulek ja enesekehtestamine; mehelikkus ja selle kujunemine; poisid ja arvuti ning nutisõltuvus; isaks küpsemine ning olemine.

I. POISIKS SAADAKSE JUBA EMAIHUS

Liigses ootuses ja lootuses viljub pea alati ahastus ...

Ivo Ivari

Geneetilise soo määrab tulevasel lapsel ära ainult isa, sest pooled seemnerakud kannavad mehelikkuse (Y-kromosoomi) ja teine pool naiselikkuse alget (X-kromosoomi). Samas kõik viljastatud looted on esialgu naissoost. Raseduse esimesel trimestril kujuneb ema munasarjades tekkivate testosterooni-voogude tulemusel poisslaps. Esimese voo tulemusel langevad genitaalid vaagnavöötme piirkonnas ning moodustuvad peenis ja munandid. Teise voo tulemusel arenevad ajul meessoole omane ehitus ja funktsioonid. Juba seitsmenädalase loote munandid toodavad meessuguhormoone, millest peamine on testosteroon – seda hetke võib pidada mehelikkuse avaldumise alguseks.

Paljud uuringud näitavad, et emal on ohtlik oodata kindlat sugu last – iga laps on oodatud ja teretunud. Naisloode areneb raseduse vältel harmoonilises kasvukeskkonnas. Seevastu meesloode vajab kaitset ema hormoonide feminiseerivate mõjude eest. Liigne tütre ootus-lootus (omane sageli üksikemale) võib põhjustada seda, et sünnib poeg, kellel on mehe ihu, aga naise aju. Pruugib veel emal asuda puuduva isa rolli ja tulemuseks võime saada sotsiaalse homoseksuaali, psühholoogiliselt frigiidse või lihtsalt naisi mittemõistva-vihkava põhimõttelise poissmehe. Järelkult algavad sooidentiteediga kaasnevad hilisemad probleemid juba emaihus ja on paljus seotud ema ootuste ning lootustega ...

Veelgi ohtlikumalt mõjutab aju arengut see, kui last ootav ema suitsetab ning tarbib alkoholi ja teisi mõnuaineid. Tõestamist on leidnud hüperaktiivsuse seos last ootava ema suitsulembusega, rääkimata alkoholi ja mõjuainete pärssivast toimest loote aju arengule. Veelgi ohtlikumalt mõjuvad keemilised mürkained, toidulisandid (eriti sünteetilised toiduvärvid ja säilitusained), osa ravimeid ja kiiritus.

Samuti näitavad uuringud seda, et mida rahulikumas keskkonnas ja meeolus ema last ootab, seda väiksemaks jääb sünniomase agressiivsuse tase, mis poistel on niigi pärilikult kõrgem. Emaihus hakkab laps omandama ka emakeele rütmi, tal kujuneb muusikaline kuulmine ja ehk ka viisipidamine.

Pärilikkuse süvauuringud toovad iga päev juurde üha uusi ja uusi avastusi ning selgitavaid erisusi, mida saab arvestada ning ennetada, aga mitte enam juba sündinud mehehakatise juures ümber teha.

Sündides on poisi meessuguhormoonide tase nii kõrge, et seda saab võrrelda täiskasvanud mehe omaga. Pole siis ime, et poisid karjuvad rohkem, magavad rahunumalt ja löövad ema, haukavad ema tissi. Ent kuuendaks elukuuks langeb see sama madalale kui tüdrukutel, püsid niisugusena kuni koolieani.

I.I. POISTE BIOLOOGILIS-GENEETILINE ERIPÄRA

Poisid sünnivad inimkarjas katsejäänesteks elu ahtal areenil ...

Ivo Ivari

Kõik inimloomuses peidetud rõõmud ja hädad saame me päranduseks oma vanematelt – pooled isalt ja pooled emalt. Kahjuks kipub elus ikka nii olema, et halb pärandatakse oma lastele sagedamini kui hea – ju siis tahab loodus ise katsetada, tehes kurjadele ning kahtlastele algetele suurema panuse. Loodusseadused ja pärilikkus on need tegurid, mille vastu me ei saa, aga poisi kasvatusel ja arendamisel saab nendega arvestada. Nende tegurite arvestamisel tuginebki praktiline elu ja meheks sirgumine. Sellepärast tuleb ühest või teisest tegurist ka peaaegu igas peatükis ja alapeatükis pikemalt juttu. Millised siis on tähtsamad pärilikud eripärad, mida ei saa läbi sõrmede vaadata, vaid millega tuleb tegeleda?

- ▶ **Loodus on mehe ilma jätnud 40 elutähtsast hormoonist või siis töötavad need poolikult** – siit tuleneb karastamise ja kehakultuuri tähtsus. Seega on poisid tüdrukutest füsioloogiliselt nõrgemad. Nii sünnib ka poisse alati veidi rohkem kui tüdrukuid, et looduslik valik saaks teha oma töö. Stress, toksiidid, vale toitumine või isegi liigne hügieen võivad põhjustada tänapäeval laialt levinud autoimmuunhaigusi.
- ▶ **Poisid moodustavad 80% ajuhälvetega lastest** – siit last ootavale emale nõue loobuda suitsetamisest, alkoholist ja muudest mõnuainetest, sest kahjustub alati füsioloogiliselt nõrgem sugupool.
- ▶ **Poiste kehatemperatuur on püsivam ja väiksemgi tõus kutsub esile haiglasliku oleku.**
- ▶ **Poiss kannab endas liigi muutlikkust** – seepärast on poistel väike ohutunne ja surmahirmu pea täielik puudumine ning vajadus neid tekitada-arendada.
- ▶ **Poistel on paremini arenenud vasem ajupoolkera**, tüdrukutel jälle parem – siit vajadus hoopis erinevate õppemeetodite järele.
- ▶ **Poistel areneb aju aeglasemalt** – siit koolikäpsuse ja hilisema sotsiaalse käpsuse nihe.

- **Poiste (meeste) ajupoolkerad on omavahel halvemini ühendatud kui tüdrukutel (naistel)** – seega erinev mõttekulgu-, kiirus- ja loogika. Poisid ei ole võimelised asju naljalt pähe ajama, vaid peavad asjade olemuse endale lahti mõtestama.
- **Poistele on omane IQ suurem variatiivsus** – seega on poiste seas rohkem geeniusi, aga veelgi rohkem rumalaid. Arvutamise- ja abstraherimisvõimelt on poisid sageli tüdrukutest üle.
- **Poistel areneb paremini välja ajupiirkond, mis on seotud ruumitajuga** – seega on poistel (meestel) tähtsam mitteverbaalne suhtlemisviis. Poiste kaasa-sündinud verbaalsed võimed avalduvad hiljem ja arenevad aeglasemalt.
- **Kuue viisipidava tüdruku kohta tuleb üks viisipidaja poiss** – seda peaksid arvestama muusikaõpetajad.
- **Ligi 8% poistest (meestest) on värvipimedad, tüdrukutest (naistest) vaid 0,5%** – see teadmine on vajalik joonistamis-, käsitöö- ja kunstioõpetajale.
- **Tüdrukud võtavad ümbrusest vastu rohkem aistinguid kui poisid (kuulevad paremini, tunnevad paremini lõhna ja neil on arenenum kompimis-meel)** – siit vajadus poistega sageli hulga valjemalt rääkida.
- **Tegelikult on tüdrukute lõhna- ja maitseainetundus paremini arenenud, aga poistel on need spetsiifilisemad – hiljem tunnetavad mehed ja naised lõhnu erinevalt.** Maailma parimad ninad kuuluvad siiski meestele (lõhnatööstuse ekspert on kõige kallimalt hinnatud elukutse). Poisid eelistavad rohkem soolast, tüdrukud magusat.
- **Poisid on hüperseksuaalsemad** – siit suurem huvi seksuaalteemade vastu ning igasuguste kõrvalkallete ja suundumuste katsetamine-kinnistamine.
- **Poisi suguküpsus saabub tänapäeval keskmiselt 2–3 aastat hiljem** – siit vajadus keskastme poisse ja tüdrukuid eraldi klassides õpetada.
- **Poisid kasvavad sageli hüppeliselt (korruga kuni 12 cm aastas), seda eriti puberteedi alguses** – korruga kasvada ja areneda (õppida) käib sageli üle jõu ja siit tuleneb suur poiste õppeedukuse langus ja väljalangevus põhikoolist.
- **Stressisituatsioonid poistel (meestel) ei teki rahustavat ja abistavat, koostööd soosivat hormooni oksütotsiini, aga tõuseb veelgi testosterooni tase** – seega tuleb närveldava poisiga säilitada rahulikku meelt ja keelt.
- **Poisid on agressiivsemad ja seda kõrge testosterooni taseme tõttu** (täiskasvanud mehe testosterooni tase võib olla naise omast 6–20 korda kõrgem).
- **Poistel esineb pea kolm korda rohkem tähelepanuhäireid ja hüperaktiivsust** – siit suurem vajadus poiste psüühikat mõistvate psühholoogide, arstide ja eripedagoogide järele.
- **Poistel on suurem potentsiaal füüsilises üleolekus.** Poisid ületavad tüdrukuid nii lihaste jõus kui ka liigutuste kiiruses ja koordineerimises. Võrreldes meeste ja naiste kehalisi võimeid kehtivate maailmarekordite alusel, ilmneb, et mehed ületavad naisi nii vastupidavus- kui ka kiirus- ja jõualadel. Näiteks

kergejõustiku jooksudistantsidel 100 kuni 400 m on naiste tipptulemus 7,4–10,5% nõrgem kui meestel, 800 meetri jooksust kuni maratonini jääb erinevus 8,4–14,2% piiresse. Enam-vähem samasugune on olukord ujumises, kus pika basseini maailmarekordid distantsidel 50 kuni 1500 meetrit jäävad naistel meeste tulemusele alla 8,2–12,1%. Tõstmises on naistel ja meestel erinev kaalukategooriate süsteem, mistõttu otsene võrdlus on raskendatud. Siiski, kehakaalu kategooria kuni 69 kg on olemas nii naiste kui ka meeste tõstmises. Kahe tõste kogusumma, rebimise ja tõukamise naiste maailmarekordid jäävad selles võistlusklassis meeste tipptulemustele alla vastavalt 23%, 26,1% ja 20,3%.

1.2. AGRESSIIVSUS JA PÄRILIKKUS

Kurjusesse usume kohe, headusesse alles pärast järelemõtlemist.

Tundmatu

Agressioon on psühholoogias kaasasündinud neutraalne tung, millele hilisemas elus tuginevad korraliku kasvatus-arendatuse juures enesekehtestamisoskus, terve minatunne, konkurents ja aus võitlemissoov. Halva kasvatus-arendatuse juures aga avaldub agressiivne käitumine kui kurjus nii teiste kui enda suhtes.

Agressiooni võib defineerida kui käitumisviisi, millel on harilikult teistele pealetükkiv, nõudlik ja vastikusttekitav mõju. **Agressiivsed on need käitumisviisid, mis teevad teistele haiget ja kahju.** Agressiivsus, mida on võimalik kõrvalt vaadelda, nt surveavaldamise, söimamise või füüsilise hirmutamise ja ähvardamisena, on nähtav. Agressioon, mis ei ole vaatlusel märgatav, nagu valetamine või varastamine, on varjatud. Agressioon võib olla otsene (ähvardamine, röökimine, solvamine, söimamine, narrimine, löömine, tõukamine, lükkamine, pekmine või isikliku vara hävitamine) või kaudne (tuntud sotsiaalse agressioonina või agressioonina suhtlemisel ja suhetes, nagu vältimine, ignoreerimine, tagarääkimine, kuulujuttude levitamine või teise isiku saladuse kolmandatele isikutele avaldamine).

Ajast aega on vaieldud, kas inimese agressiivsus on sünnipärane instinkt või on tegemist olude mõjul tekkinud käitumishälbega. Üldiselt peetakse agressiivsust õpitud käitumisviisiks. Jean-Jacques Rousseau uskus, et inimlaps on loomult hüveline ja laostub moraalselt tsivilisatsiooni mõjul. Thomas Hobbes jälle pidas sotsiaalseid piiranguid tarvilikuks, et ohjeldada inimese loomupärast kõlvatust. Sigmund Freud, Konrad Lorenzi jt järgi on agressiivsus inimese sünnipärane tung. Sigmund

Freud nägi agressiivsuses kõikehõlmavat surmatungi, Konrad Lorenz adaptiivset enesehävituslikku käitumist, mis on inimesele ja loomariigile üldiseks ja ühiseks normiks. Veel väidetakse, et agressiivsus on otseseoses frustratsiooniga, st kui isikuseväliste põhjuste tõttu on vajadused rahuldamata jäänud. Hilisemate käsitluste kohaselt tekitab agressiivsust olukorrast olenevate ja isikupäraste tegurite koosmõju.

Agressiivsuse tekkele aitavad kaasa ka peaju- ja somaatilised haigused. **Suur tähtsus on perekasvatusel alates lapse esimestest elupäevadest.** Kui laps võõrutada rinnapiimast äkki või vähendada märkimisväärselt rinnapiima kogust, tekivad lapsel ärrituvus, kahtlustatavus, julmus, agressiivsus, egoism. Neid negatiivseid ilminguid ei esine, kui last ümbritseb hellus ja hoolitsus.

Agressiivsele käitumisele avaldab mõju karistus, mida vanemad kasutavad tavaliselt vihauimas. Uurimused on näidanud, et vanemad, kelle lapsed on sageli agressiivsed, vastupidiselt oma ootustele ei kõrvalda agressiivsust, vaid süvendavad veelgi, mis võib avalduda küpses easki. Kui vanemad üldse ei pööra tähelepanu lapse agressiivsele käitumisele, siis laps arvab, et selline käitumine ongi lubatud.

Agressiivne laps nagu iga teinegi laps vajab täiskasvanu hellust ja abi, sest agressiivsus on kõigepealt tema sisemise ebakindluse peegeldus, oskamatus adekvaatselt reageerida situatsioonis. Agressiivne laps tunneb end tõrjutuna, mitte kellelegi vajalikuna. Vanemate osavõtmatuse ja julmuse viib lapse-täiskasvanu suhte purunemiseni ja sisendab lapse hinges veendumust, et teda ei armastata. Nii otsibki ta tähelepanu täiskasvanute ja eakaaslaste hulgas mitte just kõige paremate vahenditega. Vanemad ja pedagoogid ei mõista alati, mida laps taotleb, miks ta käitub nii, kuigi laps teab, et sõbrad pöörduvad talle ära ja täiskasvanud karistavad. Tegelikult on see üks meeletu katse leida oma kohta päikese all. Laps ei leia võitluses oma ellujäämise eest teist väljapääsu. Sellised lapsed ei suuda sageli ise hinnata oma agressiivsust – nad ei saa aru, et tekitavad ümbritsevates hirmu ja rahutust. Need lapsed arvavad, et kõik tahavad neid solvata. Sel juhul kujuneb välja kinnine ring, neil on väike emotsionaalne maailm.

Agressiivsetel lastel on madal empaatialävi. Empaatiat – see on võime tunnetada teise inimese seisukorda, osata seada ennast tema olukorda. Tihti ei häiri agressiivseid lapsi ümbritsevate inimeste kannatused – nad ei kujuta ette, et teisel inimesel on halb või ebamugav. Arvatakse, et kui agressiivne inimene tunneb kaasa oma „ohvrile“, on ta järgmine kord vähem agressiivne. Seepärast on väga tähtis, et pedagoogid arendaksid lastes empaatiatundeid.

Vajaduste rahuldamine ning õigeaegne hooldus äratavad lapses tunded, et ta on tähtis ja et maailma peale võib loota. Selle põhjal hakkab lapsel esimese eluaasta jooksul kujunema põhiturvalisus, mis on hilisema psüühilise arengu jaoks väga tähtis. Laps on kindel, et tema eest kantakse hoolt. See tunne võimaldab tal algul hoidjasse kiinduda ning hiljem temast sõltumatuks muutuda.

Pettumused põhjustavad lapsel hiljem psüühilisi hälbaid. Vajaduste rahuldamise liiga pikk ooteaeg on tähelepanekute kohaselt põhjustanud juba pooleaasta-

selgi lapsel agressiivset käitumist. Samal põhjusel ei teki lapsel ka põhiturvalisust ega usku hoidjasse ning see omakorda raskendab hiljem iseseisvumist.

Esimesel eluaastal ei maksa lapse hellitamisega kitsi olla, kuid samas ei ole põhjust ülearu karta ka lapse paratamatuid pettumusi. Eksitavad on nõuanded, mis soovivad lasta imikut vahel karjuda, et ta ei harjuks ülearuse tähelepanuga. Laps ei nuta oma rõõmuks, tal on alati mingi põhjus. Üksindus ja igatsus teise inimese järele võivad olla väga tugevad tundmused. Nutt, millele hoidja ei reageeri, süvendab imiku ebakindlust, vähendab põhiturvalisuse ja eneseväärikuse arengu võimalusi. See põhjustab ka agressiivset käitumist, millel on kalduvus tugevnedada, kui laps peab hooldamist järjest sagedamini ootama.

Esimeste eluaastate tähtsuse rõhutamine ei tähenda ka seda, et siis tehtud kasvatusvead vältimatult põhjustaksid hiljem psüühilisi hälbeid. Last saab kasvatada kogu lapsepõlveaja ning ka murdeas pole veel lootus kadunud, ent mida parema lähtekoha annavad lapsele varasemad eluaastad, seda vähem probleeme hiljem tekib. Uuringud on siiski osutanud, et agressiivse käitumisega laps peaks ravile pääsma enne kümnendat eluaastat, sest hiljem ei anna ravi nii häid tulemusi.

See, kuidas vanemad suhtuvad lapse pettumus-, viha- ja jonnipursetesse, annab tema käitumisele vormi. Võib öelda, et lapse sotsiaalse käitumise eeldused kujunevad varajaste inimsuhete mõjul, kuid käitumisviisid vormuvad tal järgmise vanuseastme inimsuhetes. Igasugune sotsiaalse käitumise õppimisel tekkinud agressiivne vahejuhtum ei ole sugugi veel iseloomuhälbe ilming, pigem näitab see, kui kergesti otsitakse pettumuse korral abi agressiivsusest. Sellepärast on tähtis, missuguse tagasiside saab laps oma agressiivsele käitumisele.

Psüühilise arengu riskitegurid, mis tõenäoliselt põhjustavad lapse asotsiaalset ja agressiivset käitumist, on vanemate hoolimatus ja võimetus teadvustada oma vastutust kasvatuses. Tegurid, mis kõrvaldavad ka väga ohtlike riskitegureid, näiteks halbade sotsiaalsete olude mõju inimesele, on kiindumus ja hoolitsus, mida vanemad lapsele osutavad. Laps võib välja tulla ka rasketest oludest, näiteks vanema alkoholismist, kui tal on keegi, kes tema eest vastutamise enda peale võtab. Nõnda ei sea last ohtu ka poolik, ühe vanemaga perekond, kui sellega ei käi kaasas hoolimatus lapse suhtes.

Elus pole siiski alati kerge otsustada, kas tegemist on esmajoones mingi oskuse puudumise või mingi käitumiseliiaga, sest need on omavahel seoses. Millegi liiasus on ühtlasi millegi puudus. Liigne agressiivsus näitab enesevalitsemise või sotsiaalse käitumise alternatiivsete mallide puudumist. Nii ei olegi iseenesest selge, kas just tugevamini avalduv hälve on see, mida tuleb esmajoones hakata kõrvaldama. Agressiivsuse vähendamiseks on alternatiivse käitumismalli andmine mõjusam kui lapse karistamine.

Käitumishälvete kindlakstegemine võib mõnikord olla raske ka sellepärast, et vastu võetava käitumise kriteeriumid on kokkuleppelised ja seetõttu alati mingil määral suhtelised. Pere, naabrid ja lapse kollektiiv määravad sotsiaalse vastuvõetavuse piirid. See sama agressiivsus, mis ühes keskkonnas on kõrvalekalle, on teises toimetuleku eeldus.