

Tallinna Ülikooli haridusteaduste instituut

SOTSIAALSEKS SUHELDES, MÄNGIDES JA KASVADES

Lapse sotsiaalne areng ja selle toetamine

*Pille Murrik
Signe-Britt Sild
Diana Mihkelsoo*

Toimetuskolleegium: Lii Lilleoja, Kerstin Kööp, Kaire Kollom

Toimetanud Riina Tobias

Küljendanud ja kujundanud Alar Kitsik

Fotod: Signe-Britt Sild ja Diana Mihkelsoo

Autoriõigus: Atlex OÜ ja autorid, 2025

Atlex OÜ

Kivi 23

51009 Tartu

Tel 734 9099

Faks 734 8915

atlex@atlex.ee

www.atlex.ee

ISSN 2228-3048

Kirjastus
atlex

SISUKORD

EESSÕNA	4
SOTSIAALSETE OSKUSTE TOETAMINE LÄBI POSITIIVSE KASVATUSE	5
MÄNGULISI TEGEVUSI LASTE SOTSIAALSETE OSKUSTE TOETAMISEKS DIGIVAHENDITEGA	14
SISSEJUHATUS	14
EMOTSIOONID	15
Mäng nr 1 „MIDA SA TUNNED, KUI ...“	15
Mäng nr 2 „ILM JA TUJU“	17
Mäng nr 3 „TUJUKUJUNDID“	18
Mäng nr 4 „NUKU MURE“	19
SÕPRUS	20
Mäng nr 5 „MINU SÕBER“	20
Mäng nr 6 „MINU PARIM SÕBER ON ...“	22
KOOSTÖÖ	23
Mäng nr 7 „PILDIST SÜNNIB LOOKE“	23
Mäng nr 8 „LEIA ÕIGE KOHT“	24
Mäng nr 9 „KODULOOMAD JA -LINNUD“	25
Mäng nr 10 „ÕIGE VÕI VALE?“	26
Mäng nr 11 „TERVED HAMBAD“	27
Mäng nr 12 „OZOBOTI JOOGA“	29
REEGLITEGA ARVESTAMINE	31
Mäng nr 13 „AEDVILJAD“	31
Mäng nr 14 „AARDEJAHT“	32
Mäng nr 15 „LIIGU JA TUNNE RÕÕMU“	33
Mäng nr 16 „VÄRVID MEIE ÜMBER“	35
LISAD	37
LISA 1. Mäng nr 1 „MIDA SA TUNNED, KUI ...“	37
LISA 2. Stsenaarium mängule nr 11 „TERVED HAMBAD“	38

EESSÕNA

Kogumiku *Tea ja Toimeta* teise poolsaja esiknumber keskendub ühele kõige olulisemale valdkonnale lapse elus – sotsiaalsele arengule ja selle toetamise võimalustele. Sotsiaalne võimekus mõjutab oluliselt elus toimetulekut, kuid see ei arene ilma suunamiseta. Suunamist vajavad nii eneseteadlikkuse areng kui ka võime kaaslasti mõista ja suhetega toime tulla. Teadlik suhtumine ja sotsiaalse arengu toetamine on nii õpetaja kui ka lapsevanema oluline ülesanne ning see vajab pikaajaliste eesmärkide seadmist.

Käesolevast kogumikust saame lugeda sotsiaalse arengu üldistest printsiipidest ning arendamise põhimõtetest ja soovitudest. Avaartikli keskseks mõtteks on tõdemus, et last ümbritsevate täiskasvanute suhtumine ja käitumine vormib lapse minapilti, uskumusi enda ja maailma kohta ning igapäevast käitumist. Kogumiku teiseks osaks on lasteaiapäetajatele ja lapsevanematele mängude ideed, kuidas kasutada laste sotsiaalsete oskuste arengu toetamisel digivahendeid. Mänge saab raskusastet muutes kohandada erinevas vanuses lastele.

Loodame, et lugeja leiab kinnitust oma senistele teadmistele, kuid saab üht-teist uut teada ning võimaluse ka lastega mitmeid arendavaid mängu läbi mängida!

Toimetuse kolleegium
Lii Lilleoja, Kerstin Kööp, Kaire Kollom

SOTSIAALSETE OSKUSTE TOETAMINE LÄBI POSITIIVSE KASVATUSE

Pille Murrik

Elame 21. sajandi kolmandas aastakümnes. Kuidas toetada laste kasvamist ja arengut kiiresti muutuv maailmas? Me ei saa anda neile õigeid vastuseid, kuidas elada, nad peavad õppima ise lahendusi leidma. Pealegi ei pruugi see, mis täna tundub õige, homsetes tingimustes enam toimida. Lastevanemate ja õpetajate ülesanne on luua emotsionaalselt turvaline keskkond, kus lapsed tunnevad end vabalt ja julgevad teha vigu, see on oluline osa õppimisest. Kui täiskasvanud päriselt huvituvad lastest, mitte vaid käsutäitmisest, kogevad lapsed, et neist hoolitakse ja nad lähevad kellelegi korda. Kui õpetajad väärtustavad laste pingutusi, tunnustavad neid ja vaatavad olukordi laste pilgu läbi, on lapsed rahulikumad ja koostöövalmimad ning neil on vähem käitumisprobleeme. Edukogemus toidab nende akadeemilisi huvisid ja vähendab keskendumisraskusi. Alles siis, kui me oskame vaadata maailma läbi lapse silmade, saame mõista nende käitumise põhjuseid ja olla efektiivsem õpetaja, ütleb Kanada kasvatusteadlane Joan Durrant. (2010, 2016.)

Siinses artiklis püüan ühendada oma ligi 30-aastase koostöökogemuse lastevanemate ja õpetajatega tänapäevaste arusaamadega kasvatusesmärkidest ja iga täiskasvanu vastutusest laste enesetaju ning emotsionaalsete ja sotsiaalsete oskuste kujundamisel. See, mille keskel laps viibib, kasvab tema sisse. Last ümbritsevate täiskasvanute suhtumine ja käitumine vormib lapse minapilti, uskumusi enda ja maailma kohta ning igapäevast käitumist. Arendades ja kasutades ise teadlikult positiivse kasvatuses põhimõtteid, loome lastele eeldused õpitud õnnelikkuse kujunemiseks (Seligman, 2012). Lahkus, headus ja tänulikkus saavad laste jaoks loomulikuks vaid siis, kui see avaldub lapsevanemate ja õpetajate igapäevases käitumises ka probleemolukordades.

Laste sotsiaalsete oskuste arendamiseks on mitmeid kasulikke programme ja abivahendeid ning selle üle võib ainult rõõmu tunda. Rõõmustav on ka see, kui palju vahvaid mängu ja vahendeid meie õpetajad ise välja mõtlevad. Siiski pean laste emotsionaalsete ja sotsiaalsete oskuste arengus kõige olulisemaks seda, kuidas täiskasvanud ise igapäevaselt käituvad. Mahatma Gandhi on tabavalt öelnud, et meil endal tuleb olla see muutus, mida maailmas näha tahame. Juba sada aastat tagasi kirjutas Liibanoni poeet Kahlil Gibran laste ja kasvatuses kohta: „*Oma armastuse võite te neile anda, aga mitte oma mõtteid. Sest neil on nende eneste mõtted. ... nende hinged elunevad homse kajas, mida teie ei või külastada isegi mitte oma unedes. Te võite püüda nendega sarnaneda, aga ärge üritage muuta neid endisarnaseks. Sest elu ei voola vastupäeva ega viivita eilses ...*“ (Gibran, 2012, 30.)

Nii õpetajate kui ka lastevanematena on oluline iga päev hoida silme ees suuremat pilti – pikaajalisi kasvatusesmärke, mille suunas oma igapäevase tegevusega püüdleme, väärtustades samal ajal iseennast, oma rolli, last ja lapsepõlve, hetke ja kohalolu. Igapäevastes suhtlusolukordades kujunevad lühiajalised eesmärgid: märgata ja mõista lapse muret ning toetada last lahenduse leidmisel (mitte ise tema eest ära lahendada); märgata ja tunnustada soovitud käitumist; seada piire soovimatule käitumisele; vahendada laste omavahelisi probleeme vms. Oluline on, et see, kuidas mingil hetkel käitume, ei oleks juhuslik ega sõltuks meie enda tujust vms, vaid oleks teadlik, endaga ja olukorraga kooskõlas ning arendaks laste sotsiaalseid oskusi soovitud moel – see, kuidas lahendame igapäevaseid suhtlusprobleeme (lühiaegsed eesmärgid), kujundaks lastes soovitud väärtusi, hoiakuid ja oskusi ning viiks ka pikaajaliste eesmärkide saavutamise suunas.

Teadliku lapsest lähtuva kasvatusel puhul arvestatakse kasvatusel pikaajalisi eesmärke, lapse vanust, arengut ja huviseid, pidades meeles, et laps pole objekt, keda kasvatada, vaid subjekt, kelle arengut täiskasvanud toetavad ja loovad selleks tingimusi. Täiskasvanu võtab selge vastutuse oma rolli eest, kuid ei rakenda lapse soovitud käitumise saavutamiseks võimu. Arvestades nii enda kui ka lapse vajaduste ja väärtustega ning osates suhelda viisil, mis toetab lapse adekvaatse minapildi, eneseväärtustunde, enesetõhususe uskumuste ning soovitud sotsiaalsete oskuste arengut, loob õpetaja lapsega suhte, mille puhul laps tahab teda kuulata ning temaga arvestada. Usalduslikel suhetel põhineva sekkumise (TBRI) praktik ning MTÜ Igale Lapsele Pere eestvedaja Jane Snaith rõhutab: „Võttes fookusesse parimate kaasaegsete lähenemiste põhimõtte, et **lapse aju nõuab arenguks ja õppimiseks** avatud hoidmiseks mitte tähelepanu, vaid **KONTAKTI turvalise täiskasvanuga**, omandame mõningase harjutamise tagajärjel töövahendi, mis aitab meil toetada last reguleerumisel ja tema suunamisel tagasi õppimiseks vajaliku avatud ja kaasava hoiaku suunal.“ (Snaith, 2013)

Lapsega kontaktis olemine on oluline mitte ainult avatuseks ja õppimiseks, vaid on aluseks lapse turvalisusele, kuuluvusele, enesehinnangu ja eneseastuse kujunemisele. Jesper Juul (2010), rahvusvaheliselt tunnustatud Taani pereterapeut, õpetab nii lapsevanemaid kui ka õpetajaid oluliseks pidama lapse eneseastust. Mäletan mitmeid kordi Eestiski koolitanud ja konverentsidel esinenud armastatud terapeuti rõhutamas, et ükski metoodika ei tööta, oluline on luua usalduslik ja lugupidav suhe, vaid siis saab see, mida teed, toimima hakata. Jesper Juuli (2010) sõnul **on eneseastus inimese eksistentsiaalne omadus – sisemine tugisammas ja psüühilise olemasolu nurgakivi**. Tema arvates tekib eluterve eneseastusega inimesel harva probleeme enesekindlusega. Lapsed, kes tajuvad õpetaja käitumises lugupidamist enda suhtes ning kes on kaasatud neid puudutavate otsuste tegemisse, on vähem trotslikud ja rohkem koostööaltid ning järgivad püsivamalt omavahel sõlmitud kokkuleppeid. Nii kujunev **distipliin** ei põhine piitsal ega päränikul, vaid **sünnib lapse sisemisest soovist arvestada täiskasvanuga, kes suhtleb temaga lugupidavalt**. „*Võimu on sul vaja siis, kui sa midagi kurja plaanid, kõige muu jaoks sobib armastus*“, kirjutab Charlie Chaplin (Gaigg & Syllaba, 2021, 19). Mahatma Gandhi (2015), kelle väärtused – armastus, tasakaalukus, austav suhtumine – avaldusid vankumatult tema enda käitumises, pidas armastusega saavutatud võimu hirmuga saavutatud võimust 1000 korda efektiivsemaks ja püsivamaks.

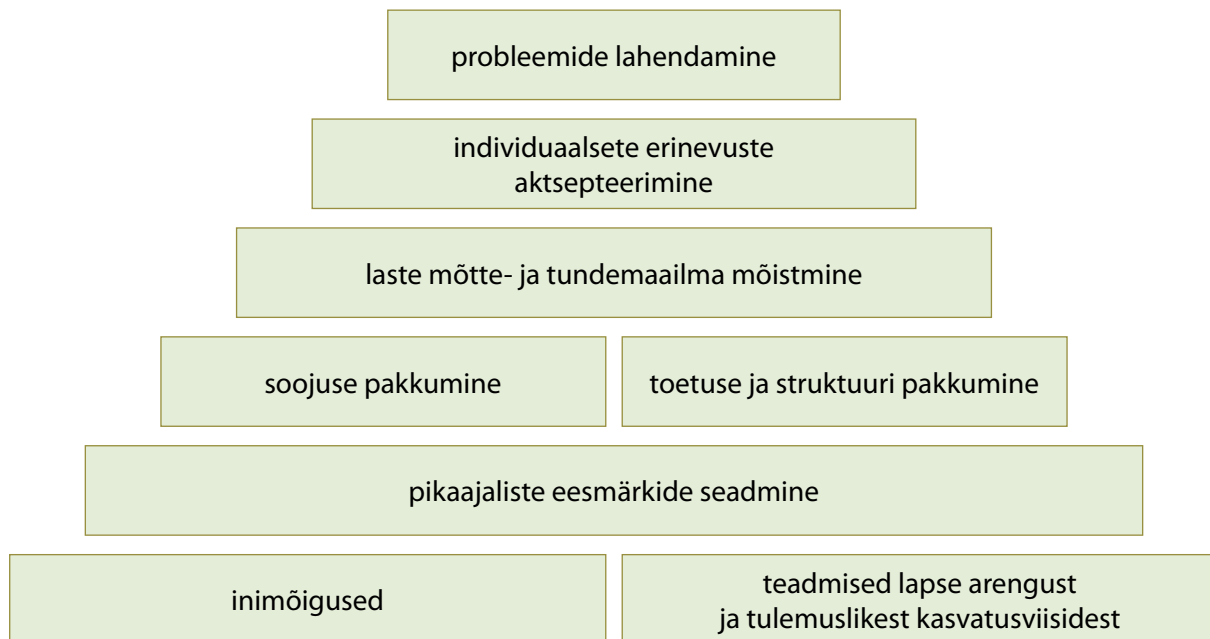
Kui õpetaja on siiralt huvitunud lapsest ning tema mõtte- ja tundemaailmast, märkab, kaasab, kuulab ja tunnustab, tema ootused lapsele on eakohased ja piirid põhjendatud, tunneb laps, et temast hoolitakse, ta on omaks võetud sellisena, nagu ta on; ta ei tunne end kõrvalejätuna ega õpetajaga suheldes allajäänuna. Nii säilib lapse autonoomia ja sisemine motivatsioon, areneb kompetentsus- ja vastutustunne. **Laps, kes tajub, et õpetaja usub temasse ja tema hakkamasaamisesse, hakkab ka ise endasse uskuma**.

Positiivne kasvatus (Durrant, 2010, 2016) lähtub kasvatusel pikaajaliste eesmärkide teadvustamisest, laste õigusest mitmekülgsele arengule ning kaitstusele vägivalla eest. Positiivse kasvatusel aluseks on lapse õiguste põhiprintsiibid ning laiahaardelised teadmised laste arengust ja tulemuslikest kasvatuspõhimõtetest (vt joonis 1). Positiivne kasvatus järgib pikaajalisi eesmärke – arendada lapses enesedistipliini ja elukestvaid oskusi – ning seisneb empaatia, eneseastuse, teistest lugupidamise, inimõiguste ning vägivallatuse õpetamises. Positiivse kasvatusel printsiipe järgiv õpetaja loob lastele kasvamiseks turvalise õhkkonna, toetades nende adekvaatse minapildi ning üksteist arvestavate suhtlemismudelite kujunemist läbi isikliku suhtlemiskogemuse.

On oluline, et õpetaja oma olemasolu ja tegevusega, iga sõna ja teoga toetaks iga lapse adekvaatse enesehinnangu ja positiivse minapildi kujunemist. Kui lapselt nõuda lihtsalt kuulekust, allumist, korralduste täitmist ning teda koheldakse nagu objekti, mitte kui subjekti, jäetakse kõrvale lapse oma tahe ning võib kahjustuda lapse enesehinnang. Aja jooksul võib lapse oma tahe hoopiski hääbuda või muutub laps enesekaitseks trotslikuks.

Näide elust, kuidas endaga kontaktis olev laps tajub suhtlemistõkete mõju:

4-aastane lapselaps lõpetas lõunasöögi ja ütles: „Aitäh“, mille peale vastasin: „Hea laps.“ Laps vaatas mulle otsa ja ütles paluva häälega: „Ära ütle mulle „hea laps“.“ Küsisin, miks mitte. Lapse selgituste kuulamise ja mõninga peegeldamise järel sain aru, et „hea laps“ tekitab temas tunde, justkui ta peaks kogu aeg hea ja tubli olema. Kui olin seda arusaamist talle peegeldanud, ütles laps ohkega: „Jah! Ja keegi ei jaksa ju seda.“ Lubasin lapse palvet arvesse võtta ja küsisin: „Aga mida ma sulle siis ütlen?“ – „Ütle lihtsalt: „Palun,“ vastas laps. „Aga kas ma võin sulle öelda „kallis laps“?“ pärisin temalt. „Jah, sa võid mulle öelda: „Palun, kallis laps“.“ vastas laps rõõmsal häälel. Pidasin seda edaspidi meeles ja ütlesin: „Palun, kallis laps“, kui laps tänas söögi eest vms. Siis saabus koroona-aeg ning kohtusime paaril kuul vaid õues. Pärast pandeemia vaibumist, kui jälle üksteisega kokku võis saada, tulid lapsed meile ning pärast lõunasööki ütlesin selle eest tänanud lapsele automaatselt: „Hea laps.“ Laps vaatas mulle pikalt otsa ja ütles veidi pettunud või nõrkinud häälel: „Ma ju palusin sind, et sa ei ütleks mulle „hea laps“. Kas sul on siis tõesti nii vana pea?“



Joonis 1. Positiivse kasvatusel põhimõtted (Durrant, 2010)

Sotsiaalsed oskused võivad puudulikuks jääda ka lapsel, kellel on olnud piiritu vabadus (Parvela & Sinkkonen, 2013). Seetõttu on olulised nii laste ärakuulamine ja mõistmine kui ka õpetaja oskus seada piire mitte võimupositsioonilt, vaid viisil, mis toetab laste enesehinnangut ning võimaldab laste vastutustundel areneda. Lapse arenguülesannete teadvustamine ja aktsepteerimine aitab õpetajatel lapsi toetada. Psüühiliselt tasakaalukaks inimeseks kujunemisel on ülimalt tähtis, et laps saaks olla laps, mõelda ja tegutseda lapse kombel, loovalt ja fantaseerides – nii saab lapse mõttemaailmast koht, mis ei kao ega hävi kunagi. Kuid enamiku päevast täiskasvanu korralduste mõjuväljas veetval lapsel ei jää piisavalt aega oma sisemaailma eest hoolitsemiseks (samas).

Soov ja oskus toetada lapsi nende arenguteel ning mõista lapsi – nende tundeid ja käitumise varju peidetud vajadusi – muudab ka last ümbritsevate täiskasvanute elu lihtsamaks ja rõõmsamaks.

Mõista lapse käitumise taha jäävaid vajadusi

Igas haridusastmes on oluline, et lastel oleks turvaline arengukeskkond, kus laps tunneb end kuuluvana ja on aktsepteeritud sellena, kes ta on. Usalduslikel suhetel põhinev sekkumine, *Trust-Based Relational Intervention*® (TBRI) pakub neli olulist hoiakut, mille järgimisel ja sisse süvenedes on võimalik katta kõik lapse peamised vajadused kontakti ja korrigeerimise järele:

- SÄILITA RAHU – igas olukorras.
- MÄRKA VAJADUST – lapse käitumise taga.
- TÄIDA VAJADUS – leia selleks võimalus.
- JÄÄ LAPSE KÕRVALE – kes siis veel kui mitte sina. (Snaith, 2023)

Pereterapeutid teavad, et **ei ole probleemseid inimesi, vaid probleemid tekivad inimeste omavahelistes interaktsioonides**. Kui selle arusaama võtaks lisaks tugispetsialistidele omaks ka lapsevanemad ja õpetajad, taipaksime neil hetkedel, kui mõne lapsega on parasjagu keerulisem toime tulla, et keegi meist ei saa muuta lapse käitumist. Meie ülesandeks on püüda mõista, millest lapse käitumine räägib ja kellele selle sõnum on suunatud. Oleme põhjus-tagajärg-mõtlemisest nii läbi imbunud, et unustame, et lineaarne mõtteviis kehtib vaid mehaanikas. Inimestevahelisi suhteid mõjutavad palju keerulisemad, tsirkulaarsed seaduspärasused. Osates vaadata olukordi mitte probleemikeskselt, vaid süsteemselt, saab vajaliku info olukorra lahenemiseks juba olukorrast enesest. Seejuures on abistav nn probleemi jäämäe mudel.