

Tervise Arengu Instituut

**PSÜHHOSOTSIAALSE
KESKKONNA
JUHENDMATERJAL
KOO LIEELSE TELE
LASTE ASUTUSTELE**

Tallinn 2007

Tervise Arengu Instituut

**Psühhosotsiaalse keskkonna juhendmaterjal
koolieelsetele lasteasutustele**

Tallinn 2007

Koostajad: Anu Harjo, Liana Varava

Keeletoimetaja: Annika Alasoo

Kujundus: OÜ Velvet

Trükk: OÜ Puffet Invest

Väljaandja: Tervise Arengu Instituut

ISBN: 978-9985-9820-1-3



Tasuta jagamiseks

Finantseeritud Eesti Haigekassa
„Laste tervisedenduse projekti“ vahenditest

Sisukord

Koostöö erinevate huvigruppidega <i>Tiia Õun</i>	5
Võrgustikud: Tervist Edendavad Lasteaiad <i>Liana Varava</i>	7
Tervist Edendavad Töökohad <i>Anu Harjo</i>	10
Tervist ning heaolu toetav juhtimine ja meeskonnatöö asutuses <i>Anu Harjo</i>	12
Lasteaia sotsiaalne, eetiline, emotsionaalne ja füüsiline keskkond <i>Maarja Anton</i>	16
Tervisliku eluviisi kujundamine ja riskikäitumise ennetamine õppe- ja kasvatustöös <i>Sirje Voronina</i>	23
Erivajadustega lapsed lasteaias <i>Pille Häidkind</i>	28
Lapse emotsioonid ja tunded lasteaias <i>Tiina Valvas</i>	34
Teisest rahvusest laps lasteaias <i>Angelika Lall, Hedi Minlibajeva</i>	39

Eessõna

Iisi Saame

Sotsiaalministeerium, rahvatervise osakond

Laste heaolu, areng ning tervis on varasest east alates suurel määral mõjutatud lapsi ümbritsevast sotsiaalsest ja füüsilisest keskkonnast. Ühiskonnal on lihtne mõista ja võimalik ennetada seda kahju, mida põhjustavad väliskeskkonna teguritest tingitud vigastused või traumad. Keerulisem on teadvustada ja muuta psühhosotsiaalsest keskkonnast lähtuvaid ning lapse arengut sünnist alates mõjutavaid tegureid.

Tänases Eestis, kus noorte hulgas sageneb riskiv tervisekäitumine, mõistetakse üha selgemalt, et inimeste teadlikkus ja vastutustundlik käitumine enda ning teiste tervise suhtes, omavad rahvastiku tervise mõjutamisel suuremat kaalu kui arstiteaduse tippsaavutused. Üldteada on Maailma Terviseorganisatsioon (WHO) avaldatud hinnang, et inimese tervis sõltub 50% ulatuses eluviisist (tervisekäitumisest), 20% ulatuses ümbritsevast keskkonnast (sh psühhosotsiaalsest keskkonnast), 20% ulatuses organismi bioloogilisest eripärasest ning 10% ulatuses ravimediitsiini võimalustest. Ravimediitsiini võimalused piirduvad sageli tagajärgede ja sümptomite leevendamisega, terviseprobleemide ennetamise võimalused on vähemalt pooltel juhtudel inimeste enda käes.

Tervise Arengu Instituudi poolt väljaantud kogumik aitab paremini mõista ja lahti seletada psühhosotsiaalse keskkonna tähendust lapse arengule. Kogumikus kirjeldatakse teoreetiliste teadmiste ja praktiliste näidete kaudu lapse arengu sotsiaalseid, psühholoogilisi ja emotsionaalseid aspekte ning võimalusi erinevate organisatoorsete, korralduslike, koostöömeetodite ja pedagoogiliste oskustega kujundada eelkooliealiste laste arengut ja tervist toetavat keskkonda.

Rahvatervise alased uurimused kinnitavad hariduse ning tervise vahelisi tugevaid seoseid. Mida haritum on inimene, seda parem on tema tervis ning toimetulek. Koostööst ja ühiskonna sidususest on saamas võtmesõnad rahvastiku tervise edendamisel. Haridussüsteemil ja õpetajatel on oluline roll lapse erivajaduste varajasel märkamisel ja seeläbi tõsiste arengu- või terviseprobleemide ennetamisel. Oluline on erinevate osapoolte (vanemad, perearst, sotsiaaltöötaja jt) teadlikus koostöös luua erivajadustega lastele tingimused nende võimetekohaseks osalemiseks õppetöös.

Usun, et käesolev kogumik julgustab koolieelsete lastearengu juhte ja õpetajaid teadlikult ning loovalt kasutama haridusasutuste võimalusi laste arengut ja tervist toetava psühhosotsiaalse keskkonna kujundamisel ja seeläbi ka rahvastiku vaimse tervise edendamisel.

Koostöö erinevate huvigruppidega

Tiia Õun

Tallinna Ülikooli eelkoolipedagoogika õppetool

Tänapäeval rõhutatakse üha rohkem vajadust luua teadmistepõhine ühiskond, mis tähendab üleminekut elukestvate õppele ja õppiva organisatsiooni mudeli rakendamist. Et haridusasutusest kujuneks õppiv organisatsioon, peab see olema avatud ja valmis igakülgeks koostööks erinevate huvigruppidega.

HUVIGRUPPI TÄHENDUS

Huvigruppide teooria autor on R. E. Freeman, kes toonitas oma juhtimiskäsituse raames huvigruppide tähendust ettevõtte jaoks (1984). Tänapäeval on mitmed autorid tema teooriat edasi arendanud. Näiteks Mitchell, Agle ja Wood (1997) on esitanud huvigruppide tüpoloogia lähtuvalt mõjust organisatsioonile, kus joonistub välja kaheksa huvigrupi tüüpi. Post, Preston ja Sachs (2002) on Freemani teooriat edasi arendanud ja pakkunud võimalusi, kuidas huvigruppe asutuse tegevusse kaasata. Blattberg (2000) leiab, et tegelikkuses huvigruppide soove ei arvestata, need on üksteisele vastandunud või läbi kompromisside oma mõtte kaotanud. Eestis on huvigrupi mõiste kasutusel kahes tähenduses. Esiteks on see teadvustatud ühiste huvide nimel tegutsev ühendus (nt mittetulundusühendus). Teiseks tähendab huvigrupp inimesi või organisatsioone, kelle huvid mõnes küsimuses ühtivad (Lagerspetz, 2006). Samas tähenduses on kasutatud ka terminit sidusgrupp.

Õppeasutuste puhul tähendab huvigrupp isikuid või organisatsioone, kes on organisatsiooni tegevusest huvitatud või sellest mõjutatud (Õppeasutuste sisehindamine, 2007). Õppeasutuse huvigruppide liikmed sõltuvad asutuse liigist nendeks võivad olla lapsed või õpilased, lapsevanemad, pidaja, personal, tööandjad, maavalitsus, Haridus- ja Teadusministeerium jt. Koostöö huvigruppidega tähendab põhimõtet, mille järgi töötamine on kõige mõjusam, kui huvigruppidega on loodud usaldusel, teadmiste vahetamisel ja tervikuks ühendamisel põhinevad vastastikku kasulikud partnerlussuhted, seda nii organisatsiooni kui üksiktöötaja tasemel (Õppeasutuste sisehindamine, 2007). Et organisatsioon kujuneks uute ideede, teadmiste ja kogemuste abil õppivaks ja tervist väärtustavaks, on tihedad suhted erinevate huvigruppidega väga vajalikud.

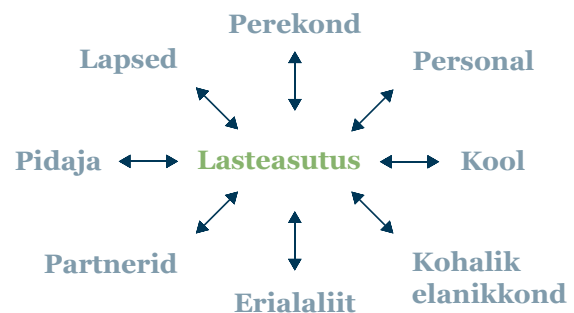
LASTEASUTUSE HUVIGRUPID

Tuginedes eelnimetatud definitsioonile õppeasutuse huvigruppidest, saame ka lasteasutuse puhul määratleda isikuid või organisatsioone, kes on asutuse tegevusest huvitatud või sellest mõjutatud. Erinevates koostöökäsitustes on lasteasutuse huvigruppide

nimetatud lapsed, lapsevanemad, personal, lasteasutuse pidaja (kohalik omavalitsus), kool, partnerid, erialaliidud jt (joonis 1). Eraldi võib vaadelda koostööd lasteasutuse väliste ja siseste huvigruppidega.

Joonis 1

Koolieelse lasteasutuse huvigrupid



Välised huvigrupid on lasteasutuse omanik ehk pidaja, kool, kohalikud elanikud, partnerid jt. Eriline roll on siin lasteasutuse pidajal, kuna lasteasutuse tegevus ei sõltu mitte ainult keskkonnast, mille lasteaia töötajad on kujundanud, vaid on suurel määral sõltuv tingimustest, mis lasteasutusele kui institutsioonile on ühiskonnas loodud. Ühelt poolt tuleneb see riiklikest õigusaktidest, mis määravad lasteasutuse töö põhitingimused, ja teisalt kohalikust omavalitsusest, kelle territooriumil lasteasutus tegutseb. Seega võib lisaks kohalikule omavalitsusele lasteasutuse huvigruppidega välja tuua ka maavalitsuse ja Haridus- ja Teadusministeeriumi.

Lasteasutuse pidaja ülesandeks on eeskätt tagada lasteasutuse kvaliteet (Kronberger Kreis /.../, 1998). Koostöö tõhustamiseks ja lasteasutuse kvaliteedi tagamiseks peab pidaja leidma vajalikke ressursse, töötama välja kvaliteedi hindamise alused, tunnustama personali tulemuslikku tegutsemist ja toetama lasteasutuse personali sise- ja välishindamist. Eestis on lasteasutuse kvaliteet tagatud riiklikul tasandil õigusaktidega. Haridus- ja Teadusministeerium on koostanud soovitusliku materjali lasteasutuse sisehindamiseks, mida teab välishindamine (Õppeasutuste sisehindamine, 2007). Tervise Arengu Instituut (TAI) on koostöös Haridus- ja Teadusministeeriumiga välja töötanud hindamiskriteeriumid ja soovitusliku materjali asutustele tervisealaseks sisehindamiseks.

Juhendmaterjal keskendub nendele valdkondadele, tingimustele ja eeldustele, mille muutmine (probleemide või arenguvajaduste olemasolul) aitab kaasa tervislikkuse ja turvalisuse suurendamisele asutuses ning mõjutab kõige enam laste tervise väljakujunemist ja ka personali heaolu suurendamist. Paljud Tervist Edendavate Lasteaedade (TEL) võrgustikuga liitunud asutused on lülitanud need kriteeriumid oma sisehindamissüsteemi ning rakendavad neid, et jälgida oma asutuses tervise ja turvalisusega seotud tegevuste tulemuslikkust. Samas peaks kohalik omavalitsus ehk lasteasutuse pidaja kehtivatele õigusaktidele tuginedes looma oma territooriumil tingimused, mis aitavad tagada lasteasutuse kvaliteeti. Näiteks Tallinnas on haridusasutustele sel eesmärgil välja töötatud süsteem, kus pidaja hindab haridusasutuste juhtide tulemuslikkust, juhib sisekontrolli ja annab välja erinevate kategooriate kvaliteediauhindu.

Lasteasutuse partneriteks võivad olla erinevad ühendused, koolid, ülikoolid, instituudid, ettevõtted, liidud jt. Samuti võivad kohalikud elanikud olla huvitatud lasteasutuse tegevusest, kui seal korraldatakse laste huviringe, vanemate nõustamist vms. Kui lasteasutusel on välja kujunenud püsivad partnerlussuhted, võiks vastastikune koostöö olla fikseeritud koostöölepinguga. Näiteks kui lasteasutuses käivad praktiliselt üliõpilased, on ülikool lasteasutuse koostööpartneriks ja vastastikuse koostöö alused on fikseeritud lepingus.

Koostöö kooliga on oluline, et lapsed saaksid sujuvalt ja stressivabalt lasteaiast kooli minna ning samas annab see lasteasutusele tagasisidet oma töö tulemuslikkusest. Suuremates linnades ei pruugi laps minna lasteasutuse läheduses asuvasse kooli. Et saada tagasisidet lapse tulemustest koolis, tuleks lasteasutuse personalil hoida kontakti lastevanematega. See annab võimaluse uurida, millise hinnangu lapsevanemad annavad tagasisivaatavalt lasteaias toimunud tegevustele ja kooliks ettevalmistamisele.

Lasteaia sees toimub koostöö personali, vanemate ja lastega. Koostöö tähtsust lastevanematega on rõhutatud kõikides lasteasutuse koostöökäsitustes. Lapsevanem on partner, kes on kaasatud asutuse igapäevatoösse ja kellega jagatakse vastutust. Lastevanemate kaasamine lasteasutuse juhtimisse ja otsuste tegemisse väljendub eeskätt vanemate osalemises hoolekogu töös. Samas võib igas lasteaiarühmas olla ka nn vanematekogu, kes rühma personaliga olulisi küsimusi arutab ning õpetajaid teiste lastevanemate ootustest ja soovidest teavitab.

Lasteaiasisese koostöö analüüsimisel on viimasel aastakümnel eriti toonitatud vajadust uurida laste ootusi, soove ja rahulolu lasteaiaga. Laste seisukohti on aga nende mälu selektiivsuse ja vähese sõnalise oskuse tõttu keeruline uurida, seetõttu tuleb oskuslikult valida meetodeid, millega laste arvamust uurida (Tauriainen, 2000). Tervist edendavate lasteaedade kontseptsioon rõhutab laste osalust ja kaasatust nii tegevuste planeerimisel, rakendamisel kui ka hindamisel.

Laste soovide ja ootuste väljaselgitamine ning rahulolu hindamine on loomulik osa tervisedendamise heast praktikast ja kvaliteeti iseloomustavatest joontest. Sellest lähtuvad tervist edendava lasteaias põhimõtteid rakendavad asutused. Laste ettepanekuid arvestatakse arengukava/tegevuskava koostamisel, rakendamisel ja hindamisel.

KOOSTÖÖ HUVIGRUPPIDEGA

Koostööd huvigruppidega käsitletakse lasteasutuse kon-tekstis valdavalt huvigruppide ootuste ja rahulolu selgitamise, vastutuse jagamise ning tingimuste loomisega koos tegutsemiseks. Lasteasutuse sisehindamise kriteeriumites on üheks valdkonnaks koostöö huvigruppidega, kus nimetatakse kolm aspekti: kuidas on toimunud koostöö kavandamine, huvigruppide kaasamine ja koostöö hindamine (Koolieelse lasteasutuse riiklik õppekava, 2006).

Koostöö kavandamisel huvigruppidega tuleks lasteasutuse personalil vastata kolmele küsimusele:

- Kes on meie huvigrupid?
- Millised on meie vastastikused ootused?
- Mida me teha soovime?

Esmaalt peab määratlema huvigrupid ja selles protsessis võiks osaleda kogu lasteasutuse personal. Seejärel on vaja hinnata, millised ootused koostööle on lasteasutuse töötajatel ja mida soovib huvigrupp. Väljaselgitatud ootustele tuginedes saab formuleerida vastastikuse koostöövajaduse ja koostada tegevuskava. Kavas võiks olla märgitud koostöö eesmärk, oodatav tulemus, koostöövormid, vastutaja, ressursid ja hindamismeetodid.

Huvigruppide kaasamise eelduseks on, et huvigrupp või selle esindajad oleksid informeeritud lasteasutuses toimuvast. Seejuures tuleks selgitada, milline on lasteasutuse visioon, missioon, tegevuse alused ja personali koostöö-ootused. Samuti peaks olema kokku lepitud, milline on koostöö oodatav tulemus. Ainult nende eelduste täitmisel on võimalik kaasata huvigruppe lasteasutuse arendustegevusse ja oodata konstruktiivset tagasisidet.

Koostöö hindamisel analüüsitakse, mil viisil selgitab õppeasutus huvigruppide vajadused ning kuidas ta arendab ja hoiab nendega suhteid. Samuti hinnatakse huvigruppide rahulolu. Võrdlusanalüüsi võib teha aastate lõikes või võrrelda tulemusi teiste õppeasutustega. Oluline on seejuures tehtavate uuringute süstemaatilisus. Huvigruppide rahulolu-uuringute tulemuste põhjal saab täiendada lasteasutuse arengukava ja tegevuskava ning hinnata koos huvigruppide esindajatega koostöö tulemuslikkust ning koostada edasisi tegevusplaane. Kindlasti ei tohi ära unustada, et lasteasutuses tuleb tähelepanu pöörata ka laste tervisele ja tervisekäitumise kujundamisele. Selleks peab omavahel sihipäraselt koostööd tegema terve lasteaias meeskond koos lastevanematega ja vajadusel ka teiste huvigruppidega, sest just koolieelses perioodis luuakse alus tervisekäitumisele.

Võrgustikud

Tervist Edendavate Lasteaedade (TEL) võrgustik

Liana Varava

Tervise Arengu Instituudi laste tervise peaspetsialist

Viimastel aastatel on Eestis üha sagedamini hakatud rääkima võrgustikutööst. Mõiste võrgustikutöö (networking) võttis J. A. Barnes kasutusele 1954. aastal sotsiaalkoloogilisest süsteemiteooriast. Selle järgi on indiviidi ümbritsev keskkond terviklik ja kõik astmed mikrotasandist makrotasandini on omavahel seotud. Füüsiline ja psühhosotsiaalne keskkond ning kogu ühiskond laiemalt avaldavad mõju igapäevase, sealhulgas laste tervisele.

VÕRGUSTIKUD TERVISEDENDUSES

Rääkides tervisest, tervise edendamisest ja tervist edendavatest lasteaedade tuleb rõhutada, et võrgustikud ja sotsiaalne toetus on olulised tervisemõjurid.

Maailma Terviseorganisatsiooni definitsiooni järgi on võrgustik üksikisikute, organisatsioonide ja asutuste pühendumisel ning usaldusel põhinev grupp, mis on organiseerunud mittehierarhilisel alusel tegelemaks üldiste probleemide või muredega, mida aktiivselt ja süstemaatiliselt seiratakse.

Maailma Terviseorganisatsioon loob ja peab üleval mitmeid tervisedenduslikke võrgustikke erinevates olulistest valdkondades ja mis tegelevad erinevate probleemidega. Need hõlmavad intersektoraalseid tervislike linnade, tervist edendavate koolide, töökohtade ja -haiglate võrgustikke.

Tervist Edendavate Koolide võrgustik loodi Eestis 1993. aastal Maailma Terviseorganisatsiooni initsiatiivil ja toetusel. Eesti Tervist Edendavate linnade liikumine sai alguse 1999. a. ning 25. jaanuaril 2000 asutati Tervist Edendavate Haiglate võrgustik. Viimasena on Eestis algatatud Tervist Edendavate Töökohtade liikumine.

TERVIST EDENDAVATE LASTEAEDADE (TEL) VÕRGUSTIK

Tervist Edendavate Lasteaedade võrgustik hakkas Eestis arenema 2000. aastal "Laste ja noorukite riiklik terviseprogrammi aastani 2005" toetusel. 2007. aastaks on TEL-i liikumisega ühinenud 90 koolieelset lasteasutust 12 maakonnast üle Eestimaa.

Võrgustikku on koondunud koolieelsed lasteasutused, kes lähtuvad oma töös tervist edendava lasteaia põhimõtetest ja on nõus täitma TEL-i missiooni. Tegemist on nii paikkondlikult kui poliitiliselt tähtsa töövormiga, mis suudab pakkuda rohkem toetust ja lahendusi kui teised kasutusel olevad meetodid.

Võrgustiku puhul on tegemist indiviidi ümbritseva süsteemiga, mis moodustub gruppidest, kellel on mingi ühine eesmärk ja ühised huvid. TEL-i võrgustiku missiooniks on liita koolieelikutega tegelevate või nende heaolu eest vastutavate täiskasvanute huvid ja eesmärgid, et mõjutada lapse arengut ja tervist positiivselt ning erinevate tegevuste kaudu tagada lastele parem vaimne, füüsiline ja sotsiaalne tervis.

See missioon annab TEL-i liikumisele üldise suuna, mille alusel TEL-i maakondlikud võrgustikud töötavad välja oma strateegia ja planeerivad tegevused. Maakondlike/ linnade TEL-i võrgustike peamiseks eesmärgiks on kaasa aidata laste tervise ja heaoluga seotud probleemide teadvustamisele maakonnas ja linnas ning võrgustikutöö kaudu leida parimaid lahendusi.

On selge, et ainuüksi tervishoiusektori vahenditest ja võimalustest ei piisa laste tervise ja heaolu parandamiseks. Laste tervise edendamine on võimalik ainult ühiste jõupingutuste ja investeringute tulemusel. Vajalik on erinevate sektorite kaasaarvamine laste tervisega seotud probleemide väljaselgitamiseks ja lahenduste leidmiseks paikkonnas. Oluline on keskenduda keskkonnale, kus laps elab ja tegutseb ning kus tervisedenduslikku tööd tehakse, sest igapäevasel keskkonnal on kõige suurem mõju laste tervisele ja heaolule.

TEL-i võrgustik lähtub oma tegevuses kvaliteetse tervisedendusliku tegevuse põhimõtetest: holistlik tervisekäsitlus ja selle areng, kokkulepitud filosoofia, vajaduste hindamisel põhinevad otsused, planeerimine, koostöö, strateegiline juhtimine, realistlikud eesmärgid, efektiivsed meetodid, sihtgrupi osalemine, tulemuste levitamine ja motiveeritud ning oskuslik personal.

TEL-I VÕRGUSTIKU STRUKTUUR, TEGEVUS JA VÄLJUND

Tervist Edendavate Lasteaedade võrgustik toimib tinglikult kolmel tasandil.

I Riiklik tasand ühendab TEL-i võrgustikku kuuluvaid asutusi üle Eesti

Tervist Edendavate Lasteaedade teaduslik ja metoodiline juhtimine, koostamine, nõustamine, juhendmaterjalide ja trükiste väljatootamine, uuringute läbiviimine, ühtse infosüsteemi loomine, koordinaatorite/mentorite nõustamine jne, mida teeb Tervise Arengu Instituut.

Et riiklikke tegevusi rakendada, on vajalik tervise edenduse struktuuri olemasolu maakonnas/linnas, samuti soov teha koostööd nii kõrgemal kui madalamal asuvate struktuuridaga ja ka sama tasandi koostööpartneritega, näha laste tervise ja koolieelsete lasteasutustega seotud probleeme ning arenguvajadusi maakonnas/linnas.

II Paikkondlik tasand maakonna/linna TEL-i võrgustik, mis ühendab Tervist Edendavad Lasteaiad maakonnas/linnas.

Peamine eesmärk on toetada ja mõjutada laste tervist ning heaolu kohalikul tasandil.

Võrgustiku kaudu on võimalik:

- algatada koostööd teistes maakondades asuvate Tervist Edendavate Lasteaedadega kogemuste vahetamiseks
- ette valmistada, koostada ja levitada tervist toetavaid ja ennetustööks vajalikke materjale
- korraldada infopäevi, koolitusi ja terviseüritusi (perepäevad, tervisenädalad, kampaaniad jm)
- teha koostööd meediaga
- algatada ja läbi viia erinevaid paikkondlikke või kohalikke projekte tervise ja turvalisuse valdkonnas
- korraldada koolitusi ja teabepäevi võrgustiku liikmetele, et parandada nende oskusi ja teadmisi laste arengust ja tervisest jne, sõltuvalt maakonna/linna TEL-i võrgustiku vajadustest ja võimalustest

Võrgustik saab kaasa aidata laste tervise ja heaoluga seotud probleemide teadvustamisele maakonnas/linnas. On võimalik edastada võrgustikku koondatud ettepanekud maakonna tervisenõukogule laste (tervise) vajaduste väljaselgitamiseks või probleemide lahendamiseks, vabaaja tegevuste või tervise teenuste kättesaadavuse parandamiseks, keskkonna turvalisuse/ohutuse/tervislikkuse suurendamiseks. Igal juhul on võrgustikutöö puhul tegemist nii paikkondlikult kui poliitiliselt tähtsa töövormiga, mis suudab pakkuda rohkem toetust ja lahendusi kui teised kasutusel olevad meetodid.

Võrgustiku toimimise eelduseks on paikkonnas loodud koordineerimissüsteem koos võrgustiku juhi/koordinaatoriga. Võrgustiku koordinaatoriks/mentoriks on kas maavalitsuse/kohaliku omavalitsuse tervisedenduse-, tervishoiu- või haridusspetsialist või/ja võrgustikku kuuluva koolieelse lasteasutuse esindaja. Koordinaatori/mentori soovituslikud tegevussuunad võrgustikutöö edendamisel on:

- maakonna/linna TEL-i võrgustiku töö võimendamine ja tegevuse koordineerimine
- tervisealase teabe edastamine ja levitamine koolieelsetele lasteasutustele
- koolieelsete lasteasutuste kaasamine maakonnas/linnas tervisedenduslike ürituste planeerimise ja läbiviimise
- TEL-i juhendamine kohalike, riiklike ja rahvusvaheliste ühisprojektide koostamisel
- koos TEL-i esindajatega laste (tervise)vajaduste analüüsimine ja probleemide selgitamine paikkonnas ning vajadusel ettepanekute tegemine
- laste tervise ja heaoluga seotud probleemidele lahenduste otsimine ja leidmine koos tervise meeskondadega
- ettepanekute edastamine laste tervise ja heaolu tagamiseks maakonna tervisenõukogule
- vajadusel koostöö lasteaedade tervise meeskondadega või nende esindajatega, et analüüsida asutuse tervisevajadusi, valida prioriteetsed tervise seotud valdkonnad iga-aastasesse tegevuskavadesse lasteaedade sisehindamise tulemusi arvestades
- lasteaedade tervise meeskondade nõustamine tervisedenduslike tegevuste planeerimisel, läbiviimisel ja hindamisel
- koolitusseminaride ja teabepäevade korraldamine ja läbiviimine koostöös võrgustiku esindajatega

TEL-i võrgustik on paikkondlik/linna huvigrupp, kes tegeleb tervise edendamisega eesmärgipäraselt ja süsteemselt. Siiani on olnud rõhk kogemuste vahetamisel nii oma maakonna kui ka teiste maakondade tervist edendavate lasteaedadega, koostöö arendamine erinevate huvigruppidega, ühisprojektid, koolitused, suvekoolid jm sõltuvalt võrgustiku eesmärkidest, võimalustest ja juhtimise eripärasest.

III Koolieelse lasteasutuse tasand – tervist edendav lasteaiad

Tervist edendava lasteaias eesmärk on toetada laste ja personali tervist ning heaolu lähtudes holistlikust põhimõttest arendades koostööd, luues tervisliku ja turvalise psühhosotsiaalse ning füüsilise keskkonna, parandades lastele vajalikke (tervise)teenuste kättesaadavust ning kujundades tervislikku eluviisi.

Kogu lasteaias personal püüab luua eeldusi ja tingimusi, mis toetaksid laste ja personali heaolu ning tervist. Ühelt poolt on koolieelsetel lasteasutustel seadusandlustest tulenevad kohustused, teiselt poolt ka parimad võimalused laste tervise edendamiseks ning haiguste ennetamiseks. Ka Maailma Terviseorganisatsiooni (WHO) raampoliitika "Tervis 21" rõhutab, et aastaks 2010 peab olema 50% lastest võimalus käia tervist edendavas lasteaias.

Tervist edendava lasteaias mudel on välja töötatud „Laste ja noorukite riikliku terviseprogrammi aastani 2005“ alaprojekti „Tervist edendav lasteaiad“ raames 2000. aastal kolme maakonna lasteasutuste koostöös. Mudeli põhjal edendatakse lasteaias nii laste kui täiskasvanute tervist väga erinevate tegevuste abil ja erinevates valdkondades.

Olulisemad valdkonnad on koostöö arendamine erinevate huvigruppidega, lasteaia (tervise)poliitika kujundamine (juhtimine, tervisemeeskonna moodustamine, tervisestrategia väljatöötamine ja elluviimine), personali pidev koolitamine ja arendamine tervise valdkonnas ning isiklik eeskuju.

Tervisedenduse eesmärk on tervisliku füüsilise- ja psühhosotsiaalse keskkonna loomine ning terviseõpetuse ja -kasvatuse ühendamine lasteaia õppekavasse mängu kaudu. Oluline on luua selline keskkond, mis on kaunis, mõnus, turvaline, hügieeniline ja tõstab meeleolu nii lastel, kõigil lasteaia töötajatel kui külalistel. Meeldiv õhkkond loob aluse nii laste, personali kui ka lastevanemate vaimse tervise hoidmiseks ja edendamiseks.

Tervist edendava lasteaia eesmärki – hoida ja tugevdada lapse tervist ning soodustada tema emotsionaalset, kõlblist ja sotsiaalset arengut pole võimalik saavutada lühikest aega või eraldatult tegutsedes. Läheneda tuleb süsteemselt, põimida omavahel kõik lasteaia toimiv ja kaasata erinevaid huvigruppe.

Oluline on kujundada paikkondlikku tervisearvamust – muuta lasteaed piirkonnakeskuseks, osaleda paikkonna erinevates projektides/programmides, teha koostööd meediaga, teiste haridusasutustega, erinevate organisatsioonidega ja kohaliku omavalitsusega. Sisult positiivne koolieelne lasteasutus suudab parandada paikkonna sotsiaalset kliimat ja elukvaliteeti.

Tervist edendava lasteaia mudel on kasutatav kõikides koolieelsetes lasteasutustes tegevuse analüüsimisel, oluliste probleemide või arenguvajaduste selgitamisel, tegevuse planeerimisel, tegevuskavade koostamisel ja hindamisel. Tervist edendava lasteaia mudelit on 2007. aastaks rakendanud paljud Eestimaa koolieelsed lasteasutused. 2006. aastal koolieelsetes lasteasutustes (kokku 133) tehtud uurimuse tulemused kinnitavad, et Tervist Edendavate Lasteaedade võrgustikku kuuluvates asutustes on loodud paremad eeldused ja tingimused nii personali kui laste tervise ja heaolu tagamiseks (Lõhmus, Varava, 2006).

Positiivsed muutused nii personali kui laste tervisekäitumises, pakutavad (tervise)teenused õppeasutustes ja paikkondades ning tervislik psühhosotsiaalne keskkond loovad eelduse laste füüsilise, emotsionaalse, vaimse ja sotsiaalse arengu toetamiseks.

Väikelapse ja koolieeliku tervise süsteemne edendamine nii koolieelses lasteasutuses kui paikkonnas võimaldab vähendada noorte riskikäitumist ning kaugemas tulevikus loob eelduse Eesti rahvastiku tervise paranemiseks.

Tervist Edendavate Töökohtade (TET) võrgustik

Anu Harjo

Tervise Arengu Instituudi tervise edendamise osakonna juhataja

Tervist Edendavate Töökohtade võrgustik hakkas Eestis arenema 2005. aastal Eesti Haigekassa toetusel. 2007. aastaks on TET-i liikumisega ühinenud 60 ettevõtet/organisatsiooni üle Eestimaa, sealhulgas ka lasteasutusi. Tervist edendavate töökohtade ideoloogia sai alguse 1984. aastal Ameerika Ühendriikides. 1996. aastal moodustati Euroopa tervist edendavate töökohtade võrgustik (European Network for Workplace Health Promotion – ENWHP), millega 2006. aastal liitus ka Tervise Arengu Instituut.

Tervist edendavate töökohtade põhimõte on terviseohtude vältimine töökeskkonnas ja töötaja tervise kaitse, töötajate kohandamine töötaja võimetele, tervise edendamine ja esmatasandi tervishoid.

Tervist edendav töökoht seisab võrgustiku liikmete ühise tuleviku eest tervetes organisatsioonides terved töötajad.

- tervist edendav töökoht annab asutusele põhisuunad tervise edendamiseks
- ohutu töökeskkond ei taga veel inimese tervist

Töötajate tervise edendamine tähendab, et tema töökoht toetab neid võimalusi, mida töötaja vajab selleks, et hoida end tervena ja säilitada oma elukvaliteeti ja heaolu.

Tervisedendus töökojal algab seal, kus töötervishoiu ja tööohutuse kohustuslikud nõuded on juba täidetud. Iga töökoja planeerimisel tuleb arvestada inimese elukvaliteediga, mis tähendab füüsilist, psüühilist ja sotsiaalset heaolu töökeskkonnas, mida ei saa mõõta ainult tööõnnetuste ja kutsahaiguste vähenemise põhjal. Töökohtade tervise edendamises peab olema tasakaal füüsilise, emotsionaalse, sotsiaalse, religioosse ja vaimse tervise vahel (Rootman jt, 2001).

Tervist edendava töökoja põhimõtted:

- töökeskkondade terviseohtude vältimine
- töötaja tervise kaitse
- töötajate kohandamine töötaja võimetele
- töötaja elukvaliteedi parandamine tööl

Töötajad otsivad rohkem töökeskkonda, kus pööratakse tähelepanu nende elukvaliteedile – olgu see sooja toidu söömise võimalus tööpäeval, tubakavaba keskkond vms. Samuti otsivad töötajad ka asutuse motivatsioonisüsteemist enda jaoks lisaks rahalistele ergutusele võimalusi tegeleda treeninguga, luua stabiilne psühhosotsiaalse õhkkond, ühtne kultuur, kasutada puhkepause puhkeruumides jne.

Tervist edendava töökoja eesmärgiks on vähendada kutsahaiguste ja tööst põhjustatud haiguste osakaalu Eestis, seoses sellega suurendada töötajate terviseteadlikkust, parandades seeläbi töötajate elukvaliteeti ja töövõimet.

Hea töökeskkonna kujundamine eeldab kõigi tööpoolte riskiteadlikkust. See kõik eeldab koolitamist, teadlikkuse suurendamist ning tegelikke samme edendamise planeerimisel ja korraldamisel töökojal, samuti kogemuste vahetamist teiste ettevõtetele.

Iga tööandja vastutab oma ettevõtte tööohutuse ja töötervishoiu eest. Uues töötervishoiu ja tööohutuse seaduses tuleb olulise punktina juurde ennetustegevus. Isegi kui õigusaktid välja jätta, on töötervishoid ja tööohutus ning ennetustegevus juhtimise lahutamatud osad. Kui tööandajad tegeleksid tervise edendamisega, siis:

- suureneks majanduslik kasu
- väheneks tööõnnetuste arv
- suureneks töö efektiivsuse ja paraneks töötajate motivatsioon
- paraneks ettevõtte imidž
- suureneks klientide rahulolu
- väheneks stress
- paraneks töökliima
- väheneksid tööga seotud tervisehäired

Et nimetatud efektiivsuse näitajad paraneksid, tuleb töötervishoiu ja ennetustegevuse planeerimisse kaasata kõik asutuse töötajad. Oluline on, et juhtkond koostaks kirjaliku tervisliku töökoja plaani või tervise tegevusekava, mis on kooskõlas asutuse üldstrateegiaga või tegevuskavaga. On vaja planeerida ka raha nendeks tegevusteks. Plaani edu sõltub kogu ettevõtte töötajate pühendumusest.

TEEMAD / TEGEVUSED

Demograafilised muutused

Mitmekesisus

Tööelu korralduse tasakaal

Vaimne tervis ja tulemusjuhtimine

Tööpainsus

Teadmiste juhtimine ja elukestev õpe

TERVISE DETERMINANDID

Inimressurss ja tulemusjuhtimine

Töökeskkond

Töötav organisatsioon ja tööjaotus

Tööohutus ja muutused

Tervise kompetents

Tervist ja heaolu toetav juhtimine ja meeskonnatöö asutuses

Anu Harjo

Tervise Arengu Instituudi tervise edendamise osakonna juhataja

Lasteasutuste juhtimist tuleb vaadelda kui eestvedamist, mis on tihedalt seotud meeskonnatööga. Eestvedamise puhul mõjutab üks inimene oma tegevuse ja käitumisega teisi kaasa töötama, et mingit eesmärki saavutada.

Eestvedamine on oluline osa juhtimisest, kus juhi ja alluva dünaamilise suhte abil pühendatakse organisatsioonile ja selle eesmärkidele nii luuakse lastele õige kasvu- ja psühhosotsiaalne keskkond. Eestvedamisel kasutatakse väga erinevaid meetodeid. Ajalooliselt on kujunenud neli tüüpi eestvedamise teooriaid:

- isiksuseomaduste ja oskuste teooriad
- juhtimisstiili ja käitumise teooriad
- situatsiooni ehk olukorra teooriad
- postmodernistlikud eestvedamise käsitlused

Siinjuures on ülimalt oluline oskuslik suhtlemine, mille abil saab teisi inimesi mõjutada. Eduka juhtimise puhul tunnevad töötajad, et nende töö teenib pidevalt organisatsiooni eesmarke visiooni ja missiooni, mitte pole vaid rutiinne tegevus. Iga lasteasutuse juht peab olema seega liider, kes suudab innustada ja toetada oma alluvaid. Et see toetus muutuks tugevamaks, tuleb pidevalt arendada meeskonnatööd.

Meeskonnatöö on koostöö teiste inimestega ühise eesmärgi nimel. Selleks tuleb eelnevalt eesmärgi suhtes kokku leppida. Töötades koos ühise eesmärgi nimel kasutab meeskond ära iga liikme erinevaid andeid ja võimeid, lisaks pühendab igaüks ülesandele rohkem aega ja jõudu. Kõige paremini iseloomustab toimivat töömeeskonda tervisemeeskond, kus laste tervise ja personali heaolu nimel tegutsevad asutuses tervise eest vastutavad ja seda süsteemselt, tõendus põhiselt, tulemuslikult edendavad inimesed. Meeskonnatöö aluseks on kindel rollide jaotus ja rollid on selgelt piiritletud. Samuti on selge eesmärk. Tavaliselt tekivad sellega kohustused ja vastutused, mille kaudu iga liige annab oma panuse ühistöösse. Kuid meeskonnatöö ei pea piirduma üksnes taoliste formaalsete olukordadega.

Isegi kui ametlikku meeskonda pole või kui kultuuri eripärad takistavad meeskonna moodustamist, on võimalik kasutada meeskonnatöö mudelit. Juht peab suutma luua positiivse õhkkonna, milles meeskonnatöö sujub võimalikult hästi. Nii ametlikule kui mitteametlikule meeskonnatööle on iseloomulikud järgmised näitajad:

- meeskonnal on kokkulepitud ja määratletud eesmärk
- otsuseid langetab meeskond tervikuna
- kõik probleemid on meeskonna probleemid
- meeskonna liikmed annavad oma tegevusest üksteisele aru
- iga liige kasutab just oma erilisi võimeid ühise eesmärgi saavutamiseks
- meeskond saavutab enam, kui üksikud inimesed sama ülesande kallal vaeva nähes
- meeskonnatöö on koostöö teiste inimestega ühise eesmärgi nimel

Suhted ei muutu meeskonnas pidevalt, vaid hüppeliselt. Seetõttu saab meeskonna arengut kirjeldada etappidena, mis on seotud suhetega lasteaiakollektiivis. Just läbi suhete tuleb jõuda meeskonna moodustamisest tegeliku koostööni.

Moodustumine, kujunemine

Ülesande täitmisega seotud tegevustes määratletakse eesmärgid ja luuakse reeglid nende saavutamiseks. Suhetes pööratakse peamist tähelepanu tunnete ja vastastikuse sõltuvuse kujunemisele. Meeskonna arengu seisukohalt on tähtis, et selles etapis jaotatakse rollid, sealhulgas kerkib esile liider.

Tormamine, ründamine

Domineerib võistluslik käitumine ja konfliktid. Ülesande täitmisega seotud tegevustes tekivad lahkkelid mitmetes küsimustes: eesmärkide tähtsus, ülesannete jaotus, vastutus ja juhtimine. Suhetes on tõenäoline vaenulikkuse avaldumine.

Normaliseerumine

Normaliseerumise ehk reeglipärase käitumise etapis tunnustatakse erinevaid arvamusi, kuidas ülesannet lahendada. Domineerivaks muutub kompromisside tegemise soov. Meeskonna liikmed jagavad vastastikku vajalikku teavet. Suhetes arenevad empaatia, tekivad positiivsed tunded, meeskonna kokkukuuluvustunne. Normide mõju meeskonna tegevusele suureneb tunduvalt.

Toimimine, talitlemine

Toimimise etapis saab selgeks, kas ja kui hästi meeskond suudab oma ülesandeid täita. Meeskonna liikmed tunnetavad hästi üksteise rolle. Mõistetakse, et vastastikune abi on vajalik ja osatakse seda sobivalt

pakkuda. Meeskondades, kus normid pole kujunenud vastavuses ülesannete täitmise vajadustega, tekib raskusi. Meeskonna kui terviku tulemuslikkust võivad negatiivselt mõjutada liikmed, kes täidavad enesele orienteeritud rolle, ja ebaefektiivne juhtimine.

Edasisiirdumine, küpsemine

Küpsuse etapil hakatakse ülesandega seotud tegevusi lõpetama. Suhetes ilmnevad eraldumise märgid. See etapp ilmneb eriti siis, kui meeskonnalt oodatakse või nõutakse ülesande lõpetamist, seega ajutistes meeskondades. Pole ka välistatud, et meeskonna areng peatub mingis etapis. Sellisel juhul jäävad meeskonnatööd valitsema selle etapi kõige iseloomulikud nähtused.

Tulemusliku meeskonnatöö tagab:

- tegevuse sihipärasus
- ühised eesmärgid ja visioonid
- vastastikune vastutus
- formaalsete erinevuste hajumine
- koordineeritud jagatud töörollid
- kõrge kvaliteet
- loov pidev arenemine
- vastastikune usaldus
- selgus põhikompetentsides

Igat meeskonnatööd seob suhete abil ka motivatsioon. Motivatsioon on protsess, mis algatab, valib ja säilitab tegevuse eesmärgi saavutamiseks. Motivatsioonil peab alati olema suund, püüdlus kuhugi (eesmärk, tulemus) välja jõuda. Teisisõnu see ongi protsess, et töötajad oleksid huvitatud ise töö tegemisest ja headest tulemustest ning töökeskkonnas valitsevatest suhetest. Igasugused omaksvõetud sotsiaalsed normid on sotsiaalsed motiveerijad ja jagunevad vajaduseks edu saavutada ning vajaduseks ebaedu vältida.

Hobfoll (1993) on öelnud, et inimestel on sügavalt juurdunud motivatsioon omandada, säilitada ja kaitsta seda, mida nad väärtustavad. Asjad, mida inimesed väärtustavad, on vahendid (töövahendid, maja jne), olukorrad (toetusvõrgustik, töö stabiilsus jne), personaalsed omadused (sotsiaalsed oskused, suhted, enesehinnang jne).

Motivatsioon on otseselt seotud töötulemustega

- kompetentsuseootus töötaja usub, et tema teadmised ja oskused vastavad töökeskkonna nõudmistele
- positsiooniootus töötaja usub, et saab heade töötulemuste eest rohkem otsustusõigust vahendite jaotamises
- rahaootus töötaja usub, et saab heade tulemuste eest rohkem raha või rahaga võrreldavat tasu
- raha, tunnustus ja tagasiside mõjutavad töötulemusi
- töömotivatsioon ja tööga rahulolu on omavahel seotud

Kuidas saab juht töötajaid motiveerida

- töötajad väärtustavad piiritletud tulemusi
- kirjeldage, milline on hästi tehtud töö, nii et tööd saaks tunnustada
- veenduge, et kaastöötajad saavad tööd teha

- ühendage soovitud tulemus tehtud tööga
- veenduge, et tulemustega kaasnevad muudatused on piisavad, et motiveerida töötajaid pingutama
- ohjake tunnustamise süsteemi
- vältige ebaõiglus

Inimeste motiveerimiseks on igal organisatsioonil vaja oma motivatsioonisüsteemi, mis aitab inimesi organisatsiooni külge siduda, ja teisalt võimalike sidumisvahendite, boonuste süsteemi. Motivatsioonisüsteemi eesmärk ongi panna inimesed käituma ja tegutsema vajalikus suunas välise sihipärase motiveerimise kaudu ja luua kindel ja rahuldust pakkuv füüsiline ja sotsiaalne töökeskkond, et soodustada seesmise motivatsiooni teket. Ei ole olemas motivatsioonisüsteemi, mis sobiks kõikidele see tuleb igal organisatsioonil ise välja töötada.

Motivatsioonisüsteem peab lähtuma konkreetse ettevõtte strateegiast ja eesmärkidest. Selle süsteemi abil tuleb ühildada kasusaajate ja tegutsejate huvid. Motivatsioonisüsteemi abil peavad olema nähtavad reaalsed tulemused. Samas on inimene ainus loov ressurss motivatsioonisüsteemis ja ainus aktiivne ressurss organisatsioonis, kellel on tunded ja kelle käitumine võib olla irratsionaalne.

Inimest ei saa sundida hästi töötama ja suhtlema, teda saab juhtida keskkonna kaudu, eeskätt sotsiaalse töökeskkonna kaudu.

Suuremad vead motivatsioonisüsteemi loomisel:

- ebareaalsed eesmärgid
- ebaõiglane ressursside jaotus
- puudub terviklik tulemusplaan
- igapäev on oma soov ei lähtuta juhtimistasandist
- tulemusplaani ei korrigeerita kohe kui vaja
- pidev organisatsioonikultuuri muutmine

**Motivatsioonisüsteemi kuldreegel:
lihtsaid asju pole mõtet teha keeruliseks,
kuid keerulisi asju on sageli raske teha lihtsaks.**

Seega saab motivatsioonisüsteemis lähtuda nimetatud eeldusest:

- täielik üksmeel prioriteetide osas
- sõnade ja tegude ühtsus
- kompetentsi väärtustamine ja arendamine
- teiste mõistmine ja enda mõistetavaks tegemine
- meelesüsteemide ja keelemudelite kasutamine

Et teha meeskonnatööd ja kasutada motivatsioonisüsteemi, tuleb kõigepealt määratleda väärtused nii iseenda kui organisatsiooni jaoks. Väärtus on materiaalse või vaimse kultuuri reaalne või kujuteldav objekt; idee, mida isik või grupp hindab, omistades talle tähtsa rolli oma elus ning mille saavutamist peetakse oluliseks. Tervise ja heaolu väärtustamine ja selle nimel tehtavad pingutused meeskonnatöö, koostöö

huvigruppidega, tervisliku ja turvalise keskkonna loomine on hea meeskonnatöö üks eeldusi. Väärtuseks on need objektid või ideed, mis annavad isikule seemise tasakaalu ning mille poole püüdlumine annab tunde, et on hästi kohust täidetud ning võimaldab saavutada seemise ühtekuuluvustunde. Kui me õpime tundma oma väärtusi, oskame mõista, miks käitume ja reageerime just nii, nagu me seda teeme. Kui oskame näha erinevaid väärtusi, suudame mõista, aktsepteerida ja olla empaatilised nii enda kui teiste suhtes.

Organisatsiooni kultuur on komplekt jagatud väärtusi, mis annavad organisatsiooni liikmetele ühesuguse arusaamise, kuidas ühes või teises olukorras käituda. Organisatsiooni kollektiivne mälu väljendub tegevustavades, mille abil organisatsiooni liikmed näitavad kõigile, kes nad on ja kuidas üksteise ning klientidega suhtlevad.

Emotsionaalne atmosfäär:

- ühendab rühma
- ergutab suhtlema
- lisab eesmärgipärasust
- lisab energiavarusid
- lisab pingetaluvust
- kinnistab käitumismalle
- mõjutab rühma väärtusi

Paljudes situatsioonides me tunneme, et käitume ka oma ootustele vastu siis on tegemist stressiga.

MIKS TEKIB STRESS?

Stressi mõistetakse tavakeeles ärritava närvipingena, mis pikema aja jooksul mõjub muserdavalt ja tekitab kehalisi vaevusi. Teaduslikuma tõlgenduse järgi on stress keha ja meelte vastus organismile esitatud kõrgendatud nõudmistele, valmisolek tekkinud ohu ning suure koormuse tingimustes tegutseda. Stressi tähtsaks rolliks on aidata kiiresti mobiliseerida organismi jõuvarud.

Stressi üldised tekkepõhjused:

- sotsiaalmajanduslikud stressitegurid
- elukeskkond
- tööstress
- perestress
- seksuaalsuhted
- suhtlemisstress
- koolistress
- muudatused elus
- sisemised stressiallikad
- haigused

Töökollektiivides on tööstressi põhjused selgemad:

- valed ootused
- ootused ei lange kokku tegeliku töösituatsiooniga
- ressursid on ohus (töö jätkumine tulevikus, ebaselge roll)
- ressursid on kaotatud (töö kaotus, lahutus)
- ressursside kulutamisele ei järgne oodatud ressursside suurenemine (tulutu lobitöö)

- stressiga toimetulek ressursside paigutamise ja investeerimise abil
- oluliste isiklike ressursside (füüsiline jõud, emotsionaalne tugevus, tunnetuslik erksus) kaotus, mida ei saa uuendada läbipõlemine
- eesmärgi hägusus
- ebaselged tahtmised
- pessimism
- hirm olla ainuotsustaja
- soov minna kergema vastupanu teed
- hirm koguda vaenlasi, rikkuda suhteid
- vasträäkiva sisuga info
- kramplik mõtteviis
- tujukus otsuste tegemisel
- kitsas silmaring
- hirm autoriteedi ees

Stress on nagu nakkushaigus – negatiivsed emotsioonid levivad inimeste seas kiiresti juht peab hea seisma selle eest, et ettevõtte mikrokliima oleks positiivne. Stress ei tulene enamasti mitte ränkkraskest pingutusest, vaid oskamatuses oma koormust reguleerida. Tihti on see seotud harjumusega endas pidevalt mingit kehalist või vaimset pinget hoida, ilma et endale vajalikul määral lõogastumist lubatakse.

Tööstressi saab ära hoida. Tööstressi vähendamine võib vähendada organisatsiooni kulusid. Töötajate ja nende esindajate kaasamine sellesse protsessi on edu võti. Selleks tuleb hinnata riske töökohal.

Riskihindamise etapid võib kokku võtta järgmiselt:

- tehke kindlaks ohutegurid
- tehke kindlaks ohustatud töötajad
- hinnake riske

Vaimne tervis on üldise tervise lahutamatu osa ning osa meie elukvaliteedist. Vaimne tervis töökohal on personali, juhtkonna, klientide ning koostööpartnerite vaimse ja sotsiaalse heaolu seisund organisatsioonis.

Psühhosotsiaalsed tegurid on meie mõtted, tunded ja toimingud erinevates olukordades, kuidas näeme oma elu, näeme teisi inimesi, teeme valikuid, talume stressi ja suhtleme.

Koolieelse lasteasutuste personali võimekus, teadmised, hoiakud ja oskused on koolieelse lasteasutuse psühhosotsiaalse kasvukeskkonna üheks määravamaks teguriks.

Eestis põhjustavad vaimset kurnatust:

- konflikt psühhofüsioloogiliste nõuete ja organismi taastumisvõime vahel
- konflikt tehtud töö hulga ja kvaliteedi ning madala töötasu vahel
- konflikt kiiresti muutuva keskkonna ja eestlase aeglase loomuse vahel

Töötajate vaimne tervis sõltub:

- sotsiaalsest arenguastmest
- töökorraldusest
- riiklikust töötasu- ja tööhõivepoliitikast
- tööstressi ja läbipõlemise astmest
- isiksusest.

Psühhosotsiaalsed keskkonda võivad organisatsiooniliselt mõjutada:

- psühhosotsiaalne kliima (millised mõtted, tunded ja emotsioonid me võtame kaasa tööle, suhtlemises kolleegidega ja lastega)
- üldine stressimäär ja lasteasutuse personalil esinevad haigused
- töötajate omavahelised sotsiaalsed suhted ja koostööoskus
- töötaja ja juhtkonna omavahelised sotsiaalsed suhted, suhete aktiivsus, koostöö
- koostööoskus erinevate rühmadega (lapsed, kohalik omavalitsus, lapsevanemad jne)
- töötajate tööstressimäär, mis avaldub käitumises ja psühholoogilistes ilmingutes
- sotsiaalne tõrjutus
- konfliktisituatsioonid töötajate vahel ning töötajate ja juhtkonna vahel
- töövägivald vaimne väivald
- organisatsiooni väärtushinnangud (mida väärtustatakse, millised on rollijaotused ja vastutused)
- tööga rahulolu
- töö ja inimese sobivus
- meeskonnatöö ühtsus
- tööõnõud, reeglid, eeskirjad
- töödistsipliin
- ajapuudus
- produktiivsus
- tööpinge
- läbipõlemine
- sotsiaalsed probleemid (alkohol, ravimid jne)

Psühhosotsiaalsed keskkonda mõjutavad ka välisegurid:

- töötaja perekonna sisekliima
- ühiskonnas esinevad pinged ja väärtushinnangud.

Kuidas isik saab ennast kaitsta:

- kaitske oma reaalsust seadke endale piirid
- hoolitsege enda eest
- seadke piirid sellele, mida tahate teha
- loo piirid enda kaitseks, ärge ehitage müüri
- ärge seadke piire manipuleerimiseks
- teadke, mida vajate ja mida tahate ning tehke nende vahel vahet
- õppige tundma inimeste käitumist
- õppige ennast väljendama
- usaldage
- vältige ületöötamist see takistab korralikku töötegemist

Mida peaks tegema koolieelse lasteasutuse psühhosotsiaalse kliima heaks?

Meeskonnad on vajalikud igas organisatsioonis. Iga liikme panus väheneb, kui meeskonnas on halvad suhted, nii ka koolieelses lasteasutuses. Toimiva meeskonna loomine on juhi oluline ülesanne. Igalt töötajalt tuleb nõuda osalemist meeskonnatöös, et tagada nii endale kui lastele sobiv töökeskkond. Selleks:

- esitage teistele alati oma seisukohad selgelt ja loogiliselt
- kuulake teiste seisukohti
- tagage osalus
- ärge kalduge valitud otsustest kõrvale ainult selleks, et vältida konflikti
- loovutage oma seisukoht paremale ja loogilisemale seisukohale
- ärge pooldage hääletamist ega kompromisse
- ärge toetage kaotus-või-võit-lahendust
- ummikusse sattudes ergutage uute lahenduste otsimisele
- teadke, et töötajad väärtustavad piiritletud tulemusi
- kirjeldage, milline on hästi tehtud töö, nii et head tööd saaks tunnustada
- veenduge, et töötajad saavad tööd teha
- ühendage soovitud tulemus tehtud tööga
- veenduge, et tulemustega kaasnevad muudatused on piisavad, et motiveerida töötajaid pingutama
- ohjake tunnustuste süsteemi, et vältida ebaõiglust
- lahutage isikud probleemidest
- osutage tähelepanu huvidele, mitte seisukohtadele
- teadke, et seda kõike mõjutab optimism, ausus, tahe, loovus ja kõigi poolte vajaduste tundmine

Psühhosotsiaalne keskkond lasteasutuses peab olema selline, et kogu lasteajaga elu puudutatavates küsimustes osaleksid kõik meeskonnaliikmed ning asutust juhitakse kui ühtse kultuuri ja struktuuriga tervikut. Kui õpetajad on oma tegevustes kindlad, usalduslikud, iseseisvad ja selgelt juhtud, on ka laste saavutused head ja psühhosotsiaalne keskkond positiivne.

Lasteaia sotsiaalne, eetiline, emotsionaalne ja füüsiline keskkond

Maarja Anton

LASTEAIA KESKKOND

Inimene ei saa kasvada isolatsioonis ta vajab kasvukeskkonda ja kasvatust, et eluga toime tulla. Lisaks ümbritsevale keskkonnale avaldavad lapse arengule kahtlemata mõju ka kaasasündinud omadused. Varajane kasvukeskkond paneb aluse lapse edasisele arengule. See võib nii arendada kui pärssida laste arengu erinevaid tahkusi.

Esmatähtis on lapse kodune kasvukeskkond, kuid oluline mõju on ka lasteasutuse keskkonnal. Keskkonna mõju inimesele võib olla kolmesugune: ülekoormav, alakoormav ja optimaalne (Kolga, 1998). Ülekoormavas keskkonnas ei tule laps toime info töötlemisega (lapsest läheb temale oluline informatsioon mööda). Alakoormavas keskkonnas on aga olukord vastupidine: siin on laps infopuuduses. Lihtne keskkond on lapsele pigem väsitav (igav) kui stimuleeriv ja arendav. Nende vahepealne variant on optimaalne keskkond.

Iga koolieelse lasteasutuse õppe- ja kasvatuskorralduse aluseks on lasteasutuse õppekava, mis lähtub alushariduse raamõppekavast. Lasteasutus koostab raamõppekava alusel oma õppe- ja tegevuskava, arvestades lasteaia liiki ja eripära. Õppekavas määratakse õppe- ja kasvatusgevuse eesmärgid, rühmade õppe-kasvatustöö korraldus, päevakavad, töö erivajadustega lastega, koostöö lapsevanematega. Lasteaia personalil on kasvukeskkonna loomisel täita suur ning vastutusrikas roll.

Struktureeritud keskkond (režiim, väärtused) on lapse arengukeskkonna kujundamisel esmatähtsad. Laps vajab piisavalt arendavat keskkonda, mis stimuleeriks tema arengut ja pakuks uusi võimalusi maailma tunnetamiseks ning avastamiseks. Selline keskkond pakub lapsele erinevaid sotsiaalseid, eetilisi ja emotsionaalseid olukordi, sealhulgas ka võimalikke käitumismalle nendes olukordades. Avatud õpikeskkonnas on lapsel võimalus teha valikuid ja vastutada oma tegevuse tagajärgede ees.

Kasvukeskkonna füüsilised tegurid ja õpetaja õppe- ning kasvatusgevus (kuidas seatakse tegeluste eesmärgid ja kuidas neid läbi viiakse, õpetamise meetodid jne) mõjutavad suhtlemist ja omavahelist läbisaamist. Toodu hõlmab nii laste, personali kui ka vanemate omavahelisi suhteid.

Füüsilise konteksti mõju uurimisega inimeste käitumisele ja kogemustele tegeleb **keskkonnapsühholoogia** (environmental psychology) (Hayes, 2002). Antud peatüki eesmärk on vaadata lasteaia kasvukeskkonda aga kasvatussteaduslikust vaatepunktist sotsiaalseid, emotsionaalseid ja eetilisi kasvukeskkonda iseloomustavaid näitajaid. Õpikeskkond koosneb ruumikeskkonnast, õppevahenditest ning inimkeskkonnast. Olulisemaks on inimkeskkond, mis hõlmab nii töökorraldust kui inimesi, kes ühise eesmärgi nimel tegutsevad ².

Mitmed arengupsühholoogia klassikud on rõhutanud kasvukeskkonna tingimuste ja iseloomu ning lapse arengu olulisi seoseid (Piaget' strukturalism, Werneri ortogeneetiline printsiip, Lewini väljateooria, Eriksoni psühhosotsiaalne arenguteooria, Havinghursti arenguülesannete teooria jt). Last ümbritsev stiimulkeskkond määrab ära lapsele kättesaadava kogemuse iseloomu ja ulatuse (Bronfenbrenneri, Valsineri ning Bandura arenguteooriad) (Liik, 1998: 52). Lapse arengukeskkonnast rääkides tuleks esmalt märkida, et see on paljuski määratud kultuurikontekstiga.

Kultuurikeskkond mõjutab väärtushinnanguid, käitumisnorme, eetika- ja moraalnorme. Iga õppeasutuse (lasteaed, üldhariduskoolid) psühhosotsiaalne keskkond sõltub suuresti kultuurikontekstist. Väikelapsed on kõigkõimalikele mõjutustele vastuvõtlikud ning omandavad ümbritseva kultuuri stereotüübid hõlpsasti.

² Iga õpetaja võiks olla teadlik tema tööd ja töötulemusi otseselt puudutavatest õigusaktidest. Seega siin ja edaspidi mõningad viited erinevatele normatiivaktidele. Alushariduse raamõppekavas on sätestatud õppe- ja kasvatusgevuse eesmärgid. Nimelt §9 Kohaselt on õppe- ja kasvatusgevuse üldeesmärgiks „toetada laste kehalist, vaimset ja sotsiaalset, sealhulgas vaimset ja sotsiaalset, sealhulgas kõlbelist ja esteetilist arengut, et kujuneksid eeldused igapäevaeluga toimetulekust ja koolis õppimiseks. Selleks on vaja luua lapsele arengut soodustav keskkond /-/. Omakorda § 20 sätestab, et „lapse arengut soodustab aktiivset liikumist stimuleeriv, mitmekesiseid liikumisvõimalusi ja -kogemusi ning positiivseid eeskujusid pakkuv keskkond /-/>.

Keskkondliku raamistiku osatähtsust lapse arengus rõhutavad **alastimulatsiooni** ja **käitumispääringute** teooriad. Alastimulatsiooni teooria väidab, et kui keskkond last piisavalt ei stimuleeri, siis keskkonnaga suhtlemine ei anna lapsele uusi kogemusi ega arenda last. Käitumispääringute mudel seletab laste käitumist kui keskkonna üle kontrolli saavutamist (Liik, 1998: 52). Isiksuse aktiivsuse ja arengu seisukohalt on oluline keskkonna üle kontrolli tunnetamine.

Keskkonda kui indiviidi arengu mõjutajat on kõige täpsemini avanud **Uri Bronfenbrenner** (1979) oma **bioökoloogilise teooriaga** (nimetatakse ka bioökoloogiliseks mudeliks). Siin defineeritakse neli vastastikuste mõjude süsteemi, mis mõjutavad inimese arengut ja rolli ühiskonnas.

Need neli süsteemi on mikro-, meso-, ekso- ja makrosüsteem. Inimese areng on protsess, kus laps esimesena õpib tundma enda lähedasi inimesi (perekonnaliikmeid) ning oma kodu, seejärel lasteaia keskkonda ning alles pärast seda ühiskonda laiemalt. Mikrosüsteem on lapse lähim ümbrus. Väikese lapse mikrosüsteem on koduga (perekonnaga) ja lasteaia seotud, vanuse kasvades tuleb neid süsteeme juurde. Mesosüsteem kujutab endast võrgustikku erinevate osade vahel. Märkuseks siinjuures, et kodune keskkond mõjutab oluliselt lapse suhteid ning toimetulekut lasteaia. Eksosüsteem kujutab endast lapsega koos tegutsevate täiskasvanute elukeskkonda, kus laps ise vahetult ei osale, kuid sellele vaatamata mõjutavad need oluliselt tema arengut. Siia kuuluvad näiteks lasteaia personal koos juhtkonnaga, vanemate töökoht jne. Makrosüsteem on ühiskonna kultuuriline ja sotsiaalne keskkond selle erinevate sotsiaalsete institutsioonidega ning see süsteem mõjutab kõiki teisi süsteeme.

Inimene areneb vastastikuste mõjutuste keskkonnas. Nii mõjutavad tema arengut teised inimesed, objektid, sündmused, sümbolid jne. Inimese arengu seisukohalt on oluline, et vastastikune mõju oleks pidev ja korduks teatud aja möödudes. Neid vastasmõjusid nimetab Bronfenbrenner proksimaalseteks protsessideks (näiteks lapse mängimine teiste lastega, uute teadmiste omandamine). Arengut mõjutavad proksimaalsete protsesside vorm, jõud, sisu ja suund. Inimest mõjutavad nii lähem kui kaugem keskkond, tema loomus, nii sotsiaalsed kui ajaloolised tingimused.

Samuti mõjutavad inimese heaolu biogeneetilised, psühholoogilised, käitumuslikud, sotsiaalkultuurilised ja füüsilise keskkonna faktorid. Muutused ökoloogilises keskkonnas on üliolulised (õe-venna süünd, lasteaeda minek) ning siinjuures on oluline, kuidas laps nende muutustega toime tuleb ja kohaneb. Inimese heaolu mõistmisel tuleb arvestada füüsilise keskkonna (geograafilised, arhitektuurilised ja tehnoloogilised süsteemid) ja sotsiaalse keskkonna (kultuurilised, majanduslikud ja poliitilised süsteemid) vastastikuseid mõjusid.

Bibehavioristliku teooria järgi on lapse kujundajaks ennekõike keskkond. Antud suuna olulisim esindaja on J. B. Watson (1878-1958). Bibehaviorism taandab psüühika keerulised vormid lihtsatele reaktsioonidele, pidades käitumise põhiüksuseks stiimuli ja reaktsiooni vahetut seost. Kinnitusteooria ehk operantse tingimise tähtsaimaks esindajaks bibehaviorismis on B. F. Skinner, kes peab inimese käitumist täielikult keskkonna kujundatuks. Õppida tähendab Skinnerile kujundada käitumist tasustamise ehk kinnistamise mõjul (ema kinnistab lapse käitumist sellega, et pöörab talle tähelepanu). Skinneri seisukoht on, et isiksus kujuneb tuhandete kinnistamisjuhtude lõpptulemusena. Üldiselt inimesed kinnistamist ei teadvusta. Igas olukorras toimib inimene viisil, mille määravad parajasti kõige tugevamini mõjuvad kinnistusesead (Veisson, Veispak, 2005: 34).

LASTEAIA SOTSIAALNE KESKKOND

Ühiskondlikuks kooseluks vajalikud sotsiaalsed oskused kujundatakse lastel sotsialiseerumise käigus. Sotsialiseerumise eesmärk on kujundada laps sotsiaalselt kompetentseks ühiskonnaliikmeks. Kujundajad on siinjuures lapsevanemad, õpetajad, eakaaslesed, õed-vennad, vanavanemad ning teised täiskasvanud. Lapse sotsiaalne areng kujutab endast seega moraalinormide omandamist.

Psühhosotsiaalse arengu all mõistetakse eelkõige lapse isiksuse arengut ja laste omavahelisi suhteid. Eristades sõnu „sotsialiseerumine” ja „sotsialiseerimine” võib märkida, et sotsialiseerimine on väline mõju nagu õpetamine ja kasvatamine, sotsialiseerumine aga inimese seesmiselt kulgev protsess (Aimre, 2001: 161). Sotsialiseerumine on protsess, mille vahendusel õpime hoiakuid, norme, motive ja käitumusdele, mida peetakse sobivaks ühiskonna täieõiguslikele ja aktiivsetele liikmetele. Algteadmised ja oskused sellest, kuidas toimib füüsiline ja sotsiaalne keskkond, loovad aluse sotsiaalse kompetentsuse kujunemiseks. Sotsiaalne kompetentsus kujutab endast võimet suhelda ning olla teistega vastastikustes seostes kasulikul, abivalmil ja toetaval viisil (Lindgren ja Suter, 1994).

Rääkides sotsiaalsest kontekstist lapse arengus ei saa mööda Vögotski sotsiaalkultuurilisest teooriast ja sotsiaalse õppimise teooriast.

Vögotski sotsiaalkultuuriline teooria (Veer ja Valsiner, 1991; Kozulin, 2003) sai alguse 1920. 30. aastatel. Vögotski arvates mõjutab keskkond otseselt lapse arengut. Kahtlemata kõik ühiskonnas toimuv mõjutab last: seadused, vanemate staatus ja oskused, aeg ja ühiskonna sotsiaalmajanduslik olukord. Nagu täiskasvanud, nii ka lapsed on kinnistatud sotsiaalsesse konteksti. Seega saab lapse käitumist ja arengut mõista, kui teada tema kasvukeskkonda ja sotsiaalset konteksti. Keskkond mõjutab last erinevas vanuses erinevalt, sest lapse teadlikkus ja oskus olukordi interpreteerida muutub pidevalt, kui ta saab keskkonnast kogemusi. Vögotski nimetab lapse ja keskkonna vastastikust mõju isikliku tähendusega kogemuseks (personally meaningful

experience) (Veer ja Valsiner, 1991:315317). Vögotski eristatab iga lapse arengus nii lapse loomuliku arengut (kasvamise ja küpsemise) kui kultuurilist arengut (erinevate kultuuriliste tähenduste ja instrumentide omandamine). Kultuur on Vögotski arvates füüsiline raamistik (näiteks mänguasjad), hoiakud ning väärtushinnangud (televisoor, raamatud ning tänapäeval kindlasti ka Internet).

Nii mõjutab kultuurikontekst mõtlemist ning erinevate oskuste omandamist; millal ning mida laps hakkab omandama. Teooria keskseks ideeks on lähima arengu tsooni mõiste. Tsoon moodustub aktuaalse arengu ja potentsiaalse arengu tasemete vahel. Siinjuures on tegemist kahe tasemega: 1) mida laps on võimeline ülesande lahendamisel tegema iseseisvalt; 2) mida laps sooritab täiskasvanu abiga.

Biheavioristid ignoreerivad kognitiivset nagu teisigi laste teadvuses toimuvaid protsesse, Bandura õppimise käsitluses on sellel aga oluline roll. Bandura järgi inimene õpib, kui teeb tähelepanekuid teiste inimeste käitumise kohta. Milline on täiskasvanu mudel, sellel on lastele suur mõju erineva kõlbeline otsustuse omaksvõtmisel. Imiteerimine ehk sotsiaalne õppimine on aluseks kõikide hoiakute ja väärtuste väljakujunemisele. Sotsialiseerimine hõlmab ka positiivsete hoiakute ja käitumise kujunemist teiste inimeste suhtes. Seega omandatakse altruistlik käitumine ja prosotsiaalsed hoiakud jälgendades. Kokkuvõtvalt võib märkida, et õppimist mõjutavad kolm faktorit: isiksuse bioloogilised ja psühholoogilised karakteristikud, käitumine ning keskkonnamõjud (Veisson, Veispak, 2005: 35-36).

Kui sageli õpetaja ja lapsed mõnd suhtlemis- ja käitumissuhte kasutavad, kui huvitatud ja emotsionaalsed nad on – see määrab peamiselt rühma sotsiaalse keskkonna. Lapsed vaatlevad eakaaslaste ja õpetaja käitumist kogu päeva jooksul ja teevad tähelepanekuid, mille põhjal kaaslasti (aga ka õpetajaid) hinnatakse. Nähes õpetajat mõne lapsega lubamatul viisil käitumas võib laps teha valed järeldused ja pidada sellist käitumist õigeks. Lapsed võivad seejärel õpetaja negatiivse käitumise omaks võtta ja samamoodi käituma hakata. Negatiivset käitumist ei pruugita esmapilgul märgata: vali hääl, pidev tagantkiirustamine, lapse halvustamine teiste ees, laste tööde/oskuste võrdlemine jne.

Vinter (2005:152) toob välja (Lindsey järgi, 2002) kolm valdkonda, mida peetakse koolieelikute puhul eakaaslastega kompetentseks suhtlemiseks: konfliktide lahendamine, suhtlemise algatamine ja suhtlemise säilitamine. Oskused neis kolmes valdkonnas on eelduseks sõprussuhete kujunemisel. Laps õpib täiskasvanu eeskujul, kuidas lahendada konflikte, kuidas alustada suhtlemist ja kuidas edasi suhelda. Eeltoodu põhjal võib märkida, et suhted eakaaslastega kujundavad olulise sotsiaalse konteksti, milles lapsed õpivad ja seejärel omandavad palju sotsiaalseid oskusi.

LASTEIA EMOTSIONAALNE KESKKOND

Emotsioon on mingi tunduse vahetu läbielamine. Emotsioone liigitatakse positiivseteks ja negatiivseteks. Seega on emotsioonide iseärasuseks nende vastandlikkus: rõõmkurbus, vihaarmastus jne. Baasemotsioonid on universaalsed ja sünnipärased. Baasemotsioonide arvu osas on uurijad eriarvamustel. Ka kirjeldavad erinevad autorid samu emotsioone erinevate sõnade abil. Evans (2002: 20) toob välja kuus baasemotsiooni: rõõm, mure, viha, hirm, üllatus ja vastikus.

Emotsionaalsed ja sotsiaalsed võimed on õpitavad³. Õppimise aeg on eelkooliiga (laiemas mõttes kogu lapsepõlv), mil kujundatakse emotsionaalsed ja sotsiaalsed harjumused.

Emotsionaalsed ja sotsiaalsed võimed on (Allmann, 2003: 7-8):

- tähelepanelikkus ja enesetunnetus
- enesevalitsemine ja emotsionaalne enesekontroll
- empaatia
- suhtlemine
- probleemide lahendamine
- optimism ja pessimism
- motivatsioon
- koostöövalmidus.

Poiste ja tüdrukute emotsionaalne kasvatus on soost ja traditsioonidest lähtuvalt mõnevõrra erinev. Lapsevanemad arutlevad tunnete üle rohkem tütarde kui poegadega. Omakorda kasutatakse tütardega suheldes rohkem tundeid illustreerivaid ja kirjeldavaid sõnu. Poiste puhul on emotsionaalne kasvatus kodus ratsionaalsem (Saarits, 2005:73; Dowling, 2000 põhjal). Kui õpetajad on sellest teadlikud, saavad nad lasteaias emotsionaalse kasvukeskkonna loomisel teadlikult julgustada poisse tunnetest rääkima.

Positiivsete emotsioonide kasvatamise seisukohast on oluline luua lapsele rõõmus meeleolu. Samas ei ole õige last emotsioonide ja muljetega üle koormata. Emotsionaalseks õppeks on laps kõige altim kolmandast seitsmenda eluaastani – ehk kogu lasteaias. Last tuleb õpetada oma tundeid ära tundma ja neile vastavalt ka käituma.

³Vaadates siseriiklikke õigusakte võib esile tuua alushariduse raamõppekava, kus õppe ja kasvatustegevuse eemärkidena on sätestatud näiteks, et eesmärgiks on „rikastada laste tundemaailma ja pakkuda positiivseid elamusi lastekirjanduse ja muude eakohaste tekstide abil” ning „julgestada last ennast väljendama” (§ 35); „tugevdada lapse füüsilist ja vaimset tervist, ergutada psühhomotoorset (tegevuslikku), sotsiaalset (k.a kõlbeline ja emotsionaalne) ja tunnetuslikku arengut” (§ 85); „rikastada laste tundeelu muusikaalamuste kaudu /-/” (§ 77).

Emotsionaalse kasvatamise eesmärgid ja nende saavutamine lasteaias (Almann, 2003)

Turvalise, üksteist mõistva, austava ja toetava kasvukeskkonna loomine, kus laps tunneks, et temast hoolitakse ja teda austatakse.

- selleks looge toetav ja mõistev kasvukeskkond, kus märkate eelkõige seda, mida laps teeb hästi
- olge eeskujuks
- arvestage lapse isikupära, sest iga laps on erinev
- oluline on, et laps julgeks küsida, mida üks või teine kogemus talle õpetas (kogemine, et ka vigadest õpitakse)
- jälgige lapse ilmeid ning analüüsige, mida need räägivad
- märgake hääletooni, mis annab teada tunnete muutumisest ja väsimusest

Positiivsete tunnete, rõõmu ja mõistmise kogemine.

- selleks looge olukord, kus laps saab enda tundeid näidata
- õpetage teda oma tundeid mõistma, rääkides rõõmust ja murest
- püüdke last vestlusele suunata küsimusi esitades („Miks sa oled täna nii pahase näoga?“)
- rääkige lapsele, kuidas te tema sõnumit mõistsite
- väljendage oma heakskiitu naeratusega, puudutusega, silma vaatamisega
- ärge segage lapsele vahele
- ärge kavandage oma tööd selliselt, et laps peab rääkima üksnes kurbadest tunnetest; oluline on, et kurvad tunded jääksid rõõmsate tunnete varju
- märgates lapse erinevaid tundeid on ka lihtsam tegevust planeerida

Erinevate tunnete väljendamine, oskus oma tundeid valitseda ja nendest aru saada.

- selleks tundke koos lapsega erinevaid tundeid (rõõmustage ning kurvastage koos)
- julgustage last oma arvamust välja ütleva
- õppige esitama lapsele häid küsimusi, mis näitab, et kuulate last ja hoolite tema arvamusest
- andke lapsele aega vastamiseks

Last tuleb aidata erinevate kogemuste abil olema avatud, kaastundlik ja teisi austama.

- selleks looge erinevaid olukordi, kus laps oskab kasutada ja nautida kõike õpitut
- olge situatsioonide loomisel aktiivsem pool

Õpetada heatahtlikult ja sallivalt suhtuma inimeste ja rahvuste erinevustesse.

- planeerige lastega vestlusi, kohtumisi, arutelusid, et meie seas elavad teised inimesed oma murede ja rõõmudega
- tuleb märgata, aidata ja mõista

Soovitusi, kuidas aidata last oma tundeid mõista (Allmann, 2003)

- viis, kuidas täiskasvanu lapsele enda tundeid näitab, väljendub lapse arusaamises tema enda isiklikest tunnetest
- aitamaks lapsel enda tundeid mõista, ei piisa üksnes last ümbritsevatest täiskasvanutest, vaid lasteaias tuleb luua tundekasvatust toetavad tingimused
- keskkond, kus laps viibib suurema osa ajast, peab talle kinnitama, et temast hoolitakse, teda austatakse, tema arvamus peetakse lugu ning teda mõistetakse ja teda tahetakse mõista
- sellises õhkkonnas laps ei karda eksida ja julgeb täiskasvanu käest oma tunnete kohta küsida; iga lapse individuaalsuse arvestamine lisab lapsele julgust oma tundeid väljendada
- lapse ja täiskasvanu vestlusteks tuleb valida aeg, kui kummalgi pole kiiret; kui vestlust tuleb edasi lükata, ei või täiskasvanu lubatud vestlust unustada
- ei ole vaja alati sõnades öelda, et kiidate lapse jutu heaks - seda saab teha ka naeratuse, silma vaatamise või puudutamisega
- oluline on, et laps tunneks: täiskasvanu kuulab teda
- last ei tohi vestluse käigus tagant kiirustada
- vestlustes on alati abiks last toetavad küsimused ja laste mõtete ning tunnete ümbersõnastamised („Sul ei ole praegu hea tuju?“)
- alati tuleb lapsele anda aega mõtlemiseks ja lausete moodustamiseks, enne kui enda esitatud küsimusele vastust nõuate

LASTEAIAS EETILINE KESKKOND

Eetikal on kasvatuses ja õpetuses keske koht kasvatusetika on tihedalt seotud inimõigustega. Kasvatus on alati praktiline, sotsiaalne tegevus. Iga suhte aluseks on suhtlemine. Eetika põhialustest tulenevalt peaksid teisele inimesele suunatud teguviisid alati olema võimalikult põhjendatud ja õigustatud. Teisi öeldes kasvatuses tuleb tegutseda eetilisel õigesti (Hirsjärvi, Huttunen, 2005: 70). Sõnu „moraal“ ja „eetika“ kasutatakse tihti peale läbisegi. Kasvatusaruteludes tavaliselt väga täpselt ei eristata, kas räägitakse kasvatusetika- või moraaliküsimustest (neid sõnu kasutatakse sünonüümidena).

Eetika jaguneb normatiivseks (praktiline või traditsiooniline eetika, mis on norme ja juhiseid andev praktilise elu õpetus) ja analüütiliseks eetikaks (teoreetiline, teaduslik eetika või moraalifilosoofia). Analüütiline eetika uurib, mida terminid „hea“, „õige“ jne tähendavad (Tuulik, 2002: 68). Kasvatusteaduse tuummõiste on inimväärikus.

See tähendab seda, et iga indiviidi individuaalne olemasolu on vaieldamatu põhiväärtus. Siit järeldub, et iga inimese (lapse) elu ning arenguvõimalusi peab kaitsma ning teda ei tohi iialgi suruda vahendi rolli. Kasvatus ei tohiks iialgi sõltuda kasvataja juhuslikest tujudest (Hirsjärvi, Huttunen, 2005: 70).

Hirsjärvi ja Huttunen (2005: 69-70) toovad Lindqvisti (1978) põhjal välja (kasvatus) **eetika üldised lähtekohad** järgmiselt:

1. inimene on vähemalt teatud piirini vaba olend, keda võib pidada vastutavaks oma tegude eest
2. ühiskonna liikmena kuulub igale inimesele olulisi õigusi ja kohustusi
3. inimest tuleb mõista kui väärtust omaette („absoluutväärtust“), mida ei saa käsitada vaid vahendina või ebaisikulise materjalina
4. inimest puudutavaid otsuseid tehes tuleb arvestada tema individuaalsust
5. inimesel on teatud põhiõigused, mida ei tohi temalt võtta ükski ühiskond või teine inimene

Eetilisi küsimusi kasvatuses võib rühmitada järgnevalt:

1. kasvatus eesmärgi puudutavad küsimused; küsimused, mis puudutavad eesmärkide ja vahendite suhet, puudutavad samuti eetilisi probleeme
 2. kasvatuskohustust ja kasvatusõigust puudutavad küsimused; õpetaja rolli ja ametit puudutavad küsimused
 3. lapse(inim)õigusi puudutavad küsimused
 4. autoriteeti ja kasvatuses kasutatavaid karistusi puudutavad küsimused.
 5. usulist ja moraalikasvatust puudutavad küsimused; maailmavaate ja veendumuste küsimused, moraalireeglite õpetamine ja nn indoktrinatsioon
 6. vabaduse ja sunni küsimused kasvatuses
 7. kasvatusteadusliku uurimistöö eetikat puudutavad küsimused (Hirsjärvi, Huttunen, 2005: 69)
- õppe- ja kasvatustegevuseks valitud meetodid peavad kahtlemata arvestama eelpool toodud eetilisi küsimusi
 - rühma päevakavast oleks mõistlik kinni pidada, kuid sundida last õppetegevuses osalema n-õ iga hinnaga on lubamatu (sunniküsimused kasvatuses)
 - iga last tuleb võtta kui indiviidi ja valitud õppe- ning kasvatusmeetodid ei tohi mitte mingil juhul alla suruda lapse õigusi ja vabadust (vabadust ja õigust otsustada, valida)
 - eetiline keskkond on iga indiviidi õigusi ja vabadusi austav ning tolerantsil püsiv keskkond; lubamatu on lapse karistamine ja teiste lastega võrdlemine – õpetaja käitub eetiliselt, kui ta on lapsele piinlikkust tekitavates olukordades empaatiline ja taktitundeline

LASTEAIA FÜÜSILINE KESKKOND

Füüsilise keskkonna kriteeriumid on määratletud siseriiklikult sotsiaalministri määrustega „Koolieelse lasteasutuse tervisekaitse-, tervise edendamise, päevakava koostamise ja toitlustamise nõuete kinnitamine” (näiteks tervisekaitse ja -edendamise nõuded) ning „Tervisekaitsenõuded toitlustamisele koolieelses lasteasutuses ja koolis”. Antud määrusi ei ole otstarbekas uuesti avaldada, sestap järgnevalt soovitud keskkonna kujundamisel lapsele võimalikult arendavaks, tervislikuks, sh turvaliseks ja huvipakkuvaks. Keskkonnapsühholoogia idee on vaadata, kuidas meid ümbritsev mõjutab lapse arengut (inimtiheduse, ruumi kujunduse mõju lapsele,

asjade füüsilised omadused jne). Kasvukeskkonna füüsilised tegurid hõlmavad loodud keskkonna ruumilisi ja materiaalseid tingimusi, mis tagavad võimaluse lapse igakülgselt arenguks.

Eleonor Gibsoni pertseptuaalse arengu teooria

kohaselt on lapsepõlv tajumuslike avastuste aeg. Lapsed tajuvad ja uurivad esemeid ja sündmusi oma keskkonnas. Inimesed peavad tajuma esemeid, et õppida neid tundma, mõistma ja kasutama. Lapsed avastavad infot, mis kirjeldab esemeid, sündmusi ja kohti selles maailmas. Teoorial on kaks peamist seisukohta: esiteks on inimene aktiivne tajuja (inimene on sünnipäraselt motiveeritud õppima ja maailma uurima) ja teiseks infot iseloomustatakse lähemalt stiimuli kaudu (stimuleerimine kui rikas infoallikas). Arengu tulemuseks on see, et lapsed õpivad üha rohkem eraldama informatsiooni stimuleerimisest. Info saamisel on oluline ajalis-ruumiline paigutus. Ökoloogial on antud teoorias suur tähtsus: nimelt on tähtis loomulik käitumine antud keskkonnas. Inimesed tajuvad esemeid, ruumi ja ajalisi sündmusi vastavalt sellele, kuidas nad maailmaga kohanevad (Veisson, Veispak, 2005: 37).

Sotsiofugaalne ruum ja sotsiopetaalne ruum

Sotsiofugaalses ruumis on lastel raske kontakti leida, inimesed eemalduvad üksteisest (lapsed istuvad laua ääres üksteisest kaugel, mistõttu suhtlemine on takistatud). Sotsiopetaalses ruumis saavutavad lapsed üksteisega kontakti kiiremini (näiteks ümarlaud).

Kõik laste jaoks loodud keskkonnad peavad toetama lapse arengut, tervist ja heaolu. Ruum ja tegevus peavad kahtlemata omavahel kooskõlas olema. Laps saab endast teadlikuks kui mingisuguste sündmuste põhjustajast (kui mina toimin nii, siis leiab aset selline sündmus). Lapse enesemääratlus ja enese teadvustamine käivad läbi ruumi (mina ja miski muu). Lapsed kiinduvad omandisse ja enda isiklikesse asjadesse – see loob neile turvatunde. Omakorda peavad kõik keskkonnad toetama ka lapse kompetentsuse arengut (soov olla kompetentne on oluline lapse arengumotiiv). Füüsilist maailma õpib laps tundma ennekõike eksperimenteerides. Keskkonnas tegutsedes areneb ja muutub täiuslikumaks kahtlemata ka silma ja käe koordinatsioon.

Et kasvatuslikud mõjud oleksid lasteaia parimad, tuleks lastega tegelevatel täiskasvanutel analüüsida järgmised aspekte: keskkonna intensiivsus (helid, valgustus, kontaktid lapsega); situatsioonide mitmekesisus ajas ja ruumis (minimaalne mitmekesisus toob kaasa huvide alanemise, suur mitmekesisus ja ebastabiilsus võivad aga põhjustada lapsele üleliigseid pingeid, kuna ta ei ole suuteline valikuid tegema); keskkonna struktureeritus või ebamäärarus (laps ei õpi nägema eesseisvaid sündmusi, kui teda ümbritseb ebastabiilne keskkond; tulevik on prognoositav vaid keskkonnas, kus on olemas teatud seaduspärasused). Laps peab tundma, et ta omab keskkonna üle kontrolli. Kontrollitunnetus omakorda annab lapsele kinnituse keskkonna turvalisusest. Last ümbritseva füüsilise keskkonna kujundamisel

mängivad olulist rolli nii disain, planeerimine ja kujundus, arhitektuur kui geograafia. Lasteasutuse personal võiks füüsilise keskkonna loomisel arvesse võtta järgmist:

- Disain. Kuidas disainida lasteaia keskkond, et see oleks last arendav, tervislik, sh turvaline ja et see vastaks otstarbele? Keskkonna disainimisel on esmaoluline arvesse võtta selle tulevase kasutajaid: millised on kasutajad ja millised on kasutajate vajadused.
- Arhitektuuri. Kuidas planeerida lasteaia hoonet/ rühmaruume/mänguväljakut, et need täidaksid lasteaiale kui õppeasutusele esitatavad nõuded?
- Kujundus ja planeerimine. Kuidas kujundada rühmaruume/mänguväljakut, et need vastaksid lapse arengule (kasvule vastav mööbel)? Kuidas valida tervisele ohutuid ehitus- ja viimistlusmaterjale, värve jne?

Mõnevõrra pikemalt tuleks peatuda **värvilahendustel**. Värvid suudavad meie mõtteid ja käitumist mõjutada. Inimeste värvieelistused muutuvad koos eaga (ka koos moega). Lapsed armastavad eredamaid ja puhtamaid toone, vanemad tugevamaid ja tumedamaid. Värvide mõjul on võimalik oluliselt muuta ruumi õhkkonda. Silmadega nähtud värviline valgus mõjutab kõige muu hulgas ka ajuripatsit, mis juhib kogu meie sisenõristussüsteemi tööd. Kõige olulisem on ilmakaarte märkamise lasteaia – lõunapoolsetes tubades on soovitatav kasutada jahedaid toone ja põhjapoolsetes soojemaid toone (soojad toonid on kollane, oranž, punane, pruun, beež ning külmad toonid on purpur, roosa, violett ja lilla, violettisinine, sinine, türkiis, roheline).

Vastandus kerge-raske: kergena tuntakse valget, helesinist, kollast, roosat ja beeži. Need värvitoonid muudavad esemeid näiliselt kergemaks, ruumi õhulisemaks (ruumi tajutakse avaramana). Raskena mõjuvad pruun, violett, violettisinine ja tumepunane. Nendes toonides esemed tunduvad raskemad ja kompaktsemad (ruum ahtam).

Vastandus vaikne-vali: vaiksena tajutakse sügavaid või tumedaid külmi toone (sinised ja rohelised). Terava aistingu tekitavad küllastunud toonid (kollane, kollakasroheline, punakaslilla). Neid toone peaks suure mürarauniga ruumides ettevaatlikult kasutama.

Vastandus niiske-kuiv: niiskena tajutakse külma sinakasrohelist, sinist ja helesinist (assotsieeruvad vee ja jääga). Neid tasakaalustavad soojad (kollased, oranžid ja oranžpruunid) toonid, mis mõjuvad kuiva ning puhtana.

Oluline on luua tingimused, et õppida saaks mängides⁷. Lapse kasvukeskkonna lahutamatud osad, seejuures tohutult olulised, on mänguasjad, raamatud, kunsti-, käsitöö- ja spordivahendid. Mänguasjade omadustel ja mitmekesisusel on oluline mõju lapse edasisele arengule. Just mänguasjad mõjutavad lapse kognitiivset (pusled, legod, klotsid, sobitamise mänguasjad, erinevad vahendid loodusest), füüsilist (kiiged, ronimispuud, redelid, batuudid, pallid, peenmotoorikat arendavad mänguasjad jne), emotsionaalset (nukud, pehmed mänguasjad) ja sotsiaalset arengut (poemängud, juuksurimängud jne). Füüsilisel keskkonnal on lapsele nii otsene kui sümbolne

mõju. Asjad võivad mõjuda otse (pallimänguks on vaja palliplatsi) või on nendel soodustav mõju (konkreetne tingimus, mis soodustab teatud asja rohkemat kasutamist). Mänguasjade vahendusel õpivad lapsed, kuidas kohaneda ühiskonnas kehtivate eetika- ja moraalinormidega ning reeglitega.

Kuna täiskasvanud (esmult vanemad ja seejärel lasteasutuse pedagoogid) valivad lastele tegevusi ja mänguasju kultuurinormidest sõltuvalt, saavad nad teadlikult last arendada ja seeläbi laste arengut suunata, et laps tunneks end ühiskonna täisväärtusliku liikmena.

Eestis on veel lasteaedaid, kus rühmaruum peab endas ühendama kahte nii vastandlikku funktsiooni nagu magamine ja mängimine. Siin oleks oskuslikult vaja valida nii värvid kui ruumikujundus, et mõlemad lapse jaoks olulised tegevused saaks täidetud lapse jaoks parimal viisil. Lapse arengu seisukohalt rõhutaksin ennekõike magamiseks loodavate tingimuste olulisust (väsinud ja pahur laps ei ole suuteline mängima). Vähene uni ja rahutuks tegev magamisruum vähendab lapse õpivõimet ning nõrgestab isegi immuunsüsteemi. Kui rühmaruumis on arvuti ja televiisor, siis oleks need mõistlik magamise kohast võimalikult kaugele viia (kõige parem, kui magamisruumis tehnikat ei oleks). Magamistoa värvid peaksid olema rahustavad (mahedad värvid nagu valge, roosa, roheline ja sinise mahedad varjundid). Siia tuppa ei sobi seinale

Soovitused lasteaia füüsilise keskkonna parendamiseks

Mitmekesisus (mitte asjade rohkus). Mida mitmekesisem on keskkond, seda suurema huviga laps seda uurib. Lapse uurimisvabadust ei tohiks piirata. Asjad, millega laps end vigastada võib, või asjad, mis ta võib ära lõhkuda, oleks mõistlik lapse tegevusulatusest eemale panna. Tagasiside keskkonnast on ülioluline. Laps saab erinevaid kogemusi ja aistinguid.

Uudsus. Lapsele tuleb pakkuda vahelduvaid kogemusi, et tekiks huvi ja valmidus uurida. Uudsuse momenti aitavad säilitada ka lapsele juba teada-tuntud mänguasjad, mis aeg-ajalt lapse käeulatusest kõrvale pannakse.

Keerukus. Keskkonnas võiksid olla asjad, mille kaudu laps saab erinevat teavet (erinevad aistingud). Asjad, millega tegutsedes laps mõtleks, analüüsiks ning arutleks.

Keskkond peab looma lapsele võimaluse **uuel tasemel tegutseda** (Võgotski lähima arengu tsoon). Laps areneb kiiremini, kui tal võimaldada vabalt (eelnevalt turvaliseks muudetud) keskkonnas tegutseda.

Mängu olulisust rõhutab ka alushariduse raamõppekava § 19 ning lastekaitse seaduse § 12 lg 2 kohaselt tuleb lastele tagada võimalused ja tingimused mänguks.

Mängides saavutab laps teatud sotsiaalse kompetentsuse ja arendav mängukeskkond on oluline ka õppimise seisukohast.

Kultuurilised erinevused – erinevatel kultuuridel on privaatsuse vajadus erinev (näiteks kas igal pereliikmel on oma tuba või elatakse kõik koos ühes suuremas ruumis).

Taustatingimused. Siia kuuluvad kõik asjad, mis ei ole fookuses. Tausta võib jagada kaheks: müra ja tegevused. Vali müra tõmbab paratamatult tähelepanu ja tegelusi planeerides peab õpetaja alati mõtlema müra kestvusele, intensiivsusele ja ennustatavusele. Ootamatu müra tõmbab lapse tema tegevusest välja. Vali ning pidev mürafoon muudab lapse keskkonnaga suhtlemisel passiivseks. Märkima peab ka seda, et poisid on müra suhtes tundlikumad kui tüdrukud. Pidev taustastimulatsioon (tegevused) mõjub kognitiivsele arengule pärssivalt. Kui õppimise ajal keegi lapse vahetus läheduses pidevalt toimetab, nõrgestab see tähelepanu ja keskendumist.

Ideaalne oleks, kui **laps saaks ise kaasa rääkida** oma ümbruse planeerimisel ja sisustamisel. Lasteaias on seda keeruline teha, kuid mitte võimatu. Näiteks saab laps valida oma kapile või käterätikuhoidjale pildi; oleks hea, kui laps saaks valida voodi (mõni laps kardab näiteks nari ülemisel korrusel magada) ja kaasa rääkida rühma mänguasjade/raamatute valikul. Kui rühmas on püsinäitus laste töödest, siis võiks laps valida, millise töö ta sooviks näitusele panna. Sellised esialgu tühistena tunduvad tegevused saadavad lapsele signaali, et tema arvamusest hoolitakse ja sellega arvestatakse. Tervist edendavate lasteaegade tegevuses on põhimõte, et lapsi kaastakse ka keskkonna hindamisse – nii rühmaruumis kui õuealal.. Näiteks turvalisuse loomisel, riskianalüüsi tegemisel või ka uue tegevuskava koostamisel. Õpetaja või keegi teine personalist hindab koos lastega kindlate näitajate järgi keskkonna turvalisust, tervislikkust ja koos antakse hinnang. Lapsed teevad ettepanekuid, kuidas võiks keskkonda paremaks kujundada.

Tiheli olek (kui palju inimesi üheskoos toimetab). Keskkond peab võimaldama sotsiaalsete kontaktide loomist, samas peab lapsel olema võimalus ka eralduda. Privaatsus eeldab alati valikuvõimalust: kas suhelda või mitte. Privaatsuse võib jagada füüsiliseks ja psühholoogiliseks privaatsuseks. Psühholoogiline privaatsus tähendab, kui võrd laps lubab enda lähedale teist last mängima (tüdrukuid häirib psühholoogilise privaatsuse puudumine vähem).

Oma ala. Igale lapsele peab võimaldama ainult temale mõeldud ala. Turvatunnet loob ja eneseteadvust arendab kindlasti lapse enda isiklik koht, kus ta alati iga söömise ajal istub (samuti ka lapse isiklik riietekapp, tualettruumis käterätik, mängunurgas padi, õppimisnurgas korvike isiklike asjade jaoks, värvimiseks põll jne). Lapsed õpivad ühise söögilaua ümber kombeid ja suhtlemisoskust. Soovitav oleks ka õpetajal koos lastega einestada.

Vastutuse võtmine. Keskkond peab lapsele andma vastutuse tagajärgede eest, mis ühe või teise situatsiooni tulemusena võivad tekkida.

Füüsilise **raamistiku mõistmisel** ja kasutamisel esineb individuaalseid ja kultuurilisi erinevusi. Individuaalsed erinevused on soolised ja ealised (poisid pööravad rohkem tähelepanu tervikule, tüdrukud aga detailidele). Ruumiline orienteerumine on poistel üldisem ja skemaatilisem, nagu ka ruumitaju on meestel paremini arenenud. Soost sõltuvalt on koduses keskkonnas hõlpus ruume erinevalt disainida, lasteaias on see küsimus lahendatav erinevate mängunurkade loomisega.

Lapsed pole ainukesed, kes lasteaias ruume kasutavad. Lapse arengu toetamise seisukohalt on olulised ka **õpetajatele loodud võimalused** õpetajale peavad olema tagatud nii töötingimused kui kaasaegsed töövahendid. Omakorda peaks lastevanematel olema võimalus rühmas viibida ja saada tagasisidet oma lapse kohta.

Õpetaja on lapsele väga suureks eeskujuks õpetaja enda emotsionaalsus ning oskus ja soov lapse (ja täiskasvanu) tundeid märgata (nendest rääkida) kinnitab lapsele, et oma tunnete näitamine on lubatud ning see ei ole häbiasi. Õpetaja kui suhtlemise ja tegeluste algataja ning suhtleja ja tegutseja õpetab seda ka lapsele kuidas suhtlemist alustada, edasi suhelda ja seda lõpetada ilma kaaslast riivamata. Õpetaja on ka rühmaruumi sisustaja ning kujundaja. Tehes seda koos lastega, kinnitab see lastele, et nende arvamusest hoolitakse. Õpetaja teadmised lapse (inim)õigustest sillutavad teed eetilise keskkonna loomiseks ja hoidmiseks.

Tervisliku eluviisi kujundamine ja riskikäitumise ennetamine õppe- ja kasvatustöös

Sirje Voronina

Tartu Maarjamõisa lasteaija õpetaja

Tervis on täielik kehaline, vaimne ja sotsiaalne heaolu. Tervis on elukvaliteedi indikaator, mis näitab, kui edukalt suudab indiviid tegutseda keskkonnas ja toime tulla selle muutustega. Positiivsed tulemused tervises saavutatakse kindlate arenguetappide läbimisel, mis saavutatakse:

- positiivsete muutustega laste ja personali tervisekäitumises
- kui lastel ja personalil on juurdepääs kvaliteetsetele terviseenustele nii lasteaias kui paikkonnas
- on loodud terve ja turvaline psühhosotsiaalne ja füüsiline keskkond

Et eelõeldud saavutada, on vaja teadmisi tervisest, individuaalseid oskusi, motivatsiooni, lisaks positiivset avalikku arvamust ja tervist toetavat seadusandlust. Kõike eeltoodud on võimalik saavutada tervisedenduslike tegevuste kaudu.

Laste tervise edendamine on laste tervise väärtustamine ja tervise parendamine. See on planeeritud ja teadlik sekkumine, mille kaudu on võimalik parandada laste vaimset, füüsilist ja sotsiaalset tervist, ennetada haigestumist, puuete kujunemist ja enneaegset surma.

Tervist edendavate sekkumiste üheks eesmärgiks koolieelses asutuses on suurendada/parandada laste teadmisi ja oskusi tervislikult eluviisist ning motiveerida neid tervislikult käituma. Eesmärk on see, et laps väärtustaks iseenda ja teiste tervist kui asendamatu väärtust ning käitaks tervislikult, sh turvaliselt. Seda on võimalik saavutada sihipärase, eesmärgistatud ja järjepideva terviseõpetuse- ja kasvatusena, mis toimub mängides ja on ühendatud erinevate õppe- ja kasvatustegevustega. Tervisekasvatuse teemadena käsitletakse nii tervise olemust, keskkonna mõju lapse tervisele, tervislikku toitumist, isiklikku hügieeni, hammaste tervist, ohutust ja turvalisust, kehalist aktiivsust, vaimset tervist jm teemasid, mis on seotud tervise ja tervisliku eluviisiga.

Oluliseks teemaks on ka laste enesega toimetuleku oskuste ja üldiste sotsiaalsete oskuste õpetamine. Arendades lastes sotsiaalset kompetentsust, on võimalik vähendada vastuvõtlikkust uimastipropagandale (alkohol, tubakas, narkootikumid) ja vähendada suitsetamise, alkoholi

pruukimise ja uimastite tarvitamise motivatsiooni tulevikus. Esmase ennetustegevusega saab alustada juba koolieelses eas. On teada, et kehva sotsiaalse toimetuleku ja riskikäitumisega lapsed on teistest enam alati nakkushaigustele, sh HIV-nakkusele, traumadele, mis omakorda on sageli seotud sõltuvusttekitavate ainete (tubakas, alkohol, ebaseaduslikud narkootikumid) tarbimise kasvuga nende seas.

SUITSETAMINE

Enamik inimesi hakkab suitsetama sotsiaalsetel põhjustel (nt sotsiaalse võrgustiku, tutvusringkonna mõju, töötus, autoriteetide eeskujud, madal haridustase, madal enesehinnang jne) ja jätkavad seda harjumusest või psühholoogilisest vajadusest. Suitsetavate vanemate lastest saavad suure tõenäosusega samuti suitsetajad ja seda juba teismeeas, kuna nad on üles kasvanud suitsetajate keskkonnas.

Reklaamil on oma osa suitsetama hakkamisel ja suitsemise eelduste kujundamisel eelkoolieas, sest näiteks paljudes reklaamides ja ajakirjades kujutatakse suitsetamist positiivse ja "vabastava" tegevusena. Suitsetajat on kujutatud reklaamides eduka, seksapiilse ja heas vormis oleva inimesena, kellele lapsed tahaksid sarnaneda ja mis olulisel määral mõjutab näiteks tüdrukute ja naiste suitsetamist, kuna nad usuvad, et suitsetamine aitab hoida kehakaalu kontrolli all ning tõsta enesehinnangut.

Teema püstitamine on lasteaias vajalik sellepärast, et lapsed puutuvad tihti kodus või külas käies kokku passiivse suitsetamisega. Lapsed peavad teadma, kuidas see mõjutab nende tervist ja mida nad saavad teha, et oma tervist hoida. Vahel püüavad suuremad lapsed nalja pärast pakkuda väiksematele suitsu, et näha, mis siis juhtub. Lapsed leiavad mänguplatsidelt ära visatud konisid, mis väga tihti rändavad suhu. Tahetakse olla täiskasvanute moodi. Need kõik on ohufaktorid, mida me peame ette nägema.

Passiivne suitsetamine

Enamik inimesi peab ennast mittedsuitsetajaiks, tegelikult ei ole see päris tõsi. Väga paljudel täiskasvanutel ja lastel tuleb iga päev viibida lühemat või pikemat aega kohtades, kus suitsetatakse või kus äsja on suitsetatud. Kui mittedsuitsetaja hingab sisse tubakasuitsust saastatud õhku, siis nimetatakse seda passiivseks ehk sundsuitsetamiseks. Uuringutest on selgunud, et üle poole Eesti elanikest elab kodudes, kus suitsetatakse.

See tähendab, et ka lapsed on ohus. Enamik täiskasvanutest on väga teadlikud sellest, kuidas mõjutab passiivne suitsetamine lapse organismi. Nad püüavad igati vältida suitsetamist samas ruumis, kus on lapsed. Isegi kui suitsetatakse kõrvalruumides, levib mürgine tubakasuits hoones üllatavalt kaugemale teistesse ruumidesse, püsides pärast suitsetamise lõppu ruumides veel tunde ning võib kahjustada lapse organismi. Tavaliselt loodetakse, et toa tuulutamine lahendab probleemi. Avatud uksest või aknast saame suunata välja vaid lõhna ja tühise osa tervist kahjustavatest ainetest. Pärast kaheksatunnist korralikku tuulutamist tunneb mittedsuitsetaja ikka veel ruumis suitsuhaisu. Tegelikult on paljud tubaka põlemisel vabanevad raskemetalliühendid, radioaktiivsed ained ja eriti vingugaas õhust raskemad ning põrandal mängiv laps jääb pikemaks ajaks mürgisesse keskkonda, isegi kui suitsetamine on ammu lõpetatud.

Miks on passiivne suitsetamine lapsele ohtlik?

Suitsetamisel mahvide vaheajal sigarettiotsa hõõgumisel lenduvasse suitsuvoogu satub kuni 70 protsenti tubaka põlemisel tekkivatest ainetest. On selgunud, et tubakasuitsus, mida hingab sisse passiivne suitsetaja, on 3,5 korda rohkem tõrva, 6,8 korda rohkem vingugaasi ja 6,6 korda rohkem nikotiini kui selles tubakavingus, mille suitsetaja oma kopsudesse tõmbab. Passiivsele suitsetajale on see ohtlikum kui suitsetajale endale just seetõttu, et suitsetaja hingamisteed on tubakasuitsust ärritusseisundis, see ei lase n-õ sigarettikeemial väga sügavale kopsu tungida. Suitsuses toas viibival mittedsuitsetajal niisugust organismi kaitsereaktsiooni ei ole ning kõik õhus ringlev ründab takistamatult tema organismi. Kui isa või ema suitsetavad kodus päeva jooksul paki sigarette, hingab laps täistossutatud õhust nii palju tubakavingu, nagu oleks ise suitsetanud 78 sigaretti.

Kuidas mõjub tubakasuits lastele

Kasvava lapse organism on tubakamürkide suhtes eriti tundlik. Suitsetavate vanemate lastel esineb tunduvalt sagedamini hingamisteede haigusi, allergilisi haigusi, eriti astmat, nina-kõrvalkoobaste ja keskkõrvapõletikku, nende kopsufunktsioon on nõrgem, nad norskavad sagedamini, tihti esineb adenoide ja kurgumandlite hüpertroofiat. Astmahaigele ja allergilisele lapsele on tubakasuitsuses keskkonnas viibimine eluohtlik, sest kunagi ei või ette teada, kui raske haiguse või reaktsiooni tubakasuits annab. Uuemad uuringud on näidanud, et suitsetavate vanemate lastel esineb sagedamini südame- ja veresoonehaigusi isegi siis, kui nad ise ei hakka suitsetama. Suitsetav ema kahjustab lapse tervist rohkem, kuna emal on lapsega tihedam kontakt.

Seda peaksid vanemad teadma

Paljud vanemad ei tea kõike, mis kaasneb passiivse suitsetamisega. Sellel teemal võib rääkida lastevanemate koosolekul, kaasates sinna lasteaiatervisetöötajat, kes võib jagada infot ja voldikuid, kasutada näidisvahendeid ja interaktiivseid meetodeid. Teine võimalus on jätta materjal kapi peale ja kui sinna on paigutatud mõni tähelepanu köitev märk peale, loeb nii mõnigi vanem materjali, sel ajal kui laps ennast riidesse paneb. Isegi kui vaid mõned vanematest loevad seda materjali, on kasutegur suur.

Võib kasutada ka Lapse õiguste hartat. Selle saab ise koostada, teades seadusi. Voldik peab olema hästi korrektn ja pilkupüüdev. Eestis on välja töötatud harta suitsuvaba keskkonna loomiseks, et kaitsta lapsi nende kasvamise ajal. Toome mõned näited sellest hartast:

- lapsel on õigus saada täiskasvanuks ilma tubakata
- lapsel on õigus elada tubakasuitsust saastamata kodus
- lapsel on õigus nõuda, et tema juuresolekul ei suitsetataks ja et tal ei lubataks viibida tubakasuitsuses ruumis jne.

Mida saab laps ise teha

Lasteaiatervisetöötajad saavad anda lastele teadmisi, kuidas suitsusesse keskkonda sattudes käituda. Lastel on võimalus paluda täiskasvanutel nende juuresolekul mitte suitsetada.

Tänapäeval on kolmeaastastel lastel tihti väga suur võim oma vanemate üle. Vanemad täidavad lapse soovid ja kui laps oskab ennast adekvaatselt kehtestada, ei ole vanemal võimalik tema seltskonnas suitsetada.

Selles eas on lasteaiatervisetöötaja suur autoriteet ja õpetaja jutt ning isiklik eeskuju on lapsele tähtis. Ükski vanem ei riskiks öelda, et õpetaja jutt on vale. Suhtleb ta ju iga päev õpetajaga ja lapsed on väga siirad. Nad teatavad kohe õpetajale, mida vanem asjast arvas. Selles eas on nad ka vanemate kasvatajad.

Kolmeaastane Kadri, kes sõitis vanemate autos ja tundis suitsulõhna, sest isa suitsetas, ütles isale, et suitsulõhn ajab teda kõhima ja ta tunneb ennast halvasti, sest õpetaja oli lastele selgitanud, mida suits teeb. Isa pidi suitsetamise lõpetama ja edaspidi arvestas alati sellega, kui laps autos oli. Lapsele saab selgitada, et tal on võimalus minna teise ruumi, kus ei suitsetata või võimalikult kaugemale suitsetajatest, kui sellist võimalust ei ole. Lapsi on alati huvitanud täiskasvanute jutt ning tihti on vanematel raske last ära saata. Kui laps aga teab, kuidas mõjub tema organismile suitsuses ruumis viibimine, on ka vanemal kergem lapsele olukorda selgitada.

Tegevused ja meetodid tubakateema käsitlemiseks lasteaiatervisetöötajate- ja kasvatuses. Suitsupaharettide linn

Kõigepealt on lastele vaja selgeks teha, miks ei tasu suitsuga tutvust teha. Alustuseks võib võtta matka paharettide linna, kus lapsed näevad, millega suitsupaharetid hakkama on saanud. Siin sõltub kõik õpetaja enda fantaasiast. Muinasjutu võib koos lastega välja mõelda ja samas püüda seda kõike joonistada.

Kõik, mis toimub lastega paharettide linnas, ongi teadmiste andmine suitsu kahjulikust mõjust. Muinasjutu kaudu mängivad lapsed selle kõik ise läbi ja püüavad leida lahendusi, kuidas igast olukorrast välja tulla ja pakkujatele „ei“ öelda. Linnas näevad nad ka neid, kes ei oska olukordi lahendada ja jäävad paharettide kätte vangi. Kindlasti peab juhtima tähelepanu ka sellele, kuidas suitsupaharetid on hävitanud kõik elava looduse linnas. Edasi võib kasutada harjutust, kuidas protestivad meie organismis elundid tubakasuitsu vastu. (Taimi Parve tõlgitud „Tervise aabits“, lk 3435 „Elundite protest tubakasuitsu vastu“.) Hea materjal on ka raamatus „Mina Tervisemaal“ (Kaili Kepler, lk 2021). Õpetaja võib lastele tuua vaatamiseks ka värvilise pildi terve inimese kopsust ning suitsetava inimese kopsust. (Väga hea pilt on 9. klassi bioloogiaõpikus.)

Põnev on lastele joonistada suitsetaja kopsud, kus paadis sõidavad ringi ilusad hapnikupoisid ja inetud tubakasuitsu poisid, kes püüavad hapnikupoisse paadist välja lükata. Teise pildi peale võib teha kopsud, kus istuvad paadis ainult naeratavate nägudega hapnikupoisid ja tunnevad oma tööst rõõmu, sest ei pea võitlema, et paati jääda. Järgmisena võib värvida kehapildil olevate tubakasuitsust kahjustatud organite juurde viivad nooled punaseks. Iga organi juurde annab õpetaja selgitusi ja arutleb, kuidas me saame vältida oma organite kahjustamist.

Lastele saab ette lugeda Katrin Aasvee raamatust „Meie veresoonte päkapikud“ päkapiku palve lastele: „Ja palun, ära hakka kunagi suitsetama! Püüa mitte olla selles toas, kus keegi suitsetab – see mõjub sulle niisama halvasti kui su enese suitsetamine.“ Sigaretisuitsu sissehingamisel satuvad verre mürgised ained, mis ärritavad ka veresoonte seinu rakke sedavõrd, et need tõmbuvad kokku. Pilud rakkude vahel lähevad sealjuures laiaks. See annab moorile hea võimaluse vaha – ehk kolesteroolipalle voodrirakkude alla toppida. Joonistame selle kohta ka pildi, et asi selgem oleks. Koos vaadatakse seda pilti.

Lastele võib näidata ka Tervise Arengu Instituudi poolt välja antud värvilist pilti, kus on kirjeldatud, missugused kemikaalid peituvad sigaretis. Lastele võib mõningaid tuttavamaid kemikaale nimetada ja selgitada, kui mürgine on tubakasuits.

Väga palju on õpilased joonistanud ka suitsetamisvastaseid plakateid. Hea on, kui lasteaial on tihe side kooliga ja õpilased saavad oma plakateid tutvustada ja neid kommenteerida. Lastega tuleb rääkida ka sellest, kui palju õnnetusi juhtub, kui keegi jääb sigaretti suitsetades magama ja kuidas ka lapse elu satub ohtu, kui ta elab koos sellise täiskasvanuga. Laps saab täiskasvanule seda meelde tuletada, kui ta teab, mis tagajärg võib olla voodis suitsetamisel. Võib kasutada pilti materjalist „Turvaline kodu“ (õnnetuste vältimise meetmed) (Päästeamet, kodanikukaitse selts). Lapsed analüüsisid mitmesuguseid pilte, kus on vaja leida kahjulikud asjad, mis ohustavad sinu tervist. (Hea materjal on M. Kulli koostatud „Sotsiaalsete toimetulekuoskuste õpetus“ 1.3. klassile, aktiivtöö nr 2 „Ohud minu tervisele“.)

Kõiki pilte võib alati lihtsustada ja vastavaid olukordi ise juurde joonistada. Mida rohkem lapsed saavad tegutseda, seda paremini nad teadmisi omandavad. Saab joonistada labürinte, kus neil tuleb mööduda pahedest ja jõuda tervelt koju. Võib koostada ka lauamänge, kus lapsed peavad halva olukorra ringile sattudes ühe viske vahele jätma ja põhjendama, miks. Kes satub hea ja kasuliku tegevuse peale, saab auhinnaks lisaviske.

Lastega saab teha väljas suitsumasina katse. Selleks võetakse suur plastmassist süstal, kuhu mahub sigaret otsa (klaasist süstal võib kuumenemisel katki minna ja lapse kätt vigastada). Süstla sisse pannakse puhas vatt. Sigareti süütab õpetaja õues põlema (toas oleksid lapsed passiivsed suitsetajad) ning koos tõmmatakse suits süstlaga lõpuni. Õpetaja võib lasta ka mõnel lapsel süstalt liigutada (laps peab minema seejärel tuppa käsi pesema, sest kohe on kätel halb suitsulõhn juures). Sellest kogeb laps, et isegi suitsu käes hoidmine annab nahale halva lõhna. Vatt võetakse süstlast välja ning lastakse lastel nuusutada, kuidas see haiseb. See tekitab lastes tavaliselt esimene negatiivne suhtumine suitsetamisesse. Kui kasvatajal on veel pildimaterjali kollastest hammastest, siis jääb see lastele hästi meelde. Võib mängida situatsioonimänge: tänavalt leiab laps sigari, kohvikus suitsetab onu/ tädi, tädi kõhib suitsetamise ajal.... Lastele tuleb rääkida sellest, et loomad, kes elavad suitsetavate inimestega koos, on passiivsed suitsetajad. Nad põevad väga tihti samu haigusi kui suitsetavad inimesed.

ALKOHOL

Alkohoolne jook on uimastava ja sõltuvust tekitava toimega etanooli ehk viinapiiritust sisaldav jook. Alkoholi manustamine põhjustab inimesel emotsionaalseid muutusi, taju-, kõne-, mälu-, koordineerimis- ja tasakaaluhäireid. Alkohol on kõige tugevama toimega sõltuvust tekitav narkootiline aine, mis on enamikus riikides legaalne.

Alkohoolsed joogid jaotatakse kolme rühma:

- kanged alkohoolsed joogid – alkoholisisaldus enam kui 22 mahuprotsenti (viinad, viskid, rummid, liköörid)
- lahjad alkohoolsed joogid – alkoholisisaldus 6 – 22 mahuprotsenti (veinid, vermutid)
- vähese alkoholisisaldusega joogid – alkoholisisaldus 0,5 – 6 mahuprotsenti (õlled, siidrid).

Lapsed elavad täna keskkonnas, kus alkoholi reklaami võib eksimata nimetada agressiivseks, sest seda saadetakse kõikjal kõikidele sihtgruppidele väga erinevate infokanalite kaudu. Alkoholi teema on kõige raskem teema lasteaialaste õpetamisel. Suitsetamise puhul saab laps paluda vanemat, et see ei kahjustaks tema tervist. Alkoholi tarvitamise puhul on see teema väga delikaatne. Kui suitsetamine ei muuda meie isiksust, vaid kahjustab tervist, siis alkohol muudab paljusid inimesi isiksust.

Me ei oska kunagi ette arvata, kuidas võib alkoholi jooles isik antud momendil käituda. Sellepärast ei tohi laps sattuda olukorda, kus ta võib saada väga negatiivse löögi oma vanematelt ja nendega suhted hoopis ära rikkuda.

Lasteaialaps on oma kodu peegel

Lasteaiaõpetajad on kogenud, et lapsed on oma kodu peegel. Lapsed mängivad lasteaias neid olukordi, mida nad kodus märkavad, sellepärast ei ole vaja seda teemat lasteaias ekstra üles tõsta, kuid kui tekib vastav situatsioon, siis on vaja lastele kindlasti selgitada ja juhtida tähelepanu nende teemadele, mis sellega seoses üles kerkivad.

Näiteks. Esmaspäeva hommikul mängivad lapsed nukunurgas sünnipäevapidu. Väike tüdruk, kes ei ole muusikategevuse ajal suudki lahti teinud, laulab „Võta veel üks pits.....” Nüüd peab õpetaja sekkuma ja selgitama, kuidas alkohol lastele mõjub.

- laps saab mürgituse ja tunneb ennast väga halvasti
- ta võib teha pahandusi, mida ta muidu ei teeks, võib sattuda haiglasse pikemaks ajaks või isegi ära surra
- miks lapsed sellisel sünnipäevi ei tähistata?
- sünnipäeva tähistatakse mängudega, lauludega ja õnnitletakse üksteist pidupäeva puhul

Õpetaja peab andma lastele teise võimaluse, kuidas nukunurgas nukkude sünnipäevi tähistada. Tore on, kui rühmal on oma traditsioon sünnipäevade tähistamiseks ja nii võiksid lapsed ka nukkude sünnipäeva pidada. Kui õpetaja ainult keelab ja ei anna juurde selgitusi, miks ei sobi nii käituda, siis laps ei saa aru, sest täiskasvanud ju teevad nii. Hea on lapsele selgitada, et ka täiskasvanu võib midagi valesti teha ja seda ei pea järgima. Lastevanematele peab selgitama, et lapsed matkivad väljaspool kodu seda, mida nad kodus näevad.

Loomad ja alkohol

Lastele võib tuua näiteid, kuidas alkohol mõjub loomadele. Loodusest on selle kohta küllalt näiteid, mis juhtub loomadega, kui nad söövad mädanema ja käärima läinud puuvilju. Tagajärjeks on traumad, agressiivsus, võitlused ja surm.

- koos lastega võib arutada, mis juhtub elevantiga, kui ta sööb käärimas õunu
- siin võib lastel kommenteerida, mis siis juhtub
- õpetaja saab selgitada, miks nii juhtub
- oleks hea rääkida aju tähtsast tegevusest ja alkoholi mõjust ajule (raamat „Enam kui linnuteed”)
- samal ajal on võimalik tõmmata paralleele inimese käitumisega, kui ta on tarvitanud alkoholi
- lastega saab teemat arutada, kas nad on märganud tänaval inimesi, kes ei käitu tavaliselt, vaid tuigerdavad, püüavad vestelda kõikide inimestega, mõni on jäänud hoopiski pargipingile magama või vajunud tänavale
- lapsel on kindlasti oma arvamus sellise situatsiooni kohta
- mida mõtleb väike inimene, millised järeldused ta ise teeb?
- kuidas vältida selliseid olukordi?

Näited elust

Lapsed oskavad elust väga häid näiteid tuua. Õpetaja peab lapsi suunama nii, et jutt käib võõrastest onudest ja tädidest, keda lapsed on tänaval või filmis näinud.

- õpetaja ei tohi puudutada ühegi lapse koduseid probleeme rühmas vesteldes
- lapsed on väga tähelepanelikud ja nii mõnigi laps räägib kodus lasteaiast kuulnud jutust teise lapse vanemate kohta
- me ei oska kunagi ette arvata, kuidas vanemad reageerivad
- kodu on lapse jaoks püha koht, ükskõik milline see siis on ja mis seal toimub
- tihti ei soovita teised vanemad oma lapsel sellise lapsega sõbrustada
- laps ei ole süüdi vanemate tegudes ja ei vastuta selle eest
- kui tal on kodus probleeme, siis tuleb neid lasteaias veel lisaks

Paljudes riikides õpetatakse lapsi oma muresid teistega jagama. Meie ühiskonnas püüab perekond oma probleeme varjata. Laps ei tohi sõpru külla kutsuda, ei tohi sugulastele rääkida jne. Tihti on laps sunnitud valetama. See võib mängida suurt rolli tema käitumises tulevikus (seda on hädavajalik vanematele selgitada). Sellepärast peab õpetaja seda teemat käsitlema väga delikaatselt ja läbimõeldult.

Riskid

Vahel on lastel väga hea kontakt vanemaga just siis, kui vanem on tarvitanud alkoholi. Ka väga range ja kriitiline isa võib olla siis hell ja rõõmsameelne, mis sel juhul on lapsele väga meelepärane. Nii lastele kui vanematele peab selgitama, et alkohol ei ole suhtlemisvahend, see on mürk: vanematele tuleb rääkida, et etanool laguneb organismis äädikhappeks ja äädikhape aldehüüdiks ja need ained on väga mürgised. Vahel on vanem aga agressiivne ja kuri. Kui laps kurdab õpetajale oma muret, peab õpetaja võimalusel aitama lapsel leida lahendust. Tihti on lapsel vaja lihtsalt oma murest rääkida. Õpetaja peab lapse ära kuulama ja selgeks tegema, kellele lapsevanematest ja sugulastest tohib rääkida lapse probleemidest või kas üldse tohib kellelegi rääkida. Lapses ei tohi tekitada vastumeelsust vanemate suhtes, vaid tuleb püüda lapse probleemidele lahendust leida ja toetada teda tema suhetes oma vanematega, nii palju kui see vähegi võimalik on. Ta on veel liiga väike, et osata selle probleemi lahendamisele ise kaasa aidata. Nii võib ära rikkuda suhted vanematega. Lapsele on vaja mõlema vanema tähelepanu ja armastust.

Näide. Õhtul lasteaiast lahkudes küsib laps isalt: „Isa, kas me poodi läheme?” „Aga muidugi.” Laps kommenteerib õpetajale „Ema käskis vaadata, et isa õlut ei ostaks.” Sellisel juhul tuleks väga delikaatselt vanemaga vestelda ja vanematele selgeks teha, et laps ei ole kontrolör, nuhk ega oma vanemate järelvalvaja, vaid pere täieõiguslik liige. Vahel ei tekita see suuri probleeme. Vanemale võib anda lugeda materjale, mis selgitavad, kuidas ta suudaks aidata oma elukaaslast.

Tihti kasutavad vanemad väiksemaid lapsi just selleks, et seada kontroll vanema üle, kes tarvitab alkoholi. See on aga suur risk lapsele. Lapse kasutamine teise vanema kontrollimiseks on illusioon: suhted lapse ja vanemate vahel mõranevad, tekib umbusaldus ja vaen ühe vanema vastu, hakatakse vanematega manipuleerima. Seda peab vanematele selgitama. Iga vanem peab oma probleemid ise lahendama ja mitte kaasama sellesse lapsi. Lastele tuleb kindlasti ka selgitada, kuidas käituda purjus võõra inimesega. Purjus inimesed on väga jutukad ja otsivad tihti lastega kontakti. Oma koomilise käitumisega köidavad nad alati laste tähelepanu.

Õpetaja peab selgitama, kuidas laps peab käituma ja miks ta peab nii käituma. Vanematele peab selgitama, et võhivõõra inimesega suhtlemine võib lapsele ohtlik olla, sest kõik täiskasvanud ja võõrad lapsed ei pruugi soovida talle head ja võivad käituda vägivaldselt. Siin on võimalik jälle korrata, miks alkoholi tarvitanud isik nii käitub ja miks ta võib olla ohtlik. Lastele tuleb selgitada ka seda, et ühtegi jooki ei tohi võõra inimese ega teise lapse käest võtta ilma vanema teadmata (õues, mänguväljakul jne). Hea on, kui õpetajal on vestluseks kasutada pilte ja materjale, kus võõrad pakuvad jooki või kommi tutvuse sobitamiseks.

Praktiliseks tööks

Pildid erinevatest jookidest. Alkohoolse joogi kõrvale joonistab laps kurva näo, teisele poole leiab pildi lapsele sobiva joogiga ja joonistab rõõmsa näo. Pilte võib lastel lasta ka ise otsida ja välja lõigata reklaamilehtedest ning koostada samasuguseid lehti. Hiljem tuleb neid töid koos õpetajaga analüüsida.

Õpetaja joonistab labürindi, mille teel on mitmesuguseid kasulikke ja kahjulikke jooke. Lapsed aitavad Priidul või Maiel leida õige tee koju. Õpetaja kommenteerib, mis juhtub, kui Priit valib vale tee.

UIMASTID

Narkootikum on uimasti, mille tarvitamine on seadusega keelatud. Legaalne uimasti –aine, mille tarvitamine on seadusega lubatud või ainult osaliselt piiratud (nt vanusepiirang tubaka ja alkoholi tarvitamise puhul). Uimasti on psühhoaktiivne aine, sõltumata selle legaalsusest või illegaalsusest. Kõige üldisemas mõttes on narkootikumid kõik sellised ained, mis mõjutavad inimese enesetunnet, ümbritseva maailma tajumist ja käitumist.

Tavaliselt kutsutakse narkootikumideks siiski aineid, mida inimesed kasutavad joobe või naudingu saamiseks, aga mis on seadusega keelatud ning tervisele ohtlikud. Eesti keeles kutsutakse narkootikume ka uimastiteks. Lisaks on igal uimastil oma nimi ja tavaliselt ka hulk hüüdnimesid. Omamoodi narkootikumideks võib pidada ka alkoholi ja tubakat. Nende kasutamine ei ole lihtsalt seadusega keelatud. Alkoholist ja tubakast on saanud kultuuri osa, nende ärakeelamine pole lihtsalt enam õnnestunud. Küllap on põhjus ka selles, et alkohol ja tubakas pole mõõdukates kogustes tervisele siiski nii ohtlikud kui “päris” narkootikumid.

Oluliseks teemaks on laste enesega toimetuleku oskuste ja üldiste sotsiaalsete oskuste õpetamine. Arendades lastes sotsiaalset kompetentsust, on võimalik vähendada uimastipropaganda mõju (alkohol, tubakas, narkootikumid) ja vähendada suitsetamise, alkoholi pruukimise ning illegaalsete uimastite tarvitamise motivatsiooni tulevikus.

Lasteaias on vaja kasvatada ka õiget suhtumist ravimite tarvitamisse. Lapsed peavad teadma, et kui tarvitatakse ravimeid valesti või tarvitab see, kellele ei ole need ette nähtud, muutuvad ravimid meie organismi jaoks mürgiks. Ravi asemel me hoopis mürgitame ennast. Unustada ei tohi ka seda, et ka lapsevanemad ise võivad olla uimastitarbijad ja lapsed võivad narkootikumidega kokku puutuda pereringis. Vestluses tuleb lastele selgitada, kelle käest me võime ravimeid võtta. Kasutada võiks töölehti, kus on pildid (ema, isa, vanaema, vanaisa, õde, vend, sõber, võõras jne). Lapsed lõikavad välja need pildid, kelle käest nad võivad ravimeid võtta ja kleebivad töölehele. Arutletakse koos kasvatajaga, miks ei või kõikide käest ravimeid vastu võtta.

Tähelepanu tuleb juhtida kindlasti sellele, et eakaaslase ning võõra lapse käest ei tohi ühtegi tabletti (pulbrid, vedelikud jms) vastu võtta. Vahel käituvad vanemad mõtlematult ja annavad lapsele kaasa vitamiine või köhatablette (vanematele tuleb selgitada sellise teo tagajärgi). Lapsed võivad ka kodust vanemate ravimeid tuua kaasa. See on ohtlik, kuna laps jagab neid ka teistele. Mõni laps on tundlik teatud ravimite suhtes. Tekib ka harjumus teistelt tablette vastu võtta, mis on väga ohtlik tulevikus lapse tervisele (seda tuleb ka vanematele selgitada). Lastele võib lugeda ette katkend H. Männi raamatust „Koer taskus“, kus Nässu õpetab Taavit rohtusid võtma. Lastega tuleb arutleda, miks Taavi sattus haiglasse ning mis oleks võinud veel juhtuda.

Töö vanematega

Vanematele tuleb selgitada, miks ei tohi ravimeid lastele kappi panna, kuigi need tunduvad ohutud. Tähelepanu tuleb juhtida ka sellele, et ravimid ja narkootilise toimega ained ei oleks kunagi lastele kättesaadaval kohal.

Vanematele tuleks lugemiseks panna rühma riietusruumi „Imikute ja väikelaste vigastuste vältimine“ (välja antud Eesti Haigekassa poolt 2006.a).

Kemikaalid

Laps õpib maailma tundma vaadates, katsudes ning nuusutades. Me teame, kui ohtlik on kemikaalide (happed, liimid, atsetoon, bensiin jne) sissehingamine. Lastele tuleb selgitada, mis juhtub, kui me hingame sisse ohtlikke aineid ja kuidas see kahjustab meie tervist. Tuleb rõhutada, et igasuguste keemiliste ainete sissehingamine või sisse võtmine võib põhjustada surma või pikka haigust. Hea on kasutada töölehti, kus on lapse kuju. Teisel lehel on erinevad pildid kahjulikest kemikaalidest (happed, väetised, kodukeemia jne) ja kasulikest ainetest, mida laps võib sisse hingata. Laps lõikab lehelt välja need pildid ja kleebib kuju juurde, mis on lastele kasulikud ja ohutud (mesi, pärnaõied jne.). Kemikaalide piltide puhul selgitatakse, miks nende lõhnade sissehingamine on ohtlik. Kasvatajal on pildid, kus kemikaalide juurde on joonistatud kurb nägu, kasulike vahendite juurde rõõmus nägu. Arutletakse, miks on nägu kurb või rõõmus. Hiljem saavad lapsed ülesande ise joonistada piltide juurde õiged näod ja joonistust põhjendada.

Riskid

Kasvatajad peavad üle vaatama ka arstimängu vahendid. Kindlasti ei tohi seal olla ühekordseid kasutatud süstlaid. Kui laps on sellega harjunud mängima, siis võib ta mänguplatsilt või tänavalt selle üles korjata ning mängu võtta. Narkomaanid jätavad neid igale poole vedelema. Laps peab teadma, et see on talle ohtlik. Talle on vaja selgitada, kuidas peab käituma, kui maas vedeleb süstal ja keda tuleb sellest teavitada (ema, teine täiskasvanu jne). Hea, kui kasvatajal on jooniseid, kus on kujutatud õige käitumine. See jääb lapsele paremini meelde. Süstalde ohtlikkusest tuleb kindlasti rääkida ka vanematele.

Erivajadustega lapsed lasteaias

Pille Häidkind, eripedagoog

Tartu Ülikooli lektor ja doktorant

Igasse vanusgruppi kuuluvatel inimestel on palju sarnaseid omadusi, aga ka mitmed individuaalsed eripärad – osa teeb meid justkui huvitavamaks ja isikupäraseks, pahupoolest peame aga targemaks pigem vaikida. Lasteaias käivate lastega on samamoodi, st ei ole olemas ideaalset täiskasvanut ega ideaalset last. Käesolevas artiklis vaatleme lähemalt neid juhtumeid, kui lapse individuaalsus ja vajadused varieeruvad ulatuslikumalt, kui tema vanuse kohta ootuspärane on.

Erivajadustega lapsed tulevad üha sagedamini tavalisse lasteaeda ja rühma, samuti suudetakse neid õpetajakoolituse täiustudes paremini üles leida. Kaasaegsele lasteaiaõpetajale on vajalikud teadmised erivajaduste alaliikide kohta, valmisolek koostööks spetsialistide ja lapsevanematega, oskused kohandada lapse kasvukeskkonda lähtudes konkreetse lapse vajadustest. Samuti on õpetajal kasulik olla kursis lasteaia-väliste tugisüsteemidega.

ERIVAJADUSTEGA LAPSED

Erivajadustega on laps, kelle võimetest, tervislikust seisundist, keelelisest ja kultuurilisest taustast ning isiksuseomadustest tingitud arenguvajaduste toetamiseks on vaja teha muudatusi või kohandusi lapse kasvukeskkonnas (mängu- ja õppevahendid, ruumid, õppe- ja kasvatusmeetodid jm) või rühma tegevuskavas (Koolieelse lasteasutuse riiklik õppekava, 2006). Seega on võimalik lapse erivajadusi määratleda üksnes tema arengu põhjaliku tundma õppimise järel ning konkreetset kasvukeskkonda arvestades.

Erivajaduste tekkepõhjustes kombineeruvad pärilikud eeldused keskkonna mõjudega, põimumine võib toimuda soodsas või ebasoodsas mõttes. Erivajaduste liigid sõltuvalt tekkepõhjustest ja avaldumise eripärast on järgmised (RHK-10, 1995; Kõrgesaar, 2002; Porter, 2002; Unt, 2005; Hallap, 2006; McCormick, 2006).

Lapse arengu erinevate valdkondade kahjustumisest tulenevad puuded ja häired:

- kuulmispuuded, nägemispuuded, vaimupuuded, kõnepuuded, kehapuuded, spetsiifilised arenguhäired, orgaanilise taustaga emotsionaalsed või käitumishäired, pervasiivsed arenguhäired vastastikuse sotsiaalse mõjutamise ja suhtlemise kvalitatiivne kahjustus, millega kaasneb huvide ja tegevusaktiivsuse piiratus). Kui korraga esineb organismi mitme funktsiooni kahjustus, räägime liitpuuetega lastest

Lapse head pärilikud eeldused arenevad edasi arengut stimuleeriva keskkonna mõjul:

- andekuse alaliikide (intellektuaalne, kunstiline jt) ühiseks omaduseks on tavapärasest suurema loovuse ilmumine

Lapse areng jääb eakohase normi piiresse, kuid on tugevasti mõjutatud kasvukeskkonnast:

- eesti keelest erineva emakeelega lapsed; kodusest kasvatuses tingitud emotsionaalsed ja käitumishäired

Praktikas on sageli väga keeruline eristada, millise erivajaduste alaliigiga on konkreetset juhul tegemist, sest varieeruvad tekkepõhjused (näiteks kerge arengukahjustus pluss mittetoetav kodune keskkond) ja erivajaduste ulatus (mahajäämus võib olla vaid üksikutes valdkondades või üldisem, sügavam) ning erivajaduste alaliigid põimuvad omavahel (teise koduse keelega laps võib olla puudega või andekas). Väikese lapse arengust ülevaate saamiseks on vajalik pikemaajaline tähelepanekute tegemine, koostöö spetsialistide ja perekonnaga jne. Kogunenud teabele on võimalik rajada kohalikes tingimustes sobilik erivajadustega laste abistamise ja arendamise süsteem.

VARAJANE SEKKUMINE LASTEAIAS

Varajase sekkumise all mõeldakse riskifaktoriga sündinud laste arengu jälgimist, erivajadustega laste võimalikult varajast märkamist, mahajäänud või enamarenenud valdkondade hindamist ja sobiva arendustöö planeerimist ning teostamist (Shonkoff, Meisels, 1990). Varajane alustamine erivajadustele vastava arendustegevusega võimaldab ära hoida (ennetada), leevendada või kõrvaldada teiseid mahajäämuse nähte. Siinkohal on ehk vajalikud mõned näited.

Oletame, et tegemist on pimedaga lapsega. Esmaselt on kahjustatud nägemisanalüsaator, seetõttu on oluliselt piiratud lapse võimalused õppida tundma ümbritsevat keskkonda ja n-ö teiseks mahajäämuse nähuks võib kujuneda tajude arenematus, probleemid kontakti loomisel, ruumis orienteerumisel jmt. Käitumisprobleemidega lapsel on koduse kasvatuses puudujääkidest tulenevalt esmaselt häirunud kaasinimestega suhtlemise oskused. Lasteaias tekivad seetõttu rohked konfliktid ja halvasti käituvat last hakkavad kaaslased tõrjuma. Teise häirena võib siinkohal järgneda lapse enesehinnangu alanemine, mängudest kõrvalejäämisel väheneb lapse võimalus kogeda uusi muljeid jne.

Varajase sekkumise eesmärgiks on kaasa aidata erivajadustega lapse võimetekohasele arengule ja toetada ka lapse perekonda. Lapse arenguks on vajalikud erivajadustest tulenevad lisatingimused (spetsialistid, teenused, abivahendid) ja sisuliselt erineva rõhuasetusega arendustegevus. Juhul, kui lapse areng eakohasest erineb, tuleb kiiresti leida võimalused ja viisid mahajäämuse kõrvaldamiseks. Avastatud „tühikud“ tuleb eakohaste oskustega täita (Kuusik, 2007). Eeltoodud näidete puhul tuleb pimedat last õpetada ümbritseva uurimiseks kasutama säilinud kuulmis- ja kompimismeelt, toetuda kõnele. Koduse kasvatuses puudulikkusest tingitud käitumisprobleemide korral tuleb lapsevanematega teemat arutada ning ühiselt panustada lapse sotsiaalsete oskuste järk-järgulisse arendamisse.

2–7- (8-) aastaste laste arendustegevus toimub lapse erivajaduste alaliigist, ulatusest, perekonna eelistustest ja kohaliku omavalituse võimalustest sõltuvalt kas lasteaia tava-, sobitus- või erirühmas (vt Koolieelse lasteasutuse seadus, 1999). Tavarühmades (sõime-, aia- ja liitühmades) võib esmakordselt erivajadusi märgata. Kergemal kujul avalduvate puuetega, koduse kasvatuses ja emakeele osas erinevad lapsed ning andekad lapsed saavad tavarühmades õpetajate poolt vajalikku lisatähelepanu, nõustatakse lapsevanemaid jne. Sobitusrühmadesse kuuluvad koos eakohaselt arenenud lastega ka üksikud erivajadustega lapsed. Laste arv rühmas on sõltuvalt erivajaduste ulatusest kuni kolme võrra väiksem ühe erivajadustega lapse kohta. Lasteasutustes sobitusrühmades tagatakse vajalik eriabi meetoodiliste ja korralduslike meetmetega, spetsiifilise õppe- ja kasvatustööga ning abivahendite kasutamisega. Erirühmad moodustatakse erivajaduste alaliikide kaupa. Laste arv on oluliselt väiksem (412 last) kui teistes rühmatüüpides. Asutuses töötavad vajalikud lisaspetsialistid, olemas on spetsiaalsed abi- ja õppevahendid, tagatud on lapse arendamine lähtuvalt erivajadustest.

Varajase sekkumise planeerimisel ja elluviimisel tuleb kokkuvõttes arvestada järgmisi üldpõhimõtteid:

- arendustegevuse alustamine niipea, kui lapse erivajadusi on märganud
- spetsialistide kaasamine, meeskonna- ja võrgustikutöö
- lapse perekonna nõustamine ja juhendamine tegevusteks oma lapsega, lapse ja perekonna iseseisvuse toetamine nii palju, kui see võimalik on
- individuaalne lähenemine vastavalt lapse erivajadustele ja keskkonna võimalustele
- ühest kasvukeskkonnast teise ülemineku toetamine (Shonkoff, Meisels, 1990)

MEESKONNATÖÖ VORMID

Erivajadustega laste ja nende perede abistamine on alati ja igas lasteaia rühmas meeskonnatöö. Siin kehtivad vähemalt kaks üldist seaduspärasust: 1) mida ulatuslikumate erivajadustega on tegemist, seda suurem on lapsega tegelev meeskond (ulatub ka lasteaiast väljapoole); 2) mida enam liikmeid lapse meeskonda kuulub, seda suurem on vajadus meeskonnatöö

koordineerimise järele (meeskonnal peab olema juht). Vaatleme järgnevalt varajase sekkumisega seotud meeskonnatöö vorme lasteaiast väljaspool ning lasteaia-siseselt. Eesti Vabariigis kuuluvad ka väikesed puuetega, orgaaniliste arenguhäiretega lapsed rehabilitatsioonisüst eemi, mida haldab sotsiaalministeerium. Lapse tervisliku seisundi alusel, kui on piisavat põhjust kahtlustada arengulist mahajäämusest või vajab laps sagedaste või krooniliste haiguste tõttu rehabilitatsiooniteenuseid, suunatakse laps ja tema vanemad arstliku ekspertiisi komisjoni ning rehabilitatsiooniasutusse. Seal tegutsev rehabilitatsioonimeeskond hindab lapse tervislikku seisundit ja arengutaset ning soovib puude astme, määratleb lapsele vajalikud teenused, st koostatakse isiklik rehabilitatsiooniplaan (2005) (vt ka Puuetega inimeste sotsiaaltoetuste seadus, 1999).

Koostatud ja kinnitatud rehabilitatsiooniplaan antakse lapsevanemale, seejuures nõustatakse peret, kuidas vajalike teenusteni on võimalik jõuda. Lasteaiaõpetajatel ja teistele spetsialistidel on vajalik lapse rehabilitatsiooniplaan niga tutvuda selleks, et paremini mõista lapse seisundit ja vajadusi eritingimuste järele koolieelses lasteasutuses. Juhul, kui on tegemist ulatuslike erivajadustega (raske, sügav puue) ja laps vajab seetõttu rohkesti rehabilitatsiooniteenuseid, väga suuri muudatusi kasvukeskkonnas, on lapsevanemal otstarbekas pöörduda piirkondliku nõustamiskomisjoni poole (vt Põhikooli- ja gümnaasiumiseadus, 1993). Nõustamiskomisjonide pädevuses on muuhulgas koolieelses eas laste suunamine sobitus- või erirühmadesse; koolikohustuse edasilükkamise soovimine ning suunamine erikoolidesse. Kui piirkonnas ei ole võimalusi erivajadustega lapse arendamiseks, saab maakondlik või linna nõustamiskomisjon kohaliku omavalitsust teavitada vajadusest luua sobitus- või erirühm, võtta tööle spetsialiste jne. Samuti on nõustamiskomisjonide rolliks piirkonna koolieelsete lasteasutuste nõustamine erivajadustega lapsi puudutavate teemade osas.

Kõikide lasteaegade õppe- ja kasvatustegevuse korralduse aluseks on **Alushariduse raamõppekava** (1999) (vt ka Koolieelse lasteasutuse riikliku õppekava määruse projekti, 2006). Koolieelses lasteasutuses on võimalik varajast sekkumist ja sellega seotud meeskonnatööd korraldada erinevalt, iga lasteaed saab põhimõtted kokku leppida asutuse õppekava/tegevuskava raames. Laiemas mõttes saame kindla lasteasutuse õppekava koostamist vaadelda kui meeskonnatööd – selle koostamisel osalevad õpetajad, hoolekogu, juhtkond jt.

Liikudes lasteaia sees n-õ allapoole, võime eristada rühmade meeskondi. Ühe lasteaia rühma meeskonda kuuluvad asutuse töötajad, kes nende lastega tegelevad (õpetajad, õpetaja abi, muusika- ja liikumisõpetaja, logopeed, tervishoiutöötaja jt) ning rühma lapsevanemad. Erivajadustega laste märkamiseks ning rühma õppekava/tegevuskava planeerimiseks peaksid rühma töötajad eraldi kokku tulema iga õppeaasta alguses lastega tutvumise järel. Siis saab muuhulgas otsustada, kas ja milliseid kohandusi tuleb rühma kasvukeskkonnas sel aastal teha.

Ühiseid koosolekuid kõigide lapsevanematega on soovitatav korraldada vähemalt kaks korda õppeaastas (alguses ja lõpus). Informatsiooni lapsevanematele iga lapse kohta antakse üksnes individuaalsete vestluste käigus (vt arenguvestlused allpool).

Individuaalne arenduskava (edaspidi IAK)

koostatakse rühma meeskonna otsusel neile lastele, kelle arengutase erineb mõnes valdkonnas oluliselt eeldatavast eakohasest tasemest ning kelle erivajaduste tõttu on vaja teha rühma keskkonnas enam muudatusi. IAK-i rakendamine võimaldab arvestada erivajadustega lapse ja tema perekonna vajadusi, aitab tagada lapse turvalise ja võimetekohase arengu. Olenevalt erivajadustest esitab IAK lapse arengule võrreldes rühma õppekavaga kas

- suurendatud nõudmised (andekad lapsed) või
- vähendatud nõudmised (arengulise mahajäämusega lapsed) (Erg jt, 2002, Haridus- ja Teadusministeerium, 2004)

IAK koostatakse alati meeskonnatööna, selles osalevad kõik erivajadustega lapsega tegelevad täiskasvanud lasteaia, vajalikud koostööpartnerid piirkonnas (näiteks sotsiaaltöötaja, perearst jt) ja perekond. Protsessi käigus tuleb täpsustada iga osaleja kohustused ja konkreetsed ülesanded, mille kaudu lapse arengut toetada. Põhilisteks IAK-i teostamise eeldusteks on õpetajate valmisolek ja ettevalmistus, lapsevanemate soov ja valmidus koostööks ning spetsialistide võrgustiku olemasolu lasteaia või lähikümbruses.

IAK-i koostamise protsessis on eristatavad järgmised põhiastjad:

- võimaliku erivajadustega lapse märkamine (rühma meeskonna arutelud)
- erivajaduste kahtluse korral täpsustavad hindamistegevused, nende sisu ja ulatuslikkus sõltub konkreetse lapse erivajadustest
- arenguvestlusele lapsevanematega peaks eelnema lasteaia ja spetsialistide meeskonna omavaheline arutelu. Siin fikseeritakse arendustegevuse üldesmärgid, valdkonnad ja jõukohased oskused, valmistatakse ühiselt arenguvestluseks. Teisel korral kutsutakse osalema lapsevanemad ning neile tutvustatakse eelnevalt kirja pandud kava, tehakse vajadusel parandusi ja täiendusi lapsevanemalt lisanduva informatsiooni alusel
- IAK-i rakendamine nii, nagu arenguvestlusel kokku lepitud. IAK hõlmab vastavalt vajadusele erinevas vahekorras nii individuaalset tegelemist lapsega, tegelemist väikesemas grupis (alarühma tegevused) kui ka võimetekohast osalemist frontaalsetes tegevustes (ühistegevused). IAK-i teostamise käigus on oluline teha märkmeid edasiminekute ja probleemide kohta, vajadusel kutsutakse meeskond veelkord kokku
- tulemuste hindamine. IAK koostatakse alati kindlaks ajavahemikuks, ajaline kestus võib sõltuvalt lapse arengu tempost ja erivajaduste alaliigist olla mõnest kuust kuni terve õppeaastani

Ajavahemik fikseeritakse IAK-i kokkuleppimise käigus ning perioodi lõpus tuleb meeskond, sh lapsevanemad, uuesti kokku. Töö käigus tehtud märkmete alusel antakse ülevaade lapse arengu dünaamikast valdkonniti ning arutatakse edasise tegevuse üle. Olenevalt lapse saavutatud arengutasemest jätkatakse IAK-i vormis või on võimalik juba lähtuda rühma õppekavast või on otstarbekam soovitada rühmatüübi vahetamist.

KOOSTÖÖ KORRALDAMINE LAPSEVANEMATEGA

Täiskasvanute omavahelised suhted mõjutavad õhkkonda nii lasteaia kui ka kodus. Liigume selles suunas, et tagada lapsele sujuv üleminek kodust lasteaeda ja vastupidi. Seega eeldab varajane sekkumine koostöö pakkumist lasteaialt lapsevanematele. Koostöö lapsevanematega, kellel on erivajadustega laps, rajaneb samadele alustele nagu igasugune suhtlemine lapsevanematega. Tuleb aktsepteerida pere iseärasusi, lapsevanemate seisukohti, olla valmis selgitama lasteaia töökorraldust ning õpetamise viise jne.

Kisand (2006) teeb kokkuvõtte mitmete autorite (Mattus, McConnel, McEvory, Walsh, Tait) seisukohtadest ja tõdeb, et kõik pered vajavad tunnustamist selles, mida on suudetud lapse arengu toetamiseks teha. On leitud, et lapsevanemad, kes on kaasa haaratud oma lapse arendamisse, mõistavad lapsi paremini ja nende enesehinnang tõuseb. Nad jagavad meelsamini oma kogemusi ka teiste vanematega ja tunnustavad õpetajate jõupingutusi sobivate õppemeetodite rakendamisel.

Soovides mitte liigselt eristada eakohase arenguga ja erivajadustega laste vanemaid (tava- ja sobitusrühmades), peatume põgusalt õpetaja rollil rühmas valitsevate hoiakute ja suhtumiste kujundamisel. Nagu pedagoogikas laiemalt, kehtib ka koostöö suhte loomisel lapsevanematega seaduspära, et mida põhjalikumalt õpetaja tegevusi ette valmistab, seda tõenäolisemalt saavutab ta ka edu. Seega on oluline kõigepealt õpetajal endale selgeks teha, missuguse erivajadustega lapsega on tegemist, kuidas erivajadused juba mõjutavad või hakkavad lähiajal mõjutama rühma olukorda, samuti mismoodi võib mõjuda rühma keskkond erivajadustega lapsele, tema vanematele. Teabe saamiseks tuleb sihipäraselt vaadelda laste omavahelist suhtlemist, mängu ja õppimist; lugeda erialakirjandust, osaleda koolitustel, vestelda spetsialistide ja juhtkonna esindajatega, erivajadustega lapse vanematega jne. Nii saavad õpetajale selgemaks tingimused, millest edasisel tegelemisel lähtuda nii rühmas kui ka lapsevanematega suheldes. Õpetajal tuleb teadvustada oma eeskujul andev roll – kuidas suhtub erivajadustega lapsega seonduvasse tema, nii kipuvad seda üle võtma teised lapsed ja ka lapsevanemad.

Rühma üldkoosolekul tuleb planeerida omapoolsele peenetundelisele teabe jagamisele lisaks võimalus, et erivajadustega lapse vanemad selgitaksid ja vastaksid teiste lapsevanemate küsimustele oma lapse kohta (eelnevalt on vajalik nende nõusolek).

Ka siin tuleb õpetajal olla tähelepanelik, vajadusel vestlust suunata ja sekkuda (lugupidamatuse, haletsemise jmt korral). Miks on nii oluline teiste peredega teavet jagada? Vastus on imelihtne – niimoodi räägivad ja selgitavad teised lapsevanemad oma lapsele erivajadustega lapse iseärasusi ja rühmas tekkida võivaid probleeme. Analoogete) vestlusringi(de) läbiviimine on vajalik ka lastega, siin tuleb teavet pakkuda lapsepärast ja korraga väiksemas mahus, tuua näiteid toimunud tegevustest ja mängudest, näidata perefotosid jne. Kokkuvõttes tuleb õpetajal püüda luua kokkuhoidmise ja vastastikuse toetamise õhkkond kõikide laste ja perede jaoks.

Individuaalse suhtlemise levinud vormiks on lasteaeades saanud arenguvestlused. Arenguvestlus on regulaarne ja ettekavandatud pedagoogilise tegevuse osa, mille sihiks on toetada lapse arengut. Arenguvestlusel arutletakse lapse arengu tugevate ja toetust vajavate külgede üle ning kavandatakse igapäevast tegevust kodus ja lasteaias (Almann, 2006). Nõustamise laiemaks sihiks on toetada ja tugevdada peresid, aidates neil saada kompetentsemaks ja sõltumatumaks.

Individuaalsed vestlused õpetaja ja lapsevanema vahel aitavad:

- mõista peresiseid suhteid ja väärtusi ning pere materiaalsel olukorda
- saada ülevaate pere väärtushinnanguist ja sellest, kuidas last arendatakse
- saada teavet lapse huvidest ja tegevuste kohta väljaspool lasteasutust
- anda infot lapse toimetuleku kohta lasteaias
- leida koostöövõimalusi lapse arendamiseks
- luua usalduslikud suhted (Lindau, 2004)

Salumaa, Talviku ja Saarniidu (2004) järgi soovitatakse arenguvestlusi pidada 6 nädala kuni 6 kuu möödumisel õppeaasta algusest, sest vanemad on laste arengust enam huvitatud, kui laps just on hakanud lasteaias käima. Almann (2006) väidab, et arenguvestlus õnnestub siis, kui selleks valmistuvad mõlemad osapooled. Nii soovitatakse jagada ka lapsevanematele enne arenguvestlust küsimustikke, et suunata lapsevanemat analüüsima lapse iseloomuomadusi, käitumist, lapsevanema ootusi jms.

Tuleb arvestada, et erivajadustega lapse vanematel on pikaajaline suhe oma lapsega, neil on kogemused haiglastest, uuringutest jne, st mõneski osas saavad lapsevanemad olla õpetajale vajaliku teabe valdajad.

Nagu eakohase arenguga lapse puhul, eeldab arenguvestlus erivajadustega lapse perekonnaga õpetaja eelnevat tutvumist lapse iseärasustega, aga ka laiema teenuste võrguga antud piirkonnas. Kiisi (1999) uurimisest selgus, et peredes, kus erivajadustega laps on eelkoolialine, soovivad lapsevanemad informatsiooni:

- lapse puude olemusest, potentsiaali ja arendamisvõimaluste kohta
- lapse võimalike kooliprobleemide kohta
- olemasolevate tugiteenuste kohta

Koolieelse lasteasutuse ülesanne perede nõustamisel on selgitada perele ka lapse neid vajadusi, mis jäävad väljapoole lasteaias kompetentsi ja julgustama väliste ressursside kasutamist. Erivajadustega laste vanematele saab aidata informatsiooni koguda, assisteerida teenuste kättesaadavust, anda nõuandeid, mis hõlmavad erinevate meetodikate rakendamist kodus. Samuti saab spetsialist anda näpunäiteid, kuidas toimetada igapäevaseid koduseid tegevusi, millega pered pole harjunud ja tutvustada erinevate lapse jaoks vajaminevate tehniliste abivahendite kasutamise võimalusi (Porter, 2002). Arenguvestlusel saavutatud kokkulepete (eesmärgid, tegevused järgneva arenguperioodiks) alusel võivad toimuda mitmed järeltegevused: täiendav arenguvestlus, juhendamine, saavutatute hindamine ning kokkulepete korrigeerimine, täiendav juhendamine jne. Kisandi (2006) uurimuse põhjal toimub lasteaeades kõige sagedamini lapsevanema juhendamine (76,5%) ja teiste spetsialistide kaasamine (70,6%), vajadusel koostatakse ka individuaalseid arenduskavasid (29,4%). Järeltegevustesse võib kokkuleppel lapsevanemaga kaasata kohaliku omavalitsuse ametiisikuid (Salumaa jt, 2004) ja lasteaias väliseid spetsialiste. Arenguvestlused reeglina dokumenteeritakse ja teatavaks saanud informatsioon on konfidentsiaalne: seda ei levitata ilma vestlusel osalejate nõusolekuta.

LAPSE INDIVIDUAALSE ARENGU JÄLGIMINE JA TOETAMINE

Vajadust iga lasteaialapse individuaalset arengut jälgida, märkmeid teha ja lapsevanematele vahendada, rõhutab kehtiv Alushariduse raamõppekava (1999). Lasteaias analüüsivad ja hindavad õpetajad lapse teadmisi ja oskusi tema eelneva arengutaseme suhtes, samuti võrreldes teiste samas vanuses lastega. Hinnatakse peamiselt arenguprotsessi ja selleks, et vajadusel teha muudatusi lapse kasvukeskkonnas. Erivajadustega laste jaoks on vajalikud tavakeskkonna väiksemad või suuremad muudatused, soovitusi selleks võib muuhulgas leida isiklikust rehabilitatsiooniplaanist (kui see on koostatud). Kasvukeskkonna kohandamine hõlmab nii füüsilisi tingimusi (ruum, õppevahendid), sotsiaalseid tegureid (õpetajakoolitus, spetsialistide olemasolu, perekonna nõustamine) kui ka asutuse ja rühma töökorraldust (meeskonnatöö, õppekavad) (Ülevaade muutustest..., 2005). Et lapse iseseisvus toimetulekul tasapisi suureneks ning abivajadus väheneks, peab keskkond olema lapse arengut toetav ja stimuleeriv. Suuremat osa erivajadustest on võimalik soodsate keskkonnatingimuste toel rahuldada tava- ja sobitusrühma tingimustes. Harvaesinevate, sügavate ja keeruliste erivajaduste kombinatsioonide korral on lapse vajadused hõlpsamini rahuldatavad aga erirühmas.

Lasteaias rühmas on kasvukeskkonna kohandamisel suurim sõna- ja tegutsemisõigus õpetajatel, aga ka asutuse spetsialistidel (tervishoiutöötaja, logopeed jt), juhtkonnal. Mida on seejuures vaja arvestada? Erineva arengutasemega laste koos õpetamine eeldab õpetajalt lapse õpitegevuse raskusastme reguleerimise oskust (Erg jt, 2002), st õpetaja peaks suutma:

- arvestada spetsialistide juhiseid ja lapsevanemate soovitusi
- kujundada keskkond lapse võimetele vastavaks, motiveerivaks
- püstitada arendustegevusele jõukohased eesmärgid,
- kujundada iga õpetatavat oskust väikeste sammude kaupa
- muuta sõnalise materjali (selgitused, korraldused, jutustused) keerukust, et selle mõistmine oleks lapsele jõukohane
- kasutada vajadusel väliseid abivahendeid (esemed, mudelid, pildid, sümbolid)
- korraldada teadlikult lapse tegevust, st õpetaja osaleb vastavalt vajadusele lapse tegevustes (koostegevus, matkimine, tegutsemine näidise ning tööjuhiste alusel)
- kujundada laste koostöö-oskusi, st õpetada ja ergutada lapsi mängima ja tegutsema väiksema või suurema grupina

Haridus- ja Teadusministeeriumi ning Riikliku Eksami- ja Kvalifikatsioonikeskuse koostöös moodustatud spetsialistide ja praktikute töögrupp koostas 2006. aasta kevadel materjali, mis õpetajat iga lapse arengu jälgimisel toetaks. Tegemist on seni üldhariduskoolides rakendatud Lapse vaatluskaardi edasiarendusega, uueks nimetuseks sai Lapse individuaalsuse kaart (edaspidi LIK). Käesoleva artikli kirjutamise hetkel on LIK-i materjalid katsetamisjärgus, kirjeldame neid siinkohal kui ühte võimalikku varajase sekkumise süsteemi (vt ka Häidkind, 2007).

Erivajaduste ilmne misel tavarühmas, aga ka sobitusrühmades on LIK-i materjalid vajalikud sobivate tugiteenuste kokkuleppimiseks ja tegevuste efektiivsuse hindamiseks. Lasteaia koordineerib meeskonnatööd ja tugiteenuste rakendamist asutuse juhtkonna poolt määratud erivajadustega laste tugiteenuste koordinaator (soovitavalt eripedagoog). Koordinaator esindab lasteaia meeskonda ka suhtlemisel spetsialistidega väljapool lasteasutust (näiteks nõustamiskomisjon, rehabilitatsioonimeeskond, perearst jt).

Lapse areng ja varajane sekkumine kajastatakse LIK-i materjalides kuni kolmel tasandil.

I tasand kõiki lapsi hõlmavad tegevused. Vajalikke tegevusi korraldavad rühma õpetajad. Nad jälgivad iga lapse individuaalset arengut esimestest päevadest alates, mil laps rühmaga liitub. Iga õppeaasta alguses kirjeldatakse ning analüüsitakse kõikide laste arengut rühma meeskonnaga, sh märgatakse võimalikke erisusi laste arengus.

Õpetajal tuleb alati arvestada, et kõik samas vanuses lapsed ei ole ühesugused. Vaatluse ja arutelu tulemused on aluseks teabe pakkumisel konkreetsele lapsevanemale arenguvestluse käigus, vajadusel sõlmitakse kokkulepped õpetaja ja lapsevanema vahel.

Individualiseerimise võimalused lasteaia tavarühmades on:

- individuaalne lähenemine õpetaja poolt, tegevuste raskusastme muutmine
- lapse sotsiaalsete oskuste arendamine, koostöö-oskuste kujundamine rühmas
- koostöö muusika- ja liikumisõpetajatega, tervishoiutöötaja
- lapsevanema juhendamine jne.

Hiljemalt õppeaasta lõpus koguneb rühma meeskond uuesti ja tehakse kokkuvõtte, kuivõrd rakendatud tugi lapse arengule kaasa aitas ja kas on vajalik lapse arengutaseme pedagoogilis-psühholoogiline hindamine (II tasandi tegevused). Esimese tasandi tegevuste käigus võivad vajaliku abi saada näiteks koduse kasvatusprobleemidest tingitud käitumishäiretega, teise emakeelega, üle ja alla keskmiste vaimsete võimete rühmad.

II tasand üksnes erivajadustega lapsi hõlmavad tegevused. Vajalikke tegevusi korraldab ja meeskonnatööd koordineerib erivajadustega laste tugiteenuste koordinaator. Täpsem pedagoogilis-psühholoogiline hindamine lasteasutuse õpetajate ja spetsialistide poolt toimub nende laste osas, kelle arengutase erineb keskmisest eagrupi tasemest mingis aspektis ja kelle arengut on vaja tõhusamalt toetada. Vajadusel pööratakse erialaspetsialistide (logopeed, eripedagoog, psühholoog, sotsiaaltöötaja, eriarst jt) poole ka väljapool lasteasutust.

Erivajaduste väljaselgitamise võimalused on vastavalt vajadusele:

- lapse võimete ja oskuste pedagoogilis-psühholoogiline uuring
- korduv ja täpsem lapse käitumise vaatlus erinevates tingimustes
- last ja tema kasvukeskkonda puudutava lisateabe koondamine
- lapse meditsiiniline uuring

Tulemuseks peab olema nende arenguaspektide selge väljatoomine, mille osas lapse arengutase eakohasest erineb (lapse tugevad ja arendamist vajavad küljed). Iga spetsialisti kokkuvõtte ja soovitud pedagoogiliseks tööks võimaldavad õpetajal kujundada kasvukeskkonda lapse vajadustele sobivamaks. Tugiteenused (kõneravi, psühhoterapia jt) ja vajalike muudatuste tegemine rühmas lepatakse kokku koordinaatori juhtimisel, enamasti õppeaasta alguses. Vajadusel on õppetegevuse vormiks individuaalne arenduskava, mille täitmisel osalevad kõik lapsega tegelevad töötajad ning lapsevanemad. Spetsialistidena võivad olla kaasa haaratud näiteks logopeed ja/või eripedagoog, psühholoog ja/või pereterapeut, tervishoiutöötaja, tegevus- ja/või füsioterapeut, sotsiaaltöötaja, perearst jne.

Teise tasandi vestlusele lapsevanematega on mõttekas juurde kutsuda need lasteaia töötajad, kes konkreetse lapse arengutaset täpsemalt hindasid. Võib arvata, et selle tasandi arenguvestlus on osapoolte jaoks kõige raskem. Arenguvestlus tuleb korralikult ette valmistada, informatsiooni jagada osade kaupa, hoolikalt kuulata

lapsevanemat. Teave, et lapse juures ilmneb midagi ebatavalist, tuleb lapsevanematele edasi anda äärmiselt ettevaatlikult. Esialgu tuleb vältida põhjapanevaid hinnanguid, pigem esitada peamised kahtlused ning pakkuda lapsevanemale võimalust enda omi väljendada. Siin on õpetajatele abiks oskuslik avatud küsimuste esitamine. Õpetajate eesmärgiks peab olema lasteaiale ja perele ühise sihi seadmine – aidata järgnevate tegevustega kaasa lapse arengule.

Toimunud muutuste (saavutatud tulemuste) kohta teeb iga tugiteenuse osutaja kokkuvõtteid individuaalsuse kaarti vähemalt üks kord õppeaastas (õppeaasta lõpul). Lähtuvalt sellest kavandatakse edasised tegevused: tugiteenuse jätkamine samal viisil (või lõpetamine), täiendavate uuringute teostamine, ettepanek nõustamiskomisjoni suunamiseks vm (III tasandi tegevused). Teisel tasandil toimub üha suurem osa erivajadustega lastega tehtavast tööst, eeliseks on lapse käimine kodukoha lasteaias ja kontaktivõimalus eakaaslastega. Miinuseks on praegusel ajal tavaõpetajate vähenemine ettevalmistus tööks erivajadustega lastega ning raskused spetsialistide kaasamisel.

III tasand erivajadustega lapsi hõlmavad tegevused pärast täiendavaid uuringuid väljaspool haridusametust. Lapse täiendavate pedagoogilis-psühholoogiliste ja meditsiiniliste uuringute järel pöördub lapsevanem vajadusel nõustamiskomisjoni. Nõustamiskomisjoni otsuse alusel jätkub eriõpetuse ja tugiteenuste rakendamine lasteaias sobitus- või erirühma tingimustes. Arengukeskkonna kujundamisel arvestatakse spetsialistide ja komisjonide soovitusi, koostöös kohaliku omavalitsusega kohandatakse ruume, vahendeid ja õppetegevuste raskusastet. Sobitus- ja erirühmade õpetajatele on ette nähtud 320 tundi kestev eripedagoogiline täiendkoolitus.

Et tagada lapse sujuv üleminek lasteaiast kooli, täidetakse lasteaias iga sügisel kooli mineva lapse (ka erivajadustega lapse) kohta LIK-i materjalide lisaleht "Koolivalmidus". Vajadusel võtab lasteaias-poolne koordinaator ühendust lapse tulevase kooli erivajadustega laste tugiteenuste koordinaatoriga. Seega saab LIK-i materjale kasutada lasteaias vastavalt lapsele kuni kolmel tasandil, iga tasand jaguneb omakorda – lapse arengutaseme hindamine, tugiteenuste kokkuleppimine ja pakkumine, tulemuste hindamine. Mõeldud on ka lasteaias vahetuse ja koolimineku peale, keskkonna muutuse puhul (lapsevanema nõusolekul) edasi antavad LIK-i materjalid toetavad uut õpetajat või koordinaatorit, tegelikult kogu meeskonda kiire ja sobiva sekkumisplaaniga väljatöötamisel.

Lapse emotsioonid ja tunded lasteaias

Tiina Valvas

Tallinna Lastehaigla lastepsühholoog

Teine oluline viis on samastu mine. Tavaliselt on esialgu samastumisobjektiks lapsevanem, kuid hiljem leitakse endale uusi samastumisobjekte (õpetaja, treener, raamatü-või filmikangelane või eakaaslane). Siit ka meie vastutus olla lapsele väärikas eeskuju.

Minakuvandi loomisel muutuvad nüüd aga üha olulisemaks kogemused, mida saadakse lasteaiast. Suhe kasvatajaga ja eakaaslastega, toimetulek sealsete reeglite ja ootustega, oma oskuste ja kompetentsi võrdlemisel saadud tagasiside ja toimetulek pettumuste ja tekkinud pingetega.

Palju rõhutatakse kohanemisel ja üldse edukas toimetulemises tänapäeva keerulises maailmas ka nn emotsionaalset intelligentsust, mille all peetakse tavaliselt silmas võimet tunda empaatiat, väljendada ja mõista enda ja teiste tundeid, olla emotsionaalselt tasakaalus, leida lahendusi konfliktidele, meeldida teistele jt.

Selliste omadustega lapsed on kaaslaste seas populaarsed nii lasteaias kui koolis. Uurimused näitavad, et needsamad oskused aitavad teda ka 20 aasta pärast tööl või abielus (Shapiro, 2002). Emotsionaalne intelligentsus on arendatav ja on leitud, et eelkooliealised lapsed on kõige vastuvõtlikumad vastavaid oskusi omandama. Juba 23 aastased lapsed on võimelised mõistma, et teiste inimeste tunded sarnanevad nende endi omadega. Nad on valmis pakkuma lohutust, väljendama hirmu ja viha, rõõmu ning vaimustust.

MILLEGA PEAB LASTEAIAS KOHANEMA

Lapse meeled on harjunud paraja hulga muljetega, teatava hulga müra, turvalise, harjumuspärase ümbruse, harjumuspärase maitsete ja lõhnadega. Laps saab valida tegevusi peamiselt vastavalt oma soovile ja vajadustele. Tal on olnud võimalus olla vajadusel teistest eraldi, mängida lõpuni oma mängud ja saada vajadusel mõistmist ja lohutust (nii muidugi eeldatavasti).

Äärmiselt oluliseks muutub nüüd lasteaiatõpetaja, kes peab kuidagiviisi toime tulema korraga mitmekümne erineva lapse ootustega ja vajadustega. Suutma taluda ja mahutada ja leevendada laste tugevaid tundeid, eelkõige ärevust ja hirme, leida konfliktidele lahendusi. Jagada tunnustust ja positiivset tagasisidet, märgata laste eripärasid ja huvisid, kujundada turvalise ja arengut stimuleeriva keskkonna. Ühesõnaga olla korraga mitmekümne lapse jaoks korraga „piisavalt hea ema”.

Samas tuleb õpetajal toime tulla ka lastevanemate tugevate tunnetega nagu süütunne, kadedus, hirm, ärevus jms, niisamuti kui nende erinevate nõudmiste ja ootustega. Eriti oluliseks on muutunud aga lasteaiatõpetaja just viimasel ajal, mil lapsevanemad on tööga hõivatud ja võivad olla toimetulekuraskustes. Perekonnad lagunevad üha sagedamini. Lapselt nõutakse üha rohkem olla edukas ja tubli ja osav.

Kasvataja ülesanne on last toetada ja vajadusel juhtida vanemate (vanema) tähelepanu täiendavale abile, kelleks võivad olla lastepsühholoogid ja nõustajad. Kollektiivse kasvatusena kui meetodi kohta arvas B. Bettelheim järgmist: igal lapsel peab olema üks “juhttäht”, mille järgi kurssi hoida, kuid see ei pea olema ilmtingimata lapse ema. See võib olla ka “tähekoogu”, kuid tingimusel, et see tähekoogu ei muuda oma kuju.

LAPS RÜHMAS

34-aastane laps on tavaliselt kehaliselt aktiivne ja rikkaliku sõnavaraga. Tormiliselt areneb ka lapse kujutlusvõime ja kohati on piir reaalsuse ja fantaasia vahel üsna hajus. Kuid sisemiselt on laps vastuolulistest tunnetest laetud. Ta tahab olla iseseisev, kuid samas ka kardab seda.

Lapse enesekontroll on veel nõrk ja seetõttu võivad võimust võtta jonnihood, mille vallandajaks on tavaliselt kas pettumus või ebaõnnestumine mingis tegevuses.

Oluliseks muutub mäng, mille abil õpib laps kordamööda tegutsema, suhtlema, mängu signaale tähele panema. Mäng ühendab ja arendab kõiki valdkondi nii kognitiivseid oskusi kui füüsilisi ja sotsiaalseid. Oluline on luua keskkond, mis annab lastele võimaluse koos tegutseda, ergutab nende fantaasiat (nt Hea alguse lasteadeade tegutsemiskeskused väikesele grupile). Sõprusuhted ei ole sel perioodil veel kuigi püsivad. Lastele meeldib üksteist matkida ja sagedased on omavahelised tülid. Tähtis on, et selles vanuses lapsed saaksid piisavalt mürada ja auru välja lasta.

Ka 56-aastane laps on tavaliselt füüsiliselt aktiivne, kuid suudab endisest püsivamalt tegutseda. Selles vanuses lastele meeldivad mängud, kus on kindlad reeglid. Kuid ka mängud, mis võimaldavad fantaasialendu ja sisseelamist. Oluliseks muutub nüüd eakaaslastega sarnane olemine nõutakse samasuguseid mänguasju, võrreldakse oma oskusi teiste laste omadega. Vanemad ei ole enam nii imetletud kui varem, kuid nendega tahetakse endiselt koos olla ja tegutseda.

Sõprussuhted on varasemast kestmamad, mängudes suudavad lapsed nüüd täita keerukamaid rolle ja olla püsivamad. Tehakse vahet mõistetele päriselt ja mängult. Lapsi lasteaias on mõistlik käsitleda ka grupidünaamika teooriast lähtuvalt, võttes siinkohal aluseks H. Mikkini seisukohad grupidünaamika protsesside kohta (Mikkin, 1984). Tavaliselt algab grupi kujunemine kohanemisfaasiga – gruppi tulevad väga erineva iseloomu ja temperamendiga, erineva arenguloo ja peretaustaga, erinevate sotsiaalsete ja kognitiivsete oskustega lapsed. Tavaliselt püüavad lapsed kohanemisfaasis eelkõige pälvida liidri (õpetaja) tähelepanu, püüavad talle meeldida ja alluvad õpetaja korraldustele ning reeglitele. Üksteist uuritakse tähelepanelikult ja ettevaatlikult. Suheldakse eelkõige lastega, kes on mingil põhjusel natuke tuttavamad. Tavaliselt esineb selles faasis hulganisti ärevust ja ebakindlust.

Kohanemisfaasile järgneb tavaliselt konfliktifaas. Liidri (õpetajale) ei alluta enam tingimusteta. Võimalik, et valitakse endi seast keegi, kes protesti julgeb väljendada ja kanda. Kehtivad reeglid ja väärtushinnangud seatakse kahtluse alla. Lapsed on juba julgemad, näidatakse oma mina ja peetakse maha esimesed tõsised lahingud. Kujuneb ka grupisene hierarhia. Igaüks võitleb enda eest. Nüüd on õpetaja emotsionaalne küpsus ja enesekindlus (nii pingete maandajana, kui väärtuste hoidjana) väga oluline. Konfliktifaas lõpeb tavaliselt eraldumisfaasiga. Suurem grupp jaguneb väiksemateks. Kujunevad uued liidrid. Võib juhtuda, et osa lapsi lahkub (kes ei ole rahul kujunenud rollijaotusega). Kujunevad rollid tõrjutu, alluv, liider jt. Konfliktifaas on paratamatu ja õpetaja roll on eelkõige jälgida ja olla turvaline tugipunkt. Toetada positiivsete omadustega liidri kujunemist ja luua temaga koostöö. Juhtida väärtushinnangute ja normide kujunemist. Julgustada ja toetada ebakindlaimaid ja väheste sotsiaalsete oskustega lapsi.

Sellele faasile järgneb tavaliselt koostööfaas. Ühinetakse mingi ühise eesmärgi nimel (näidendi ettevalmistamine, pidu). Kinnistuvad grupi reeglid, väärtushinnangud, normid. Lapse staatus grupis sõltub eelkõige sellest, kuidas lapse omadused vastavad nüüd grupis kehtivatele väärtushinnangutele.

- on oluline, millist käitumist ja omadusi hinnatakse
- lapse staatus grupis ja selle liikmete omavahelistes suhetes mõjutab ka tema isiksuseomaduste kujunemist
- kaaslaste tähelepanu ja tunnustus soodustab enesekindluse ja algatusvõime kujunemist, tõrjutus aga teatavasti ebakindluse ja madala enesehinnangu kujunemist (Sõerd, 1992)
- grupisuhted muutuvad pidevalt
- uute liikmete tulek gruppi või kellegi lahkumine võib käivitada uuesti eelnimetatud faasid

Tänapäeval räägitakse üha enam sotsiaalsete suhete kvaliteedist ja selle olulisusest seoses inimese õnne- ja rahulolu tundega. Emotsionaalse intelligentsuse oluliseks komponendiks on sotsiaalsed oskused. Väheste sotsiaalsete oskustega laps jääb sageli tõrjutuks, kuna tal on raske leida sõpru ja vajadusel seista enda eest.

- sotsiaalsed oskused on aga õpitavad!
- lasteaias saab lastele sotsiaalseid oskusi õpetada iga õpetaja
- lastele saab õpetada näiteks oskust lülituda gruppi, saada teise lapsega tuttavaks, oskust kuulata, ennast esitleda, tutvustada mitteverbaalse sõnumi mõju jms

E. R. Daniels ja K. Stafford (1999) toovad välja järgnevad tegurid, mis aitavad luua turvalist keskkonda lasteaias ja soodustavad laste sotsiaalsete oskuste arengut. Emotsionaalne toetus: empaatiavõimeline õpetaja tunnustab ja mõistab teise inimese seisukohta. Õpetaja suudab minna lapsega ühele lainele, peegeldada ja kirjeldada tema tundeid neid hukka mõistmata. Tunnustab ja väärtustab last sõltumata tema välimusest, perekondlikust taustast, võimetest ja käitumisest. On usaldusväärne ja aus. Laste suhtes tähelepanelik ja neid väärtustav.

Tunnistab lapse emotsioone. Ei ole õigeid ega valesid emotsioone. Kõik tunded on lubatud. Aitab sõnastada tundeid. Ja selle kaudu arendada lapse enesekontrolli ning enesetaju. On järjekindel. Laps tunneb end turvaliselt siis, kui ta oskab ette arvata täiskasvanute reageeringuid ja võib nendele loota.

Emotsionaalselt saate toetada:

- ärge käituge oma emotsioonide ajal
- säilitage tasakaal ka siis, kui olete vihane või kurb
- kui soovite näidata rõõmu või heameelt, ärge muutuge ülevoolavaks

Sotsiaalsete oskuste arengule aitab kaasa eelkõige meie endi eeskuju. See, kuidas me ise erinevaid olukordi lahendame, kui tähelepanelikud ja ausad oleme. Olulised on selged ja lihtsalt sõnastatud reeglid. Positiivne reageering mingile käitumisele (nagu naeratus või innustavad sõnad) soodustab käitumise kordumist, karistused vähendavad neid. Kõik tagajärjed aga peaksid vastama eelkõige laste eale ja tegevusele. Lastele on vaja piisavalt ruumi ja materjale. Lapsed vajavad ka piisavalt aega, et mängu planeerida ja mängida.

KOHANEMISRASKUSED JA PROBLEEMID

Lapse kohanemis- ja toimetulekuraskustest annab tavaliselt märku lapse muutunud käitumine. Märkame, et laps on trotslik ja solvub kergesti, on pahur või endassetõmbunuks või hoopiski rahutu, närviline ja agressiivne. Või on ta käitumises märgata varasemale arenguperioodile iseloomulikku, näiteks räägib titalikult, märgab voodit, esinevad mitmesugused hirmud. Esineda võivad ka erinevad kehalised kaebused nagu pea- ja kõhuvalu, isutus jt.

Käitumist kujundavad aga eelkõige lapse vajadused. Lapse vajadused lasteaias on ikka need, mis koduski. Alates füsioloogilistest vajadustest (soojuse ja toidu, puhkuse järele), vajadus olla kaitstud, tunda end turvaliselt. Laps peab tundma, et teda armastatakse tingimusteta. Laps vajab tunnet, et teda hinnatakse ja tema üle tuntakse rõõmu, laps vajab ka väga tähelepanu.

Laps vajab samuti korda ja stabiilsust, selgeid reegleid ning rutiini. Tähtis on, et laps tunneks ennast võimekana ja usuks, et ta tuleb raskustega toime. Ja see ongi tegelikult kõige olulisem jälgida ja seista selle eest, et need vajadused saaksid rahuldatud.

Laps suudab mängida ja õppida siis, kui tema esmased vajadused on rahuldatud. R. C. Woolfson (2004) arvab, et ehkki laste emotsionaalsed põhivajadused on samad, saab neid iga lapse puhul erinevalt rahuldada vastavalt tema iseloomule ja asjaoludele.

LÄHEMALT ISELOOMUST

Oma kogemuste põhjal arvan, et kõige suuremaks probleemiks peetakse agressiivselt käituvat last. Tihti peale agressiivne laps ei leia endale sõpru, teda kardetakse ja tõrjutakse (mis aga muudab teda veelgi agressiivsemaks). Lapseeas alanud agressiivne käitumine võib jätkuda ka nooruki ja täiskasvanueas, lõppedes sageli tõsiste isikuvõi ühiskonnastaste tegudega. Eelkoolieas on veel võimalik käitumist korrigeerida ja suunata, hiljem on see aga märgatavalt raskem.

K. A. Hanseni jt (1996) arvates käituvad lapsed halvasti, sest:

- see toimib – laps saab, mida tahab, olgu see siis mänguasi või tähelepanu
- see on harjumus
- see on viis väljendada viha, hirmu või teisi tundeid (mida nad veel ei oska teisiti väljendada)
- enesekontrolli vähendavad ka füüsilised põhjused, nagu vilets toit või tervis, arengupeatatus, allergia, autism jt või regulatsioonihäire (motoorselt desorganiseeritud, impulsiivne)
- laps tunneb end võimetuna ja tähtsusetuna ning tahab end maksta panna
- laps ei tea paremat moodust, et saada, mida ta tahab ja vajab

Agressiivse käitumise põhjuste väljaselgitamiseks on eelkõige vajalik tähelepanelik vaatlus ja kohtumine lapsevanematega, mis aitaksid välja selgitada sellise käitumise põhjuseid ja kavandada sekkumisi. Rühmas aga võiks mõelda, mis selles konkreetse keskkonnas võiks agressiivset käitumist põhjustada: liiga palju lapsi koos (tihelolek), vähe võimalusi tunda ennast kompetentsena (üleorganiseeritus või kaos). Lastel peaks olema võimalusi teha valikuid ja võtta vastutust eriti aktiivsetel lastel, kes vastasel korral muutuvad tihti peale destruktiivseteks. Kas on tegemist muljete üleküllusega? Ülestimuleerimisega? Rahutuks ja pidurdamatuks muutuvad sageli ka ülitundlikud lapsed, kes ei talu eredat valgust, keda häirib eriti müra, segab keskendumast rikkalik seina või toakaunistus jm. Puudulikud sotsiaalsed oskused? Liialt autoritaarne kasvatusstiil lasteaias või kodus?

Agressiivselt käituv laps vajab väga empaatiat ja mõistmist. Samuti kindlaid reegleid, konkreetset abi ja soovitava käitumise ettenäitamist. Vajadusel aja mahavõtmist. Karistamine, nagu halvustamine või löömine annab harva soovitud tulemust.

Halvasti käituv laps tunneb end niigi halva ja jõuetuna, karistamine sageli ainult võimendab neid tundeid ja loob lapse ning kasvataja vahele vaenuliku suhte. Käitumist saab aga muuta vaid siis, kui meil on usalduslik side lapsega.

LASTE HIRMUD

Kui käitumishäire korral suunab laps oma halva enesetunde väljapoole käitumisse, siis tugevat ärevust ja sellega kaasnevaid erinevaid hirme võib vaadelda ka kui enese vastu suunatud agressiooni.

Erinevad hirmud on lapseeas tavalised ja vastavale arenguperioodile küllaltki iseloomulikud. Näiteks teisel eluaastal tekitavad hirmu peamiselt valjud helid (auto alarmid, tolmuimeja hääl, sireen jt) ja pimedad ruumid, vanematest eraldamine, võõrad inimesed.

Kolmandal ja neljandal eluaastal aga peamiselt pimedus, loomad, eraldamine vanematest, veidrad maskid jms. On leitud, et viieaastasi lapsi hirmutavad peamiselt loomad, „halvad inimesed”, pimedus. Üleloomulikud olendid ja hirm kehalise vigastuse ees muutub hirmutavaks peamiselt kuuendal eluaastal. Kui hirmud muutuvad ülitugevaks ja ei ole arenguperioodile iseloomulikud ning hakkavad piirama lapse elu, on tingimata vaja abi. Erinevates uuringutes on leitud, et ärevushäirete tekkes on olulisel kohal geneetilised tegurid.

Isiksuse temperament ja reageerimine stressile on peamiselt kaasasündinud. Jerome Kagani juhitud tööühma uurimuses selgus, et 1520% uuritud lastest on „käitumuslikult pärsitud”. Neid iseloomustab kartlikkus ja ülitundlikkus. Nad kardavad kõike tundmatut. Nad ei proovi uut toitu, väldivad võõraid inimesi ja tundmatuid kohti. Need lapsed olid tundlikumad ka muus suhtes näiteks süüdistavad ennast kergemini, sotsiaalse suhtlemise olukordades on nad ärevusest justkui halvatud. Aasta ja üheksa kuu vanuses olid nad ebakindlad ja kõhklevad, ei julgenud teistele läheneda, klammerdusid ema külge ja vaatasid teiste mängu eemalt.

Peaaegu neli aastat hiljem, kui samad lapsed olid lasteaias, jälgis uurimisrühm neid uuesti. Vahepealsete aastate jooksul ei olnud ükski „hakkajatest” lastest arglikuks muutunud, kaks kolmandikku arglikest olid aga ikkagi jäänud tagasihoidlikeks (Goleman, 1997). Tundlike laste puhul on suur oht, et neil areneb välja ärevushäire.

Ülalkirjeldatud lastel on tavaliselt ka väga raske kohaneda lasteaiaga. Kõik lasteaiapäetajad on kindlasti pidanud rahustama ja trööstima lapsukesi, kes paaniliselt nuttes keelduvad emast-isast lahkumast. Ja nii ka veel teiselgi ja vahel veel kolmandalgi lasteaiakaastal.

- ülitundlikud ja kartlikud lapsed vajavad tingimata kohanemisaega
- soovitatav on viia selline laps lasteaeda teistest lastest pisut varasemal kellaajal, et ta saaks kohaneda lasteaiaruumiga, olla kahekesi kasvataja või paari lapsega
- soovitatav on lasteaiarühm, kus lapsi on vähem
- kartlik laps vajab abi ka suhete loomisel, kasvataja saaks siin suunata ka enesekindlamat ja aktiivsemat last temaga koos tegutsema
- toetava ja mõistva keskkonna loomine on kartlike laste puhul eriti oluline
- last ei aita, kui me talle kinnitame, et „ära karda, see ei ole hirmus”, sest tema jaoks on see olukord hirmutav
- pigem võiks talle meelde tuletada olukordi, kus ta oma hirmust jagu sai
- usaldage talle jõukohaseid ülesandeid, õpetage sotsiaalseid oskusi, positiivset enesesisendust ja lödvestustehnikaid

Teadmiseks

Arvan, et lahenduse otsimine erinevatele probleemidele peaks algama leppimisest tõsiasjaga, et me kõik oleme erinevad, kuid me oleme väärtuslikud ja olulised.

Meil on oma arengulugu, uskumused ja veidrused.

Nii me kõik, ka lapsed, tahame, et me saaksime mõistetud ja et meid tunnustatakse.

Et meie eneseväarikustunne ei saaks kahjustatud (eelkõige avaliku hukkamõistu ja häbistamise läbi).

Et oleks keegi, kes märkaks meie muret ja oskaks selle sõnadesse panna. Julgustaks ja toetaks ja taluks meie tundeid.

Teisest rahvusest laps lasteaias

Angelika Lall

Narva Potsataja lasteaia keelekümbelõpetaja

Hedi Minlibajeva

Tallinna Vindi lasteaia keelekümbelõpetaja

Maailmas suureneb pidevalt nende laste arv, kes ei õpi selles keeles, mida nad kodus kasutavad. Põhjusi, miks üks või teine laps on sattunud muukeelsesse keskkonda, on mitmeid. Üsna tihti juhtub nii, et vene keelt emakeelena kõnelevad lapsevanemad, kes on Eestis sündinud ja elavad ka siin juba pikemat aega, panevad oma lapse eestikeelsesse rühma selleks, et laps kiiremini ja paremini eesti keele ära õpiks.

Harvemini juhtub aga seda, et venekeelsete laste kõrval on eesti õppekeelega rühmades ka muust rahvusest lapsi nagu näiteks hispaanlasi, itaallasi, rumeenlasi, poolakaid, soomlasi, lätlasi ja isegi hiinlasi. Kuid ega ka see pole enam haruldus. Teisest rahvusest laps lasteaias muutub päev-päevalt aina aktuaalsemaks. Aasta- aastalt suureneb vähehaaval teistest riikidest tulnud laste arv, kes ei oska üldse eesti keelt. Õpetajatel on kohustus õpetada ka neid lapsi. Meie kui lasteaiaõpetajate roll on aidata valutult sulandada teisest rahvusest lapsi eestikeelsesse keskkonda ja aidata neil iseendaga ja ümbritseva keskkonnaga toime tulla, seejuures väärtustades ja hinnates neid kui oma kultuuri kandjaid. Selleks aga on vaja eelkõige aru saada lihtsamatest üldinimlikest asjadest, mõista kultuurierinevusi, olla empaatiline ja tolerantne ning loomulikult olema lastele eeskujuks.

KOOSTÖÖ LASTEVANEMATEGA

Enne seda, kui üks või teine muukeelne laps tuuakse rühma, on väga oluline vestelda lapsevanematega. Suhtlemine lapsevanematega võib olla raske, kui õpetaja ei valda lapsevanemate ja lapse emakeelt. Sellisel juhul on vaja leida inimene, kelle vahendusel saaks suhelda, et laps võimalikult valutult lasteaia keskkonda sulanduks ja et õpetaja lapsega suheldes tunneks end kindlamana ja oskuslikumana. Tavapärase info kõrval nagu seda on lapse tervis ja lapse psühholoogilised eripärad, on väga oluline välja selgitada järgmised asjaolud:

- Kust pere saab ja missugused on nende rahvuse traditsioonid suhtlemises, üksteise poole pöördumises, kuidas suheldakse tüdrukute ja kuidas poistega?
- Kuidas pöörduda lapse poole, kas teda tohib nimetada nimepidi, kui jah, siis mida tähendab lapse nimi ja miks anti talle selline nimi, või on lapsel näiteks mõni hellitusnimi, mida vanemad ja laps elistavad kasutada?
- Kus laps sündis ja kas on elatud ka teistes riikides?
- Missugune on kodune keel? Kuivõrd hästi suhtleb

laps oma emakeeles ja kas lapsevanemad pööravad tähelepanu lapse emakeele arendamisele, kas kodus loetakse emakeeles raamatuid, vaadatakse lastesaateid või multfilme?

- Kus lapsevanemad töötavad ja kellena? Missuguseid keeli lapsevanemad kasutavad oma töö juures?
- Missugused on perekonna religioossed arusaamad ja traditsioonid?
- Missugust toitu laps eelistab ja missugust mitte, missugused on toitumisharjumused?
- Kuivõrd on arenenud lapse sotsiaalsed oskused? Kuidas ta annab teada, et tal on külm, et tahab juua või tahab tualetti?
- Kuidas last tunnustatakse, kiidetakse, lohutatakse või karistatakse kodustes oludes?
- Missugused on perekonna ootused lasteaia suhtes ja miks otsustasid vanemad tuua oma lapse just sellesse lasteaeda?
- Kuivõrd on vanemad lapse ette valmistatud enne lasteaiaühenduse tulekut? Kuidas on lapsevanemad põhjendanud lapsele tema lasteaia käimise vajalikkust?

Siinjuures tuleb kindlasti mainida, et kõiki küsimusi tuleb esitada äärmise taktitundega. Küsimusi tuleb esitada võrdväärse dialoogi käigus. Vestluse käigus hangivad lapsevanemad infot lasteaia ja teie kohta, teie aga lapsevanemate ja lapse kohta. Samas tuleb selgitada lapsevanematele, miks on see info teile kui õpetajale vajalik ja väärtuslik. Lapse esimeseks toeks peavad olema tema vanemad. Kodu ja lasteaia koostöö on vähemusrühvustest laste hariduses võtmeküsimus. Vanemate kaasamine mõjub positiivselt lapse enesekindlusele ja motivatsioonile. Vanemate riigikeele oskust ei saa samuti alahinnata.

On tähele pandud, et edukamad on need lapsed, kelle vanemad peale oma emakeele suhtlevad ka teistes keeltes, sealhulgas ka riigikeeles. Koostöö loob vanematega hea kontakti ja tekitab usaldusliku õhkkonna, mis on lapse normaalse ja eakohase arengu tähtis tegur. Õpetaja peab väärtustama lapse emakeelt. Suhtumine lapse emakeelde ja selle arengusse peab olema nii kodus kui ka lasteaias positiivne. Vanemad võivad mõelda, et kui nad on muukeelses keskkonnas, siis tulevikus võib olla ei ole vaja nende lapsel tema emakeelt. See pole nii.

Selline suhtumine ei tule kasuks emakeele arengule ja ka õpitavale keelele, sest emakeel on ikkagi õpitava keele aluseks. Lastevanematele on vaja selgitada, et kodus ei ole vaja õpetada emakeelt akadeemilises mõistes, kus laps pannakse lausa sunniviisiliselt kirjutama, arvutama, lugema. On vajalik toetada emakeele arengut loomulikult viisil igapäevase suhtlemise või tegevuse kaudu. Vanema eeskuju mõjutab last ja tema suhtumist emakeelde. Kui kodus loetakse lapsele ette emakeelseid lasteraamatuid, vesteldakse loetust, siis moodustub tugev keelekeskkond, mis toetab nii emakeelt kui ka lasteaias õpitavat keelt.

Õnnestunud on see õpe, kui lapsel peale teise keele on ka rikas ja mitmekülgne emakeel. Oma emakeelt ei tohi häbeneda, see on iga rahvuse uhkus. Tihti peale küsivad lastevanemad, et kui nad oskavad riigikeelt, kas kodustes oludes on vaja seda õpetada või mitte.

On ka lapsevanemaid, kes soovivad, et õpetajad teeksid märkmeid selle kohta, mida on lasteaias õpitud. Kindlasti on tänuväärne, et lapsevanemad on motiveeritud ja huvitatud sellest, mis lasteaias toimub, kuid samas tuleb selgeks teha, et nendel kui lastevanematel on tähtis roll oma lapsele emakeelt õpetada ja seda arendada, et laps paremini teise keele omandaks. Õpetaja peamine eesmärk ei ole lapsele iga päev uusi sõnu õpetada. Ei räägi ju inimesed ainult sõnahaaval. Inimesese kõne ja keelekasutus on mitmete keeruliste funktsioonide kogum. Oluline on see, et laps suudaks aru saada keelekontekstist ja sellest, mis tema ümber toimub. Keel on loomulikult suhtlusvahendiks. Teiseks on lastevanematel ikkagi peamine eesmärk arendada laste emakeelt. Hakates kodustes oludes õpetama oma lapsele lasteaiakeelt, võib lapsevanem teha nii keelelisi kui ka sisulisi vigu, mida on hiljem väga keeruline lapse kõnelt välja saada.

Paljud lapsed harjuvad niivõrd ära, et lapsevanem vestleb nendega emakeeles, et kui lapsevanem hakkab lapsega suheldes kasutama mõnda teist keelt, siis võib laps lihtsalt solvuda ja vanemat ignoreerida. Ja tegelikult on see täiesti normaalne reageering. Laps seostab isikut ja keelt. Ta on harjunud, et üks konkreetne inimene kasutab ka ühte keelt.

Tegelikult on väga paljud muukeelsed lapsevanemad tänuulikud selle eest, et tema lapsest hoolitakse ja et tema lapsega tegeldakse. Samuti nagu ka teised lapsevanemad, tunnevad nad uhkust ja rahulolu, kui nende last kiidetakse, antakse lapsele esineda mõne lihtsana numbriga või laulda koos teiste lastega.

Üldsegi pole mõeldav, et kui laps on rühma tulnud alles hiljuti, siis ei võiks ta koos teistega esineda või esinemise ajal saalis viibida. Kui õpetaja näeb, et laps ei ole veel tõesti piisavalt kohanenud ja ei julge või ei saa esinemisega hakkama, siis ei ole vaja ka peale käia. Sel juhul tuleks anda talle võimalus istuda koos oma vanemaga teiste laste esinemise ajal ja vaadata toimuvat pealt. Väga oluline on välja selgitada, millised on vanemate ootused ja eesmärgid oma last lasteaeda tuues. Erinevad vaated ja ootused võivad põhjustada suhtlemises arusaamatusi või lünki. Nii lapsevanemad kui ka õpetajad vastutavad vastastikuste

suhete eest. Suhtlemine, lugupidamine, erinevuste arvestamine ja lapse huvide tunnustamine paneb aluse headele suhetele Lapsevanemad on seda õnnelikumad, mida paremini nende laps ennast lasteaias tunneb. Kui laps on lasteaias veetnud terve päeva ja õhtul ei taha koju minna, räägib see heas mõttes väga paljust. Laps on kohanenud uue keskkonnaga, tal on sõpru ja ta tunneb ennast turvaliselt.

LAPSE KOHANEMINE KESKKONNAGA

Igal inimesel, ja loomulikult ka lapsel, on vajadus kuuluda rühma, omada kohta kaaslaste hulgas, olla armastatud ja aktsepteeritud. Kui need vajadused on rahuldatud, siis laps tunneb ennast turvaliselt, omandab keele paremini ja kohaneb uue olukorraga hästi.

Kõik saab alguse juba vastuvõtust. Kui on teada, et rühma tuleb muukeelne laps, võiks sellest teistele lastele rääkida ja koos uurida ning koguda teadmisi selle riigi ja kultuuri kohta, kust laps tuleb. On väga hea, kui õpetaja ja ka lapsed teavad uue lapse nime. Kogunedes hommikuringis, tunnetab laps, et teda on oodatud, kui tema poole pöörduetakse nimepidi. Üleüldine lugupidamine loob rühmas terve ja turvalise õhkkonna. Õpetaja on mõistmise, lugupidamise ja hoolitsusega lastele eeskujuks. Laps hakkab suhtlema nende inimestega, kes temast hoolivad ja lugu peavad. Kui ta on vähemuses teatud tunnuste põhjal, valib ta suhtlemiseks need inimesed, keda peab ennast toetavateks. Sõpradeks valivad lapsed pigem neid, kes on neile mingil moel sarnased. Õpetaja ülesanne on kujundada selliseid tegevus- ja suhtlussituatsioone, et muukeelsed lapsed sooviksid hakata uut keelt kasutama.

Päris alguses vajab laps täiskasvanut, kes saaks temast aru. Saaks aru mitte keeleliselt, vaid kes mõistaks last ja seda, et tal on raske kohaneda uue keskkonnaga ja keelega. See ei pea olema kindlasti õpetaja. See võib olla ka keegi muu lasteaias personalist, kuid pigem olgu see õpetaja või keegi rühmas töötavatest täiskasvanutest, sest nemad veedavad rühmas ja õues olles lastega rohkem aega kui need täiskasvanud, kes nii tihti lastega kokku ei puutu. Sellise täiskasvanuga püüab muukeelne laps veeta võimalikult palju aega ja seda eelkõige alguses. Tavaliselt õpib laps ära ka esimesed sõnad uues keeles selle inimese käest, kellega ta uues keskkonnas kõige rohkem suhtleb.

Et kergendada lapsel kohanemist uue keskkonnaga, oleks soovitatav lapsevanemal leida aega ja vähehaaval harjutada last uue olukorraga. Hea on, kui vanem (see võib olla vanem õde, vend, tädi, vanaema, isa) tuleb koos lapsega rühma mängima või näiteks hommikuringi tegelusi vaatama. Nii ei ole laps pinges ja ta saab vabalt jälgida, mis rühmas toimub ning harjuda olukorraga. Ka lapsevanem ise saab ülevaate rühmas toimuvast ja võib kodus mõningaid momente selgitada. Lapsele tuleb anda aega kohanemiseks, mingil juhul ei tohi teda sundida midagi kaasa tegema. Esialgu võib laps olla lihtsalt kõrvaltvaataja, aga hiljem vastavalt oma soovile juba ka kaasa tegutseda.

Mida huvitavamalt on tegelused üles ehitatud, seda kiiremini tekib lapsel osalemissoov. Siinjuures ei tohi üldsegi alahinnata teemaõpetust ja lõimumist. Sellisel moel läbib üheaegselt üks teema mitmeid tegevusi: mängimine, näitlemine, ehitamine, katsetamine, lugemine, matemaatika jne mitmete nädalate jooksul. Õpetajal on vaja hoiduda kultuurilistest stereotüüpidest ja eelarvamustest (nt rääkides Aafrikast ei ütle, et mustanahalised elavad vaeselt ja ei oska lugeda).

Kui aga lapsevanemal puudub võimalus koos lapsega rühmas viibida, peab õpetaja last jälgima ning vajalikul hetkel talle oma tuge pakkuma. Kogemused on näidanud, et need lapsed, kes harjusid mingi aja koos lapsevanemaga, kohanesid paremini, olid rahulikumad, enesekindlamad ja omandasid keele kiiremini. Kui lapsevanemal ei ole aega koos lapsega kaasa tulla, siis võib lubada lapsel kaasa võtta mõni lemmikmänguasi. Selle võib ka voodisse magamise ajaks kaasa võtta.

Üsna tihti võib kohata arvamust, et kui laps on käinud nädala või kaks lasteaia, peab ta kindlasti juba midagi uues keeles rääkima. See on see koht, kus lastevanemate ootused ei lange kokku tegelikkusega. Seepärast tuleb kindlasti selgitada päris alguses, et laps vajab eelkõige kohanemisega. Et aru saada, mis tema ümber lasteaia tegelikult toimub, võtab aega tavaliselt üks nädal kuni kaks kuud. Kohanemine uue keskkonnaga on väga individuaalne. Inimesed on kõik väga erineva kohanemisvõimega.

Nagu ka teised lapsed, ei moodusta muukeelsed lapsed ühesuguste vajadustega rühma: nende keeleoskus, võimed, motivatsioon, kohanemine jm on väga erinevad. Esimese nädala jooksul on vaja ära õppida, kuidas kasutada tualetti, osata anda märku sellest, kas on soe või külm, ütlema ja selgitama, kui kusagilt valutab, väljendama oma soove ja tahtmisi.

Paar kuud kulub selleks, et õppida reageerima õpetaja küsimustele. Laps hakkab imiteerima teisi lapsi. Jälgides ja kuuldes teisi lapsi ja õpetajaid, püüab ta samamoodi vastata või annab mõista, et ta on küsimusest aru saanud. Kui ta on enam-vähem kohanenud ja saab aru, missugune tegevus millele järgneb et peale jalutuskäiku süüakse lõunat ja siis minnakse magama jne' on ka õpetajal juba natukene lihtsam. Laps hakkab tasapisi ka iseseisvust välja näitama.

Kohaneda aitab ka see, kui last kaasatakse lihtsamatesse jõukohastesse tegevustesse. Nendes olukordades ei olegi eriti vaja keelt kasutada. Nähes, et üks lastest on korrapidaja, kes paneb taldrikud lauale, võib muukeelne laps õpetaja või mõne teise lapse abiga samuti nõusid lauale panna. Enamusrahvusest lapsed on üsna abivalmid ja hoolitsevad, kui õpetaja on neile eeskujuks ja selgitanud ka seda, et uut last on vaja toetada ja aidata. Võib juhtuda ka seda, et mõned lapsed hakkavad muukeelsesse lapsesse teatud eelarvamusega suhtuma või teda sildistama. Siinjuures on oluline sildistamist ennetada. See on see koht, kus õpetaja peab kohe reageerima, asju selgitama ja

põhjendusi leidma. Nii näiteks võib enamusrahvusest laps naerda selle peale, kui muukeelne laps ei saa korraldusest aru ja teeb midagi valesti. Siis on hea lapsed võtta kokku hommikuringi või ühiseks arutlemiseks, et selgitada, mis juhtub nende endiga, kui panna nad samamoodi lasteaeda, kus kasutatakse keelt, millest nad aru ei saa. Tavaliselt 57-aastased lapsed oskavad päris hästi probleemülesandeid lahendada.

Vestluse käigus tuleb kindlasti selgitada lastevanematele, et esimesed paar kuud on lapsele ja õpetajale üsna pingelised ja keerulised. Kuid samas on see täiesti normaalne. Päris alguses ja ka edaspidi, kui laps ei ole piisavalt hästi kohanenud, võib ta tunda ebamugavustunnet, et ta on teistsugune kui teised lapsed. Teistsugune nahavärvuse, emakeele, toitumisharjumuste, riietuse jm poolest. Kui lapsevanem on selgitanud, et maailmas on mitmeid erinevaid riike, keeli, inimesi, siis seda valutumalt ja kergemini laps kohaneb. Ka edaspidi, kui laps on juba kohanenud, on täiesti tavaline, et ta tunneb huvi selle vastu, miks ta on teistsugune kui teised.

Võib juhtuda ka nii, et laps justkui kohaneb hästi, kuid hommikuti nutab lasteaeda sisse astudes. Siinjuures tuleb selgitada, et see on täiesti normaalne, kui laps mingil põhjusel ei soovi lasteaeda tulla. Samas tuleb aga võimaluse korral kindlasti välja selgitada, mis last häirib või segab. Põhjus võib olla hoopis ka milleski muus kui lasteaia või rühmas, kuhu laps tuleb.

Lapsevanemal on last lasteaeda tuues vaja varuda aega ja kannatust. Üldsegi pole mõeldav, et lapsevanem lihtsalt pistab lapse ukse vahelt sisse või et õpetaja ei lähe lapsele esikusse vastu ja ei naerata. On endastmõistetav, et lapsevanem toob lapse lasteaeda, istub ja ootab, kuni laps riided lahti võtab ja siis ta rühmaruumi saadab. Õpetaja aga peab tundma huvi lapse ja teda ümbritseva maailma vastu, kui ta soovib aidata lapsel kohaneda.

ÕPETAJA JA LAPSE SUHTED

Muukeelse lapsega suheldes ei piisa sellest, kui öelda talle, et nüüd hakkame joonistama või et läheme õue. Lapse jaoks on uus keel justkui lõpmatu arusaamatu häälikute jada, mida ta kuuleb ja võtab omaks kui lalinat.

Muukeelses lasteaia omandavad parema keeleoskuse ja paindlikuma keelekasutuse need lapsed, kellel on olnud vaja õpitavat keelt kasutada erinevates situatsioonides ja igapäevaelu toimingutes. Seepärast on väga tähtsal kohal rutiintegevused. Need on seotud tegelikult lapse esmavajadustega: söömine, magamine, tualetis käimine jne. Nii näiteks hõlbustab arusaamist ja keeleõpet tegevuste kommenteerimine. Kui laps läheb käsi pesema, siis läheb õpetaja koos temaga kaasa. Õpetaja näitab ja ütleb: "See on seep. See on vesi. Ma pesen käsi." Kui laps peseb käsi, siis on ka väga hea kommenteerida: „Ma pesen käsi.“ Kui järjekindlalt osutada asjadele ja kommenteerida tegevusi, siis tuleb ka arusaamine. Ühel hetkel saab õpetaja aru, et laps saab temast aru. Õpetajal piisab vaid öelda: "Võta seep." Kui laps teeb seda, mida õpetaja ütles, kuid ei ütle, mida ta teeb, ei tähenda see, et ta ei saa aru. See on juba tegelikult väga suur edasimineku. Laps saab aru ilma, et õpetaja kasutaks kehakeelt.

Laps võib uut keelt väga pikka aega mitte rääkida, vaatamata sellele, et ta saab aru, mis tema ümber toimub. Millal üks või teine laps rääkima hakkab, on väga individuaalne. On nii öelda vaikiv periood, millal laps saab aru, kuid ei räägi. Vaikiv periood võib kesta kuid ja võib venida isegi aastani. Ja see on täiesti normaalne.

ARUSAAMIST HÕLBUSTAVAD ABIVAHENDID

Kui rühma tuleb muukeelne laps, kelle emakeelt õpetajad ei valda, tekib personalil hirm: laps ei saa minust aru ning ma ei oska tõlkida. Nende hirmude vähendamiseks peaksid õpetajad endale selgeks tegema, et laps mitte ei õpi keelt, vaid omandab keele tunnetuslikult konteksti abil ning see sarnaneb emakeele omandamisele.

Emakeel on see viis, kuidas ema suhtleb oma lapsega. Kui laps on väike, siis ta saab kõigest aru, mida ema räägib ja ema saab ka temast aru. Laps ei õpi keelt ära mitte sellepärast, et ema päev läbi räägib, vaid sellepärast, et suhtlemine emaga on tähendusi täis. Ema kõne on tähenduslik ja sellepärast saab laps temast aru. Kui laps suhtleb emaga, saab ta teadlikuks mitteteadmisesest. Pole oluline, kui pikk on suhtlemine, vaid sõnum, mis selle sees on (Artigal).

Tihti peetakse arusaamiraskuste põhjuseks väikest sõnavara. Õpetajad ei lahenda seda probleemi tõlkides. Kui rühmas on venekeelne laps, arvatakse, et kergem on talle tõlkida. Samas muutub laps mugavaks ja ei hakka pingutama, et keel ära õppida. Motivatsioon väheneb. Laps hakkabki tõlget ootama. Teistsuguses keelekeskkonnas on vaja osata kasutada konteksti tundmatute sõnade tähenduse aimamiseks. Kui laps õpib ära, et igast sõnast ei peagi aru saama, hakkab ta tasapisi mõtet kui tervikut haarama.

Arusaamist hõlbustavad ka mitteverbaalsed abivahendid – miimika, žestid, esemelis-praktiline tegevus, konkreetset asjad, pildid, fotod. Kui rühmas on muukeelsed lapsed, peab õpetaja oma tegevused ja korraldused läbi mõtlema. Need peaksid olema võimalikult näitlikustatud füüsilise tegevuse või liikumisega. Sageli tuleb ka palju asju lastega koos läbi teha. Osa lapsi hakkab ka ise suheldes kasutama samu strateegiaid. Näiteks: "Anna (näitab peopesal pliiaiteritajat) kodu ei taha, Anna lasteaed."

Esemele osutades ja antud kontekstist saab aru, et Anna tõi teritaja lasteaeda, sest seda ei ole kodus vaja. Üheks arusaamist hõlbustavaks võtteks on ka emotsionaalne õpetamine. Kui õpetaja jutustab emotsionaalselt, siis algul laps ei saa igast sõnast aru, aga ta saab aru emotsioonist ja mõistab selle tähendust. Kui aga rääkida tuimalt, siis laps ei saa aru ja tüdineb ruttu. Kui korra lisada tegelased ja emotsioonid, siis laps omandab kiiremini ja suudab kauem jälgida

Näiteks: Õpetaja jutustas väga ilmekalt, kuidas vanaema käsib lapsel supi ära süüa (Artigali jutustus). Laps võib-olla ei saanud aru sõnadest – söö supp ära –, aga ta mõistis, et vanaema on vihane.

Võttes arvesse, et laps ei saa aru keskkonnast või õppekeelest, tuleb suulist kõnet keeleliselt ja sisuliselt kohandada muukeelsete laste jaoks. Ja mitteverbaalsete tehnikatega ilustada. Tihtipeale ei saa õpetajad sellest päris hästi aru, kuna on harjutud töötama enamusrühvusest lastega, või pole neil lihtsalt oskusi. Õpetaja peab kohandama keele vastavalt lapsele. Üks probleem on ka see, et sageli suhtuvad õpetajad vähemusrühvustest õpilastesse eelarvamusega ja ootavad neilt vähem, kui lapsed tegelikult suudavad. See mõjutab omakorda laste õpimotivatsiooni.

Töötades muukeelsete lastega peab meeles pidama järgmist:

- laps peab kogema eduelamusi
- ta peab oskama nii oma emakeelt kui ka õppekeelt
- keskkond/lasteaed peab toetama tema isiksuse kujunemist, tema rahvusliku, kultuurilise ja sotsiaalse identiteedi arengut
- kasutada tuleb alati lapse nime (nimesildid igal pool)
- lapsega on vaja rääkida nii tihti kui võimalik
- laskuge lapse silmade kõrgusele, kui temaga räägite
- kuulake, mida laps püüab teile öelda ja reageerige sellele, isegi kui te ei saa aru
- väljendage austust ja vaimustust, kui laps on millegi toredate ja heaga hakkama saanud (kui väljendate vaimustust, siis kasutage ka miimikat)
- kasutage ära rutiintegevusi arusaamise ja keelõppimise hõlbustamiseks
- suhtuge lugupidavalt lastevanematesse, lapsesse, nende keelde ja kultuuri
- leidke koostöövõimalusi lastevanematega
- kasutage rohkest piltmaterjali ja sõnasedelite
- õppetöö planeerige lähtuvalt ka ühest muukeelsest lapsest, võttes arvesse tema kultuuri ja tema isiksuse eripära (teemaõpetus, lõimumine)

Kindlast pole see nimekirj lõplik ja täielik.

HIINLANNA JA JUAN EESTI LASTEAIAS

Siinkohal peame väga oluliseks tuua positiivse näite ka hiinlannast Ja Juanist. Ja Juan elab Narvas juba kaks aastat ja käib Narva Päikese lasteaia keelekümblsruühmas. Tänu toredatele ja toetavatele õpetajatele on ta üle saanud paljudest raskustest. Keelekümblsruühma tulles ei osanud Ja Juan ei eesti ega ka vene keelt. Praeguseks räägib Ja Juan päris hästi nii eesti kui ka vene keeles. Ta on uhke selle üle, et ta oskab suhelda kolmes keeles. Ja Juani ema oskab vaid hiina keelt, kuid isa oskab peale hiina keele veel ka inglise ja vene keelt. Ema ja isa on olnud oma tütrele toeks. Ja Juan suhtleb oma vanematega oma emakeeles. Õpetajad suhtlevad emaga ainult kehakeeles, miimika ja žestide abil. Kui õpetajatel on mõni tähtis teadaanne lastevanematele, siis kutsutakse lasteaeda isa.

Ja Juanil on ka väga palju hiinakeelseid raamatuid, mida ta oskab päris hästi lugeda. Ema ja isa loevad talle samuti palju ette.

Keelekümbelrühma tulles oli tal üsna keeruline õpetajatest aru saada. Kuid samas püüdsid õpetajad igati ennast arusaadavaks teha kehakeele, miimika ja piltmaterjali abil. Õpetajad said aru, et sellest ei piisa, et olla lihtsalt talle eeskujuks ja teda tema tegemistes toetada. Suhtlemise ajal pidi väga hästi läbi mõtlema, kui palju sa lapsele ütled. Õeldut oli vaja mitmeid kordi korrata ja selgitada kehakeele või piltmaterjali abil. Kogu õppetöö käigus on õpetajad lähtunud teemast kui tervikust ja tegelusi omavahel seostatud, mis on samuti hõlbustanud arusaamist ja olnud toeks nii keeleliselt kui ka sisuliselt uute teadmiste õppimisel.

Suurteks abilisteks olid õpetajatele ka rühma teised lapsed. Poisid Ja Juanist eriti välja ei teinud, kuid tüdrukud olid tõepoolest õpetajatele suurteks abilisteks. Nad juhatasid Ja Juani sinna, kuhu tal parasjagu minna oli vaja, näitasid, kus mis asub ja mängisid temaga. Tüdrukud olid väga hoolivad, justkui väikesed emad, kuid seda eelkõige

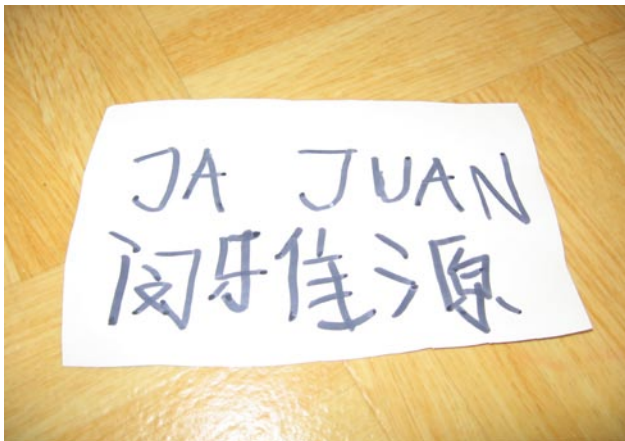
tänu õpetajatele, kes olid ise igati hoolivad ja arusaavad. Alguses juhtus ka seda, et nad ei saanud piisavalt hästi aru, mida Ja Juan tahab. Appi tuli intuitsioon ja sisetunne, mis peaaegu kunagi alt ei vedanud. Õpetajad said aru, et muukeelse lapse juures on kõige olulisem, et lapse esmavajadused oleksid rahuldatud. Kui laps on söönud, teab, kus on tualett, kus on tema riided, asjad; teab, et õhtul tuleb ema talle järele, siis ei ole mingit muret. Siis saab tegeleda ka muude asjadega. Ja Juanile meeldib esineda. Tal on võimalus koos teiste lastega esineda. Ta laulab eestikeelseid laule ja loeb eestikeelseid luuletusi.

Õpetajad ja lapsed oskavad ühtteist öelda ka hiina keeles: aitäh, tere, head aega. Kõik lapsed teavad, et ta on hiinlanna. Seepärast tunneb Ja Juan ennast natukene erilisena. Kui isa on tulnud tagasi järjekordselt Hiina-reisilt ja toonud talle Hiinast kaasa mõne huvitava mänguasja või riietuseseme, ütleb Ja Juan selle peale suure uhkusega, et see on Hiinast.

Kui isa on tulnud tagasi järjekordselt Hiina-reisilt ja toonud talle Hiinast kaasa mõne huvitava mänguasja või riietuseseme, ütleb Ja Juan selle peale suure uhkusega, et see on Hiinast.



Ja Juan oskab oma nime kirjutada nii eesti kui ka hiina keeles.



Ja Juan oskab oma nime kirjutada nii eesti kui ka hiina keeles. Ta oskas nimetada ka kõiki tähti. Oma nime eesti keeles kirjutama õppis ta eelkõige tänu sellele, et rühmas on igal pool väljas sõnasedelid ja nimesedelid. Tema nimega sedelid on toolil, kapi peal, voodi küljes, käterätiku nagi juures.

Lastele meeldib väga, kuidas Ja Juan kirjutab hiina keeles. Kui ta kirjutab midagi hiina keeles, siis nad paluvad tal seda kirjutada ka enda jaoks. Lapsed tunnetavad, et keeled ja kirjutamise viisid võivad olla erinevad. Nii õpitakse varajasest lapsepõlvest sallivust ja tolerantsust. Nii tunnetab laps, et mitte ainult tema rahvus pole siin maailmas ainus.

Hommikuring on koht, kuhu kõik kogunevad. Siin lauldakse laule, õpitakse nädalapäevi, kuupäevi, aastaagu, räägitakse oma tujust ja päeva jooksul toimuvast. Kogu õppetööd hommikuringis ja ka muude tegevuste ajal illustreerib rohke pildimaterjal ja sõnasedelid, mis hõlbustavad arusaamist.

Hommikuring on koht, kuhu kõik kogunevad.



Allikad

- Aasvee, Katrin. „Meie veresoonte päkapikud“
- Aimre, I. (2001). „Sotsioloogia“. Tallinn: Sisekaitseakadeemia.
- Allmann, S. (2003). „Laps ja tunded“. Tea ja toimetaja. Nõuandeid lasteaiaõpetajale, lapsevanemale.
- Allmann, S. (2006). „Õnnestunud arenguestluste eeldused koolieelses lasteasutuses“. Arenguestlused lasteaias. Tea ja toimetaja. Tiko, A.; Allmann, S. Kirjastus Ilo. Lk. 51-135.
- Almqvist, F, Ebeling, H, Heinälä P jt. (2006) „Laste ja Noorte psühhiaatria“
- Alushariduse raamõppekava RT I 1999, 80, 737...RT I 2006, 46, 338.
- Aron, E. N. (2002) „The highly sensitive child“ New York; Broadway Books
- Blattberg, C. (2000). „From Pluralist to Patriotic Politics: Putting Practice First“. Oxford and New York: Oxford University Press.
- Bronfenbrenner, U. (1979). „The ecology of human development“. USA: Harvard University Press.
- Bowlby, J. (1969). „Attachment and loss“. New York; Basic Books
- Butterworth, G; Harris, M. (2002). „Arengupsühholoogia alused“. Tartu; TÜ Kirjastus
- Daniels, E. R. Stafford, (1999). „Erivajadustega laste kaasamine“ Tartu, OÜ Tartumaa Trükkikoda
- Eesti Vabariigi lastekaitse seadus RT I 1992, 28, 370...RT I 2006, 21, 162.
- Einon, D. (2000) „Meie tark laps“. Maalehe Raamat
- Elman, N. M; Kennedy-Moore, E. (2005) „Sõpruse kirjutamata reeglid“ Pegasus OÜ
- Erikson, E. (1968). „Identity youth and crisis“. New York; Norton
- Erg, L., Karlep, K., Kontor, A., Pastarus, K., Plado, K., Täht, H., Viitar, E. (2002). Individuaalsete õppekavade koostamise ja rakendamise juhend. TÜ ÕAK.
- Evans, D. (2002). „Emotsioon. Sentimenditeooria“, Tallinn: Valgus.
- Freeman, R.E. (1984). Strategic Management: A stakeholder approach. Boston: Pitman.
- Goleman, D. (2000). „Emotsionaalne intelligentsus“. Tartu; Väike Vanker
- Hayes, N. (2002). „Sotsiaalpsühholoogia alused“, Tallinn: Külim.
- Hallap, M. (2006). „Kakskeelse lapse kõne eripära“. Kogumikus: Eripedagoogika. Nr 26, lk. 40-46.
- Haridus- ja Teadusministeerium (2004). Individuaalse õppekava koostamise ja rakendamise juhend. TÜ ÕAK.
- Hansen, K. A; Kaufmann, R; Saifer, S. (1996) „Demokraatiat õpime lapsest peale“. Avatud ühiskonna instituut
- Hirsjärvi, S., Huttunen, J. (2005). „Sissejuhatus kasvatusteadusesse“, Medicina.
- Häidkind, P. (2007). „Lasteaiaõpetaja alustab“. Kogumikus: Abiks õpetajale. Hariduslikud erivajadused (kogumik on trükkis).
- Isiklik rehabilitatsiooniplaan (2005). [http://www.sm.ee/est/HtmlPages/Rehabilitatsiooniplaan2005/\\$file/Rehabilitatsiooniplaan2005.rtf](http://www.sm.ee/est/HtmlPages/Rehabilitatsiooniplaan2005/$file/Rehabilitatsiooniplaan2005.rtf) (külastatud 25.12. 2005).
- Jacobs, E. et. al. (1988). „Group Counseling: strategies and skills“, Wadsworth
- Keltikangas-Järvinen, L. (1992) „Agressiivne laps“. Tallinn, Koolibri
- Kepler, K. (1997). „Mina Tervisemaal“, lk 20-21. Tallinn
- Kiis, K. (1999). „Puudelaste perede sotsiaalne toimetulek Tartu linnas“. TÜ Kirjastus.
- Kisand, K. (2006). Arenguestluste läbiviimine koolieelses lasteasutuses: bakalaureusetöö. TÜ eripedagoogika osakond.
- Kolga, V. (1998). Laps erinevates kasvukeskkondades. Rmt Väikelaps ja tema kasvukeskkond. Tallinna Pedagoogikaülikool (lk 5-8).
- Koolieelse lasteasutuse tervisekaitse-, tervise edendamise, päevakava koostamise ja toitlustamise nõuete kinnitamine RTL 1999, 152, 2149...RTL II 2002, 84, 1298.
- Koolieelse lasteasutuse seadus RT I 1999, 27, 387...RT I 2004, 41, 276.
- Kooli ja koolieelse lasteasutuse nõustamise tingimused ja kord sisehindamise küsimustes. RTL, 15.08.2006, 63, 1137.
- Koolieelse lasteasutuse riiklik õppekava (2006). Riiklike õppekavade materjale. Projekt 26.10.2006. <http://www.ekk.edu.ee/oppekavad/index.html> (külastatud 15.01.2007).
- Kull, M. (2002). „Sotsiaalsete toimetulekuoskuste õpetamine“

- Kuriks, A. (2007) Tervist edendavate töökohtade enesehindamine ja tervise tegevuskavad: diplomitöö. TMK täiskasvanute koolituskeskus.
- Kuusik, Ü. (2007). Varajane arendustegevus ja sekkumine enne lapse 3. sünnipäeva. Kogumik: Eripedagoogika. Alusharidus, Nr 27 (kogumik on trükkis).
- Kull, M. (2002). „Sotsiaalsete toimetulekuoskuste õpetus“(1.3. kl.). Tallinn.
- Kronberger Kreis für Qualitätsentwicklung in Kindertageseinrichtungen. Qualität im Dialog entwickeln.(1998). Kallmeyersche Verlagsbuchhandlung.
- Kõrgesaar, J. (2002). Sissejuhatus hariduslike erivajaduste käsitusse. TÜ eripedagoogika osakond.
- Lagerspetz, M. (2006). Kodanikuühiskonna lühisõnastik. Eesti Mittetulundusühingute ja Sihtasutuste Liit. Sisekaitseakadeemia. Tallinn.
- Lapse õiguste konventsioon RT II 1996, 16, 56.
- Liik, K. (1998). Mänguasjadest, arengust ja kontrolli tunnetamisest. Rmt Väikelaps ja tema kasvukeskkond. Tallinn: Tallinna Pedagoogikauiliskool Eelkoolipedagoogika õpetool, Lapse uurimise keskus (lk 52-56).
- Lindgren, H.C. Newton, Suter, W. (1994). Pedagoogiline psühholoogia koolipraktikas. Tartu Ülikool: OÜ Greif.
- Lindau, M. (2004). Arenguestluse osa õpilase enesehinnangu kujundamisel. Õppe- ja kasvatustööst I koolisatmes. Riiklik eksami – ja kvalifikatsioonikeskus. Lk. 28 – 32.
- Lõhmus, L., Varava, L. (2006) “Tervisega seotud eeldused ja tingimused koolieelsetes lasteasutustes“, [www.tai.ee/ laste tervis/tervise areng koolieelses lasteasutuses/uurimused](http://www.tai.ee/laste_tervis/tervise_areng_koolieelses_lasteasutuses/uurimused)
- Mangs, K; Martell, P. (2000). “Psühhoanalüütiline arengukäsitlus”. Tartu; TÜ Kirjastus
- Maser, M., Varava.L. (2003). Tervisedendus lasteaias, Tervise Arengu Instituut, Tartu
- Montonen, R. (2005). „Lapse areng“
- Mitchell, R.K., Agle, B.R., Wood, D.J. (1997). Toward a Theory of Stakeholder Identification and Salience: Defining the Principle of Who and What Really Counts. *Academy of Management Review*, 4, 853-886.
- McCormick, L. (2006). Assessment and Planning: The IFSP and the IEP. In: *Young Children with Disabilities in Natural Environments. Methods and Procedures.* M. J. Noonan and L. McCormick, p 47-75.
- Multifilm ja raamat „Sõbrad Prostokvasinost“(lehm söi humalataimi)
- Mänd, H. (1967). „Koer taskus“. Tallinn, Eesti Raamat
- Napier, R. W. et. al. (1989) *Groups. Theory and Experience.* Houghton Mifflin
- O`Donell, P.M. (2002). *Health Promotion in the Workplace. Handbook.* Delmar: Thomson Learning
- O`Donell, P.M. (1998). Definition of Health Promotion. Part III: Expending the Definition. *American Journal of Health Promotion.*
- Porter, L. (2002). *Educating Young Children with Special Needs.* Paul Chapman Publishing.
- Post, E, Preston, L.E., Sachs, S. (2002). *Redefining the Corporation Stakeholder Management and Organizational Wealth.* Stanford University Press.
- Tauriainen, L. (2000). Kohti yhteistä laatua. Henkilökunnan, vanhempien ja lasten laatukäsitukset päiväkodin integroidussa erityisryhmässä. Jyväskylän Yliopisto. Yväskylä.
- René van der Veer, Valsiner, J. (1991). *Understanding Vygotsky: a quest for synthesis.* USA: Blackwell Oxford uk & Cambridge.
- RHK-10. Psüühika ja käitumishäirete klassifikatsioon. Kliinilised kirjeldused ja diagnostilised juhised (1995). Tartu Ülikool.
- Sanford, D. (1998). „Mina ütlen ei“. AS Pakett
- Salumaa, T., Talvik, M., Saarniit A. (2004). Erinevad arenguestluste läbiviimise võimalused koolis. Tallinn: Merlecons ja Ko OÜ.
- Sarapuu, H. (2007) “Laps ja Lasteaed”
- Sigvardson, S. (1996). „Enam kui linnuteed“
- Shonkoff, J. P.; Meisels, S. J. (1990). Early childhood intervention: The evolution of a concept. In: *Handbook of Early Childhood Intervention.* Ed by S. J. Meisels and J. P. Shonkoff, p 3-31.
- Shapiro, L. E. (2002). “Kuidas kasvatada lapses emotsionaalset intelligentust”. Tartu; Väike Vanker
- Stern, D.N. (1985). “The interpersonal World of the Infant”. New York, Basic Books
- Sõerd, J. (1992). “Psühholoogia kõigile”. Tallinn; Koolibri
- Tervisekaitseõuded toitlustamisele koolieelses lasteasutuses ja koolis RTL, 30.07.2002, 84, 1298.
- Tuulik, M. (2002). ”Eetika ja moraal”. Tallinn: Kirjastus ILO.
- Unt, I. (2005). “Andekas laps: raamat õpetajale ja lapsevanemale”. Tallinn: Koolibri.

- Maier, Ursula (1996) „Terviseaabits“
- Vadi, M. (1995). "Organisatsioonikäitumine". Tartu Ülikooli kirjastus.
- Veisson, M., Veispak, A. (2005). "Laps ja lasteaed" (Koostaja Kivi, L., Sarapuu, H.). Tartu: Atlex.
- Õppeasutuse sisehindamine. Soovitusi sisehindamise läbiviimiseks õppeasutustes. (2007). Haridus- ja Teadusministeerium. Tartu.
- Ülevaade muutustest hariduslike erivajadustega õpilaste õppekavades (2005). TÜ ÕAK. <http://www.ut.ee/curriculum/121003> (külastatud 10.01.2007)
- Üldharidussüsteemi arengukava aastateks 2007–2013 RTL, 26.01.2007, 9, 1.



Tervise Arengu Instituut
National Institute for Health Development