

TRACY HOGG ja  
MELINDA BLAU

# BEEBI- *lapse* SALADUSED

---

VÄIKELASTE  
VANEMATELE



## *Sarale ja Sophiele*

Originaali tiitel:

Tracy Hogg with Melinda Blau

Secrets of the Baby Whisperer for Toddlers

2003

Kõik õigused käesolevale väljaandele on seadusega kaitstud. Kogu raamatut või ükskõik millist osa sellest ei ole lubatud reprodutseerida, paljundada ega levitada ükskõik millisel viisil või milliseks otstarbeks ilma autoriõiguse valdaja kirjaliku loata.

Selles raamatus sisalduv teave on edastatud vaid informatiivsetel eesmärkidel. See pole mõeldud asendada teie arsti nõuandeid ja järelevalvet ning te peaksite siintoodud infot kasutama vastutusvõimeliselt, konsulteerides oma arstiga. Raamatu autor ja kirjastaja ütlevad selgesõnaliselt lahti igasugusest vastutusest ebasoodsate tulemuste eest, mida selles raamatus sisalduva info kasutamine või rakendamine võib kaasa tuua.

Tõlkinud Maria Kristiina Jõgi

Toimetanud Anneli Sihvart

Korrektuuri lugenud Mari Mets

Kaane kujundanud Reet Helm

Copyright © 2002 by Tracy Hogg Enterprises, Inc.

This translation published by arrangement with Ballantine Books, an imprint of Random House, a division of Penguin Random House LLC

All rights reserved.

© Tõlge eesti keelde ja eestikeelne väljaanne. Kirjastus ERSEN, 2019.

B01353319

ISBN 978-9949-82-356-7

Kõik kirjastuse Ersen raamatud ja e-raamatud on saadaval veebipoest

[www.ersen.ee](http://www.ersen.ee)

# Sisukord

Tänusõnad	vii
Sissejuhatus	
Väikelapse-lausumine	1
<i>Väikelapsee väljakutsed ja minu teooria rakendamine</i>	
1. peatükk	
Sinu armas mudilane	14
<i>Teadlikkus oma lapse temperamendist; kuidas loomupärased omadused ja kasvatus koos toimivad</i>	
2. peatükk	
Abi on olemas: mantra igapäevaolukordadeks	44
<i>Strateegia sekkumise või iseseisvuma julgustamise vajalikkuse kindlakstegemiseks</i>	
3. peatükk	
R & R (rutiin ja rituaalid): kuidas vältida vägikaikavedu väikelapsega	70
<i>Struktureeritud päevaplaani olulisus</i>	
4. peatükk	
Mähkmevabadus: sammudes iseseisvumise poole	96
<i>Liikuvuse, mängimise, söömise, riietumise ja potil käimisega seotud probleemid</i>	

5. peatükk	
Väikelapse kõne: dialoogi pidamine leebuse, armastuse ja hoolega	146
<i>Liikuvuse, mängimise, söömise, riietumise ja potil käimisega seotud probleemid</i>	
6. peatükk	
Päris maailm: aita oma lapsel õppida eluks vajalikke oskusi	174
<i>Igapäevaste koduste hetkede kasutamine selleks, et soodustada sotsiaalset ja emotsionaalset küpsust</i>	
7. peatükk	
Teadlik distsipliin: õpeta oma lapsele enesekontrolli	219
<i>Kuidas seada piire ja aidata lapsel tunnetega toime tulla</i>	
8. peatükk	
Ajaröövliid: unepuudus, lahusolekuprobleemid ja teised mured, mis röövivad sinu päevast tunde	255
<i>Krooniliste käitumisprobleemide lahendamine</i>	
9. peatükk	
Kui kolmest saab neli: perekond suureneb	295
<i>Teise lapse sünniks valmistumine: õdede-vendadega tegelemine, paarisuhte eest hoolitsemine ja iseenda eest hoolitsemiseks aja võtmine</i>	
Epiloog	
Mõned mõtted lõpetuseks	340

SISSEJUHATUS

# Väikelapse- lausumine

Vanematena oleme oma laste esimesed  
ja kõige tähtsamad mentorid:  
me juhatame nad elu õppetundide ja  
seikluste juurde.

Sandra Burt ja Linda Perlis,  
Raamatu „Parents as Mentors”  
(„Vanemad kui mentorid” – *Tõlk*) autorid

## Väikelapseea väljakutsed

Sa ju tead seda ütlemist, armas lugeja, et oma soovidega peab olema ettevaatlik, sest need võivad täide minna. Kui oled sama-sugune nagu lapsevanemad ikka, veedad kindlasti suure osa lapse esimesest kaheksast elukuust, soovides, et läheks juba kergemaks. Ema ihkab, et laps kasvaks välja kõhugaasidest, õpiks terve öö magama ja hakkaks juba tahket toitu sööma. Ja kui isa on selline, nagu mehed enamasti on, soovib ta ilmselt, et tema lapsuke oleks juba ometi rohkem inimese moodi ja temaga saaks jalgpalli mängida. Mõlemad ootate, et pesamuna astuks oma esimese sammu ja ütleks esimese sõna. Kujutlete rõõmsalt seda päeva, mil ta võtab kätte lusika, paneb ise sokid jalga ja, kui jumal on armuline, siis ühel heal päeval hakkab ise poti peal käima.

Nüüd, kus sinu beebist on saanud väikelaps, on sinu soovid täitunud ja ma olen üsna kindel, et mõnikord sooviksid sa aega tagasi kerida. See on lapsevanemaks olemise juures vast üks kõige enam pingutust nõudev ja aukartustäratav aeg.

Õigekeelsussõnaraamatus on kirjas, et väikelaps on kuni kolmeaastane laps. Teistes raamatutes on öeldud, et see periood algab, kui laps hakkab end püsti ajama ja esimesi lühikesi, ebakindlaid samme tegema. Mõned võivad seda teha juba kaheksa või üheksa kuu vanuselt. Igatahes võin sulle kinnitada, et küll sa juba aru saad, kui sinu laps jõuab väikelapseikka, ükskõik mida raamatutes kirjutatakse.

Kuigi alguses võib sinu maimuke üsna ebakindlalt jalul püsida, on see pisike nüüd tõesti valmis hakkama avastama inimesi, kohti ja asju – ja ta ei soovi seejuures sinu abi. Ja ta hakkab muutuma seltskondlikuks. Talle meeldib teisi matkida. Ta oskab plaksutada, laulda, tantsida ja teiste laste kõrval mängida. Lühidalt on ta nüüd rohkem väike inimene kui beebi. Ta silmad on kogu aeg uudishimust pärani, ta on tulvil energiat ja otsib kogu aeg pahandusi. Selles vanuses on arenguhüpped tohutud, kuid arvestades kiireid muutusi ja ohjeldamatuid hetki, ei ole midagi imestada, et tunned

end rünnatuna. Iga anum, iga ese, mille laps võib kätte saada, iga seinakontakt, iga väärtuslik nipsasjake – kõik läheb loosi. Lapse silmadega vaadatuna on kõik uus ja huvitav. Sinu jaoks võib see tunduda nagu rünnak sinu, sinu kodu ja kõigi asjade pihta, mis teele jäävad.

Väikelapsega tähistab selgelt imikuea lõppu. See annab ka aimu sellest, milline täiskasvanu lapsest sirgub. Paljud asjatundjad võrdlevadki seda aega teismeeaga, sest toimumas on samalaadne eraldumisprotsess. Väikelapse maailm ei alga ega lõppe enam emmega ja isiga. Õigupoolest samal ajal, kui väikelaps omandab kiiresti uusi füüsilisi, kognitiivseid ja sotsiaalseid oskusi, õpib ta ka sinule „ei” ütleva – see on oskus, millest tal on täiskasvanuna palju abi.

Võid olla kindel, armas lugeja – see on hea asi. Just nimelt maailma avastades ja probleeme lahendades (ja tihtilugu *sind* nendesse kaasates) õpib väikelaps oma ümbrust kontrollima ning, mis veelgi olulisem, hakkab end tajuma kompetentse ja iseseisva inimesena. Loomulikult sa soovid, et sinu laps kasvaks ja saaks iseseisvamaks, kuigi see protsess võib mõnikord lausa hulluks ajada. Ma tean, sest olen seda

---

Nüüd, kus sinu beebist on saanud väikelaps...

---

Küsisin emade käest, millised on olnud suurimad muutused lapse kasvades imikust väikelapseks, ja sain selliseid vastuseid:

„Mul on veelgi vähem aega iseenda jaoks.”

„Ta paneb end veelgi rohkem maksma.”

„Ma ei saa temaga koos restorani minna.”

„Ta on muutunud nõudlikumaks.”

„Mul on nüüd lihtsam tema soovidest aru saada.”

„Ma sõltun täielikult tema uneaegadest.”

„Ma pean teda taga ajama.”

„Ma pean teda kogu aeg keelama.”

„Uskumatu, mida ta kõike õppida suudab.”

„Ta jäljendab kõike, mida ma teen.”

„Talle meeldivad kõik asjad ja tegevused.”

„Ta paneb mind kogu aeg proovile.”

„Ta on absoluutselt kõige suhtes uudishimulik.”

„Ta on niivõrd palju rohkem... *inimese moodi!*”

---

kogenud oma lastega, kes olid ju minu esimesed katsejänened (ja minu parimad õpetajad). Ma arvan, et sain oma tütardega, kes on praeguseks üheksateistkümne ja kuueteistkümne aasta vanused, päris hästi hakkama. Aga see ei tähenda, et mul oleks nendega kogu aeg lihtne olnud. Usu mind, kõigi laste kasvatamine on väga raske töö ja sellega kaasneb üksjagu frustratsiooni ja kivimüüre, pisaratest ja jonnituuridest rääkimata.

## Beebilausumine: hea lastekasvatuse alus

Arvestamata oma isiklikku kogemust, olen nõustanud lugematuid väikelaste vanemaid, sageli puutusin nende järeltulijatega kokku juba laste imikueas. Ma saan aidata sind üle nendest rasketest aastatest, mis minu määratluse järgi jäävad umbkaudu vahemikku kaheksast kuust (ei ole juhuslik, et minu eelmine raamat lõppes just selle vanusega) kahe ja enama eluaastani. Kui sa oled lugenud minu esimest raamatut „Beebilausuja saladused”, siis sa juba tead minu filosoofiat laste asjus. Veel parem, kui võtsid lapse kojutoomise päevast kasutusele struktureeritud päevakava lapse jaoks ja kui oled kasutanud mõningaid minu strateegiaid. Küllap oled sa sammu võrra ees kõigest, mis juhtub, sest juba sinu teistmoodi mõtlemine aitab sul väikelapsega paremini toime tulla.

Samas annan ma endale aru, et minu ideed, mis said alguse tööst mitmesuguste füüsiliste ja intellektipuuetege lastega, kel ei olnud enamasti kõneoskust, on mõne lugeja jaoks uudsed. Töös puuetega lastega pidin vaatlema nende käitumise ja kehakeele nüansse ning püüdma mõtestada nende pealtnäha arusaamatuid häälightsusi, et mõista, mida nad tahavad ja vajavad.

Hiljem, kui tegelesin peaaegu ainult imikutega (ka minu enda omadega), avastas, et needsamad oskused tulid kasuks ka beebidega. Olles hoolitsenud enam kui viie tuhande imiku eest, viimistlesin seda, mida üks minu klientidest nimetas beebilausumiseks. See on peaaegu sama, mis hobulausumine, kuid imikutega. Mõlemal



juhul on tegemist tunnetavate olenditega, elusolenditega, kes ei oska küll rääkida, kuid suudavad sellegipoolest end väljendada. Selleks, et nende eest hoolitseda ja nendega kontakti luua, peame selgeks õppima *nende* keele. Seega siis tähendab beebilausumine lastele häälestumist, nende vaatlemist, kuulamist ja nendega toimuva mõistmist *laste endi vaatenurgast*.

Kuigi väikelapsed hakkavad juba rääkima õppima ja väljendavad end paremini kui imikud, kehtivad sellele vanuserühmale samad beebilausumise põhimõtted, mida ma kasutan töös imikutega. Juhuks, kui sa ei ole minu esimest raamatut lugenud, toon allpool kiire ülevaate selle peamistest teemadest. Kui oled minu esimest raamatut lugenud, on see jutt sulle juba tuttav. Võta seda kui täiendkursust.

*Iga laps on isiksus.* Lapsel on sündimise päevast oma kordumatu iseloom, nagu ka meeldimised ja mittemeeldimised. Seetõttu ei sobi kõigile samad võtted. Pead leidma, mis sobib just sinu lapsele. 1. peatükis on toodud enesekontrollitest, mis aitab hinnata lapse temperamenti, see omakorda aitab mõista, millised kasvatustrategiad võiksid tema puhul kõige paremini sobida. Aga isegi kui jaotada lapsed mingisugusteks tüüpideks, on iga laps kordumatu fenomen.

*Iga laps väärrib lugupidamist ja peab õppima ka teistest lugu pidama.* Kui sa hooldaksid täiskasvanud inimest, ei puudutaks, tõstaks või riietaks sa teda kunagi ilma luba küsimata ja oma kavatsusi selgitamata. Miks peaks see lapse puhul teisiti olema? Hooldajatena peame iga lapse ümber tõmbama selle, mida ma nimetan *lugupidamise ringiks* – nähtamatu piiri, mida me ei ületa ilma luba küsimata või oma kavatsusi selgitamata. Me peame ka last tundma, enne kui pimesi ligi tormame, peame võtma arvesse tema tundeid ja soove, mitte lihtsalt *oma* tahtmist tegema. Tõsi küll, väikelastega ei pruugi see olla lihtne, sest me peame neile õpetama ka seda, et lugupidamise ring kehtib mõlemat pidi.

Selles vanuses lapsed võivad olla üsna nõudlikud ja kangekaelsed ning nad peavad õppima ka meist lugu pidama. Ma õpetan sulle, kuidas oma väikelapsest lugu pidada ja tema vajadusi rahuldada omaenda piire ületamata.

*Võta aega, et last vaadelda, kuulata ja temaga rääkida, mitte talle loengut pidada.* Lapse tundmaõppimine algab päevast, kui ta il-mavalgust näeb. Hoiatan vanemaid alati ette: „Ärge eeldage, et laps teist aru ei saa. Lapsed mõistavad alati rohkem, kui te arvate.” Isegi selline väikelaps, kes ei räägi, suudab end arusaadavaks teha. Vaatlemise teel õpime mõistma väikelapse kordumatut temperamenti. Teda kuulates, veel enne, kui ta kõne omandab, hakkame aru saama, mida ta soovib. Ja dialoogi pidades – mitte loengut pidades, vaid vesteldes – lubame lapsel tema tõelist ole-must väljendada.

*Iga laps vajab struktureeritud päevakava, mis muudab tema elu ennustatavaks ja turvaliseks.* See põhimõte, mis on tähtis imiku esimestel elukuudel, saab veelgi olulisemaks siis, kui ta juba ise ringi tatsab. Vanemad ja hooldajad pakuvad järjekindlust ja turvalisust läbi rituaalide, rutiini ja reeglite. Me juhime lapse loo-musest ja tema suurenevatest võimetest, mis vihjavad, kui kaugele ta võiks jõuda, pidades samal ajal meeles, et *meie* oleme täiskas-vanud, meie vastutame. See on omamoodi paradoks – me lubame lapsel maailma avastada ja samal ajal jälgime, et ta teaks, et ta peab jääma turvalistesse piiridesse, mis meie tema jaoks loome.

Need lihtsad ja mõistlikud juhised annavad baasi tugeva pere ehitamiseks. Lapsed tunnevad end hästi, kui neid kuulatakse, mõistetakse ja lugupidavalt koheldakse. Nad tunnevad end hästi, kui teavad, mida neilt oodatakse ja mida neil on oodata neid ümb-ritsevast maailmast. Alguses on nende maailm väike, see piirneb nende kodu, perekonnaliikmete ja mõnikord väljas käimisega. Kui esmane ümbrus on turvaline, rahulik, positiivne ja ette ennus-tatav, kui see on koht, mida nad saavad uurida ja katsetada, kui