

EESTI KARSKUSLIIDU KIRIÕPISTU.

I seeria.

7. õpetuskiri:

Lapse hirm ja selle ravimine.

K. Lellep.

K 15 290-1

EESTI KARSKUSLIIDU KIRIÕPISTU.

=====

Tartus, Gustav-Adolffi t.18, telef.404, pk.86.
Kodune kasvatus ===== Toim.mag.Al.Elango.

I seeria.

7. õpetuskiri:

LAPSE HIRM JA SELLE RAVI-
MINE.

Koostanud dr. med. K. Lellep.
Eradotsent ja tegelik arst.

PEDAGOOGIKA
ARHIIVMUUSEUM
FOND K 15290-1

1933.

Lapse hirm ja selle ravimine.

Eradotsent dr. med. K. Lellep.

Võrreldes täisealisega on laps ainult üks aste selles arenemise protsessis, mida iga täiskasvanu läbi teeb. Sellega ei ole laps mitte täisealise inimese kehaliselt ja hingeliselt vähendatud kuju, vaid omab eri seisundi omas hingeelulises arenemises, mis erineb täisealise omast tunduvalt ja millega peab iga huvitundja arvestama.

Igat last võime vaadelda tema arenemise ja erinevuste seisukohalt. Andmeid nende vaatluste kohta saame lapsega hingeteadlaselt, kelle hulgas võiks mainida esikohal W. Stern'i, K. Groos'i, K. Bühler'i ja K. Koffka't.

Alljärgneva aluseks on võetud nimetatute ja ka A. Homburger'i ja C. Boenheim'i töid laste hingehaigustest ja hingeravist.

Lapse hingeelu ainult paistab lihtsana, tegelikult on ta õieti keeruline, nii öelda "tühja lehe" täitmine. Vastsündinud lapsel pole kogemusi ega har-

jumusi. Need on lapse hilisema tegutsemise tulemused, mille tagajärjeks on, et laps muudab oma suhtumist ümbruskonda, lisades päritud algetele juurde isikulisi (isedulisi) omadusi kogemuste kaudu. Näiteks laps, kes sõrme ukse vahele jätab ehk tulde pistab, ei korda seda enam, sest ta teab ja kardab valusaid tagajärgi.

Lapse arenemine sünnib järkjärgult. Samuti järkjärgult kaotab ta oma vaba suhtumise ümbruskonda ja asetab seda kogemuste varal kogutud teadmistega omist kohustusist. Vastamata sellele, et laps areneda püüab, tunneb ta neid kogemustega kogutud kogemusi kohustusi endal rõhuva koormana, kuid tema seesmine protest vaibub.

Ainult lapseea lõppu poole, sugulise küpsuse ajal, protestib laps hing veel kord selle koorma kandmise vastu, tema käitumine ja suhtumine senise elu vastu muutub sugunäärrete tegevusse astumisega, kogu maailm paistab talle nüüd teistes värvides.

Hiljem valmib laps iseseisvaks vastutusvõimeliseks iseduseks. See on lapse normaalne elukäik.

Kõikjal on aga lapse tundeelu kõikuv. Lapse põhimeeleolu on tema rõõmus suhtumine ümbruskonda.

Rõõmus laps teeb end meile meeldivaks. Põhimeeleoluks on aga lapsel ka kartlik, hirmunud abitu olek. Need kaks on täiesti seesmisest iseenesest tekkinud hingelised väljendised.

Laps allub aga ka välismõjudele ja nendega peab ka arvestama; need on: kartlik, hirmunud olek, ärritatud olek ja tundlikkus välismõjudele.

Käesolev kirjutis käsitleb seda kartlikku, hirmunud olekut lapse juures, olekut - mis on tekkinud kas pärivuslisel teel või välismõjutuste surve.

Hirmu ja kartuse algeid leiame lapse juures juba varajases eas. On kogemusteta väikeseid lapsi, kes k^ardeavad müristamist, välgulöömist, tormist ilma, pimedust, vööraid inimesi, loomi: usse, sisalikke, röötte, hiiri, kõiksugu siplevaid mardikaid jne.

Päritud hirm omab tähtsa teguri lapse hingelises arengus. Sääraste laste kartuse põhjus on kartuse läbielamus ise - nii ei karda laps mitte hirmu tagajärgi, vaid just hirmu läbielamust. Nii nagu täiskasvanu, kes punastab, ei karda sageli punastumist ise, vaid kartust, et ta punastub. See on kartus kartuse ees.

Kartlik hirmunud alge suurendab lapse saama-

tust haiglusest. See abitu saamatus kerkib teadvusse ja lapse hinges hõljub igatsus kaitsja järele. Meie nõiame rahutut abiotsimist, lapse poostumist ema kaissu oma kartuse tunde sumbutamiseks. See hirmu eest põgenemine vanemate kaitse alla ja selle tundega kaasaskäivad meelte tajud annavad peailme sünnipärasele kartusele. Sellest nõiame, et sünnipärase kartusega laps - vastandina omandatud või reaktiivsele kartusele - ei karda mitte seda, et näiteks, mürisamine pikali paiskab, et välg surnuks lööb, ei karda ta ka, et pimedus toas neelab, et võõrad inimesed teda peksavad, ära viivad või koguni tapavad, et loomad teda hammustavad - ei - ta kardab ainult tajumusi - valju helinat, tumedat mürtsu, sähvatavat välgu, võõraid inimesi, hiire krabinat, ämbliku kolemat kuju jne. Laps on hirmul tajumuste eest, sest kõikide nende tajumustega on seotud tema ärritavuse keskused. Need on jälle omalt poolt tihedas ühenduses abituse, nõrkuse ja enesevalitsuse kaotuse tundega.

Sünnipäraselt kartlike, neurootiliste laste välisel vaatlemisel juba võib tähele panna, et hirmu ajal on neil igasugune vastupanujõud murtud.

Nendel lastel on vastupanujõud kahanenud ka igasuguse ärrituse puhul, mis on seotud nende halva organitundega. Vähemgi valu mõjutab neid, laps kahvatub, kangestub, higistab, keha pinevus lõdveneb, väriseb, tekib südame kloppimine, surve rinnas, hingamine ähvardab seisma jääda jne. Nutt vapustab väikest keha-kest, tekib täieline rammetus ja selle - suhteliselt aga aeglane - jõu kogumine.

Kõik eelmised on halvad kogemused, mida neu-röötiline laps kogub oma keha tunnete kaudu ja need mõjutavad teda ka hiljem. Niisugused lapsed ei ker-da mitte ainult mainitud mürtsu, välgulöömist jne, vaid igat asja, mis on kõrge, vali, sügav, kiire jne.

Seni oli jutt sünnipärasest kartusest. Nüüd vaatleme omandatud hirmu põhijooni. Omandatud hirmul on teine alus, siin kardab laps juba hirmu põhjuslisi tagajärgi. Omandatud või reaktiivse kartuse tunde saab laps harilikult halva kasvatuse tagajärjel. Vanemad, samuti ka lapsehoidjad, külvavad lapse hinge hirmutunnet, et teda sellega koerustest ära hoida. Meie ise teame lapsepõlve mälestusena vanemate hirmutamise võtteid: "kolumats, vii laps ära", "susil, sõõ poja" jne. Aga ka kõike seda, mis on öeldud sün-

nipärase kartuse puhul, võib korrata ka omandatud kartuse selgitamiseks. Vahe on siin ainult see, et omandatud kartusega laps ei karda hirmu ennast, vaid selle tagajärgi, ta ei karda "kolumatsi", "mustlast" ega "susi", ta kardab vaid seda, et "mustlane" teda ära viib või "susi" teda ära sööb.

See, millest seni oli juttu, on nii üldse lapse kartuse tekkimine (arenemine) ja kartuse üldosa. Kõik edaspidine laste tüüpide jaotuses aga keerleb ikka ainult sünnipärase ja omandatud kartuse ümber, sellepärast oli eelmine selgitus hädavajaline.

Nüüd võib asuda kartlike laste liigitamise juurde nende vanaduse järele, vaadeldes neid 1) imikuina (rinnalastena), 2) väikelastena, 3) hilisemas lapseas. Nende kartust võib vaadelda ühiselt sünnipärase ja omandatud kartuse seisukohalt.

1) Imiku hirm ilmneb harilikult mittetahtelises ärritavuses. Nõme lihaste tõmbeid, mitte ainult siis, kui puudutame tema lihaseid, vaid ka siis, kui puudutame tema silma või kõrvaldest, ka tõmbleb ta siis, kui keegi tema voodi juurde astub. Sarnase imiku hirmu välisilme on ka sageli liikuv-kärsitus.

Imik keeldub rinda võtmast, nutab ka siis, kui tal pole selleks põhjust, pillub end edasi-tagasi, see võib kesta pikka aega. Vanematel imikutel võib vahest sarnane kärsitus ja hirm avalduda "viha hoogudes" - karjub, hing jääb kinni, nägu muutub siniseks - see kestab nii kaua, kui see krampline hoog möödub. Seda tuleb sagedasti ette ja seda aetakse sagedasti segi langetõve (epilepsia) hoogudega. Mis võiks siin teha? Kui on liikuv-kärsitus, siis peab andma lapsele uimastavaid aineid selleks, et pinevil olevatele lihastele puhkust võimaldada. Broom ei aita palju, ehk kui, siis suuremal määral, 3 korda päevas 0,3-0,5 gr; parem on juba urethan 0,5-1,0 gr, veel parem luminal 0,05-0,1 gr. Viidagi lapsi ka sageli välja õhu kätte. Veega ei tohi neid sellises seisundis mitte ravida. Raskem on juba ravida hirmu ennast. Tähtis on, et närvilisele lapsele ei anta igas asjas järele. Kasvataja ei tohi otsekohe karjumise peale lapse voodi juurde astuda. Lapsel ei tohi arvamine tekkida, et täiskasvanu on tema mängukanniks - sellega võime last kasvatuslikult mõjutada!

2) Väikelaps pakub meile juba rohkem tõe-panekuid. Vastleme neid puht kasvatuslikult - hinge-

teaduslikult seisukohalt. Laps, kes loomulikult on arenenud 4-5 aastani, väljendab omi tundeid, ta rõõgib, naerab, nutab, avaldab rõõmu ja kartust iseene-
sest. Lapse tahe ennast avaldada on rõõmuks kõigile, kel on tegemist temaga. Meie ainult kooskõlastame lapse soove, teeskleme arusaamist, et juhtida last, jättes aga lapse arvamiselo, nagu juhiks ta oma kap-
riisidega vanemaid. Sarnane laps on muidugi loomulik. Tema kartuse avaldus on ka põhjuslikult loomulik, see ei kohuta meid. Kujutame aga enesele väikelast, kes ei avalda end, siin ei suuda me enam mõista oma lapse, mõtteid, tahet ja soove. Vaatleme lähemalt sellise kartliku lapse käitumist. Kui meie teda kõ-
netame, pöörab ta harilikult pea kõrvale, ehk vaatab laurte kartlikkude silmadega meile otsa; katsume edasi rääkida temaga, siis tõmbub ta veel rohkem tagasi ehk hakkab nutma. Sarnane laps väljendab oma hirmu jässete visklemisega, nõo tõmblemisega, nõmoonuta-
misega. Meie näeme siinjuures huvitavat asjaolu, et laps, ehkki katkeb kõne, väljendab end siiski liikuvuslikult, varjates sellega arvatavasti oma hämmastunud olekut. Vaatleme niisugust last n.ö.

kolmes seisundis:

a) Oletame, et meie külastame niisugust last ja oleme väga lahke tema vastu, ta vaatab meile otsa ja vaikib. Sellest võib järeldada, et laps ei oska end uues olukorras ise leida ja on sellepärast ebakindel. Kuidas seda ebakindlust selendada? See tekib sellest, et laps ei vaatle mitte ainult meid, s.t. võrrast, vaid tema tähelepanu on juhitud ka iseenese peale; tekib rahutus - kogu lapse olekust paistab, nagu tahaks ta meile öelda: "jätta mind rahule". Jätame meie teda rahule, siis toibub ta, ja kui kõnetaja pole just ebasümpaatne, siis rahuneb laps kiiresti.

b) Sootu teisiti on lugu, kui sarnane laps tuuakse meie juurde. Laps ei tea siis, mis temaga sünnib, ta kardab - aga see hirmunud tundekõikuvus on tekkinud juba enne kohale saabumist ja võib koonduksuda pinevuseks, millele võib siis järgneda nutt, põgenemine, karjumine jne. On kõnetaja osav, siis võidab ta lapse juba mõne lihtsa lausega: "kas kardad? - Sa ei tarvitse karta"; see võib kergendada pinevust ja hirm vaibub iseenesest.

c) On veel kolmas seisundi võimalus. Näit. laps saadetakse meie juurde midagi õiendama. Laps seisab meie ees ja ei saa sõnagi rääkida, sest ta jälgib oma enese käitumist. Niisugusel korral peame ise teda kõnetama ja küsimusi esitama, et tema tähelepanu enese käitumiselt kõrvale juhtida.

Nii peab kohtlema hirmunud enesesse tõmbunud (introverteeritud) väikelast. Õige kohtlemine on parim ravimise abinõu, kõi muu, ka rohud, on ainult ajutiseks vahendiks. Lapse kohtlemises tuleb ka seda silmaspidada, et laps/ei suuda meile sisuliselt midagi öelda oma hirmust. Ta ei suuda anda hingeelulisi enesekirjeldusi, ka siis mitte, kui meie seda küsime. Lapse vastused pole mõjutusest (suggestioonist) vabad, sest meie kuuleme sarnastelt lastelt enamasti ikka seda, mida oleme temale n.ö. "sisse rääkinud".

Seni oli jutt loomuliku väikelapse kartlikust käitumisest. On olemas veel vaimuhaiguslist ja terveoleku piirihärsset lapse kartlikku käitumist. Meie näeme mõnikord avalikkudel mänguplatšidel, ka kooliõuel, et ühed lapsed aina röökkavad rõõmu põ-

rast, kuna teised seisavad vaikselt kõrval ja vaata-
vad kartlikult teiste laste mängu pealt. See pole
loomulik. Laps võib häbeneda täiskasvanuid inimesi,
ta võib olla hämmastunud kõnes täiskasvanuga, oma-
suguste laste seas ta peab tundma aga ennast kodusena.
Sagedasti on need lapsed ka veel kahvatud, õrнад,
nõrgad, ilmselt abivajavad; neil puudub eneseusaldus
ja rõõm. Hiisuguste laste seisund on juba liiga haig-
lane, kuid selle selgitamine ei kuulu käesoleva kir-
jutise kavas.

3) Vaatleme nüüd lõpuks lapsi hilisemas lap-
seas, koolieas. Kooliealiste laste hulgas leiame
n.n. ootekartusega, kogeletajaid, suguliskartusega ja
palju teisi liiki kartjaid. Ootehirm (saksakeeles -
Erwartungsangst) on tüüpiline kooliealiste laste
juures. Koolis on lapsel juba ~~tegemist~~ kohustus,
ta peab iseenese eest välja astuma, sest ta viibib
väljaspool kaitsvat kodu. Ootehirmu taga varjab end
eneseusalduse puudumine, hirm kaotada ennast mõnes
seisukorras. Laps kardab, et ta hilineb ülestõus-
misega voodist, ta teab, et ta peab enne koolimine-
kut sööma ja ruttab sellepärast. Laps teab, et peab
õigel ajal kooli minema, raamatuid korras hoidma,

neid mitte koju unustama ja siis tekib ka veel hirmu mõte, "aga kui mind koolis küsitakse, kas suudan ma ka vastata". Hirm muutub väljakannatamatuks, ei aita ka see, et ta kodus kõigist kooli ülesandeist aru saab, koolitöid taipab, et ema teda rahustab - ta ruttab kooli ja jätab isegi väljakäigu kohas oma asjad ühendamata, kartes hilinemist. Kooli jõudnult on lapse närvid juba pinevil, ta ootab värisedes küsimusi; on tund mööda, rahuneb ta ajutiselt, on tal aga tunnis vastus äpardunud, siis tõuseb kartuse pinevus järgmiseks korraks suurema jõuga.

Aga mitte üksi koolielu, vaid ka iga rõõmutunne, mõjutab sarnast last ootehirmunult; näit. tuleb isa reisult, siis kardab juba laps ja vabiseb ootes, ehkki ta hiljem küll tunneb rõõmu. Kui niisugust last välja naeretakse, alandatakse, selle asemel, et teda rahustada ja julgustada, siis võib ootehirm mõjutada püsivalt igat elulist nähtust ka hiljem täiskasvanu eas. Meie tunneme neid hiljem, täiskasvanult, neurasteenikute nime all. Lapse enesetunnet peab tõstma, peab võitma tema usaldust eriti sellega, et ka lapse vastu näidatakse usaldust, lapse

võimeid peab hindama, tema ülesastumist julgustama, last ei tohi mitte pilgata ega vhlja narda. Meid seisukordi, mida laps kardab, tuleb temaga enne läbi rääkida ja tema teguviisi ning käitumist iseenesestmõistetavalt heatahtlikult hinnata. Niisugust last tuleb kasvatada ühetaolises, rõõmsameelses meeleolus, juhtida teda iseenesest vhlja välisilma. Kannatliku, kestva vaeva järele leiame, et ootekartus on ravitav.

Kartuses kogelemise kohta on maksvad samad vaated, kui ootehirmu kohta. Koolilapse käest nõutakse mõtte väljendamist sõnadega, ta teeb seda kiirelt, komistub ja tekib kogelemine hirmu tõttu; hiljem kordub kogelemine juba selleks, et päästa end igast seisukorrast, kus on tarvis rääkida. Paljud terved lapsed aimavad järgi kogelemist, nii tekib veel üks omaette liik kogelemist.

Kooliealistel lastel suguliseküpsmise (puberteedi) ajal muutub organism. Algab uus järk, nagu juba tähendatud, ajajärk, kus laps viimast korda protesteerib surve vastu, mida peale paneb kogutud kogemuste käsitlemine. Murrangu ajal algab lapse hinge mõjutama sugutung. Kartliku, hirmunud algega laps tunneb seda kehaliselt tugevamalt, kui terve algega

laps; esimene tunneb nimelt: südame peksmist, südame löökide kiirenemist, küla^m, kuumat, värinaid, survet peas, peapööritust jne. Sugutungi ärkamise ajal tekib igal lapsel hirmu pinevus ühes kihelamise ärritustega nahal, kui ka ilanahkadel. Teadlane Bleuler juhib tähelepanu sellele, et lapse sugunäärme tegevuse algusega käib kaasas naha kihelamise tekkimine. Sellega võib osalt seletada nähtust, et just sugulise küpsmise ajal anduvad lapsed onanismile, käsikiimalusele. Kartliku lapse hirmu põimub ikka rohkem ja rohkem sugutundega ja lõpuks pole siin enam õiget hirmu ega ka õiget sugutunnet. Nii tekib sarnaste laste juures hirmulõbu või lõbuhirm, mida kuulus Freudi kool esile tõsta püüab.

Et sugukartuslikud nähud on füsioloogilise ilmega, siis pole siin muud ravi tarvis, kui juhtimist ja selgitustööd ühes arstlike vahendite tarvitamisega harukordadel.

Need kõik on vajalised juhtnöörid lapse hirmu selgituseks ja hirmu ärahoidmiseks.

Kirjandust täienduseks:

Stern, W. Psychologie der frühen Kindheit. 1923.

Watson, J.B. Psychological Care of Infant and Child.

1928. (Saksa k.: Psychische Erziehung im frühen Kindesalter. 1929).

Treffner, Ella - Laste kollitamisest. "Taluperenaine"

19291

Küsimusi kordamiseks:

1. Milles avaldub päritud hirm?
 2. Kuidas tekib omandatud hirm ja milles ta avaldub?
 3. Mainige mõni loomuliku ja ebaloomuliku kartuse avaldus väikelapse juures.
 4. Kuidas suhtuda kartlikekudele lastele väikelapseas?
 5. Mida kartsite ise väiksena kõige enam?
 6. Millega hirmutavad vanemad teie ümbruskonnas lapsi?
 7. Kuidas avaldub hirm hilisemas lapseas (koolieas) ja kuidas seda kohelda?
-