

Vanem saaks olla kodus piksevardaks

Kui laps ei taha enam koolis käia ega õppida, võib selle põhjuseks olla depressioon. Lastepsühhiaater Lea Kalvo sõnul ei suuda depressiivne laps edukaks õpetööks piisavalt keskenduda.

"Masenduses lapse mõte uitab mujal, teda ei huvita enam ükski asi," nendib lastepsühhiaater Lea Kalvo. Õpilane ei suuda püsida oma igapäevaste tegevuste rütmis. Sageli langeb ta välja isegi huvialaringidest, kuhu on omal algatusel läinud.

Kui õpilane käitub ja õpib halvasti, kannavad täiskasvanud ta, ilmselt kasvatuslikel eesmärkidel, nn musta nimekirja. Seejuures ebaedu põhjustesse süvenemata. Mida rohkem on aga ebaõnnestumisi, seda enam saab kannatada lapse enesehinnang. Halvene-

vad suhted õpetajate, teiste laste ja ka vanematega, sest iga asi ärritab.

"Ebaõnnestumiste keerisesse sattunud laps tunneb end pidevalt süüdlasena," selgitab lastepsühhiaater Lea Kalvo. "Ta mõtleb, et ainult temal läheb kogu aeg halvasti ja tunneb, et ei saa sinna midagi parata."

Paraku kipuvad täiskasvanud arvama, et vaid täiskasvanuil on mures või stressis õigus olla vihane ja tujukas. Pingete tõttu lubab täiskasvanu endale nii mõndagi – karjub lapse peale, tutistab või lööb teda. Laste juures aga selliseid maneere ei sallita.

Lea Kalvo sõnul on agressiivsusele vastamine omamoodi kunst. Väga palju sõltub vanemast, sellest, kuidas ta rübliku vihasööstule reageerib. Lastepsühhiaatri hinnangul on igal juhul parem kui laps, kel on koolis palju pin-

geid, purskab välja elamata tunded vanemate peale. Nii säästab ta koolis kaasõpilasi.

"See nõuab muidugi oskust olla oma lapsele piksevardaks," tõdeb Lea Kalvo. "Kui aga lapse vägivaldsus alla suruda või selle ilmnemisel ise endast välja minna ja last süüdistada, saabki depressiooniratas hoo sisse."

Lastepsühhiaatri sõnul ei rõõmusta depressiivset koolilast miski. Õppimine läheb allamäge. Kuna laps ei tahagi enam õppida, kaob tal huvi ka endiste lemmikainete vastu. Võimalik, et ta hakkab kooli vältima.

Täheldada võib käitumis- ja tähelepanuhäired. "Depressioonis koolilaps võib hakata näiteks ropendama," märgib lastepsühhiaater. Sellise lapse ellu tulevad hõlpsasti ka narkootikumid ja alkohol.

Depressiooniga kaasnevad tihti unehäired. "See on surnud ring," tõdeb Lea Kalvo. "Laps teab küll, et hommikul on vaja vara tõusta, ta läheb isegi varem voodisse, kuid uni lihtsalt ei tule. Järgmisel päeval tunneb ta, et ei ole sugugi välja puhanud."

Depressiivne koolilaps nutab vargi – seepärast ei pruugi vanemad tema raskusi näha ega aimatagi.

Lastepsühhiaater on oma vastuvõttudel kohanud koolilapsi, kes tunnevad, et on vanematele koormaks. Lahendust näevad nad enesetapus. Lea Kalvo sõnul on enesetapukatse appikarje. "Probleemid on juba sedavõrd sügavad, et laps vajab abi," selgitab psühhiaater. "Tihti vanem ei teagi lapse suitsiidikatsetest. Talle sellest ju ei räägita, pigem usaldatakse sõpru." Seepärast võiksid nii vanemad kui ka õpe-

tajad olla eriti tähelepanelikud, kui märkavad, et tujutu lapse probleemid on justkui iseenesest lahenenud. Lea Kalvo sõnul võib noor olla otsustanud elust lahkuda.

Lea Kalvo väitel ei saa depressioonist lahti spetsialisti abita. Selle raviks kulub pool aastat või kauemgi. Alles siis saab kaotatud tasakaalu tagasi. Kui laps või noor tunneb, et tal on probleeme, kuid ta ei saa neist vanematega rääkida, võiksid nii sõbrad kui pedagoogid soovitada tal pöörduda psühhiaatri poole. "Psühhiaatrid on oma eriala spetsialistid, kes ei kleebi kellelegi silte külge, vaid annavad abi, mida teised ei suuda ega oska teha," kinnitab Lea Kalvo. "Patsiendi saladusi ei avaldata õpetajatele ega vanematele."

KRISTEL KIRSS